

Положение

Ночной трейл «Соловейка»

1. Цели и задачи:

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризация бега по пересеченной местности;
- обучение широких слоев населения базовым навыкам передвижения и навигации на пересеченной местности;
- выявление сильнейших бегунов на трейловых дистанциях.

2. Организаторы старта

Общее руководство и организация соревнований осуществляется КЛБ «Аргус» г. Арзамас, тел. для справок, Соколов Сергей - 89108943446, Горожанцев Антон - 89290445657; arzbeg@mail.ru

Вся актуальная информация по трейлу будет размещаться в группе ВКонтакте <https://vk.com/club204483593>

3. Сроки и место проведения

Трейл «Соловейка» проводится 6 августа 2022 года. Место проведения трейла находится в городе Арзамас Нижегородской области, ул. Мокрый овраг, д.3, лыжная база «Снежинка».

4. Формат и участники трейла

К трейлу допускаются совершеннолетние участники (**достигшие возраста 18 лет и старше.**). Все участники предоставляют организаторам **расписку о снятии с организаторов ответственности за жизнь, здоровье и возможные травмы**, а также и повреждение снаряжения, обмундирования и экипировки. **Медицинская справка не требуется.**

Все участники разделяются на мужчин и женщин, а также следующие возрастные группы:

- 18-39 года (мужчины)
- 40-49 лет (мужчины)
- 50-59 лет (мужчины)
- 60 лет и старше (мужчины)
- 18-39 года (женщины)
- 40 лет и старше (женщины)

Для подтверждения права участия в соревнованиях, участникам необходимо иметь при себе документ удостоверяющий личность.

5. Программа трейла

- 20.00 – 21.30 - заезд участников, выдача стартовых номеров
- 21.45 – проведение предстартового брифинга
- 22.00 – старт забега, Т-10
- 23.50 закрытие финиша, Т- 10
- 23.50 подведение итогов и награждение участников

6. Описание дистанции

Участникам будут предложены следующие дистанции

- Т-10 (основная дистанция)

Т-10 (протяженность - 10 км, дистанция включает спуски и подъёмы, преодоление высокой травы и бурелома).

Дистанция будет размечена сигнальной лентой со светоотражающими элементами.

7. Рекомендуемое снаряжение

Обязательно наличие налобного фонаря. Рекомендуется преодоление дистанции в беговых лосинах, спортивных штанах, обувь с хорошим протектором. Телефон для экстренной связи с организаторами (тел. организаторов 89108943446 - Сергей, 89290445657 - Антон).

8. Регистрация

Регистрация на трейл проходит путем оплаты стартового взноса на карту сбербанка (Соколов Сергей Вячеславович - 89200188079) и отправки заявки на почту: **arzbeg@mail.ru** (ФИО, дата рождения, город, чек из приложения об оплате) **начинается 27 июня в 8:00 ч.** Окончание регистрации: **24 июля в 21:00 ч. (при достижении лимита участников регистрация закончиться заранее)**

Перерегистрация участников возможна не позднее **24 июля**, для этого необходимо сообщить об этом организатором по электронной почте, прислав заявление в свободной форме о передаче права своего участия другому участнику.

9. Стартовый взнос

- Дистанция Т - 10 - 500 рублей (лимит участников – 70 человек)

В финишный набор участника входит:

- Памятная медаль забега

10. Награждение

Все победители и призеры награждаются **почетными грамотами и памятными подарками.**

11. Охрана окружающей среды

Участники должны уважать природу и не допускать замусоривание дистанции.