**ПОЛОЖЕНИЕ**

**Ореховый трейл-кросс  18 мая 2019г.**

1. Организатор: Антон Власов,
  основатель БегиКрути (www.begikruti.ru)

1.2 Цели и задачи:

· популяризация и развитие бега по пересеченной местности;
· пропаганда здорового образа жизни;
· повышение спортивного мастерства спортсменов.

2. Время и место проведения соревнований :
Соревнования проводятся 18 мая 2019,  в Оре́хово.  [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:
18 мая 2019 г.
10.30– 11.45 регистрация, выдача номеров.
12.00 – старт участников на 3 круга, 2 круга и старт участников на 1 круг.
Награждение победителей состоится сразу после финиша всех участников.

4. Группы участников Орехового трейл-кросса:

15 км extra-hard

 М -  extra-hard   мужчины всех возрастов.

 Ж - extra-hard   женщины всех возрастов.

  10 км hard

* М18 (мужчины от 18 до 29 лет)
* М30 (мужчины от 30 до 39 лет)
* М40 (мужчины от 40 лет)
* Ж18 (женщины от 18-30 лет)
* Ж30 (женщины от 30 лет)

   5 км medium

* М - medium   (далее МФ) - мужчины всех возрастов.
* Ж - medium   (далее ЖФ) - женщины всех возрастов.

5. **Медаль финишёра получают первые 50 финишировавших участников и оплативших стартовый взнос не позднее, чем неделя до старта.**

6. Награждение:

- в группе 15 км (extra-hard) первые три места в абсолюте в М и Ж дипломы и сувенирные подарки.

- в группах (10 км hard) М18, М30, М40, Ж18, Ж30 - первые три места награждаются памятными дипломами и сувенирными подарками.

- в группах (5км  medium )МФ, ЖФ - первые места награждаются памятными дипломами.

7. Дистанция:

15 км extra-hard 3 круга по 5 км

10 км hard 2 круга по 5 км

5 км  medium - один круг 5 км

8. Заявки и оплата на сайте [http://reg.o-time.ru](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Freg.o-time.ru)  800 рублей до
10.05.2019, после 10.05.2019 стоимость 1000 рублей, оплата на месте 1200 рублей

Тел для справок: 89217983942 Дополнительная информация будет в группе  <https://vk.com/trailcross>  и на сайте [https://begikruti.ru](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fbegikruti.ru)

9. Безопасность:

Все участвующие  должны иметь медицинский полис. Каждый участник несет персональную ответственность за свое здоровье и отсутствие медицинских противопоказаний, а также за свою подготовку к соревнованиям. 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 трейл-кроссе.

Всем удачи и личных побед!