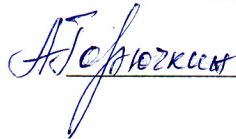


“Утверждаю“

Руководитель Удмуртской республиканской  
общественной организации «Марафонская  
команда Шри Чинмоя»



Д. А. Шадрин

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении 1-часового бега**  
**«Самопреодоление»**  
**Ижевск, 2018**

**1. Цели и задачи:**

- популяризация бега;
- пропаганда здорового образа жизни.

**2. Сроки и место проведения:**

- 1-часовой бег «Самопреодоление» проводится на Центральном Республиканском стадионе в г. Ижевске 1 раз в месяц;
- старт в 9:10 – каждое третье воскресенье месяца: 22 апреля, 20 мая, 17 июня, 15 июля, 19 августа, 16 сентября. (Только один раз в апреле соревнования пройдут 22 числа);
- регистрация участников проводится в день проведения соревнований с 8:20 до 8:55 на Центральном Республиканском стадионе.

**3. Участие в пробеге:**

- к участию в пробеге допускаются спортсмены старше 18 лет, представившие медицинскую справку о состоянии здоровья;
- при регистрации спортсмены обязаны ознакомиться и подписать «Расписку об ответственности за собственное здоровье». Отказ участника от подписания расписки ведет к автоматическому запрету его участия в соревнованиях.

**4. Условия соревнований:**

- дистанция – не ограничена; бег по большому кругу стадиона, длиной 690 м.
- лимит времени для всех участников – 1 час 00 минут;
- после истечения лимита времени, коллегия судей фиксирует дистанцию пробега с точностью до 1 метра для каждого участника и определяет победителя;
- победителем считается тот участник, кто за отведенный лимит времени пробежал большую дистанцию.

**5. Руководство подготовкой и проведением:**

- осуществляется «Марафонской командой Шри Чинмоя»;
- непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегию, утвержденную организаторами соревнований.

**6. Награждение:**

- награждение производится в следующих возрастных категориях:  
среди мужчин: 18–49 лет, 50–59 лет, 60–69 лет, 70 лет и старше – по 2 призовых места;  
среди женщин: 18–49 лет, 50–59 лет, 60–69 лет, 70 лет и старше – по 2 призовых места;
- поощрительными призами награждаются все участники соревнования, участвовавшие в забеге и успешно его завершившие;
- абсолютные победители среди мужчин и среди женщин не пропустившие ни одного соревнования по итогам сезона награждаются дополнительными призами.

**7. Финансирование:**

- расходы, связанные с командированием участников (проезд, питание, размещение) несут командирующие организации;
- «Марафонская команда Шри Чинмоя» несет расходы по приобретению призов, техническому проведению соревнований, организации базового питания участников на дистанции.
- В отдельных случаях, затраты по проведению соревнований могут компенсироваться за счет стартовых взносов участников соревнований, партнеров и спонсоров соревнований.