Grifon RUN «Петербургские RUN Сезоны». ОСЕНЬ.
07 ноября 2021 г.

НАЦИОНАЛЬНОЕ БЕГОВОЕ ДВИЖЕНИЕ
ПРОЕКТ ВСЕРОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ
RusAthletics

ПОЛОЖЕНИЕ

о спортивно-массовом мероприятии

V Осенний МарафонЪ #ВозрождениеТрадиций

ДОСТОЕВСКИЙ

легкоатлетический забег на дистанциях
1 км, 5.275 км, 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км, 63.3 км, 100 км
и соревнования по северной ходьбе на дистанциях
1 км, 5.275 км, 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км
Удельный парк, г. Санкт-Петербург
виды активности: **бег, каникросс, детский старт, FUN старты, северная ходьба, эстафета 6*10,55 км (бег) и 4*10,55 км (северная ходьба), корпоративный забег**
Традиционный **литературный** старт.
ВЫБЕРИ свой МАРАФОН, свою дистанцию.

Берегите душу,
верьте в добро,
а мир спасет красота,
милосердие и любовь.
(Ф. М. Достоевский)

История России:
"За любовь и Отечество"
отражается в беговых
событиях GRIFON RUN.
🇷🇺
Беги - внеси свой вклад в
историю!

Описание мероприятия:

Каждый год, осенью, в ноябре, в Удельном парке СПб, проходят наши орденские старты.

5 ноября 2017 г. 550 участников из 31 области России, а также из Беларуси, Украины, Италии финишировали на **I Осенний МарафонЪ** и получили реплику Ордена Российской Империи - **Орден Андрея Первозванного, девиз ордена “За веру и верность”.**

4 ноября 2018 г., Участники **II Осенний МарафонЪ** не брали Москву, Казань тоже; 700 участников из России, Беларуси, Германии, Италии, Казахстана, Турции дружно пробежали по солнечным дорожкам Удельного парка и стали Кавалерами ордена Св.Михаила - так как получили на финише медаль финишера, реплику **Ордена Св.Михаила Архангела**.

Марафон прошел в теплой семейной атмосфере, многие участвовали семьями, с друзьями, командами.

Серия марафонов Grifon Run **#Возрождение традиций** - история России и Санкт-Петербурга через спортивное знакомство с историческими парками Санкт-Петербурга, возрождение традиций, любви к истории и культуре, к своему родному городу через занятия спортом.

3 ноября 2019 г прошел III Осенний МарафонЪ. Дождь весь день по осеннему моросил, чисто по-питерски.Участники из семи стран- Италии, Казахстана, России, Литвы, Республики Беларусь, России, Украины и Эстонии преодолели свои дистанции от 1 км до сверхмарафона 100км.

СВЕРХ марафон- какой он? Для кого-то это 1 или 5 км, а для кого-то 63 или 100км.

Каждый финишер получил медаль- Орден Св.Владимира, реплику Императорского ордена Святого Владимира — ордена Российской империи за военные отличия и гражданские заслуги.

Девиз Ордена: «Польза, честь и слава».

Золотая осень и любовь к России - в каждой детали III Осеннего Марафона.

"Вирус бегу не помеха: в Удельном парке прошёл последний легкоатлетический старт осеннего сезона"
В воскресенье, **8 ноября 2020 г.,** в Удельном парке состоялся IV Осенний МарафонЪ «Кубок декабристов».
Спортсмены состязались на самых разных дистанциях – от 1000 метров до 100 километров.
Страны участников: Россия (36 регионов), Республика Беларусь, Великобритания, США и Турция.
Участники IV Осеннего марафона “Кубок декабристов” внесли в историю свои краски, пробежав исторический марафон 8 ноября 2020 г. в Удельном парке, получив тематическую медаль финишера: с контурами почтовой марки, портретами декабристов, “звездой пленительного счастья” и словами А.С.Пушкина: “Мой друг, отчизне посвятим Души прекрасные порывы!”.

Петербург — это город, где творится история!

ИСТОРИЯ ТВОРИТСЯ В ПЕТЕРБУРГЕ!

📌 2021 год для Достоевского – юбилейный. В ноябре исполнится 200 лет со дня рождения, 9 февраля 2021 г . – 140 годовщина со дня смерти писателя.
После смерти Достоевский был признан классиком русской литературы и одним из лучших романистов мирового значения.

К наиболее значительным произведениям писателя относятся романы «великого пятикнижия». Романы «Преступление и наказание», «Идиот», «Бесы» и «Братья Карамазовы» включены в список 100 лучших книг Норвежского книжного клуба 2002 года.
Многие известные произведения Достоевского многократно экранизировались и инсценировались в театре, ставились балетные и оперные постановки.
🏆 Юбилейный год обещает много событий. Петербург неразрывно связан с Достоевским и его можно будет не только прочитать, но и **ПРОБЕЖАТЬ на осеннем старте 7 ноября 2021 г.**

🎖 На медали финишера изображены портрет Ф.М.Достоевского, архитектурный Петербург Достоевского с домами-колодцами, Орден Достоевского, его автограф и сцены «великого пятикнижия» писателя.

Вас ждут:

Спортивный блок: до и после забега вас ждут разминка и заминка, можно потанцевать зумбу.

Мастер-классы: вас ждут спортивные и танцевальные мастер-классы. Можно познакомиться с новинками спортивного питания, одежды и экипировки на ЭКСПО Партнеров.

Концертная программа.

Каждый участник может провести весь день в ритме Петербурга!

Ну а самые маленькие, еще только будущие чемпионы - примут участие в конкурсе морских рисунков. Они тоже получат свои памятные призы и подарки.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Цели и задачи марафона:

- ❖ популяризация оздоровительного бега и бега на длинные дистанции;
- ❖ популяризация северной ходьбы, неолимпийского вида спорта дисциплины спортивный туризм;
- ❖ привлечение населения Санкт-Петербурга к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- ❖ повышение спортивного мастерства легкоатлетов на длинные дистанции;
- ❖ патриотическое воспитание молодежи;
- ❖ популяризация зоны отдыха на территории парков Санкт-Петербурга;
- ❖ повышение туристической привлекательности Санкт-Петербурга (беговой туризм);

Наши забеги проходят в крупнейших парках Санкт-Петербурга и отличаются от шоссейных забегов тем, что грунтовые дорожки парков берегут колени, дают возможность насладиться пейзажами, при этом не требуют длительного выезда далеко за пределы города.

Наши марафоны – это яркие события, спортивные праздники, наполненные добротой и любовью к спорту, которые навсегда останутся в памяти участников благодаря четко отмеренной и размеченной дистанции, электронному хронометражу, пунктам питания по стандарту, четкому таймингу, призам победителям и бонусам всем участникам, интересной концертной программе, профессиональным фото и ярким тематическим медалям!

В рамках забегов вы можете принять участие не только в беге на 1км, 5км, 10км, 21км, марафон и 63.3км, но и в дисциплине, которую сложно найти где-либо еще – скандинавской ходьбе на 5км, 10км, 21км, 42км, а также принять участие в FUN стартах, эстафете, парном забеге.

Шоу-программа, спортивные и танцевальные мастер-классы позволят найти новых друзей, семьям и коллегам отдохнуть и пообщаться в неформальной теплой обстановке.

II. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ.

Общее руководство: Автономная некоммерческая организация содействия и развития физической культуры, массового спорта, туризма, пропаганды здорового образа жизни и организации спортивно-массовых мероприятий "Грифон", команда Grifon Run, Команда Grifon Nordic Walking, Grifon Children Run, Grifon FUN Starts.

Старты GRIFON RUN проводятся при поддержке проекта Всероссийской федерации легкой атлетики «Национальное беговое движение» и входят в календарь Национального бегового движения Всероссийской федерации легкой атлетики.
Старты GRIFON RUN вида активности северная (скандинавская ходьба) проводятся при поддержке Российской Федерации Северной Ходьбы, Российской Федерации спортивного туризма, входят в официальный календарь спортивных мероприятий РФСХ-2021
Старты GRIFON RUN - вида активности северная (скандинавская) ходьба - находятся в официальном календаре 2021, утвержденном Минспорта РФ.
Старты Grifon RUN проводятся при поддержке проекта Всероссийской федерации легкой атлетики «Национальное беговое движение» и входят в календарь Национального бегового движения Всероссийской федерации легкой атлетики.

Старты GRIFON RUN вида активности северная (скандинавская ходьба) проводятся при поддержке Российской Федерации спортивного туризма (РСФСТ СПб), Российской Федерации Северной Ходьбы и входят в официальный календарь спортивных мероприятий РФСХ-2021 и календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Санкт-Петербурга на 2021 год.

Наша деятельность на физкультурно-спортивной арене г.Санкт-Петербурга - это популяризация активного образа жизни, оказание помощи в росте личных спортивных результатов, социальном общении с единомышленниками, развитие детского массового спорта.

Сфера нашей деятельности - это проведение спортивных и физкультурных мероприятий с высокой запланированной периодичностью, которая хорошо вписывается в тренировочный процесс наших бегунов и ходоков. Наши мероприятия – это праздники для наших участников.

Содействие в организации и проведении соревнований осуществляют:
- Национальное беговое движение, проект Всероссийской Федерации Легкой Атлетики;
- Российская федерация спортивного туризма;
- Российская федерация северной ходьбы;
- Санкт-Петербургское региональное отделение Российской Федерации Северной Ходьбы;
- Комитет по физической культуре и спорту;
- Администрация Выборгского и Приморского района Санкт-Петербурга;
- Отдел физической культуры, спорта и молодежной политики Выборгского и Приморского района Санкт-Петербурга;
- Центр физической культуры, спорта и здоровья Выборгского и Приморского района Санкт-Петербурга.
Судейство соревнований осуществляет Санкт-Петербургская коллегия судей, судьи 3 категории по спортивному туризму и сертифицированные судьи РФСХ.
Судейская бригада легкая атлетика: Семенова Любовь - 1 кат., Печенкина Юлия - 3 кат., Дандышев Виталий - 3 кат., Дарья Скворцова - 3 кат.
Судейская бригада северная ходьба: Валерий Богомолов судья РФСХ по северной ходьбе, Медвинская Екатерина - судья 1 категории по спортивному туризму, группа судей 3 категории по спортивному туризму.

Директор стартов: Елена Киевич
Спортивный директор: Миша Быков
Координатор СМИ Татьяна Поздеева
PR, работа с Партнерами Виктор Киевич
Директор трассы: Андрей Сомов
Разметка: Андрей Сомов, Виталий Барский
Директор взрослого старта: Саша Кротович
Директор детского старта Grifon Children Run: Миша Лобанов

Северная ходьба Grifon Nordic Walking Татьяна Коваль
Руководство Пейсмейкерами Алексей Белоусов
Разминка Grifon RUN: Саша Кротович, разминка детских стартов Миша Лобанов
Руководитель волонтеров Ирина Валькер
Руководитель волонтеров с ОВЗ Grifon Paraolympic Starts Леонтьева Светлана
Grifon FUN Starts Оксана Гальчук
Каникросс Татьяна Усенко
Разминка Зумба Егор Анфимов
Церемония награждения Игорь Веретенников
Сувениры и доп.опции Ирина Михайлова
Музыка Дмитрий Антонов
Ведущие Ольга Васильева, Александр Кузьмин

V Осенний МарафонЪ Достоевский - это тридцать пятое социально - значимое мероприятие от команды Grifon Run, проводимое в Санкт-Петербурге.
Наша деятельность на физкультурно-спортивной арене г.Санкт-Петербурга - это популяризация активного образа жизни, оказание помощи в росте личных спортивных результатов, социальном общении с единомышленниками, развитие детского массового спорта.
Сфера нашей деятельности - это проведение спортивно-массовых мероприятий с высокой запланированной периодичностью, которая хорошо вписывается в тренировочный процесс наших бегунов и ходоков. Наши мероприятия – это праздники для наших участников.

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

- Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.
- Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016 № 134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»».
- Обеспечение медицинской помощью участников соревнований возлагается на ООО «Компания по организации спортивно-массовых мероприятий «Грифон».
- Участникам, при необходимости будет оказана медицинская помощь на всей протяженности трассы, а также будет обеспечено дежурство врачей в стартово-финишной зоне.

IV. ДАТА, МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ И КАК ДОБРАТЬСЯ.

07 ноября 2021 года, место старта: г. Санкт-Петербург, Удельный парк Санкт-Петербурга.

Адрес: проспект Энгельса, дом 28А.

Добираться можно от метро Пионерская и от метро Удельная.

Стартовый городок: расположен: **Удельный парк, сквер, вход в парк с пр.Энгельса д.28 к.1 калитка у пожарной части.**

Точка на карте: пр. Энгельса, 26А, Санкт-Петербург DD (десятичные градусы) Широта: 60.005956, Долгота: 30.323981

Приходите семьями, с друзьями и коллегами. Совместное хобби с любимыми людьми объединяет. Доля азарта и дружеское соперничество быстрее приведут к отличным результатам.

Приходите на забег пешком или добирайтесь общественным транспортом. Если вы собираетесь приехать на автомобиле, подумайте о том, чтобы захватить с собой своих друзей, также участвующих в забеге.

V. МЕДАЛЬ ФИНИШЕРА.

На оригинальной **медали финишера**, изображены портрет Ф.М.Достоевского, архитектурный Петербург Достоевского с домами-колодцами, Орден Достоевского, его автограф и сцены «великого пятикнижия» Достоевского.

“*Творчество Достоевского начинается как естественное развитие петербургского мифа и не менее связано с „петербургским пространством“, чем „Медный всадник“ Пушкина»” (Ю.Лотман)*

В 2021 году Россия с размахом отметит 200-летие со дня рождения Федора Михайловича Достоевского. Писателя, которого одни боготворят, а другие называют сумасшедшим. Но все согласятся с тем, что его тексты уже более 150 лет будоражат умы и сердца людей по всему миру.

Жизнь и творческую репутацию писателя очень часто определяют мифы и мистификации. Вопреки ли или благодаря этому в XX веке Достоевский стал одним из самых известных русских писателей в мире, "Достоевский - это материк, который мы только еще осваиваем".

Петербург - город молодости **Достоевского**, его рождения как писателя, его головокружительных успехов, трагических переживаний и утрат. Он всегда необходим был ему для творчества, город присутствует во многих его произведениях. Иногда как фон, чаще как действующее лицо. С большей или меньшей приблизительностью можно найти места, связанные с каждым **петербургским** произведением.

Петербург – лучшая иллюстрация к романам Достоевского— именно этот смысл мы заложили в дизайн нашей медали.

Несколько лет назад учрежден Орден Достоевского – награда общественного признания Пермской организации Союза писателей России, перешагнувшая рамки региональной. На сегодня география номинантов ордена — «от Москвы до самых до окраин». “Кроме пермяков, награждены москвичи, и екатеринбуржцы, и кировчане, и ульяновцы, и омичи, и красноярцы — всех не перечислишь”, – подчеркивает глава пермских писателей Владимир Якушев. — Да, идея учреждения награды родилась в Перми, изготавливаются ордена в Екатеринбурге, но присвоение их, так или иначе, утверждается в Москве.

- **Все финишировавшие участники**, всех видов активности: бег, северная ходьба, каникросс, FUN старты, эстафета, парный забег - на всех дистанциях 1км, 5.275 км, 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км, 63.3 км и 100 км награждаются медалью финишера.

Медаль финишера - тематическая.

Медаль литая, металлическая, с эмалью, двусторонняя; с обратной стороны нанесен логотип Grifon RUN.

Крепится на фирменную ленту с кобальтовой сеткой, с нанесением логотипа, даты и названия марафона.

Петербург – лучшая иллюстрация к романам Достоевского— именно этот смысл мы заложили в дизайн нашей медали.

- **ДРЕСС КОД**: Приветствуются участники одетые в одежду фиолетового цвета и одежду с элементами одежды эпохи Достоевского (19 век).

- На все наши марафоны мы устанавливаем шутливые дресс-коды. Дресс код- это пожелание участникам к одежде для создания атмосферности забега. Но главное- это хорошее настроение и позитивный настрой!
- Организаторы приготовили стильные беговые футболки с символикой мероприятия, которые можно купить одновременно с регистрацией.

VI. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И ВИДЫ АКТИВНОСТИ.

СЕРИЯ СТАРТОВ #GRIFONRUN:
МЫ УЧИМ ❤ ЛЮБИТЬ БЕГ!

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены и любители бега всех возрастных групп. Участник самостоятельно оценивает уровень своей физической подготовки и определяет какую дистанцию выбрать.

БЕГ

Вид активности: бег. Любой желающий, профессиональный спортсмен или просто любитель, сможет преодолеть одну из дистанций, получив заряд бодрости и отличного настроения.

Для вас мы приготовили **СЕМЬ дистанций**, частей марафона:

- М 2.0 🔹 **100 км** сверхмарафон, для самых опытных бегунов;
- М 1.5 🔹 **63,3** км ультрамарафон, для супер опытных бегунов;
- М1 🔹 **42,2 км** для для опытных бегунов, марафонцев;
- М1/2 🔹 **21,1 км** для продвинутых бегунов, полумарафонцев (с 17 лет);
- М1/4 🔹 **10,55 км** для опытных спортсменов (с 14 лет);
- М1/4* 6 чел. 🔹 **6*10,55 км Эстафета**;
- М1/8 🔹 **5,275 км** для тех, кто знаком с бегом (с 10 лет);
- М4*1/8 🔹 эстафета 4***5,275 км** для команд (с 18 лет)
- М1/42 🔹 **1 км** для самых маленьких, детей и юниоров (от 1-17 лет);
- ФОРТУНА **русская рулетка**: дистанцию участник узнает в день старта, в парке (дистанции 5,275 км или 10,55 км или 21,1 км).

Мы будем рады видеть на забеге и **участников на инвалидных колясках**, просьба сообщить о своем участии заранее на электронную почту grifonrun@gmail.com Будьте внимательны к бегунам вокруг вас. Если это возможно, стартуйте позади всех и старайтесь придерживаться одной стороны трассы.

<u>Эстафета 6*10,55 км эстафетный ультрамарафон</u>

Вид активности: бег.

Для вас мы приготовили **эстафетный ультрамарафон**:

М1/4*6 🔹 **6*10,55 км Эстафета** (с 18 лет);

К участию допускаются мужчины и женщины 18 лет и старше. Возраст участника определяется по состоянию на 31 декабря 2021 года.

Состав Команды - шесть человек, независимо от пола. Каждый участник Команды должен бежать не больше одного этапа подряд.

Запрещается одному участнику бежать за разные эстафетные команды. За нарушение дисквалификация.

Обо всех изменениях в составе Команды (добавление, замена одного участника на другого и пр.) капитан должен сообщить в письменном виде не позднее чем за 30 минут до старта соревнований (т.е. до 09.00). В день старта дополнительной регистрации для участников эстафеты не будет.

В Эстафете награждаются команды, занявшие с 1 по 3 место, независимо от пола.

ФОРТУНА русская рулетка

NEW! Русская рулетка.
Мы знаем, что спортсмены, как и все остальные люди - АЗАРТНЫ.
И решили "пощекотать" вас Русской рулеткой.

При регистрации можно выбрать вариант фортуны, а дистанцию узнать в день забега (5,275км, 10.55км, 21.1км) в парке.

Участникам дистанции Русская рулетка необходимо подойти в день мероприятия к сцене в центре стартового городка в 10:00 и испытать фортуну: вытащить из лототрона свою дистанцию, это может быть 5 км, 10 км или 21 км. Удачи!

Корпоративное и командное участие

Создаем настроение бегунам, чтобы бежалось дружнее единомышленникам: командами и с коллегами.

Для **участия** необходимо подать заявку на на электронную почту grifonrun@gmail.com
Стартовые пакеты может получить один представитель от команды.
Вы можете бежать со своей символикой и флагами. В итоговых протоколах отдельный корпоративный командный зачет и грамота команде за участие.
Дополнительно вы можете заказать футболки с символикой мероприятия и нанесением логотипа своей компании, групповое фото и фото участников с дистанции, видеоролик 2 минуты об участии команды в марафоне
Оплата осуществляется банковским переводом на основании счета, выставленного организаторами. Стоимость участия от 2000 руб./чел. в зависимости от набора опций.

Старт на 1 км

Направлен на развитие интереса детей к бегу и спорту.
В связи с мерами профилактики Covid проходит в формате тренировки

- Для тренировки и поощрения участники тренировочного забега на **1 км бег** *подразделяются* по возрасту на 4 категории: **МАЛЫШИ** (**1-6 лет** 2015-2020г.р.), **ДЕТИ** (**7-9 лет** 2012-2014г.р.), **ПОДРОСТКИ** (**10-13** лет 2008-2011г.р.) и **ЮНИОРЫ** (14-17 лет 2004-2007г.р)
- Возраст технически определяется на 31.12.2021г. по правилам соревнований по легкой атлетике принадлежность участников к той или иной группе или подгруппе определяется по году рождения (без учета даты рождения).
- *Количество участников соревнований на 1 км ограничено и составляет **100 человек.***
- Дистанция соревнований на 1 км – маленький круг длиной 1/42 марафона = 1км.
- Участники соревнований на 1 км наравне со взрослыми участниками награждаются полноценной медалью.

Каникросс (бег с собакой)

В забеге можно принять участие и вместе со своим четвероногим другом: держите его на коротком поводке и под контролем в течение всей дистанции.

- КАНИкросс **5,275** км (бег с собакой)

Требования к участникам дистанций каникросс

- на протяжении всей дистанции на спортсмене должен быть одет в пояс для каникросса с быстросъемным карабином, потяг с амортизатором,а на собаке ездовая шлейка.
- для собак мелких пород допустим поводок.
- убедительная просьба для всех владельцев собак, придерживать питомцев на старте, чтобы не возникло драки.
- просьба убирать за своими питомцами.

FUN ЗАБЕГИ

ТАКСОХОД (спортивная ходьба с собаками мелких пород)

В забеге можно принять участие и вместе со своим четвероногим другом: держите его на коротком поводке и под контролем в течение всей дистанции.

- “ТАКСОХОД” спортивная ходьба с таксами или другими мелкими породами собак **1 км**

Требования к участникам дистанций таксохода

- для собак небольших пород необходим поводок (шлейка).
- убедительная просьба для всех владельцев собак, придерживать питомцев на старте, чтобы не возникло драки.
- просьба убирать за своими питомцами.

КОТОкросс (бег с котом в рюкзаке)

В забеге можно принять участие и вместе со своим четвероногим другом: держите его на коротком поводке (шлейке) - в рюкзаке и под контролем в течение всей дистанции.

- “КОТОкросс” бег с котом **1 км**

Требования к участникам дистанций котокросс

на протяжении всей дистанции на спортсмене должен быть рюкзак, а на коте короткий поводок (шлейка).

Северная ходьба

Вид активности: СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА является самой востребованной среди наших почётных участников.

Для участников вида активности скандинавская ходьба на наших стартах подготовлены ПЯТЬ дистанций:

- M1 🔹 **42,2 км** для для опытных ходоков, марафонцев;
- M1/2 🔹 **21,1 км** для продвинутых ходоков, полумарафонцев;
- M1/4 🔹 **10,55 км** для опытных спортсменов;
- M1/8 🔹 **5,275 км** для тех, кто знаком с ходьбой;
- M1/4* 4 чел. 🔹 **4*10,55 км Командная Эстафета**: эстафетный марафон;

- M1/42 🔹 **1 км** для начинающих спортсменов;

<u>Спортивная ходьба</u>

Вид активности: СПОРТИВНАЯ ХОДЬБА олимпийская легкоатлетическая дисциплина, в которой, в отличие от беговых видов, должен быть постоянный контакт ноги с землёй. В

Для участников вида активности спортивная ходьба на наших стартах подготовлена дистанция::

- M1 🔹 **42,2 км** для для опытных ходоков, марафонцев;

VII. ОПИСАНИЕ ТРАССЫ.

Одно из главных составляющих забега: трасса. Вы побежите по проверенной, сертифицированной трассе, подготовленной и размеченной лучшими специалистами: Андреем Сомовым с командой.
Карта трассы расположена по ссылке: ТРАССА

Трасса измерена и сертифицирована по правилам ИААФ/АИМС специалистами ПроБЕГ в России и в мире (probeg.org).

Трасса соревнований проходит по дорожкам Удельного парка по кругу длиной ~ 1/8 марафона = 5.275 км. Дистанции в частях марафона: 1/42 = 1 км, ⅛ =5.275 км (1 круг), ¼ =10.55 км (2 круга), ½ =21.1 км (4 круга), 1 = 42 км (8 кругов), 1,5 =63 км (12 кругов). 2,0=100км (19 кругов). Лимит на преодоление дистанции: 10 часов 30 минут.

Перепад высот: на круг 5.275 км - 30 м набора высоты. Трасса: асфальтовые дорожки-60%, грунтовые дорожки 40%.

<u>Разметка:</u>

Для разметки трассы используются лента, указатели и, по возможности, стоят волонтёры.

Трасса промаркирована **красно-белой** лентой каждые 50 метров “галстуками” висящими на деревьях; Детская трасса 1 км промаркирована **желто-черной** лентой.

На развилках и поворотах закреплены указатели со стрелками (красная стрелка на белом фоне).

Карта трассы забега (круг 5.275 км фиолетового цвета и круг «Детский старт 1 км розового цвета):

VIII. ДИСТАНЦИИ И ЛИМИТ УЧАСТНИКОВ.

Дистанции: **1 км, 5.275 км, 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км, 63.3 км, 100 км**.

Любой желающий, профессиональный спортсмен или просто любитель, сможет преодолеть одну из дистанций, получив заряд бодрости и отличного настроения.

Для вас мы приготовили **СЕМЬ дистанций**, частей марафона:

М 2.0 🔹 **100 км** сверхмарафон, для супер опытных бегунов;

М1.5 🔹 **63,3** км для супер опытных бегунов, ультрамарафонцев- бег;

М1 🔹 **42,2 км** для для опытных бегунов, марафонцев - бег, северная ходьба;

М1/2 🔹 **21,1 км** для продвинутых бегунов, полумарафонцев - бег, северная ходьба;

М1/4 🔹 **10,55 км** для опытных спортсменов: бег, северная ходьба;

М1/8 🔹 **5,275 км** для тех, кто знаком с бегом: бег, северная ходьба, каникросс;

М1/42 🔹 **1 км** для начинающих - бег, северная ходьба;.

М1/42 🔹 **FUN старты 1 км** для всех участников ТаксоХОД, КОТОкросс.

Виды активности: Бег, северная ходьба, каникросс (бег с собакой), FUN старты (бег с котом и ходьба с собаками мелких пород).

ФОРТУНА русская рулетка При регистрации можно выбрать вариант фортуны, а дистанцию узнать в день забега (5,275км, 10.55км, 21.1км) в парке.

Количество участников соревнования дистанций: 1 км, 5,275 км, 10,55 км, 21,1 км, 42,2 км, 63,3 км, 100 км и online формат - ограничено и составляет **900 человек**

IX. СТАРТ /ФИНИШ.

- **Старт сверхмарафона (100 км)** в **7:30** *Лимит на преодоление дистанции*: 12 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.
- **Старт ультрамарафона (63,3 км)** в **9:30** *Лимит на преодоление дистанции*: 10 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.
- **Старт Эстафетного ультрамарафона (6 чел.*10,55 км = 63,3 км)** в **9:30** *Лимит на преодоление дистанции*: 10 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.
- **Старт участников дистанции 42.2 км** «Северная ходьба» в **09:45** *Лимит на преодоление дистанции*: **9** часов 45 минут.
- Старт участников дистанции Эстафетный марафон «Северная ходьба» 4*10,55 км - в **09:45**;
- **Старт марафона 42,2 км, бег** в **10:00**.
- Старт участников дистанции 21.1 км «Северная ходьба» в **10:10**;
- Старт участников дистанции 5.275 км «Каникросс» в **10:30**;
- **Старт Детского старта на 1 км**, бег в **11:15**;
- Старт Детского старта 1 км, «Северная ходьба» в **11:17;**
- FUN Старты на дистанции 1км: FUN “КАНИкросс”, “КОТОкросс”, “ТАКСОХОД” спортивная ходьба с таксами и мелкими породами собак в **11:23**;
- Старт участников дистанции 10.55 км «Северная ходьба» в **11:25**;
- Старт участников дистанции 5.275 км «Северная ходьба» в **11:30**;
- Старт дистанции 21.1 км, бег и эстафетный полумарафон 4*5,275км - в **12:00**.
- Старт дистанции 10,55 км, бег в **12:05**.
- Старт дистанции 5.275 км, бег в **12:10**.
- Закрытие соревнований в **19:30**;

X. ПЕЙСМЕЙКЕРЫ

На дистанции 1/4 марафона, полумарафон, марафон и ультрамарафон будут стартовать пейсмейкеры на целевое время. *Пейсмейкеры* – подготовленные спортсмены, в задачу которых входит вести бег по дистанции в равномерном темпе с тем, чтобы финишировать в заданное время. Менее опытные участники забега могут ориентироваться на темп пейсмейкеров, и соотносить свою скорость с ожидаемым результатом.

На дистанции 10.55 км будет стартовать пейсмейкер на целевое время: 00:50. На дистанции полумарафон будут стартовать пейсмейкеры на целевое время: 1:40, 1:50, 2:00. На дистанции марафон: 4:00.
Отобранные под чутким руководством Алексея Белоусова - вести на результат будут лучшие представители Команды Пейсмейкеры Санкт-Петербурга.

XI. ХРОНОМЕТРАЖ, РЕГИСТРАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.

На соревнованиях применяется система электронного хронометража с контрольными отметками на дистанции. Фиксация времени производится с помощью электронного чипа, размещенного на лодыжке ноги.

- Стартовый номер размещается на груди участника или на специальной поясной сумке спереди. Убедитесь, что номер на старте закреплен на передней части тела и ничто не препятствует его прочтению.
- Все финишировавшие участники награждаются медалью финишера в обмен на чип электронного хронометража.

Организатор Соревнования *не гарантирует* получение личного результата участником в следующих случаях:

- размещение стартового номера в месте, отличном от рекомендованного;
- повреждение электронного чипа хронометража;
- утрата стартового номера или электронного чипа.

Регистрация результатов: результат участников Соревнования фиксируется:

- - электронной системой хронометража с контрольными отметками на дистанции;
- - системой видеорегистрации;

Итоговые результаты транслируются в режиме онлайн и публикуются вместе с дипломами участников на сайте http://reg.o-time.ru/list_future.php не позднее 15.11.2020г.

XII. ПРЕТЕНЗИИ И АПЕЛЛЯЦИИ.

Претензии к судьям и апелляционные жалобы принимаются ***в день соревнований, в письменном виде*** (заявление в произвольной форме) **до 17:00** (время закрытия соревнований и стартового городка).

Апелляция - обжалование не вступившего в силу решения судей, выраженное в письменной форме, которое выражает несогласие: с результатом оценки выступления спортсмена судьями, с допуском или не-допуском спортсмена (-ов) к участию в соревновании, с нарушением общих правил поведения спортсменами и участниками соревнований, с допущенной несправедливостью по отношению к участнику соревнований, с нарушением общепринятых норм спортивной этики.

Порядок подачи апелляции

Апелляция может быть подана представителем команды, тренером, участником - Главному судье соревнований.

Подача апелляции возможно только после объявления результатов соревнований, до вступления в силу решения судей.

Апелляция должна обязательно содержать следующие данные:

ФИО спортсмена (-ов), в отношении которых, по мнению подающего апелляцию была допущена ошибка, название дисциплины, в которой участвовал спортсмен и по которой подается апелляция, ссылка на пункт правил (какие именно правила действуют в рамках соревнования описано в положении о соревновании) или Регламента Соревнований, которые подающий апелляцию считает нарушенными, ФИО, должность и подпись лица, подающего апелляцию.

Апелляция не удовлетворяющая всем вышеуказанным требованиям не может быть принята к рассмотрению.

Порядок подачи апелляции

Участник или лицо, уполномоченное подавать апелляцию от лица участника соревнования уведомляет Главного судьи соревнований о желании подать апелляцию и передает ее лично в руки секретарю, либо Главному судье соревнований и передает денежный залог.

Залог

Протесты, жалобы и апелляции, адресуемые Главному Судье, сопровождаются залогом в сумме, равной 5 стартовым взносам или 5000 руб. (бОльшая из двух сумм)

Залоговая сумма возвращается, если апелляция была удовлетворена. Если апелляция отвергается, то залоговая сумма удерживается лицом, которому она изначально была передана и впоследствии перечисляется в Оргкомитет соревнований.

Главный судья соревнований создает своим решением Апелляционную комиссию из судей, в составе председателя и двух членов. Апелляционная комиссия может быть также утверждена до начала соревнования на совещании судей и представителей команд.

Апелляционная комиссия по существу рассматривает апелляцию, принимает и оглашает решение. Во время рассмотрения апелляции Апелляционной комиссией могут быть использованы (по решению председателя) видео материалы, опрошены представители, спортсмены, судьи. Никто не имеет права

вмешиваться в работу Апелляционной комиссии. При неявке или отсутствии кого-либо из заинтересованных лиц комиссия имеет полное право вынести решение заочно.
Решение Апелляционной комиссии является окончательным, изменениям и обжалованию не подлежит. Решению Апелляционной комиссии обязаны подчиниться все: Судейская коллегия, официальные представители команд, спортсмены.
Решение апелляционной комиссии должно быть справедливым и придерживаться духа fair play (честные состязания).
Лицо, подавшее апелляцию может быть уведомлено о решении Апелляционной комиссии устно или письменно.

XIII. СТАРТОВЫЙ ГОРОДОК И МЕСТО СТАРТА.

Месторасположение стартового городка и центра соревнований Удельный парк, сквер, вход с пр.Энгельса 28к.1 калитка у пожарной части.
точка на карте: пр. Энгельса, 26А, Санкт-Петербург

DD (десятичные градусы) Широта: 60.005956, Долгота: 30.323981

Схема стартового городка и установки оборудования:

- в **центре соревнований** располагаются Палатка организаторов - **выдача номеров участникам, судейская палатка, раздевалки, камера хранения**. Недалеко от зоны старта находятся **биотуалеты** и **скорая помощь**.
- на трассе расположены ***"пункты питания на трассе"*** (*сладкий чай, кока-кола, вода, бананы, апельсины, изюм, черный хлеб с солью*), доступные участникам по ходу забега (на дистанциях 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км, 63.3 км, 100 км). Участники вправе разместить своё питание на столике (подписав его).
- на **финише** расположены финишные **пункты питания** и кофейный павильон.

- в стартовом городке расположены палатка гравера (гравировка медалей), инстапринтер (печать брендированных фото), палатки со спортивным питанием и экипировкой;

XIV. СТАРТОВЫЙ ВЗНОС.

В плату за участие входит:

- сертифицированная, подготовленная и размеченная трасса;
- стартовый номер участника и булавки;
- чип индивидуального хронометража;
- возможность бежать на целевое время за пейсмейкерами;
- камера хранения;
- эксклюзивная медаль финишера;
- пункты питания на трассе;
- пользование биотуалетами;
- первая медицинская помощь (при необходимости)- на всем протяжении трассы (дежурит карета скорой помощи);
- результат в итоговом протоколе, награждение, призы;
- культурно-развлекательная программа;
- пакет финишера;

Для участников также каждый раз добавляются *дополнительные возможности*- фотозона, развлекательная программа, *инстапринтер*: возможность бесплатно распечатать фото прямо на мероприятии (услуги Инстапринтера оплачивают организаторы, поэтому печать для участников- бесплатная), спортивный массаж на финише, бонусы и скидки от Партнеров и другое.

Virtual Run (online формат): участник не принимает участие на самом мероприятии в парке Санкт-Петербурга (бежит у себя в регионе, отчитывается нашим специалистам и получает медаль по почте)

В плату за участие (online формат) **входит:**

- электронный стартовый номер;
- эксклюзивная медаль финишера;
- электронный диплом участника;
- участие в конкурсах и розыгрышах;
- результат в итоговом протоколе;
- доставка медали Почтой России для иногородних участников.

Плата за участие: участие необходимо оплатить после заполнения регистрационной формы. Способы оплаты: банковские карты платежных систем Visa, MasterCard, Maestro и ЯндексДеньги в режиме онлайн.

Стартовый взнос V Осенний МарафонЪ Достоевский

дистанция и виды активности	часть марафона	стоимость Стартового взноса			
		с момента открытия регистрации по 31.05.21	с 1.06.21 по 31.08.21	с 01.09.21 по 06.11.21	в день соревнований 07.11.2021 - при наличии слотов
100 км\ бег	2.0	1800	2000	2500	3000

63.3 км \ бег	1,5	1600	1800	2000	2500
марафон 42.2 км \ бег \ северная ходьба\ спортивная ходьба	1	1500	1700	1900	2500
полумарафон 21,1 км \ бег \ северная ходьба	1/2	1400	1600	1800	2500
10.55 км \ бег\ северная ходьба	1/4	1400	1500	1700	2500
эстафетный ультрамарафон 6*10.55 км \ бег \	1/4*6	6*1300	6*1400	6*1500	x
5.275 км \ бег \ северная ходьба \ каникросс	1/8	1400	1500	1600	2000
эстафетный полумарафон 4*5.275 км \ северная ходьба	⅛*4	4*1200	4*1300	4*1500	x
русская рулетка бег или северная ходьба 5.275км-10.55км-21.1км дистанцию участник узнает в СТАРТ-ЛИСТЕ	рулетка	1400	1500	1600	x
1 км FUN забеги котокросс, таксоход, каникросс, БЭБИ старт (мамы с малышами)	1/42	1000	1100	1200	2000
1 км \ бег\ северная ходьба \ (лимит 100 человек) дети от 1-17 лет *	1/42	1000	1100	1200	2000
Virtual Run (online формат)	дистанция по выбору	1000	1100		1500

XV. ЛЬГОТЫ НА ОПЛАТУ СТАРТОВОГО ВЗНОСА.

Льготы на оплату стартового взноса (для offline формата соревнований): предоставляются только при регистрации заранее - **до 04 ноября 2020 г**.

В день старта регистрация льготной категории участников с учетом льгот - не производится.

Мужчины и женщины 60+ лет	скидка 25%
Инвалиды 1,2,3 группы	скидка 25% (при предъявлении подтверждающего документа)

Беговым и спортивным клубам	скидки 5% на участие от 10 человек участников.
Партнёрам	предоставляется один льготный слот на команду.
Для активации регистрации и предоставления скидки пишите на почту: grifonrun@gmail.com	

Скидки на Virtual Run (online формат) - не распространяются.

<u>Льготы Победителям и участникам IV Балтийского Марафона 26 сентября 2021г.:</u>
Победители в абсолютном зачете на дистанциях 5.275 км, 10.55, 21.1км, 42,2 км, 63,3 км.

- 1 место - скидка 25%;
- 2-е место - скидка 20%;
- 3-е место - скидка 15%;

Скидка действует только на следующий старт и не переоформляется на другого участника. Скидки на *Virtual Run* (online формат) - не распространяются.

Льготы на оплату стартового взноса предоставляются только при регистрации заранее - до 04 ноября 2021 г. В день старта регистрация льготной категории участников с учетом льгот - не производится.
Для активации регистрации и предоставления скидки заранее пишите на почту: grifonrun@gmail.com

XVI. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОПЦИИ.

<u>Конкурсы:</u>

В предстартовый период в группах мероприятия (VK, Instagram, Facebook и др.) организуются конкурсы на розыгрыш слотов. Выигранный слот действует только на выигранный старт и не переоформляется на другого участника.
Для активации выигранного слота пишите на мэйл grifonrun@gmail.com

Творческий конкурс для детей, участников марафона. Ждем детские рисунки на тему **«Осень в Петербурге»** на творческий конкурс.
Присылайте сканы (фото) рисунков на мэйл grifonerun@mail.ru
или загружайте в альбом: https://vk.com/album-143289497_276313627
Прием работ по 04 ноября 2021 г. включительно
07 ноября 2021 г., в день проведения марафона мы устроим выставку детского рисунка и отметим участников конкурса.

Гравировка медалей. Одна строчка - 100 руб., две строчки - 200 руб.
11:30-16:30 гравировка медалей (дистанция, время, ФИО)
Гравировку можно оплатить одновременно с регистрацией.

Конкурс аватарок.

✔ Конкурс аватарок: установи себе золотой аватар, ворвись в ОСЕНЬ!
Создай аватарку по ссылке:
Загрузи в альбом конкурса аватарок:
https://vk.com/album-143289497_276313616
Подведение итогов 07.11.2021 г.
Розыгрыш и вручение призов на старте.

- **ДРЕСС КОД**: Приветствуются участники одетые в одежду фиолетового цвета и с элементами одежды эпохи Достоевского (19 век).
- **На все наши марафоны мы** устанавливаем **шутливые дресс-коды**. **Дресс код**- это пожелание участникам для создания атмосферности забега. Но главное- это хорошее настроение и позитивный настрой! Желаем вам удачи и ждем на старте. БЕГИТЕ вместе с лучшими и установите личные рекорды, воплощайте свои мечты вместе с **нами**!
- Организаторы приготовили стильные беговые футболки, баффы и мешки для обуви с символикой мероприятия, которые можно купить одновременно с регистрацией.

Сувенирная продукция:

ФУТБОЛКИ: на память о мероприятии Участники могут купить красочные фирменные спортивные беговые футболки, с патриотической тематикой марафона и дистанциями. Купить футболку с символикой марафона можно одновременно с регистрацией, на сайте RussiaRunning - выбрав опцию "футболка" и выбрав нужный размер. Фасон унисекс.
Размеры: **Детские:** 32 (дошкольники) и 34 (школьники младших классов), 36, 38, 40.
Взрослые: XS (42-44), S (46), M (48), L (50), XL (52), XXL (54), XXL (56).
Стоимость футболки 1000руб.

Бафф беговой, размер универсальный, с логотипом и символикой мероприятия.

Бафф сделан из современного материала, обладающего влагоотталкивающими свойствами. Он быстро сохнет и сохраняет тепло, при всех своих отличных эксплуатационных свойствах имеет небольшую толщину; материал похож на мембрану, так как оснащен мини отверстиями на внешней стороне, которые позволяют изделию пропускать воздух, но при этом защищают тело от ветра и осадков. Микроволокно приятно на ощупь, носить его удобно и комфортно.

Стоимость баффа 500 руб.

Мешок-рюкзак для обуви, размер 30*40 см, с логотипом и символикой мероприятия.
Стоимость мешка 500 руб.

Значок триколор, крепление цанга
Стоимость 200 руб.

Силиконовый браслет, с символикой мероприятия и дистанциями, размер универсальный.
Стоимость браслета 200 руб.

XVII. РЕГИСТРАЦИЯ И ПЕРЕРЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ.

Регистрация открылась 09 февраля 2021 г. на платформе RussiaRunning:
https://russiarunning.com/event/Dostoevsky

- **Заявку на участие** в соревнованиях можно подать на платформе RussiaRunning.
- Регистрация завершается 04 ноября 2021 г. или ранее, при достижении лимита участников. Зарегистрированным считается участник, который подал заявку и оплатил стартовый взнос.
- По окончании регистрации участникам присваиваются стартовые номера 06 ноября 2021 г. Участник Соревнования может бежать только под своим зарегистрированным номером.
- В день СТАРТА *возможна* дополнительная регистрация с 10-00 до 12-00, *при наличии свободных стартовых пакетов.*
- ONLINE формат регионы: с 01 октября -30 ноября 2021 г.
- Положение ONLINE формат ССЫЛКА
  Регистрация: https://russiarunning.com/event/DostoevskyOnline

Схема регистрации

- Участник заполняет форму регистрации. При регистрации участник обязан указывать персональные данные в соответствии с удостоверением личности. Регистрация участника аннулируется, если участником указаны ложные, неточные или неполные данные. В случае аннулирования регистрации денежные средства участнику не возвращаются.
- Далее, переходит на страницу оплаты и оплачивает стартовый взнос.

- Участник ***считается зарегистрированным***, если он *заполнил регистрационную форму* и **оплатил регистрационный взнос**. После получения оплаты спортсмен попадает в список участников в течение 48-ми часов.
- Список участников доступен к просмотру по ссылке:

- По окончании регистрации участникам присваиваются стартовые номера. Участник Соревнования может бежать только под своим зарегистрированным номером.
- Оплаченная регистрация на Соревнование отмене не подлежит, регистрационный взнос не возвращается.

Схема перерегистрации

- Перерегистрация (передача стартового слота другому участнику) производится строго до 04 ноября 2020г., для этого напишите на почту grifonerun@mail.ru
- Переход на *онлайн формат* производится строго до 04 ноября 2021 г., для этого напишите на почту grifonerun@mail.ru
- Дистанция, выбранная при регистрации на Соревнование *может быть изменена* до закрытия электронной регистрации при наличии свободных мест. Для изменения дистанции необходимо пройти по ссылке «Изменить заявку» из письма – подтверждения от системы регистрации или направить заявку на адрес электронной почты grifonerun@mail.ru
- В случае перехода с меньшей на большую дистанцию участник обязан доплатить разницу до фактической стоимости забега на момент смены дистанции и оплатить услуги по перерегистрации. В случае перехода с большей на меньшую дистанцию оплачиваются только услуги по перерегистрации.
- Дистанция на Соревнование, выбранная при регистрации может быть изменена в день старта с 10-00 до 12-00, *при наличии свободных стартовых пакетов на дистанцию.* В случае перехода с меньшей на большую дистанцию участник обязан доплатить разницу до фактической стоимости забега по цене ЭКСПО и оплатить услуги по перерегистрации. В случае перехода с большей на меньшую дистанцию оплачиваются только услуги по перерегистрации.
- Стоимость услуги по перерегистрации 500 рублей.

XVIII. ПОЛУЧЕНИЕ СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ.

Выдача стартовых пакетов осуществляется ***в день старта, в парке, в стартовом городке***.
При получении стартового пакета участник обязан предъявить:

- документ удостоверяющий личность (или его ксерокопию).
- медицинский допуск к соревнованиям: медицинская справка должна содержать печать выдавшего учреждения, подпись и печать врача, а также указание о допуске участника к соревнованию на выбранную дистанцию. Справка должны быть оформлена не позднее 6 месяцев до даты проведения соревнований.

XIX. Медицинский контроль и допуск к участию, медицинская помощь.

- Участник допускается при предъявлении медицинской справки (оригинал и копия) о допуске к соревнованиям годностью не более 6 месяцев на момент старта. Справки не возвращаются.
- Для иностранных граждан медицинский допуск не требуется.

- ПРИ ОТСУТСТВИИ СПРАВКИ УЧАСТНИК ДОПУСКАЕТСЯ НА СТАРТ ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ РАСПИСКИ: **заранее распечатанной и заполненной**.

- Взрослые участники - образец расписки "О ПЕРСОНАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЕ ЗДОРОВЬЕ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ" **Приложение №1**.
- Уважаемые родители (законные представители), просим Вас заранее распечатать и заполнить «Согласие» на участие Вашего ребенка в тренировке! **Приложение №2.**
- Дополнительно при регистрации участники принимают договор публичной оферты:

"Настоящим даю согласие на обработку своих персональных данных. Я осведомлен о существовании риска причинения вреда (ущерба) для меня и других участников в ходе проведения спортивного мероприятия. Я физически и морально готов к участию, и к возможному физическому и психологическому напряжению в ходе данного спортивного мероприятия. Я ознакомлен и буду неотступно соблюдать положение о соревнованиях, правила соревнований и меры безопасности. Обязуюсь использовать спортивный инвентарь исключительно в соответствии с правилами соревнований таким образом, чтобы избежать причинения травм и ущерба другим участникам, зрителям и организаторам.
Я гарантирую организаторам соревнований, что являюсь дееспособным, состояние моего здоровья позволяет принять участие в спортивном мероприятии на условиях его проведения. Заявляю, что отказываюсь от каких-либо материальных или иных претензий и требований к организаторам соревнований, обслуживающему персоналу, владельцам собственности, а также к другим участникам в случае причинения мне физического, морального или иного вреда в период участия в соревнованиях, а также ухудшения состояния моего здоровья (наступление случаев нетрудоспособности), напрямую либо косвенно вызванного участием в гонках в рамках данного спортивного мероприятия".

Первая медицинская помощь

- Первую помощь можно получить в центре соревнования. В стартовом городке соревнований располагается медицинский персонал: дежурит карета скорой помощи.

Медицинское сопровождение осуществляется НУЗ "Дорожная клиническая больница ОАО "РЖД", лицензия №78-01-007834 от 26.05.2017г. Комитетом по здравоохранению СПб, ИНН 7804302780, ОГРН 1047855051749, 195271, СПб, пр.Мечникова д.27

- Заметив на трассе человека, попавшего в беду, непременно сообщите об этом на ближайшем пункте питания или волонтеру на трассе, будьте внимательны друг к другу.

XX. Ветеринарный контроль и допуск к участию, медицинская помощь.

- Соревнования проводятся с ветеринарным обеспечением. Все решения врача и ветеринарного врача, в пределах их компетенции, обязательны для участников, тренеров, судей и Организаторов состязаний.
- Перед началом состязаний в стартовом городке проводится ветеринарный осмотр собак.
- Собаки допускаются на состязания при наличии ветеринарного документа (паспорта) с указанием полной даты рождения, клейма и (или) микрочипа, отметки о вакцинации от бешенства, чумы, аденовироза, лептоспироза, парвовироза, парагриппа.
- Животные с признаками заразных болезней и травмированные животные не допускаются к участию в состязаниях.
- Использование любых медикаментозных средств допустимо только с разрешения ветеринара соревнований. В экстренных случаях возможно самостоятельное применение лекарственных средств участником, но об этом участник незамедлительно должен уведомить врача/ветеринара соревнований.

XXI. СХОД С ДИСТАНЦИИ

В случае, если участник решил прервать соревнование, он должен проинформировать об этом ближайшего организатора забега, волонтера на трассе или на пункте питания или ближайшего судью.

- Медицинский персонал, организаторы и судьи соревнования вправе отозвать участника с трассы, если они сочтут это необходимым.

XXII. ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ

Организаторы и судейская бригада имеют право дисквалифицировать участника, если он не соблюдает правила соревнований, мешает другим участникам или иным образом препятствует проведению соревнования.

Организатор оставляет за собой право дисквалифицировать участника в следующих случаях:

- участие под стартовым номером, зарегистрированным на другого участника;
- участие без стартового номера;
- внесения любых изменений в стартовый номер участника;
- участник начал забег до официального старта Соревнования, после закрытия старта или участник не пересек линию старта;
- выявления фактов сокращения участником дистанции;
- использование любых механических средств передвижения;
- врач Соревнования принял решение о снятии участника с дистанции по состоянию здоровья;
- участник не укладывается в контрольное время закрытия участков дистанции Соревнования;
- участник финишировал после закрытия финиша.

Таблица штрафов вид активности Северная (скандинавская) ходьба

Техническое нарушение	Штрафы
Переход на бег и прыжки, отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью *(замечания более 4 участников и судьи по технике).*	аннулирование результата времени
Движение без отталкивания, волочение палок *(замечания более 4 участников и судьи по технике).*	аннулирование результата времени
Движение на полусогнутых ногах (семенящий шаг).	штрафное время 3 минуты.
Малая амплитуда движения рук (отсутствие выноса локтя впереди корпуса либо заведения кисти за бедро) во время всей дистанции *(три предупреждения судьи по технике).*	штрафное время 30 секунд
Подъём наконечников палок над опорной поверхностью выше коленного сустава участника либо разведение наконечников палок в стороны по отношению к направлению движения, создание помехи при передвижении других участников соревнований.	штрафное время 1 минута

XXIII. НАГРАЖДЕНИЕ (offline формат)

Все финишировавшие участники на дистанциях 1 км, 5.275 км, 10.55 км, 21.1 км, 42.2 км, 63.3 км, 100 км награждаются медалью финишера.

Призами, дипломами награждаются с 1 по 3 место по дистанциям, видам активности и категориям мужчины и женщины:

Таблица 1 Бег и каникросс

вид активности	*1 км*				*5 км*				*10 км*		*21 км*		*42 км*		*63 км*	*100 км*
	Малыши (1-6 лет)	Дети (7-9 лет)	Подростки (10-	Юниоры(14-17 лет	Юниоры (10-17	Взрослые (18+ лет)	Сеньоры (60-69 лет)	Почетные (70+ лет	Юниоры (10-17	Взрослые (18+ лет	Взрослые (18+ лет)	Сеньоры (60+ лет)	Взрослые (18+ лет)	Сеньоры (60+ лет)	Взрослые (18+ лет)	Взрослые (18+ лет)

			13 лет)	)	лет)			)	лет)	)						
бег	*М/Д*	*М/Д*	*М/Д*	*М/Д*	*М/Д*	*М/Ж*			*М/Д*		*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*
бег эстафета 6*10,55 км									*1-2-3*							
каникросс (бег с собакой)	*М/Д*				*М/Ж*											
FUN старты	*1-6*															

Таблица 2 Северная ходьба

вид активности	***1 км***				***5 км***				***10 км***		***21 км***		***42 км***	
	Малыши (1-6 лет)	Дети (7-9 лет)	Подростки (10-13 лет)	Юниоры(14-17 лет)	Юниоры (10-17 лет)	Взрослые (18+ лет)	Сеньоры (60-69 лет)	Почетные (70+ лет)	Взрослые (Абсолют 18+ лет)	Сеньоры (60+ лет)	Взрослые (Абсолют 18+ лет)		Взрослые (Абсолют 18+ лет)	
северная ходьба	*М/Д*				*М/Д*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*	*М/Ж*		*М/Ж*	
сх эстафета 4*10.55 км									*1-2-3*					

Возрастная категория, в которой заявлено менее трех участников, по решению СК может быть объединена со смежной категорией.

Детский старт НАГРАЖДАЮТСЯ:

- **МАЛЫШИ 1-6 лет**: с 1 по 3 место на дистанции “Детский старт” 1 км, мальчики и девочки;
- **ДЕТИ 7-9 лет**: с 1 по 3 место на дистанции “Детский старт” 1 км, мальчики и девочки;
- **ПОДРОСТКИ 10-14 лет**: с 1 по 3 место на дистанции “Детский старт” 1 км, мальчики и девочки;

ЮНИОРЫ 10-17 лет награждаются мальчики и девочки с 1 по 3 место, вид активности **БЕГ**, на юношеских дистанциях 5,275 км, 10,55 км;

ЮНИОРЫ 10-17 лет награждаются мальчики и девочки с 1 по 3 место, вид активности **Северная ходьба** на юношеской дистанции 5,275 км;

СЕНЬОРЫ 60+ награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место, вид активности **Северная ходьба** на дистанции **5,275 км**; вид активности **БЕГ** на дистанциях **21,1 км** и **42,2 км**;

ПОЧЁТНЫЕ 70+ награждаются награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место, вид активности **Северная ходьба** на дистанции **5,275 км**;

КАНИКРОСС награждаются:

- **КАНИКРОСС** (*Взрослые 18+), мужчины и женщины* с 1 по 3 место;

FUN старты 1 км награждаются взрослые и дети **с 1 по 6 место:**

- **БЭБИ старт**, **ТаксоХОД, КОТОкросс, КАНИКРОСС детский старт 1 км.**

Дистанция 5,275 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" (*Юниоры 10-17 лет и Взрослые 18+*), "**Северная ходьба**" (*Юниоры 10-17 лет, Взрослые 18+, Сеньоры 60+, Почетные 70+*)
Дистанция 10,55 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" (*Юниоры 10-17 лет и Взрослые 18+*), "**Северная ходьба**" (*Взрослые 18+)*;
Дистанция 21,1 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" (*Взрослые 18-59, Сеньоры 60+*), "**Северная ходьба**" (*Взрослые 18+)*;
Дистанция Эстафетный полумарафон 4*5.275 км "**Бег**" и "**Северная ходьба**" **награждаются команды** с 1 по 3 место.
Дистанция 42,2 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" (Взрослые 18-59 лет, Сеньоры 60+), "**Северная ходьба**" (*Взрослые 18+)*;
Дистанция 63,3 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" ("Взрослые 18+"), "**Северная ходьба**" (*Взрослые 18+)*;
Дистанция 100 км награждаются мужчины и женщины с 1 по 3 место в номинациях: "**Бег**" ("Взрослые 18+").

Награждаются рандомно участники конкурса аватарок;

Награждаются Участники творческого конкурса рисунка (20 участников);

Участник, не явившийся на церемонию награждения – не награждается. Неявка победителя или призера на церемонию награждения оставляет за организаторами право распорядиться призами по своему усмотрению.
Партнерами Марафона могут быть учреждены специальные номинации и призы по согласованию с Организатором.
Организатором соревнований могут быть учреждены специальные номинации и призы.

XXIV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ
V Осенний МарафонЪ Достоевский

В программе мероприятия:
Легкоатлетические соревнования в Удельном парке СПб на дистанциях 5,275 км, 10,55 км; 21,1 км, 42,2 км, 63,3 км, 100 км по кругу 5.275км и 1 км "Детский старт" по видам активности бег, северная (скандинавская) ходьба, каникросс;
FUN старты 1 км для детей и взрослых- КАНИкросс, КОТОкросс, ТаксоХОД, БЭБИстарт.
Концертная программа (ведут программу диджей и ведущие);
Спортивные мастер классы от Школы бега "Типичный марафонец" утренняя зарядка для детей и спортивная разминка для взрослых.
Мастер класс по зумбе.

Творческие мастер-классы (народная кукла);
Творческий конкурс детских рисунков и поделок;
Знакомство с новинками спортивного питания, одежды и экипировки на ЭКСПО Партнеров.

Тайминг:

04:00- 07:00 Въезд в парк, монтаж оборудования;

07:15 Выдача стартовых номеров для участников дистанции сверхмарафон (100 км), «Бег» (открытие раздевалок и камеры хранения);
07:30 Старт сверхмарафона (100 км), «Бег»; *Лимит на преодоление дистанции*: 12 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.

09:00 Открытие стартово-финишного городка, начало работы раздевалок и камер хранения;
09:00 до 11:45 Выдача стартовых пакетов участникам - номеров и электронных чипов;

9:30 Старт ультрамарафона (63.3 км) «Бег» *Лимит на преодоление дистанции*: 10 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.
09:30 Старт Эстафетного ультрамарафона (6 чел.*10,55 км = 63,3 км); *Лимит на преодоление дистанции*: 10 часов 00 минут, *закрытие дистанции* в 19:30.

9:45 Старт участников дистанции 42,2 км «Северная ходьба»; *Лимит на преодоление дистанции*: **9** часов 45 минут.

10:00 Старт дистанции марафон (42.2 км) «Бег»; *Лимит на преодоление дистанции*: **9** часов 30 минут.

10:00 ФОРТУНА Русская рулетка, **Северная ходьба**, розыгрыш дистанций;
10:10 Старт участников дистанции 21,1 км «Северная ходьба»;
10:10 Старт участников дистанции Эстафетный марафон «Северная ходьба» 4*5,275 км;
10:30 Старт участников дистанции 5.275 км «Каникросс»;

10:35 ФОРТУНА Русская рулетка, **Бег**, розыгрыш дистанций;

10:45 Танцевальный мастер класс по зумбе

11:00 Официальная церемония открытия Соревнований;

11:15 до 15:30 - развлекательная программа для участников, розыгрыш призов, мастер-классы;
11:05 Утренняя зарядка для участников Детского забега и захода (дистанция 1 км);

11:15 Старт Детского забега и захода на 1 км бег и северная ходьба;

11:15 Разминка для участников участников дистанций 5.275 км и 10.55 км «Северная ходьба»;

11:23 FUN старты 1 км: Старт Каникросс (бег с собакой) 1км", "КОТОкросс (бег с котом), "ТАКСОХОД" спортивная ходьба с таксами и мелкими породами собак 1 км;

11:25 Старт участников дистанции 10.55 км «Северная ходьба»;
11:30 Старт участников дистанции 5.275 км «Северная ходьба»;

11:30-16:30 гравировка медалей (дистанция, время ФИО)

11:45 Массовая разминка участников у сцены;

11:55 Брифинг, построение участников в стартовой зоне;

12:00 старт дистанции 21.1 км «Бег»;
12:05 старт дистанции 10.55 км «Бег» (взрослые и юниоры);
12:10 старт дистанции 5.275 км «Бег» (взрослые и юниоры);

12:30-19:00 Церемония награждения Победителей и Призеров.

12:30 награждение победителей дистанции 5.275 км «Каникросс»;
12:40 награждение участников творческого конкурса рисунка/поделки;
12:55 поощрение участников с ограниченными возможностями здоровья;
13:00 награждение участников Детского забега и захода на дистанции 1 км бег и северная ходьба;
13:15 награждение победителей дистанции 1 км FUN старты: КОТОкросс, ТАКСОХОД, КАНИкросс";

13:30 награждение победителей дистанции 5.275 км «Северная ходьба»;
13:45 награждение победителей дистанции 10.55 км "Северная ходьба";

14:00 награждение победителей дистанции 5.275 км, бег;
14:15 награждение победителей дистанции 10.55 км, бег;
14:30 награждение победителей дистанции 21.1 км, бег;
14:45 награждение победителей дистанции 42.2 км, бег;

15:00 награждение победителей дистанции 21.1 км.«Северная ходьба»;
15:15 награждение победителей эстафетного полумарафона 4*5,275 км северная ходьба;

16:00 награждение победителей эстафетного ультрамарафона 6*10,55 км Бег;
16:15 награждение победителей дистанции 63.3 км, бег;

16:30 награждение победителей дистанции 42.2 км «Северная ходьба»;

17:00 награждение волонтеров;
18:00 награждение победителей дистанции 63.3 км «Северная ходьба»;
19:00 награждение победителей дистанции 100 км, «Бег»;

19:30 закрытие соревнований;
19:30 закрытие стартового городка, уборка территории, вывоз мусора;
20:00 выезд из парка.

Организаторы оставляют за собой право менять программу марафона, но не позднее 01 ноября 2021 г.

XXV. Публикация информации о марафоне

- Информация по **V Осеннему Марафону Достоевский** (оффлайн формат в Санкт-Петербурге) выкладывается в группе мероприятия VK https://vk.com/grifonrunorden
- Информация по онлайн формату Марафон выкладывается в группе VK "Бегущая страна- виртуальные забеги" . Также участники на электронную почту, указанную при

регистрации получают письма со ссылками на стартовые номера, финишный протокол, треками почтовых отправлений и др. информацией.

XXVI. ВОЛОНТЕРСТВО

В организации любого мероприятия нужна помощь.
Рассмотрите вариант волонтерства на забеге.

- если есть желание побывать в спортивной атмосфере соревнований, зарядиться энергией марафонцев , то будьте волонтером на беговых стартах Санкт-Петербурга.
- для тех участников, кто много бегают и тратят массу средств на беговые старты, мы даем возможность - быть волонтерами на наших забегах: помогать на трассе, на пунктах питания, в сборке и разборке стартового лагеря и другое.
- представьте, как будет замечательно, когда поддерживать вас на забеге, будут именно те ребята, которые пробежали эти дистанции и знают какого это бежать свои 5км, 10км, 21км, а может даже и марафон! Ждём вас в качестве волонтеров на наши забеги, а в качестве благодарности предоставим слот на желаемый забег.

От организаторов: кубометры свежего воздуха и море позитива, чай, вкусняшки, благодарности, горячее питание, отличные фото, позитивный настрой! Возможно поощрение от наших Партнёров.
Вступайте в группу Волонтёры RUN Санкт-Петербург или пишите на почту grifonerun@mail.ru с названием письма ВОЛОНТЁР!

XXVII. ФОТО и видеосъемка

- Видео и фотосъемка полумарафона. В соответствии с Федеральным Законом № 329-ФЗ от 04.12 2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организаторам принадлежат все права на освещение марафона посредством видео или фотосъемки. Лица, планирующие снимать или фотографировать проведение марафона должны пройти официальную аккредитацию у пресс-службы марафона. Использование видео и фотосъемки в коммерческих целях допускается только с письменного разрешения организаторов.
- Организатор осуществляют фото и видеосъемку Соревнования и оставляет за собой право использовать полученные им во время Соревнований материалы, а также фото участников (выставленные после соревнований в соцсетях) в рамках деятельности, а также рекламы Соревнований 2021 года и последующих годов, а также спортивно-массовых мероприятий, проводимых Организатором, по своему усмотрению.

XXVIII. Дополнительная информация

- Возврат стартового взноса не предусмотрен.
- Возврат поделок и рисунков творческих конкурсов предусмотрен.
- При отмене соревнования по независящим от организатора причинам (погодные катаклизмы, войны, чрезвычайные ситуации и т. п.) плата за участие не возвращается.
- В случае невозможности проведения мероприятия из-за запрета на проведение (временное приостановление) спортивных, физкультурных и иных мероприятий на открытом воздухе на территории Санкт-Петербурга (постановление Правительства

Санкт-Петербурга от 13.03.2020 № 121 "О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" или иное другое постановление) - мероприятие переводится в ONLINE формат, плата за участие не возвращается.

- Договор оферты ССЫЛКА

XXIX. Контактная информация

- Контактная информация организаторов: +7(812)774-84-65, +7(921)420-69-69.
- e-mail: grifonerun@mail.ru
- Grifon RUN - *в соцсетях*:

  Встреча VK: https://vk.com/grifonrunorden
  Страница VK Grifon RUN: https://vk.com/grifon_run
  Страница VK Бегущая страна виртуальные забеги: https://vk.com/grifon_run_online
  Страница FB: https://www.facebook.com/grifonrun/
  Инстаграм: https://www.instagram.com/grifon_run/
  Ютуб: https://www.youtube.com/channel/UCrUTQeyPI2W8XWH4VJUQ3ew

XXX. Оператор Платформы регистрации RussiaRunning

Оператор Платформы: ООО «Арена Плюс» ОГРН 1187627020679 Адрес (место нахождения): 150003, Ярославская область, г. Ярославль, ул. Советская, 78А, офис № 503. Почтовый адрес: 150040, г. Ярославль, а/я 13. Телефон: +7 980-660-24-90
Адрес электронной почты: info@russiarunning.com
Сайт (доменное имя): https://russiarunning.com

XXXI. Финансирование

Расходы по организации и проведению Соревнований покрываются за счет собственных и привлеченных финансовых средств Организатора, а также платежами участников Соревнований.

XXXII. ПРОЧЕЕ.

- будьте неизменно внимательны и доброжелательны по отношению к парку и его посетителям. Забеги проводятся на общедоступных дорожках, которыми пользуются все посетители парка. Пожалуйста, уступайте им дорогу. Это не повлияет на ваш результат, не помешает побить свой личный рекорд и не позволит испортить впечатление от наших забегов.
- во время забега будьте внимательны и осторожны на неровной поверхности: траве, гравии, щебенке, даже асфальте. Обращайте внимание на велосипедистов, других бегунов, детей, собак, животных, автомобили, работы по благоустройству парка, упавшие ветки, столбы и другие возможные препятствия на трассе.
- перед забегом не забудьте принять участие в разминке.
- Организатор не несет ответственности за ущерб, причиненный участникам или третьим лицам в ходе соревнования. Вся ответственность возлагается на непосредственных виновников.

Положение является официальным вызовом на соревнования

До встречи на старте!

Пресс-служба GRIFON RUN
Аккредитация СМИ по почте grifonrun@gmail.com
тел.+7(921)420-69-69

vk.com/grifon_run
facebook.com/grifonrun/
instagram.com/grifon_run/

Команда Grifon RUN
grifonirun@gmail.com

Приложение №1

РАСПИСКА О ПЕРСОНАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЕ ЗДОРОВЬЕ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ

_____

(Ф.И.О.участника)

_____

(контактный телефон участника)

Я, _____, прошу допустить меня к участию в массовом старте

«***V Осенний МарафонЪ Достоевский***» 07.11.2021 г.

на дистанцию 1км /5 км /10 км/21 км/42 км /63 км/100 км.

(обвести выбранную дистанцию)

Настоящим заявлением подтверждаю отсутствие медицинских запретов на участие в соревнованиях и отсутствие заболеваний, не совместимых с участием в соревнованиях. Полностью несу ответственность за свою жизнь и здоровье во время пробега.

_____ / _____

(подпись) (ФИО)

«____ » _____ 2021 г.

(дата заполнения)

Приложение №2

Согласие родителей (законных представителей) на участие ребенка в соревнованиях

Я,_____

(Ф.И.О. родителя / законного представителя полностью)

родитель/законный представитель _____

(нужное подчеркнуть) (ФИО участника полностью)

(далее - «участник»), _____года рождения, зарегистрированный по адресу: _____,

добровольно соглашаюсь на участие моего ребенка (опекаемого) в Детском забеге (бег / северная ходьба) на 1 км 07 ноября 2021 г. (далее - забег) и при этом четко отдаю себе отчет в следующем:

1. В случае если во время забега с моим ребенком произойдет несчастный случай, прошу сообщить об этом_____

(указывается кому (ФИО) и номер телефона)

2. Я подтверждаю, что ребёнок не имеет противопоказаний к занятиям спортом, и самостоятельно несу ответственность за его жизнь и здоровье.

3. Я обязуюсь, что мой ребенок будет следовать всем требованиям забега, связанным с вопросами безопасности.

4. В случае необходимости я готов воспользоваться медицинской помощью, предоставленной моему ребенку (опекаемому) организаторами забега.

_____ / _____ /

(подпись) (ФИО родителя / законного представителя)

«____ » _____ 2021 г.