



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований по легкоатлетическому кроссу «Побег из лета».

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- 1.1 Пропаганда и популяризация здорового и активного образа жизни, привлечение населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, активному образу жизни.
- 1.2 Популяризация циклических видов спорта, как средств комплексного физического воспитания и развития.
- 1.3 Выявление сильнейших спортсменов, повышение спортивного мастерства лучших атлетов.
- 1.4 Развитие и укрепление дружественных спортивных связей.

### 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

- 2.1 Соревнования состоятся 29 августа 2021 года в г. Кимры. Начало соревнований в 10:30.
- 2.2 Местонахождение стартового городка на поляне Титовского бора. Координаты места старта: 56.873296, 37.407479.

### 3. ДИСТАНЦИИ СОРЕВНОВАНИЙ

- 3.1 В программе соревнований забеги на две дистанции:
  - основная дистанция 10 км
  - детский забег 1 км (без учёта времени)
- 3.2 Трассы всех забегов проходят по грунтовым тропам и дорожкам бора. Местность умеренно пересечённая.

### 4. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

- 10:30 – начало регистрации участников, выдача стартовых номеров
  - 11:15 – открытие соревнований, брифинг
  - 11:20 – детская музыкальная разминка
  - 11:30 – старт детского забега
  - 12:00 – старт забега на основной дистанции
  - 13:30 – награждение победителей и призёров на основной дистанции
  - 14:00 – закрытие соревнований
- Программа может быть незначительно скорректирована.

### 4. ДОПУСК УЧАСТНИКОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ.

- 4.1 К участию в забеге на основной дистанции приглашаются все желающие, способные по состоянию здоровья преодолеть всю дистанцию и не имеющие от врачей противопоказаний к физическим нагрузкам.
- 4.2 К участию в детском забеге допускаются дети в возрасте от 3 до 14 лет без дополнительных требований в присутствии одного из родителей.
- 4.3 Участник забега на основной дистанции допускается к старту при наличии личной подписи в карточке участника подтверждающей, что он ознакомлен с настоящим положением и несёт персональную ответственность за своё здоровье, за свою подготовку к соревнованиям и не имеет медицинских противопоказаний.
- 4.4 К участию в забеге на основной дистанции допускаются участники, прошедшие предварительную электронную регистрацию на сайте [www.zareg.me](http://www.zareg.me) и оплатившие стартовый взнос.

## 5. РЕГИСТРАЦИЯ И СТАРТОВЫЙ ВЗНОС.

- 6.1 Регистрация на соревнования только предварительная электронная на сайте [www.zareg.me](http://www.zareg.me). Предварительная регистрация обязательна для всех участников как на основной дистанции, так и детского забега.
- 6.2 Стартовый взнос за участие в забеге на основной дистанции 600 (шестьсот) рублей. Участие в детском забеге бесплатное.
- 6.3 Зарегистрированным считается участник, оплативший стартовый взнос и уведомивший организаторов по электронной почте [1264444@mail.ru](mailto:1264444@mail.ru) об оплате взноса с подтверждением факта оплаты (копия чека).
- 6.4 Стартовый взнос за участие в забеге на основной дистанции оплачивается переводом по номеру банковской карты 4274 3200 4087 8152 строго в день подачи заявки на участие. В случае неоплаты заявившимся участником стартового взноса в установленный срок, его данные удаляются из списка ожидания, а его место в дальнейшем может занять другой участник.
- 6.5 Регистрация на месте в день проведения соревнований производиться не будет.
- 6.6 Стартовые взносы не возвращаются.
- 6.7 Лимит количества участников на основной дистанции – 30 человек. Количество участников на дистанции детского забега не ограничено.

## 7. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

- 7.1 Соревнования состоятся в любую погоду.
- 7.2 Старт и финиш забегов всех дистанций находится в одной точке.
- 7.3 Участникам соревнований необходимо следовать всем указаниям судейской коллегии и волонтеров на дистанции. Несоблюдение данных условий ведёт к автоматической дисквалификации участника.
- 7.4 На всём протяжении соревнований на участников забега на основной дистанции должны быть надеты стартовые номера, выдаваемые организаторами перед стартом. Номер должен быть строго на груди и быть хорошо читаемым.
- 7.5 Участникам забега на основной дистанции предоставляется: размеченная трасса, стартовый номер, закончившим соревнования – время и место в протоколе, медаль финишёра, победителям и призёрам – медали и дипломы (грамоты).
- 7.6 Участники детского забега преодолевают дистанцию без стартового номера.
- 7.7 Хронометраж соревнований ручной.

## 8. НАГРАЖДЕНИЕ.

- 8.1 Победители и призёры соревнований на основной дистанции определяются по наименьшему времени, потребовавшемуся на преодоление всей дистанции. Награждение только в абсолютной категории отдельно среди мужчин и женщин:
- абсолютное первенство среди мужчин – первые 3 места,
  - абсолютное первенство среди женщин – первые 3 места.
- 8.2 Все участники детского забега на финише получают сладкий приз.

## 9. ФИНАНСИРОВАНИЕ.

- 9.1 Финансирование соревнований осуществляется за счёт стартовых взносов участников.
- 9.2 Все расходы по размещению спортсменов и трансферу к месту старта несут сами участники.

## 10. БЕЗОПАСНОСТЬ УЧАСТНИКОВ ГОНКИ.

- 10.1 Участие в соревнованиях является потенциально травмоопасным.
- 10.2 В случае схода с дистанции или возникновения чрезвычайной ситуации следует обязательно уведомить организаторов, обратиться в службу экстренной помощи и за помощью к другим участникам.

Взаимовыручка: не будьте безучастны и равнодушны, если что-то в поведении другого участника вас настораживает или удивляет, поинтересуйтесь, не случилось ли что. Помните, на месте пострадавшего всегда можете оказаться вы.

Данное Положение является официальным приглашением к участию в соревнованиях!