«Утверждаю»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Рыбин К.В.

главный судья соревнования

«05» сентября 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

1/3/7-часового пробега

«Самопревосхождение»- 2020

1. **Цели и задачи**

Цели и задачи 1/3/7-часового пробега «Самопревосхождение» (далее Соревнование):

* содействие развитию шоссейного бега и бега на сверхдлинные дистанции в г.Перми;
* развитие идей самопревосхождения в спорте. Реализация такого подхода к соревновательному спорту, при котором главный стимул для занятия спортом и достижения результата – радость победы над собой, а не над соперником;
* популяризация оздоровительного бега, здорового образа жизни.
1. **Регистрация, сроки, место проведения**

Место и дата проведения Соревнования:г. Пермь, Парк культуры и отдыха «Балатово», 19 сентября 2020 года.

Проезд до места старта:

* от железнодорожного вокзала автобусами:

№ 64 до остановки «ДК Железнодорожников»,

№40 до остановки «Гознак»;

* от автовокзала автобусами

№ 19, 42, 104, 106, 109 до остановки «Гознак»,

№ 11, 30 до остановки ПКиО «Балатово» на улице Подлесная.

Регистрация участников Соревнования начинается с момента публикации данного Положения и заканчивается 18 сентября 2020 года в 9 часов.Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и получил положительный ответ организаторов.

Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются в электронном виде при помощи интернет-сервиса <https://www.zareg.me/545> , мероприятие «1,3,7 часовой бег «Самопревосхождение».

19 сентября 2020 предстартовый контроль и выдача номеровв Парке культуры и отдыха “Балатово” производиться участникам:

* 7-часового бегас 08.00 до 08.40;
* 1-го и 3-х часового бега с 08.40 до 10.40.

При получении номера участник должен представить паспорт и медицинскую справку с печатью выдавшего учреждения, печатью и подписью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию по бегу (1, 3, 7 часов или на 10 км, 21км или 42 км). Справка должна быть оформлена не ранее 19.03.2020.Справка возвращается участнику после завершения соревнования.

19 сентября 2020г.забегиСоревнованияпроводятся согласно следующего расписания:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Старт | Финиш |
| 7-часового бега | 09.00 | 16.00 |
| 1-часового бега  | 11.00 | 12.00 |
| 3-часового бега  | 11.00 | 14.00 |

 Дополнительная информация по телефонам **8-912-887-1882**; **8-922-309-68-59; почта: rkv\_15@mail.ru.**

1. **Условия участия**

Возрастные категории участников забегов (полное количество лет на день забега):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 7-часового бега | не моложе 18 лет |  |
| 1-часового бега  | не моложе 14 лет |  |
| 3-часового бега  | не моложе 16 лет |  |

К участию в пробеге допускаются спортсмены прошедшие предварительную регистрацию, представившие медицинскую справку, получившие положительный ответ организаторов.В связи с ограничением количества участников (69 человек), преимущество в допуске к пробегу отдается спортсменам, с наиболее ранней регистрацией.

Возрастные призовые группы участников (мужчины и женщины):

* 14-39 лет;
* 40-49 лет;
* 50-59 лет;
* 60 лет и старше.

Возраст участников определяется по году рождения по состоянию на дату забега.

Стартовый взнос:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Предварительно | В день старта |
| 7-часового бега | 900 руб. | 1000 руб. |
| 1-часового бега  | 300 руб. | 350 руб. |
| 3-часового бега  | 700 руб. | 800 руб. |

Стартовый взнос можно оплатить до 09.00 17 сентября 2020г., переводом на карту Сбербанка 4276490024735211, получатель Рыбин Константин Васильевич.

Об оплате стартового взноса нужно уведомить Константина Рыбина одним из способов:

* личным сообщением;
* сообщением на эл.почту rkv\_07@mail.ru;
* по телефону +7 (922) 309-68-59;
* в Контакте.

 **4. Программа мероприятия**

19 сентября 2020г.мероприятия Соревнования проводятся согласно следующего расписания:

* 08.00 Регистрация участников на месте старта
* 08.45 Торжественное построение
* 09.00 Старт 7-ми часового забега
* 10.45 Торжественное построение
* 11.00 Старт 1 и 3-х часового забегов
* Награждение победителей и призеров

 1-часового забега 13.00 - 13.30

 3-часового забега 15.00 - 15.30

 7-часового забега 17.00 - 17.30

 **5.Условия соревнований, определение победителей и награждение**

Участники Соревнования преодолевают дистанцию согласно международным правилам по сверхмарафонскому бегу.

Бежать во время забегов без футболки (майки) не разрешается. Индивидуальный номер, выданный при регистрации, участник обязан разместить спереди, посередине футболки (майки).

Победителем Соревнования считается участник, преодолевший наибольшее расстояниеза время забега (за 1, 3 или 7 часа).

Награждение по итогам забегов (1, 3 или 7 часовой бег) проводится в соответствии с возрастными категориями за 1, 2, 3 места.

Все участники, завершившие1,3,7-часовой бег, награждаются памятными медалями и сертификатами.

Победители и призеры всех возрастных группах награждаются медалями и дипломами.

Абсолютные победители в 7-ти часовом забеге (1, 2, 3 место) среди мужчин и женщин награждаются особыми призами.

Протоколы Соревнования публикуются с момента их проведения не позднее:

* 3 дней с предварительными итогами;
* 5 дней с окончательными итогами

**на сайте**[**http://ru.srichinmoyraces.org/races/russia/perm**](http://ru.srichinmoyraces.org/races/russia/perm)

Результаты пойдут в зачет КЛБМАтч.

При необходимости организаторы могут вносить изменения в данный Регламент.

**6. Руководство подготовкой и проведением**

Руководство подготовкой и проведением Соревнования осуществляется представителями Межрегионального общественного движения «Марафонская команда Шри Чинмоя» при участии администрации Парка культуры и отдыха «Балатово».

Непосредственное проведение Соревнования возлагается на судейскую коллегию, утвержденную организаторами Соревнования.

 Соревнование проводится при поддержке администрации Парка культуры и отдыха «Балатово» и других заинтересованных организаций и физических лиц.

**6. Трасса**

Трасса 1,3,7 часовых забегов проходит по территории Парка культуры и отдыха «Балатово». Дорожное покрытие – плитка. Трасса маятниковая, длина 1800м (в обе стороны) обеспечивается указателями. Контроль за соблюдение участниками прохождения всей длины трассы обеспечивается судьями и контролерами Соревнования.

Участники Соревнования обеспечиваются:

* водой и питанием на трассе во время забега – все участники;
* биотуалетами – участники 1,3,7часовых забегов.

**7.Обеспечение безопасности**

Безопасность участников Соревнования обеспечивается судьями и контролерами. На месте проведения Соревнования находиться квалифицированный медицинский работник, готовый оказать первую медицинскую помощь. При необходимости медицинским работником или организаторами Соревнования вызывается карета скорой помощи.

**8. Финансирование**

 Расходы, связанные с командированием участников (проезд, питание, размещениеи др.) несут командирующие организации.

 Расходы на медицинское страхование и страхование от несчастного случая несут сами участники и (или) командирующие организации.

 Расходы на организацию и проведение Соревнования несут организаторы. За счет регистрационных взносов, добровольных пожертвований, спонсорских средств и др., в том числе:

* базовое питание и питьевую воду для участников, а также специальное горячее питание (для участников 7-часового пробега2-х разовое, для 3-часового пробега 1-разовое);
* оборудование и технический инвентарь лагеря Соревнования;
* призовые сувениры, медали, дипломы, сертификаты.

 **9. Меры, направленные на предупреждение распространения Covid-19**

Для проведения мер, направленных на предупреждение распространения Covid-19, во время проведения мероприятий Соревнования выполняется следующее:

* предоставляются условия для гигиенической обработки рук с применением кожных антисептиков среди участников и представителей организаторов Соревнования, входящих на место выдачи стартовых пакетов;
* организовывается работа по допуску участников к пробегу с учетом-санитарно-гигиенических требований: с временными интервалами, раздельными стартами, социальной дистанцией и иными мерами, направленными на снижение контактов между участниками;
* озвучивается устно рекомендации участникам и другим присутствующим лицам использовать средства индивидуальной защиты.

**Настоящее положение является официальным приглашением на соревнования.**