



РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ

Беговой кросс «Бегом вдоль Алёшинки»

23 апреля 2022 года

Место проведения: Лукинская лыжная трасса,
Ново-Переделкино, ул.Федосьино, д.20

- 8:30-9:45** - выдача номеров участникам соревнований
9:55 - открытие соревнований
11:00 - старт на 1000 метров; награждение победителей и призеров
11:30 - старт 3000 м., старт скандинавская ходьба
12:00 - старт 10000 м.
12:45 - награждение победителей и призеров на дистанции 3000 м., 10000 м.
13:00 - закрытие соревнований

ДЛИНА ДИСТАНЦИЙ

1000 м., один круг

3000 м., один круг

10000 м., три круга по 3300 м.

НА ВСЕХ ДИСТАНЦИЯХ - МАСС-СТАРТ

ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ

1000 м. - 2015 и мл., 2013-2014

3000 м. - 2011-2012, 2009-2010, 1962 и ст.Ж, 1962-1953 г.р.М; 1952 г.р. и ст.М.

10000 м. - 2007-2008, 2005-2006, 2003-2004, 2002-1983; 1982-1973; 1972-1963

Скандинавская ходьба 3000 м. - 2004 г.р. и старше

Регистрация строго предварительная на сайте

<https://orgeo.ru/event/21186>

В день соревнований регистрация проводиться не будет