# **Положение Трейла Зимний Орех**

### **Цели и задачи**

* Развитие массового спорта и туризма на территории Ленинградской области
* Выявление сильнейших спортсменов

### **Место и время**

24 февраля 2019 года

Ленинградская область, Приозерский район, база ПАН – 2 км от ж/д станции Орехово.

### **Координаты:**

60°27'38.5"N 30°17'56.0"E

60.460694, 30.298894

### **Программа соревнований**

10.00 – 12.00 – выдача стартовых пакетов

12.00 – старт участников на 22 км

12.20 – старт участников на 10 км

13.00 – ориентировочное время прибытия победителя на 10 км

13.30 – ориентировочное время прибытия победителя на 22 км

14.00 – 17.00 – время работы бани

15.00 – награждение

17.00 закрытие финиша

### **Трасса**

Трасса подготовлена снегоходом, размечена сигнальной лентой и стрелками.

На дистанции 10 км планируется один пункт питания, на дистанции 22 км – два пункта питания.

Набор высоты для 22 км – 200-250 м, для 10 км – около 100 м.

Точные треки трасс появится не позднее, чем за неделю до старта.

### **Группы участников**

#### **Дистанция 22 км**

М21 - мужчины 1985-2001 г.р.

М35 – мужчины 1975-1984 г.р.

М45 - мужчины 1965-1974 г.р.

М55 – мужчины 1964 г.р. и старше

Ж21 – женщины 1985-2001 г.р.

Ж35 – женщины 1975-1984 г.р.

Ж45 – женщины 1974 г.р. и старше

#### **Дистанция 10 км**

М – мужчины 2001 г.р. и старше

М60 – мужчины 1959 г.р. и старше

Ж – женщины 2001 г.р и старше

Ж55 – женщины 1964 г.р. и старше

**Участникам обеспечивается:**

- размеченная трасса, прокатанная снегоходом,

- стартовый номер,

- медицинская помощь,

- питание на трассе,

- картошка-пати на финише,

- теплая раздевалка,

- баня на финише,

- медаль финишера,

- закончившим забег - место и время в протоколе, диплом в электронном виде.

### **Обеспечение безопасности участников**

#### **Участники:**

* участие в трейловых забегах является добровольным
* участие в трейловых забегах представляет определенный риск для здоровья и
* экипировки участников
* участник берет на себя ответственность за состояние своего здоровья
* участник берет на себя ответственность за свою экипировку, организатор не несет
* ответственности перед участником за порчу или потерю экипировки участником во
* время забегов
* участник обязан соблюдать требования разметки, указателей и волонтеров во
* время передвижения по дистанции

#### **Организаторы**

- предоставляют медицинскую помощь участникам, врач на постоянной основе

находится в зоне стартового городка

- эвакуация участников с трассы в случае необходимости осуществляется квадроциклом или снегоходом, но для этого, в силу особенностей трассы, может потребоваться значительное время

- организатор не несет ответственность в случае, если участник вышел на старт в

состоянии здоровья, не позволяющем безопасно преодолеть дистанцию

- организатор имеет право не допустить участника на старт по состоянию здоровья в

случае, если врач соревнований обоснованно принял такое решение

### **Каждый участник обязан:**

- заверить подписью ответственность за свое состояние здоровья и физическую подготовку;

- соблюдать правила соревнований;

- корректно прикрепить стартовый номер и обеспечить возможность его прочтения в течении всего забега;

- в случае схода сообщить об этом судьям на финише или на дистанции.

### **Рекомендации по одежде**

Среднестатистическая температура воздуха в конце февраля на Карельском перешейке в районе соревнований по данным weatherarchive.ru составляет -60, влажность 80%.

Атлетам при выборе экипировки необходимо руководствоваться текущим прогнозом.

На старте организаторы будут проверять наличие:

перчаток, спортивных шапок, длинной спортивной формы, заряженного телефона.

Участникам рекомендуется использовать:

зимние кроссовки, теплые носки для бега, термобелье, термоустойчивую непродуваемую куртку.

### **Форс-мажорные обстоятельства**

Гонка может быть отменена или перенесена в случае форс-мажорных обстоятельств или при температуре ниже 20 градусов по Цельсию. Стартовые взносы в этом случае будут возвращены или перенесены.

### **Награждение**

Награждаются первые три места памятными призами в каждой возрастной группе, первые три места в абсолютном зачете среди мужчин и женщин дистанции 22 км – ценными призами.

### **Допуск и регистрация участников**

Обязательным и достаточным условием получения нагрудного номера является предварительная регистрация участника и оплата стартового взноса.

### **Регистрация и стартовый взнос**

Предварительная регистрация – на сайте [O-time.ru](http://o-time.ru/)

**Стартовые взносы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дистанция | Оплата до 23 января 2019 | Оплата 24 января – 20 февраля | Оплата в день старта |
| Дистанция 22 км | 1400 руб. | 1600 руб. | 2000 руб. |
| Дистанция 10 км | 1200 руб. | 1400 руб. | 1800 руб. |

Лицам 1959 г.р. и старше скидка 50%.

**21, 22 и 23 февраля 2019 года заявки и перезаявки не принимаются.**

Предварительная заявка без оплаты не считается принятой. Отказавшимся от участия в соревнованиях стартовый взнос не возвращается.

Перерегистрация (изменение дистанции, ФИО, год рождения участника) до 20 февраля бесплатна, производится самостоятельно по ссылке, полученной в письме активации или письмом на [alexey\_mtbo@mail.ru](mailto:alexey_mtbo@mail.ru).

Перерегистрации в день старта нет.

*Данное положение является официальным вызовом на соревнования.*