

## Положение о проведении соревнований по бегу по пересеченной местности "Валкьярви трейл".

### 1. Цели и задачи соревнований:

- Развитие массового спорта и туризма на территории Ленинградской области;
- популяризация трейлового бега как массового и доступного вида спорта;
- привлечение широких слоёв населения к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- формирование здорового образа жизни;
- выявление сильнейших спортсменов.

### 2. Сроки и место проведения соревнований:

Соревнования состоятся, 24 июля 2022 года, старт с лесной поляны в 1.5 км от пос. Мичуринское (Приозерское направление Ленинградской области).

### Координаты

60.582256, 29.888475

### 3. Формат соревнований

3.1 Дисциплина: бег по пересечённой местности (трейлраннинг). Победитель определяется по наименьшему времени прохождения дистанции.

3.2. Соревнование проводятся на трех дистанциях: 5, 10 и 21 км. Указанные параметры дистанций являются предварительными и могут незначительно отличаться от реальных.

3.3. Подробно о длине и маршрутах дистанций можно прочитать в Технической информации в официальной группе кубка.

<https://vk.com/4restcup>

3.4. Организаторы оставляют за собой право внесения изменений в формат проведения соревнования в зависимости от количества поданных заявок, а также других ситуаций.

3.5. Правила проведения соревнований установлены Положением о проведении соревнования конкретного вида.

### 4. Организаторы мероприятия

4.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований

осуществляет оргкомитет во главе с:

Директор соревнований – Бренайзен И.В.

Главный судья соревнований – Аверин В.А.

### 5. Участники соревнований

Дистанция Long 21 км

ML – мужчины 1993-2004 г.р.

M30 – мужчины 1983-1992 г.р.

M40 – мужчины 1973-1982

M50 – мужчины 1972 г.р. и старше

ЖL – женщины 1993-2004 г.р.

Ж30 – женщины 1983-1992 г.р.

Ж40 – женщины 1982 г.р. и старше

#### Дистанция Classic 10 км

MC – мужчины 1993-2006 г.р.

M30 – мужчины 1983-1992 г.р.

M40 – мужчины 1973-1982 г.р.

M50 – мужчины 1963-1972 г.р.

M60 – мужчины 1962 г.р. и старше

ЖC – женщины 1993-2006 г.р.

Ж30-- женщины 1983-1992 г.р.

Ж40 – женщины 1973-1982 г.р.

Ж50 – женщины 1972 г.р. и старше

#### Дистанция Small 5 км

M16 – мальчики 2006-2012 г.р.

Ж16 – девочки 2006-2012 г.р.

MS-- мужчины и юноши 2005 г.р. и старше

ЖS—женщины и девушки 2005 г.р. и старше

#### Детские забеги:

Д5-дети 2017 г.р. и младше – 300 м.

Д7- дети 2015-2016 г.р. – 600 м

Д9-дети 2013-2014 г.р. – 900 м

#### 5. Требования к участникам и условия допуска

5.1. К участию в Соревнованиях допускаются спортсмены и любители, которым исполнилось 18 лет на день соревнований (спортсмены, не достигшие возраста 18 лет допускаются к соревнованиям только с распиской об ответственности от родителя.).

5.2. Для получения стартового пакета участник должен предоставить следующие документы

- Паспорт или иной документ, подтверждающий возраст участника;
- Медицинская справка или расписка об ответственности (подписать при получении стартового пакета).

- Информация о необходимости QR кодов вакцинации или ПЦР теста будет вывешиваться дополнительно, в зависимости от Постановлений Правительства Ленинградской области.

5.3. Для участия в Соревнованиях при регистрации спортсмены обязаны предоставить полный пакет документов. Несоответствие документов перечню п.5.2. ведет к автоматическому запрету его участия в соревнованиях. Стартовый взнос в данном случае не возвращается.

## 6. Условия проведения

6.1. Предварительный маршрут будет опубликован в группе <https://vk.com/4restcup>

6.2. Дистанции промаркированы. Участники должны следовать разметке. Участники, которые отклоняются от разметки более чем на 20-30м, дисквалифицируются.

6.3. Стартовый номер участника (предоставляется организаторами)

должен быть корректно закреплен спереди и быть виден на протяжении всей дистанции.

6.4. В случае схода участник обязан сообщить об этом судьям на финише или на дистанции.

6.5. Для дополнительного контроля прохождения участниками дистанции возможно использование судей.

6.6. Запрещается выбрасывать упаковки от гелей или других продуктов питания, используемых участниками на дистанции, вне пунктов питания.

## 7. Программа мероприятия

9:45 – 10:25 - выдача номеров детских забегов

10:30 – начало детских забегов

11:20 – общее фотографирование участников детских забегов

10:35 – 11:55 регистрация, выдача номеров на дистанции 5.10.21

12:00 – старт на дистанцию 21 км

12:20 – старт на дистанцию 10 км

12:40 – старт на дистанцию 5 км

15:00 – награждение основных групп

16:00 – закрытие финиша

8. Организаторы оставляют за собой право внесения изменений в программу соревнований.

## 9. Награждение

9.1. Награждаются первые три места, памятными призами и подарками от спонсоров, в каждой возрастной группе в личном и командном зачете.

9.2. Детские забеги проводятся без определения призеров.

## 10. Условия финансирования

10.1. Соревнования не являются коммерческим предприятием.

10.2. Соревнования проходят на условиях самоокупаемости за счёт стартовых взносов и спонсорской поддержки.

10.3. Дополнительные расходы участников соревнований, осуществляются за счет средств самих участников и командирующих организаций.

## 11. Обеспечение безопасности участников и зрителей

11.1. Соревнования проводятся на местности, приспособленной для преодоления выбранной дистанции программы соревнований, согласно требованиям нормативных актов, действующих на территории государства участника соревнований и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

11.2. Участие в соревновании является потенциально НЕ безопасным.

11.3. Участники соревнований несут личную ответственность за свою безопасность во время проведения соревнований.

11.4. Участник не должен допускать такого уровня переутомления, при котором нарушается внимание, координация и реакция.

11.5. Участники должны в обязательном порядке следовать указаниям судей и волонтеров.

11.6. Участники соревнований несут персональную ответственность за соблюдение правил поведения, спортивную, пожарную и общественную дисциплину в период проведения соревнований.

11.7. Участник должен отказаться от прохождения дистанции, если она превышает уровень его физических и психических возможностей.

11.8. Участники должны помогать друг другу при несчастном случае, травме или состоянии, опасном для жизни и здоровья.

11.9. Участники должны отвечать за собственную безопасность и безопасность других участников.

11.10. Судьи оставляют за собой право снять участника с соревнований в любое время, если действия спортсмена вызывают риск для его собственного здоровья или безопасности, или здоровья и безопасности участников других команд. Также дисквалификация участника возможна в случае нарушения правил соревнований.

11.11. Участники обязаны беречь природу. Запрещено оставлять мусор.

## 12. Страхование участников

12.1. Страхование участников Соревнований осуществляется за счет средств участников соревнований.

## 13. Медицинское обеспечение соревнований

13.1. Ответственность за состояние здоровья и безопасность во время проведения соревнований участники несут самостоятельно. 13.2. На территории соревнований дежурит бригада врачей, которые смогут оказать первую медицинскую помощь

#### 14. Порядок и сроки подачи заявок

14.1. Заявки принимаются на сайте: <http://reg.o-time.ru> до 20.07 2022 г. включительно.

14.2. Участник считается зарегистрированным после оплаты стартового взноса. Зарегистрированный участник допускается к старту после подачи обязательного пакета документов. См. п. 5.

14.3. Стоимость участия в Соревнованиях определена согласно установленным организаторами вариантам дистанции и срокам подачи

заявки:

Дистанция	Оплата до 24 июня 2022	Оплата до 10 июля 2022	Оплата с 11 по 20 июля 2022	Оплата в день старта
Детские забеги	200 руб.	300 руб.	400 руб.	500
Дистанция Small 5 км	800 руб.	1000 руб.	1200 руб.	1600
Дистанция Classic 10 км	900 руб.	1100 руб.	1300 руб.	2000
Дистанция Long 21 км	1000 руб.	1200 руб.	1500 руб.	2000

Лицам 1962 г.р. и старше, 2006 г.р. и младше, скидка 30%.

Медаль финишера оплачивается отдельно во время заявки. Стоимость медали 400 р.

14.4. Условия возврата стартового взноса. В случае отмены, либо переноса соревнований по форс-мажорным обстоятельствам стартовый взнос возвращается за вычетом -15% (организационные расходы). Оплаченные стартовые взносы можно перенести на любые другие этапы кубка 4restCUP, не позднее 10 июля 2022. Перерегистрация слота на другое лицо – 400р. с 21 по 23 июля перерегистрация не проводится.

14.5. Изменение выбранной дистанции: на большую – с доплатой разницы слотов. На меньшую – 200р

#### 15. Медицинское обеспечение соревнований

15.1. Ответственность за состояние здоровья и безопасность во время проведения соревнований участники несут самостоятельно.

15.2. На территории Соревнований дежурит бригада врачей, которые смогут оказать первую медицинскую помощь.

#### 16. Дисквалификация

Участники могут быть дисквалифицированы в следующих случаях:

- использование посторонней помощи;
- использование снаряжения, запрещенного к использованию;
- нарушение правил соревнований и техники безопасности;
- нарушение природоохранной этики;
- нарушение спортивной этики (неоказание помощи другим участникам, либо препятствие другим участникам в преодолении дистанции).

## 17. Командный зачет:

Команда может состоять из произвольного числа участников. Регистрация команд принимается по электронной почте ( [b9378425@yandex.ru](mailto:b9378425@yandex.ru)) до окончания приема предварительной заявки каждого этапа.

Для команд уже заявившихся, перед каждым этапом возможна дозаявка, принимается только до окончания приема предварительной заявки. Каждый участник командного зачета обязан заявляться на этапы в соответствии с точным названием команды, за которую выступает.

Участники, вступающие в команду не должны принимать участие в командном зачете за другие команды участвующие в 4restCup. Члены команды для получения зачета могут участвовать в соревновании на любой дистанции. По итогам Кубка в зачет идут 4 из 5 ти этапов.

### Подсчёт очков

В командном зачёте суммируются очки 5 лучших финишировавших члена команды. Подсчет очков ведется по возрастным группам, для каждой дистанции отдельно. среди мужчин и женщин.

Команды, состоящие из участников любого пола и возраста, имеют равные шансы на победу.

Формула подсчета очков:

Очки участника = (Тлид/ Туч) X 500 X К где Тлид - время лидера возрастной группы в секундах. Туч- время участника в секундах, К коэффициент возрастной группы или дистанции.

Таблица коэффициентов LONG ЖЛ, Ж30-(1) Ж40-(0,9) ML, M30, M40-(1) M50-(0,9) CLASSIC ЖС, Ж30-(1) Ж40-(0,9) Mc, M30, M40-(1) M50, M60-(0.9) SMALL у всех групп (0,7)

## 18. Видео и фотосъемка соревнования

18.1. 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 мероприятия посредством видео или фотосъемки. Лица, планирующие снимать или фотографировать проведение соревнований должны пройти официальную аккредитацию у пресс-атташе организаторов.

18.2. Использование видео и фотосъемки в коммерческих целях допускается только с письменного разрешения организаторов.

### Контактная информация

Организаторы соревнований: Бренайзен Илья +7-911-937-84-25  
[b9378425@yandex.ru](mailto:b9378425@yandex.ru)

Официальный сайт соревнований: <https://vk.com/4restcup>

Данное Положение является официальным приглашением на соревнования!

