

«СОГЛАСОВАНО»
Директор
ООО «УК «ММК-Курорт»

«СОГЛАСОВАНО»
Глава Администрации
МР Абзелиловский район
Республики Башкортостан

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор АНО ЦПСМ
«Уфимский Марафон»

_____ Е.К. Кожаев
« ____ » _____ 2022 г.

_____ И.Т. Нафиков
« ____ » _____ 2022 г.

_____ В.Е. Литвинчук
« ____ » _____ 2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении фестиваля «**Легенда Урала**»



Легенда Урала

1. Цели и задачи.

Соревнования проводятся с целью:

- развития массовой физической культуры и спорта,
- популяризации здорового образа жизни;
- популяризации и развития бега по пересеченной местности и плавания на открытой воде.

2. Место и сроки проведения.

Место проведения соревнования: Республика Башкортостан, Абзелиловский район, д. Зеленая поляна, санаторий «Юбилейный».

Соревнования проводятся с 19.08.2022 по 22.08.2022.

Начало соревнований 19.08. в 21 часов 00 минут.

День приезда участников 19.08.

День отъезда участников 21.08.

3. Организаторы соревнований.

Общее руководство и проведение соревнований осуществляется Администрацией МР Абзелиловский район Республики Башкортостан (Отдел по социальному развитию) и АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республики Башкортостан.

Непосредственное руководство возлагается на АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республики Башкортостан.

4. Требования к участникам соревнований.

Соревнования проводятся по двум видам спорта: плавание на открытой воде и легкая атлетика.

К участию допускаются все желающие, оплатившие стартовый взнос, имеющие медицинскую справку и страховку и не имеющие возрастных ограничений на выбранную дистанцию.

Вертикальный забег (возрастное ограничение – 16+) протяженностью 2,3 км до высоты 940 м над уровнем моря (перепад высот 450 м, средний уклон на дистанции забега 15°, максимальный уклон 24°), в качестве дополнительного снаряжения обязательно наличие у участника на данной дистанции исправного налобного фонаря, а также рекомендовано наличие треккинговых палок. Маршрут указан в приложении №1.

Трейловый забег (возрастное ограничение – 18+) на 14 км (набор высоты 340 м, максимальная высота 650 м) и 27 км (набор высоты 400 м, максимальная высота 940 м). Маршрут указан в приложении №1.

Рекомендуется использовать обувь, предназначенную для бега по пересеченной местности, гетры, головной убор (кепка, шапка или бандана), иметь при себе водонепроницаемую куртку. Всем участникам рекомендуется использовать средства защиты от солнца, такие как солнцезащитные очки и крем с SPF – фактором защиты от солнца.

Контрольное время:

- при вертикальном забеге – 45 минут;

- при забеге на 14 км – 3 часа 00 минут;
- при забеге на 25 км – 4 часа 30 минут (контрольную отметку 15 км необходимо пройти не позднее 2 часов 30 минут с момента старта).

Детский забег: до 5 лет – 100 м, от 6 до 7 лет – 200 м, 8-9 лет – 600 м, 10-12 лет – 800 м.

Заплыв на 1 км, 2 км и 4 км на озере «Якты-куль» (возрастное ограничение – 18+).

Маршрут указан в приложении №1.

При заплыве на озере «Банное» обязательно использование плавательной шапочки, выданной организаторами, индивидуального страховочного буй оранжевого цвета (предоставляется организаторами во временное пользование по предварительной заявке)

Использование гидрокостюмов:

- при температуре воды выше 24 градусов цельсия – использование гидрокостюмов запрещено;
- при температуре воды выше 18 градусов цельсия – использование гидрокостюмов разрешено;
- при температуре воды ниже 18 градусов цельсия – использование гидрокостюмов обязательно;
- при температуре воды ниже 16 градусов цельсия – использование гидрокостюмов обязательно, гидрокостюмы без рукавов запрещены, возможны изменения дистанции вплоть до отмены.

При температуре воды ниже 20 градусов цельсия рекомендовано использование не только гидрокостюма, но и утепляющего шлема, перчаток и носков.

Контрольное время:

- в заплыве на 2 км – 1 час 30 минут;
- в заплыве на 4 км – 2 часа 30 минут.

На старт допускаются участники только с электронным чипом, страховочным буюм и выданной организаторами плавательной шапочке. Чип и буй следует закрепить в соответствии с инструкциями организаторов. Неправильное закрепление чипа сделает невозможным фиксацию индивидуального результата участника. По окончании заплыва чип необходимо сдать организаторам.

Организаторы вправе снять участника с дистанции, если имеются опасения за состояние его здоровья, если участник не соблюдает правила проведения соревнований и пункты настоящего положения, создает помехи другим участникам и иным способом препятствует проведению соревнований.

Участник снимается с дистанции, если он не уложился или не укладывается в лимит контрольного времени.

Пловец снимается с дистанции:

- при неправильном прохождении контрольных отметок (правила прохождения дистанции разъясняются организаторами на предстартовом брифинге);
- при преодолении дистанции без индивидуального страховочного буй, закрепленного в соответствии с инструкцией;
- при преодолении дистанции без плавательной шапочки, выданной организаторами;
- при попытке использования вспомогательных приспособлений (ласты, лопатки, матрасы и др.).

5. Содержимое стартовых пакетов:

Всем участникам в стартовом пакете выдается медаль на финише. Участникам заплыва на 4 км и 2 км выдается плавательная шапочка. Участникам двух дисциплин и более выдается спортивная майка.

Участники детского забега получают медаль на финише (футболка не предусмотрена).

6. Возрастные группы:

Вертикальный забег и заплыв на 1 км и 2 км – без разделения на возрастные группы.

Забег на 14 км и 27 км, заплыв на 4 км:

мужчины и женщины 18 - 34 лет;

мужчины и женщины 35 - 49 лет;

мужчины и женщины 50 лет и старше.

7. Программа соревнований

19.08.2022 - день приезда, 1-ый день фестиваля.

Забег в гору (ГЛЦ «Банное», далее «ГЛЦ»);

20.08.2022 – 2-ой день фестиваля.

Заплывы на 4 км, 2 км и 1 км (санаторий «Якты-куль», санаторий «Юбилейный»);

Детский забег (санаторий «Юбилейный»);

Вечеринка (ресторан «Горное ущелье»);

21.08.2022 – 3-ий день фестиваля.

Забег на 27 км на вершине (ГЛЦ);

Забег на 14 км (санаторий «Якты-куль»);

Подробная программа мероприятия будет опубликована на сайте в телеграм чате <https://t.me/legendofural> не позднее 01 августа 2022 года.

8. Определение победителей.

Соревнования проводятся по действующим правилам проведения соревнований по легкой атлетике и плаванию на открытой воде.

Победители и призеры определяются по лучшему техническому результату в каждой возрастной категории.

Для определения победителя в номинации «Легенда Урала» – высшее достижение, определяющее абсолютного победителя одноименного спортивного фестиваля – используется система подсчета очков согласно Приложению №2.

9. Награждение

Каждый участник на финише получает памятную медаль с уникальным дизайном.

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются памятными призами и почетными грамотами, учрежденными АНО ЦПСМ «Уфимский марафон» г. Уфа Республика Башкортостан. Награждения по возрастным группам проводится при условии, если в группу заявлено 3 участника или более. При меньшем количестве участников старшая группа объединяется с младшей.

Абсолютные победители на всех дистанциях с 1-го по 3-е место среди мужчин и женщин награждаются ценными призами и грамотами, учрежденными АНО ЦПСМ «Уфимский марафон».

В номинации «Легенда Урала» награждаются один мужчина и одна женщина.

Победители и призеры абсолютных первенств на каждой дистанции не участвуют в награждении по возрастным группам.

10. Финансирование

Расходы, связанные с подготовкой и проведением соревнований несут: АНО ЦПСМ «Уфимский Марафон» г. Уфа Республика Башкортостан – приобретением наградной атрибутики, подготовкой трассы, медицинским обеспечением. Расходы по командированию участников соревнований (проезд, суточные, питание, транспортные услуги, сохранение заработной платы в день соревнований) – за счет командирующих организаций.

В период 19-21 августа 2022 г. для участников действуют специальные цены на проживание в Санатории «Юбилейный» бронь по телефону +7 (3472) 230-18. Подробности на сайте bannoe.mmk.ru.

Для всех участников и болельщиков будет организован **трансфер** Уфа-Банное (Санаторий «Юбилейный») на междугородних автобусах (1450 руб./чел. туда-обратно).

Если планируете посетить фестиваль с семьей или друзьями, и вам необходимы дополнительные места в автобусе, сообщите об этом организаторам заранее по электронной почте: info@ufamarathon.ru с заголовком «трансфер».

График трансфера:

Из Уфы (ул. Цюрупы, д. 100) пт, 19 августа 14.00 ч.

В Уфу: Вск, 21 августа 16.00 ч. (санаторий «Юбилейный»).

11. Безопасность участников и зрителей

За обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей ответственность несут главная судейская коллегия и каждый участник индивидуально. Рекомендуем каждому участнику иметь страховой полис на все дни фестиваля.

12. Условия допуска.

Всем участникам фестиваля необходимо пройти медицинское обследование перед соревнованиями и получить справку о состоянии здоровья. Медицинская

справка должна содержать печать выдавшего учреждения, подпись и печать врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию. Справка должна быть оформлена не ранее 6 месяцев до даты проведения соревнований. Участник предоставивший справку - допуск, выданную ранее 22.02.2022, не получает стартовый пакет и не допускается к старту (стартовый взнос не возвращается).

Ксерокопия медицинской справки принимается комиссией только при предъявлении оригинала (справки не возвращаются).

К участию в детском забеге допускаются участники до 12 лет, имеющие необходимую спортивную подготовку в сопровождении родителей.

В целях предупреждения финансовых потерь при возникновении непредвиденных ситуаций во время участия в соревнованиях, необходимо наличие договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, включающий участие в спортивных соревнованиях.

13. Подача заявок на участие.

Электронную регистрацию на участие в фестивале можно пройти по ссылке legendofural.ru до 21.08.2022 (при наличии свободных слотов).

Выдача стартовых пакетов на ЭКСПО фестиваля, регистрация в дни выдачи возможна только в случае наличия свободных мест:

- «17» августа 2022 г. с 17.00 до 20.00 в магазине «SportHub» по адресу г. Уфа, ул. К. Маркса, д. 3Б;
- «19» августа 2022 г. с 18.30 до 19.30 на ГЛЦ «Банное» (д. Зеленая поляна).
- «20» августа 2022 г. с 08.00 до 08.45 пляж в санатории «Юбилейный» (Абзелиловский район, д. Зеленая поляна).
- «21» августа 2022 г. с 08.00 до 08.45 в санатории «Юбилейный» (Абзелиловский район, д. Зеленая поляна).

Контакты организаторов:
info@ufamarathon.ru.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Вертикальный забег

Забег в гору протяженностью 2,3 км до высоты 940 м над уровнем моря (перепад высот 450 м, средний уклон на дистанции забега 15°, максимальный уклон 24°).



Заплыв через оз. Банное на 4 км, 2 км, 1 км

Старт и финиш дистанции 1 км на пляже санатория Юбилейный.

Старт дистанции 2 км с пляжа санатория Якты-куль.

Старт дистанции 4 км с пляжа после деревни Якты-куль.

Финиш заплывов на пляже санатория Юбилейный.



Трейловый забег на 14 км

Старт из санатория «Якты-куль» и финиш в санатории «Юбилейный»
Набор высоты 340 м, максимальная высота 650 м



Трейловый забег на 27 км

Старт из ГЛЦ «Банное» и финиш в санатории «Юбилейный»
Набор высоты 450 м, максимальная высота 940 м.



Правила начисления очков для определения абсолютного победителя фестиваля и присвоения звания «Легенда Урала»

Звание «Легенда Урала» – высшее достижение, определяющее абсолютного победителя одноименного спортивного фестиваля. В этой номинации награждаются один мужчина, одна женщина. К участию в борьбе за звание допускаются спортсмены, принявшие участие во всех соревновательных днях.

Победитель определяется по наибольшей сумме очков, набранных в соревнованиях.

Если количество очков равно у нескольких участников, то победитель определяется по количеству призовых мест: сначала сравнивают первые места, затем вторые и т. д.

Система начисления очков:

1. Забег в гору.

1 место – 20 очков	11 место – 10 очков
2 место – 19 очков	12 место – 9 очков
3 место – 18 очков	13 место – 8 очков
4 место – 17 очков	14 место – 7 очков
5 место – 16 очков	15 место – 6 очков
6 место – 15 очков	16 место – 5 очков
7 место – 14 очков	17 место – 4 очка
8 Место – 13 очков	18 место – 3 очка
9 место – 12 очков	19 место – 2 очка
10 место – 11 очков	20 место и последующие – 1 очко

2. Плавание.

2.1. Заплыв на 4 км.

1 место – 20 очков	11 место – 10 очков
2 место – 19 очков	12 место – 9 очков
3 место – 18 очков	13 место – 8 очков
4 место – 17 очков	14 место – 7 очков
5 место – 16 очков	15 место – 6 очков
6 место – 15 очков	16 место – 5 очков
7 место – 14 очков	17 место – 4 очка
8 Место – 13 очков	18 место – 3 очка
9 место – 12 очков	19 место – 2 очка
10 место – 11 очков	20 место и последующие – 1 очко

2.2. Заплыв 2 км.

1 место – 10 очков	6 место – 5 очков
2 место – 9 очков	7 место – 4 очков
3 место – 8 очков	8 место – 3 очков

4 место – 7 очков
5 место – 6 очков

9 место – 2 очко
10 место и последующие – 1 очко

2.3. Заплыв 1 км

1 место – 5 очков
2 место – 4 очков
3 место – 3 очко
4 место – 2 очко
10 место и последующие – 1 очко

3. Трейл.

3.1. Трейл 27 км.

1 место – 20 очков	11 место – 10 очков
2 место – 19 очков	12 место – 9 очков
3 место – 18 очков	13 место – 8 очков
4 место – 17 очков	14 место – 7 очков
5 место – 16 очков	15 место – 6 очков
6 место – 15 очков	16 место – 5 очков
7 место – 14 очков	17 место – 4 очка
8 Место – 13 очков	18 место – 3 очка
9 место – 12 очков	19 место – 2 очка
10 место – 11 очков	20 место и последующие – 1 очко

3.2. Трейл 14 км.

1 место – 10 очков	6 место – 5 очков
2 место – 9 очков	7 место – 4 очко
3 место – 8 очков	8 место – 3 очко
4 место – 7 очков	9 место – 2 очко
5 место – 6 очков	10 место и последующие – 1 очко