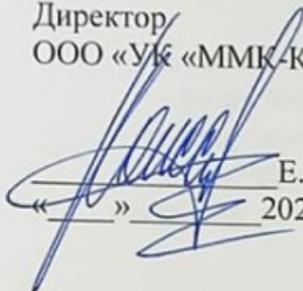


«СОГЛАСОВАНО»

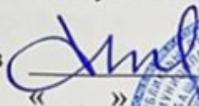
Директор
ООО «УК «ММК-Курорт»


« » 2020 г.

Е.К. Кожяев
2020 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Глава Администрации
МР Абзелиловский район
Республики Башкортостан


« » 2020 г.

И.Т. Нафиков
2020 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

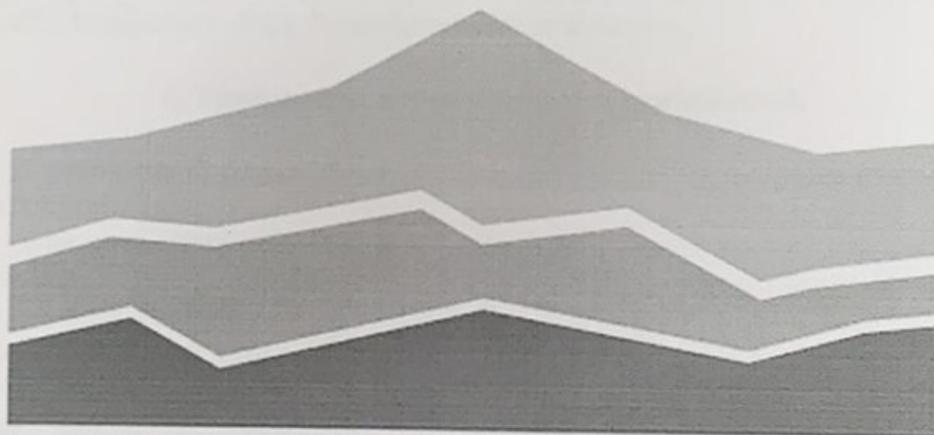
Директор АНО ЦПСМ
«Уфимский Марафон»



Литвинчук
2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении фестиваля «Легенда Урала» 2020



Легенда Урала

Абзелиловский район - 2020

1. Цели и задачи.

Соревнования проводятся с целью:

- развития массовой физической культуры и спорта,
- популяризации здорового образа жизни;
- популяризации и развития бега по пересеченной местности и плавания на открытой воде.

2. Место и сроки проведения.

Место проведения соревнования: Республика Башкортостан, Абзелиловский район, д. Зеленая поляна, санаторий «Юбилейный».

Соревнования проводятся с 21.08.2020 по 23.08.2020.

Начало соревнований 21.08.2020 в 20 часов 00 минут.

День приезда участников 21.08.2020.

День отъезда участников 23.08.2020.

3. Организаторы соревнований.

Общее руководство и проведение соревнований осуществляется Администрацией МР Абзелиловский район Республики Башкортостан (Отдел по социальному развитию) и АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республики Башкортостан.

Непосредственное руководство возлагается на АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республики Башкортостан.

4. Требования к участникам соревнований.

Соревнования проводятся по двум видам спорта: плавание на открытой воде и легкая атлетика.

К участию допускаются все желающие, оплатившие стартовый взнос, имеющие медицинскую справку и страховку и не имеющие возрастных ограничений на выбранную дистанцию.

Вертикальный забег (возрастное ограничение – 16+) протяженностью 2 км до высоты 940 м над уровнем моря (перепад высот 450 м, средний уклон на дистанции забега 18°, максимальный уклон 30°), в качестве дополнительного снаряжения обязательно наличие у участника на данной дистанции исправного налобного фонаря, а также рекомендовано наличие треккинговых палок. Маршрут указан в приложении №1.

Трейловый забег (возрастное ограничение – 18+) на 14 км (набор высоты 340 м, максимальная высота 650 м) и 25 км (набор высоты 400 м, максимальная высота 940 м). Маршрут указан в приложении №1.

Рекомендуется использовать обувь, предназначенную для бега по пересеченной местности, гетры, головной убор (кепка, шапка или бандана), иметь при себе водонепроницаемую куртку. Всем участникам рекомендуется использовать средства защиты от солнца, такие как солнцезащитные очки и крем с SPF – фактором защиты от солнца.

Контрольное время:

- при вертикальном забеге – 40 минут;

- при забеге на 14 км – 3 часа;
- при забеге на 25 км – 4 часа (контрольную отметку 15 км необходимо пройти не позднее 2 часов 30 минут с момента старта).

Детский забег: до 5 лет – 100 м, от 6 до 7 лет – 200 м, 8-9 лет – 600 м, 10-12 лет – 800 м.

Заплыв на 1 км, 2 км и 4 км на озере «Банное» (возрастное ограничение – 18+).

Маршрут указан в приложении №1.

При заплыве на озере «Банное» обязательно использование плавательной шапочки, выданной организаторами, индивидуального страховочного буй (предоставляется организаторами во временное пользование по предварительной заявке за дополнительную плату в размере 350 руб.).

Использование гидрокостюмов:

- при температуре воды выше 24 градусов цельсия – использование гидрокостюмов запрещено;
- при температуре воды выше 18 градусов цельсия – использование гидрокостюмов разрешено;
- при температуре воды ниже 18 градусов цельсия – использование гидрокостюмов обязательно;
- при температуре воды ниже 16 градусов цельсия – возможны изменения дистанции вплоть до отмены.

При температуре воды ниже 20 градусов цельсия рекомендовано использование не только гидрокостюма, но и утепляющего шлема, перчаток и носков.

Контрольное время:

- в заплыве на 1 км – 40 минут;
- в заплыве на 2 км – 1 час 30 минут;
- в заплыве на 4 км – 2 часа 30 минут.

На старт допускаются участники только с электронным чипом, страховочным буйем и выданной организаторами плавательной шапочке. Чип и буй следует закрепить в соответствии с инструкциями организаторов. Неправильное закрепление чипа сделает невозможным фиксацию индивидуального результата участника. По окончании заплыва чип необходимо сдать организаторам.

Организаторы вправе снять участника с дистанции, если имеются опасения за состояние его здоровья, если участник не соблюдает правила проведения соревнований и пункты настоящего положения, создает помехи другим участникам и иным способом препятствует проведению соревнований.

Участник снимается с дистанции, если он не уложился или не укладывается в лимит контрольного времени.

Пловец снимается с дистанции:

- при неправильном прохождении контрольных отметок (правила прохождения дистанции разъясняются организаторами на предстартовом брифинге);
- при преодолении дистанции без индивидуального страховочного буй, закрепленного в соответствии с инструкцией;
- при преодолении дистанции без плавательной шапочки, выданной организаторами;
- при попытке использования вспомогательных приспособлений (ласты, лопатки, матрасы и др.).

5. Содержимое стартовых пакетов:

Всем участникам в стартовом пакете выдается спортивная майка и медаль на финише. Участникам заплыва выдается плавательная шапочка.

Участники детского забега получают медаль на финише (футболка не предусмотрена).

6. Возрастные группы:

Вертикальный забег и заплыв на 1 км – без разделения на возрастные группы.

Забег на 14 км и 25 км, заплыв на 2 и 4 км:

мужчины и женщины 18 - 34 лет;

мужчины и женщины 35 - 49 лет;

мужчины и женщины 50 лет и старше.

7. Программа соревнований

21.08.2020 - день приезда, 1-ый день фестиваля.

19.00 - 19.30 час. – выдача стартовых пакетов (ГЛЦ Metallург-Магнитогорск, далее «ГЛЦ»);

20.00 час. – старт забега в гору (ГЛЦ);

21.30 час. – награждение победителей и призеров (ГЛЦ).

22.08.2020 – 2-ой день фестиваля.

08.00 - 08.45 час. – выдача стартовых пакетов (санаторий «Юбилейный»);

08.45 - 09.00 час. – брифинг на пляже (санаторий «Юбилейный»);

09.30 час. – трансфер к месту старта заплывов от санатория «Юбилейный»;

09.30 час. – старт заплыва на 1 км;

10.30 час. – старт заплыва на 4 км;

10.30 час. – трансфер к месту старта участников на 2 км санатория «Юбилейный»;

11.30 час. – старт заплыва на 2 км (санаторий «Якты-куль»);

13.30 час. – награждение победителей и призеров (санаторий «Юбилейный»);

17.00 час. – старт детского забега (санаторий «Юбилейный»);

19.00 час. – брифинг для участников трейла на пляже (санаторий «Юбилейный»).

23.08.2020 – 3-ий день фестиваля.

08.00 - 08.45 час. – выдача стартовых пакетов (санаторий «Юбилейный»);

08.45 - 09.15 час. - трансфер участников к месту старта от санатория «Юбилейный» до ГЛЦ;

10.00 час. – старт забега на 25 км на вершине (ГЛЦ);

10.00 – 10.15 час. - трансфер участников к месту старта от санатория «Юбилейный» до санатория «Якты-куль»);

11.00 час. – старт забега на 14 км (санаторий «Якты-куль»);

14.30 час. – награждение победителей и призеров (санаторий «Юбилейный»).

8. Определение победителей.

Соревнования проводятся по действующим правилам проведения соревнований по легкой атлетике и плаванию на открытой воде.

Победители и призеры определяются по лучшему техническому результату в каждой возрастной категории.

9. Награждение

Каждый участник на финише получает памятную медаль с уникальным дизайном.

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются памятными призами и почетными грамотами, учрежденными АНО ЦПСМ «Уфимский марафон» г. Уфа Республика Башкортостан. Награждения по возрастным группам проводится при условии, если в группу заявлено 3 участника или более. При меньшем количестве участников старшая группа объединяется с младшей.

Абсолютные победители на всех дистанциях с 1-го по 3-е место среди мужчин и женщин награждаются ценными призами и грамотами, учрежденными АНО ЦПСМ «Уфимский марафон».

Победители и призеры абсолютных первенств на каждой дистанции не участвуют в награждении по возрастным группам.

10. Финансирование

Расходы, связанные с подготовкой и проведением соревнований несут: АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республика Башкортостан –приобретением наградной атрибутики, подготовкой трассы, медицинским обеспечением. Расходы по командированию участников соревнований (проезд, суточные, питание, транспортные услуги, сохранение заработной платы в день соревнований) – за счет командирующих организаций.

В период 21-23 августа 2020 г. для участников действуют специальные цены на проживание.

Для всех участников и болельщиков будет организован **трансфер** Уфа-Банное (Санаторий “Юбилейный”) на междугородних автобусах (1100 руб./чел. туда-обратно).

Если планируете посетить полумарафон с семьей или друзьями, и вам необходимы дополнительные места в автобусе, сообщите об этом организаторам заранее по электронной почте: info@ufamarathon.ru с заголовком «трансфер».

График трансфера:

Из Уфы (ул. Цюрупы, д. 100) пт, 21 августа 14.00 ч.

В Уфу: Вск, 23 августа 16.00 ч. (санаторий “Юбилейный”).

11. Безопасность участников и зрителей

За обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей ответственность несут главная судейская коллегия и каждый участник индивидуально. Рекомендуем каждому участнику иметь страховой полис на все дни фестиваля.

12. Условия допуска.

Всем участникам фестиваля необходимо пройти медицинское обследование перед соревнованиями и получить справку о состоянии здоровья. Медицинская справка должна содержать печать выдавшего учреждения, подпись и печать врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию. Справка должна быть оформлена не ранее 6 месяцев до даты проведения соревнований. Участник предоставивший справку - допуск, выданную ранее 23.02.2020, не получает стартовый пакет и не допускается к старту (стартовый взнос не возвращается).

Ксерокопия медицинской справки принимается комиссией только при предъявлении оригинала (справки не возвращаются).

К участию в детском забеге допускаются участники до 12 лет, имеющие необходимую спортивную подготовку в сопровождении родителей.

В целях предупреждения финансовых потерь при возникновении непредвиденных ситуаций во время участия в соревнованиях, необходимо наличие договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, включающий участие в спортивных соревнованиях.

13. Подача заявок на участие.

Электронную регистрацию на участие в фестивале можно пройти по ссылке legendofural.ru до 22.08.2020 (при наличии свободных слотов).

Выдача стартовых пакетов на ЭКСПО фестиваля, регистрация в дни выдачи возможна только в случае наличия свободных мест:

- «19» августа 2020 г. с 17.00 до 20.00 на территории спорткомплекса «АРЕНА ТАН» по адресу г. Уфа, ул. Рихарда Зорге, д. 65;
- «21» августа 2020 г. с 19.00 до 19.30 на ГЛЦ «Металлург-Магнитогорск» (д. Зеленая поляна).
- «22» августа 2020 г. с 08.00 до 08.45 пляж в санатории «Юбилейный» (Абзелиловский район, д. Зеленая поляна).
- «23» августа 2020 г. с 08.00 до 08.45 в санатории «Юбилейный» (Абзелиловский район, д. Зеленая поляна).

Контакты организаторов:
info@ufamarathon.ru.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Вертикальный забег

Забег в гору протяженностью 2 км до высоты 940 м над уровнем моря (перепад высот 450 м, средний уклон на дистанции забега 18° , максимальный уклон 30°).



Заплыв через оз. Банное на 4 км и 2 км

Старт и финиш дистанции 1 км на пляже санатория Юбилейный.

Старт дистанции 2 км с пляжа санатория Якты-куль.

Старт дистанции 4 км с пляжа после деревни Якты-куль.

Финиш заплывов 2 и 4 км на пляже санатория Юбилейный.



Трейловый забег на 14 км

Старт из санатория «Якты-куль» и финиш в санатории «Юбилейный»
Набор высоты 340 м, максимальная высота 650 м



Трейловый забег на 25 км

Старт из ГЛЦ «Металлург-Магнитогорск» и финиш в санатории «Юбилейный»
Набор высоты 450 м, максимальная высота 940 м.

