

РЕГЛАМЕНТ
проведения открытой контрольной тренировки по бегу
в формате легкоатлетического кросса-флешмоба
«Страшно добрый забег»

г. Новосибирск,

2020 г.

I.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Открытая контрольная тренировка по бегу в формате легкоатлетического кросса-флешмоба «Страшно добрый забег» (далее кросс-флешмоб) проводится в целях популяризации и развития в г. Новосибирске бега, поддержания спортивного настроения и мотивации во время пандемии.

II.МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВКИ

Кросс-флешмоб проводится 31 октября 2020 г. на территории Дендрологического парка (ул. Жуковского, д. 100/1).

III.ПРОГРАММА ТРЕНИРОВКИ

Кросс забег в костюмах:

- Для мужчин забег на 7500 м;
- Для женщин забег на 5000м;
- детский забег на 500 м.

Для тех кто без костюма старт на 2 минуты позже. Костюмом считается, наличие хотя бы 1 элемента, отличного от типичной спортивной экипировки. Грим считается костюмом.

Лимита на прохождение дистанции нет.

План флешмоба

С **14.10.2020 г.** по **30.10.2020 г.** электронная регистрация на кросс-флешмоб на сайте информационного партнера www.sportsoyuznsk.ru. Регистрации на месте проведения мероприятия не будет.

31.10.2020 г.:

15:30–16:20 получение стартовых номеров участниками кросса-флешмоба в здании Дельфинария, по адресу ул. Жуковского 100/4;

15:30–16:20 разминка и просмотр трассы;

16:30 старт участников на дистанцию 500 м;

17:00 старт участников на дистанцию 7500м (3 круга) и 5000м (2 круга);

18:30 награждение победителей и призеров.

Круг 2,5км

Каждый участник получает уникальный номер, фиксацию результата. А также вкусный напиток и угощения на финише и памятный сувенир

IV.ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

В кроссе-флешмобе могут принять участие все желающие без ограничений по здоровью.

Ограничение по количеству участников – 200 человек.

Для участия в тренировке необходимо внести добровольный взнос:

- 500 руб. на дистанцию 5000м и 7500м;
- 300 руб. на дистанцию 500 м (детский забег).

Участие в кроссе-флешмобе считается подтвержденным после оплаты взноса. При отказе от участия по собственным причинам участника кросса-флешмоба стартовые взносы не возвращаются.

V. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ И НАГРАЖДЕНИЕ

По результату кросса-флешмоба составляется финишный протокол, который публикуется на сайте информационного партнера www.sportsoyuznsk.ru.

Участники, занявшие 1-3 места в абсолюте на дистанции 5 000 м у девушек и 7500м у мужчин, награждаются призами. Результат учитывается по итоговому времени с учетом гандикапа.

Все финишеры получают памятный сувенир.

В детском забеге на 500 м победитель не определяется и финишный протокол не составляется.

X. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки на участие в кроссе-флешмобе принимаются с **08:00 15.10.2020 г. по 00:01 31.10.2020 г.** на сайте информационного партнера АНО «Спорт Союз» (sportsoyuznsk.ru) – электронная регистрация.

Ограничения по участникам – 200 слотов. Слот считается закрепленным только после оплаты общего взноса.

Адрес тренировки в интернете: www.sportsoyuznsk.ru.

Справки и дополнительная информация по телефону: +7 968 22 111 22.