ПОЛОЖЕНИЕ Ореховый трейлкросс 12 мая 2018     
  
  
1. Цели и задачи

* популяризация и развитие горного бега в городе и области
* пропаганда здорового образа жизни.
* повышение спортивного мастерства спортсменов.

2. Время и место проведения соревнований   
Соревнования проводятся 12 мая, в лесной части леса,  в Оре́хово — железнодорожной станции Приозерского направления Октябрьской железной дороги. Расположена между платформами Лемболово и 67 км, возле большого садоводческого массива. В 1 км к западу от платформы проходит трасса А129 — Приозерское шоссе.   
[https://www.gpsies.com/map.do?fileId=vcipzrxfdwfdolga](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.gpsies.com%2Fmap.do%3FfileId%3Dvcipzrxfdwfdolga)  ссылка на место старта    
  
3. Дата и программа мероприятия:    
12 мая 2018 г.   
10.30– 11.45 регистрация, выдача номеров   
12.00 – старт участников на 2 круга и старт участников на 1 круг   
награждение победителей состоится сразу при финише всех победителей в каждой возрастной группе   
  
  
4. Группы участников марафона:   
 10км:   
М18 (мужчины от 18 до 29 лет)   
М30 (мужчины от 30 до 39 лет)   
М40 (мужчины от 40 лет)   
Ж18 (женщины от 18 лет)   
  
4.1. Группы участников фитнес: 5 км - без возрастных критериев   
  
  
МФ - мужчины фитнес от 18 лет  / ЖФ – женщины фитнес от 18 лет  

***Медаль финишора получают первые 50 финишировавших.***

5. Награждение:    
- в группах (10км) М18, М30, М40, Ж18 - первые три места награждаются памятными дипломами и сувенирной продукцией.   
- в группах (5км )МФ, ЖФ - первые места награждаются памятными дипломами   
6. Дистанция:    
М18, М30, М40 Ж18 – 2 круга по 5 км   
МФ, ЖФ - один круг 5 км   
  
  
  
7. Программа соревнований:   
  12.05.2018  старт  в 12.00 на 10 км и 5 км    
  
**Если в возрастной группе менее 5 участников сладкие призы вручаются только за первое место.**   
  
8. Заявки :   
Предварительные заявки принимаются по электронной почте до 11 мая на почту trailrun@bk.ru на месте соревнований заявка принимается тоже.   
Взнос на участие 600 рублей, при предварительной заявки и оплате в группе соревнования через денежные переводы Вконтаке, до 10.05.2018,  оплата на месте 800 рублей   
Тел для справок: 89217983942 Дополнительная информация будет в группе <https://vk.com/trailcross>    
  
9. Безопасность   
Спортсмены участвующие  должны иметь медицинский полис, участник несет персональную ответственность за свое здоровье, за свою подготовку к соревнованиям и не имеет медицинских противопоказаний. Несовершеннолетние участники допускаются к старту только с письменного согласия одного из родителей, либо официального опекуна, который будет лично присутствовать во время соревнований.

Данное предложение является официальным приглашением к участию в кроссе.

Всем удачи и личных побед!