

# КОЛОМИНСКИЕ ОВРАГИ

## 3 ЭТАП. КРОСС.

### ПОЛОЖЕНИЕ

8 ИЮНЯ 2019

---

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Пропаганда здорового образа жизни
- Привлечение внимания населения к бегу, велоспорту и лыжным гонкам
- Выявление сильнейших спортсменов

### МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

**Место:** Московская обл., Воскресенский район, вблизи д. Шильково и д.Вострянское,

**Координаты парковки:** 55.297440, 38.766288, подъезд через д. Вострянское (навигаторы находят), проезжаем её вдоль по направлению к лесному массиву, через ж\д. Всего после деревни 800м по асфальтированной дороге.

Паркуемся на поляне в конце асфальта, проходим вверх в подъем 200м до стартовой поляны.

**На электричке** до станции Шиферная от Казанского вокзала. Далее пешком 3км или на такси до д. Вострянское и далее 800м до парковки.

## РЕГЛАМЕНТ СОРЕВНОВАНИЙ

К соревнованиям допускаются участники старше 16 лет имеющие мед. справку о допуске к старту или заполнившие по месту расписку о персональной ответственности за своё здоровье. (подробности узнавайте по телефонам: 8 915 087 75 33 Андрей Юрьевич 8 985 190 14 99 Евгений).

Формат соревнований масстарт на дистанции 7, 14, 21 км.

Беговой круг длиной 7км. На каждом кругу будет организован 1 или 2 пункта питания участников (бананы, вода, кола и тд.)

## ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

**9:30** – Регистрация участников (подтверждение онлайн регистрации и приём новых заявок);

**11:10** – Закрытие регистрации;

**11:20** – Официальное открытие соревнований (построение участников);

**11:30** – Общий старт участников

- женщины (7, 14, 21 км);
- мужчины (7, 14, 21 км);
- ветераны 55 лет и старше (7, 14, 21 км)

**13:00** – Конкурсы, общение

**13:30** – Церемония награждения;

**14:00** – Закрытие соревнований.

# РЕГИСТРАЦИЯ И СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

## Стартовый взнос:

Дистанция	Взнос онлайн до 28 мая 23ч59мин	Взнос онлайн до 04 июня 23ч59мин	Взнос по месту	Старше 55лет
7км	300р	400р	600р	300р
14км	400р	500р	700р	300р
21км	400р	500р	700р	300р

Для участников старше 55 лет без онлайн регистрации, регистрация и оплата ведется по месту).

В случае возникновения трудностей онлайн заявки просьба обращаться по тел

8 915 087 75 33 Андрей Юрьевич

8 985 190 14 99 Евгений

**Окончание приёма онлайн заявок: 04 июня 2019г, 23ч 59мин**

## НАГРАЖДЕНИЕ

**Все участники, закончившие дистанцию получают оригинальные медали финишёра с логотипом мероприятия.**

Отдельно в абсолютном зачёте на каждую дистанцию награждаются грамотами, призами от спонсоров и сладкими подарками мужчины и женщины с 1 по 6 место.

Возрастная группа 55 лет и старше награждается с 1 по 3 место.

## РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Организаторы соревнований:

Коломин Евгений 8 985 190 14 99

Загречук Андрей Юрьевич 8 915 087 75 33