**«Сутки бегом»**

**РЕГЛАМЕНТ
Открытого легкоатлетического пробега «Сутки бегом»**

**Цели и задачи**

Пропаганда здорового образа жизни и приобщение населения к активным занятиям физической культурой и спортом; Развитие и укрепление спортивных связей между городами, организациями, клубами; Развитие массового спорта.

**Место и время проведения**

Пробег проводится в г. Щучине (Гродненская область, Республика Беларусь) 3-4 июля 2020 г.

Соревнования включают в себя 2 дистанции: 24 ч и 12 ч.

Время старта на 24 ч – 12.00 3 июля. На 12 ч – 23.00 3 июля.

Соревнования проводятся по пешеходной дорожке вокруг городского озера. 90 % покрытия составляет тротуарная плитка, 10 % - асфальт, перепад высот практически отсутствует, круг –1175 м, трасса освещенная.

**Участники соревнований**

К участию в пробеге допускаются все желающие в возрасте от 18 лет и старше, не имеющие каких-либо медицинских и других ограничений по здоровью.

На старте участники заполняют расписку об ответственности за свое здоровье и отсутствие каких-либо претензий к организаторам.

**Регистрация**

Регистрация на пробег открывается 8 марта и продлится до 26июня 2020 г. После регистрации участник оплачивает добровольный стартовый взнос в следующем размере:

8.03 – 01. 06 – 40 р (12 ч), 50 р (24 ч);

02.06-26.06 – 50 р (12 ч), 60 р (24 ч).

Участники суточного бега в 2019 г. получают скидку при оплате стартового взноса в размере 25 %.

Предварительная регистрация осуществляется по электронной почте lisviktorl@mail.ruc указанием следующих данных: фамилия, имя, дата рождения, город, беговой клуб, телефон, электронная почта, дистанция.

С 27июня по 2 июля предварительная регистрация не осуществляется. В виде исключения можно зарегистрироваться на старте с оплатой стартового взноса в сумме 100 р. Деньги, полученные в результате стартового взноса, пойдут на организацию соревнований.

Способы оплаты согласовываются с главным судьей соревнований по телефону либо электронной почте, указанным в Регламенте.

Окончательная регистрации и выдача стартовых номеров для участников в суточном беге состоится с 10.30 до 11.303 июля на месте старта. Для участников 12-часового бега – с 22.00 до 22.30.

**Определение победителей и награждение**

Определение победителей и призеров, а также фиксация результатов всех участников осуществляется по количеству метров, преодоленных за отведенное время.

Минимальная дистанция, которую необходимо преодолеть победителям и призерам в суточном беге составляет 120 км у мужчин, 100 у женщин. В 12-часовом беге –70 км у мужчин, 50 у женщин.

В 12-часовом беге награждение производится за 1-3 места у мужчин и женщин раздельно в абсолютном зачете. В суточном беге дополнительно вводятся возрастные группы, которые будут сформированы за неделю до старта после окончания предварительной регистрации.

Победители в абсолютном зачете в суточном беге награждаются кубками, медалями, дипломами, ценными подарками. Победители в возрастных группах в суточном беге, а также победители в 12-часовом беге награждаются медалями и ценными призами или кубками от спонсоров соревнований, призеры - медалями.

Все участники, успешно преодолевшие любую из дистанции, награждаются памятными медалями финишеров.

**Руководство пробегом**

Руководство и проведение соревнований осуществляет оргкомитет.

Главный судья – Лисовский Виктор Борисович (+37529 5893613 (МТС), lisviktorl@mail.ru.

**Прочие условия организации и проведения пробега**

Все участники, прибывающие в г. Щучин накануне старта, а также желающие остаться в городе после окончания пробега, обеспечиваются проживанием по согласованию с главным судьей (гостиница/ районный центр туризма и краеведения детей и молодежи (наличный расчет)/ маты в спортзале (бесплатно).

Во время проведения пробега в непосредственной близости от трассы будут установлены палатки для переодевания и хранения вещей. Отдых во время соревнований участники организуют самостоятельно ( есть возможность поставить свою палатку в непосредственной близости от старта – финиша).

Вовремя и после окончания пробега участники обеспечиваются питанием в достаточном количестве. Питание включает в себя супы, каши, бутерброды, фрукты, воду, соки, кока-колу, минералку.

По желанию участников соревнований вечером 2 июля для них будет организована культурная программа в г. Щучине.