

# ПАМЯТКА о проведении забега «ЗАБЕГ 36.6» в 2022 году

## I. ОБЩЕЕ

Настоящее ПАМЯТКА о проведении забега «Забеги 36,6» (далее - соревнование, забег, мероприятие) определяет порядок организации и состав участников, порядок награждения.

## II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Популяризация здорового образа жизни;
- Привлечение жителей Тюмени, Тюменской области и соседних регионов к здоровому образу жизни через участие в спортивном мероприятии в экологически чистой природной зоне;
- Популяризации бега по естественному рельефу (трейлраннинг);
- Выявление сильнейших спортсменов по дисциплине «трейлраннинг».

## III. ОРГАНИЗАЦИЯ И РУКОВОДСТВО

- Организация и руководство выполняет команда «Tyumen Trail» и Федерация спортивного туризма Тюменской области;
- Главный судья - Парфенова Марина Владимировна.

## IV. ДАТА И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Дата проведения: 11.12.2022 г.

Место проведения: окрестности села Успенка Тюменской области.

<https://go.2gis.com/uz7iv>

Регистрация: <https://toplist.run/race/4155>

## V. ФОРМАТ

Формате трейлового забега на открытом воздухе по естественной пересеченной местности, а также дорогам и тропинкам различной проходимости в зимний период года.

Старт, финиш, награждение на территории стартового городка.

№ п/п	Наименование дистанции	Протяжённость, км	Зачёт	Контрольное время
1	«36.6»	не менее 36,6	Индивидуальный	5:00:00
2	«21 км»	21	Индивидуальный	2:40:00
3	«7 км»	7	Индивидуальный	1:00:00
4	«Эстафета МЖМ» (2 мужчины, 1 женщина)	3*7	Командный	3:00:00
5	«Эстафета ЖМЖ» (2 женщины, 1 мужчина)	3*7	Командный	3:00:00
6	«Детский забег»	1	Индивидуальный	00:15:00

На дистанции «36.6», «21 км», «Эстафета МЖМ», «Эстафета ЖМЖ» допускаются мужчины и женщины, достигшие совершеннолетия – 18 лет.

На дистанцию «7 км» допускаются лица, достигшие 14 лет и старше.

На дистанцию «Детский забег» допускаются дети в возрасте от 0 до 14 лет. (ребенок, не достигший 4 лет бежит в сопровождении родителя/опекуна/законного представителя).

Возраст участников определяется на дату проведения (см. пункт IV).

Список участников, объединившихся в команду, предоставляется капитаном в срок до 09.12.2022 на почту: [tyumentrail@gmail.com](mailto:tyumentrail@gmail.com) (Приложение №1)

## VI. ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ НОМЕРОВ

Чтобы получить стартовый пакет, все участники, в т.ч. несовершеннолетние, обязаны предоставить следующие документы:

- оригинал документа, удостоверяющего личность;
- расписку о возложении на себя ответственности за состояние здоровья и рисков в процессе мероприятия.
- для участников в возрасте 0-14 лет: оригинал согласия от родителей на участие в мероприятии.

Если участник не предоставит весь пакет необходимых документов, он не будет допускаться до участия.

Бланк выдается организаторами.

Участники дистанций «36.6», «21 км» предоставляют действующую на дату проведения (см. пункт IV) медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях по бегу на дистанцию не менее той, на которую регистрируется участник, заверенную врачом не позднее 6 месяцев.

Страховой полюс.

В случае отсутствия медицинской справки и страхового полюса, организаторы вправе не допустить спортсмена к участию.

Для получения стартового пакета по доверенности необходимо предъявить следующие документы:

- оригинал документа, удостоверяющего личность;
- копия паспорта зарегистрированного участника;
- доверенность, заполненная в свободной форме.

## VII. ТАЙМИНГ 11.12.2022 (воскресенье)

08:00	Начало работы «стартового городка», выдача номеров.
10:30	Окончание выдачи номеров
13:00-15:00	Награждение и обед
16:00	Окончание работы «стартового городка»

### Дистанция «36.6»

08:15	Проверка наличия обязательного снаряжения
08:30	Брифинг
08:40	Запуск в стартовый коридор, проверка снаряжения в коридоре
09:00	Старт
14:00	Закрытие дистанции

### Дистанция «21»

08:30	Проверка наличия обязательного снаряжения
09:40	Брифинг
09:50	Запуск в стартовый коридор, проверка снаряжения в коридоре
09:00	Старт
13:00	Закрытие дистанции

### Дистанции «Эстафета МЖМ», «Эстафета ЖМЖ», «7 км»

10:30	Брифинг
10:50	Запуск в стартовый коридор
11:00	Старт
12:30	Закрытие дистанции «7 км»
14:00	Закрытие дистанций «Эстафета МЖМ», «Эстафета ЖМЖ»

## Дистанция «Детский забег 1 км»

11:45	Брифинг
11:50	Разминка
11:55	Запуск в стартовый коридор, проверка снаряжения в коридоре
12:00	Старт
12:15	Заккрытие дистанции

### VIII. НАГРАЖДЕНИЕ

Все участники, успешно преодолевшие дистанции, награждаются «Медальями финишёра».

При регистрации с 4.11.22 по 11.12.2022, успешно преодолевший дистанцию «Медалью финишера», не награждается.

Первые трое участников по дистанциям «36.6», «21» и «7» «Детский забег 1 км» (зачёт по «мужчины» и «женщины»), первые три команды по дистанции «Эстафета МЖМ» первые три команды по дистанции «Эстафета ЖМЖ», преодолевшие дистанции за наименьшее время с момента старта, дополнительно награждаются грамотами, сладкими призами и приятными подарками от партнёров.

**Призёры в обязательном порядке в течение 1 суток после финиша предоставляют трек на проверку судье соревнования.**

**Судья в течение 3 суток после предоставления проверяет трек на предмет соответствия маршруту забега, в случае значительного отклонения, либо сокращения расстояния, судья вправе дисквалифицировать участника забега.**

### IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Главный судья несет ответственность за соблюдением требований техники безопасности участниками соревнований, которые должны соответствовать правилам проведения соревнований по данному виду спорта и принимает меры по профилактике травматизма.

Представитель команды несет персональную ответственность за безопасность и поведение членов делегации во время проведения соревнований, а также за достоверность предоставленных документов на участников.

Ответственность за здоровье и сохранность жизни участников соревнований в дни соревнований возлагается на самих участников либо на лицо, их сопровождающее (если участник не достиг возраста 18 лет).

### X. ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Набор высоты на всех дистанциях минимальный. Есть требующие особого внимания беговых участки, такие как лёд, болота, овраги, кустарники. В зависимости от погодных условий перед и во время соревнования возможны дополнительные трудности, такие как сугробы, грязь (распутица). Подготовка беговой поверхности минимальная с целью сохранения природного ландшафта. Весь маршрут гонки размечен лентой и указателями.

Участникам, регистрирующимся на дистанцию «36,6», рекомендуется иметь хорошую физическую подготовку, желателен опыт участия в трейловых забегах. Также рекомендуется тщательно продумать экипировку для вышеперечисленных условий. На трассе возможны участки, сотовая связь на которых отсутствует. Следует учесть, что для организации оказания помощи вдали от контрольных точек, может потребоваться значительное время.

На маршруте каждые 10-15 км будут организованы пункты питания (вода, изотоник, фрукты, сухофрукты, сало). Все участники, финишировавшие в контрольное время, на финише получают горячее питание.

## **XI. СНАРЯЖЕНИЕ, ОДЕЖДА**

Снаряжение будет проверяться при входе в стартовый коридор.

В случае отсутствия обязательного снаряжения, главный судья вправе не допустить спортсмена к участию.

**Обязательное личное снаряжение, одежда для каждого участника гонки на дистанции «36.6»:**

- стартовый номер (выдаётся организаторами при регистрации);
  - шапка, кофта, штаны, носки, перчатки;
  - беговые трейловые кроссовки с агрессивным протектором;
  - ветрозащитная куртка;
  - рюкзак, либо пояс, вмещающий обязательное снаряжение, еду и питье (дистанция 36,6 км);
  - запас воды или напитка, минимум 0,25литра;
  - запас промаркированного питания, энергетической ценностью не менее 500 кКал.
  - спасательное термоизолирующее одеяло;
  - свисток;
  - зажигалка/спички в гермоупаковке;
  - сотовый телефон с полным зарядом батареи в гермоупаковке с записанным телефоном организаторов в адресной книге аппарата, а также с функцией GPS;
  - часы с функцией GPS с возможностью следования по маршруту до 12 часов с записанным треком\*;
- \* - при отсутствии часов с функцией следования по маршруту, разрешается запись трека в смартфон в приложение GPX Viewer.

**Обязательное личное снаряжение, одежда для каждого участника гонки на дистанции «21»:**

- стартовый номер (выдаётся организаторами при регистрации);
  - шапка, кофта, штаны, носки, перчатки;
  - беговые трейловые кроссовки с агрессивным протектором;
  - ветрозащитная куртка;
  - спасательное термоизолирующее одеяло;
  - свисток;
  - зажигалка/спички в гермоупаковке;
  - сотовый телефон с полным зарядом батареи в гермоупаковке с записанным телефоном организаторов в адресной книге аппарата, а также с функцией GPS;
  - часы с функцией GPS с возможностью следования по маршруту до 12 часов с записанным треком\*;
- \* - при отсутствии часов с функцией следования по маршруту, разрешается запись трека в смартфон в приложение GPX Viewer.

**Рекомендуемое снаряжение «36.6» «21»:**

- аптечка
- ✓ эластичный бинт/спортивный тейп;
- ✓ пластырь (3см\*3м);
- ✓ обезболивающие таблетки;
- ✓ таблетки от диареи;
- ✓ таблетки против аллергии;

Для дистанций «Эстафета МЖМ», «Эстафета ЖМЖ», «7 км», «Детский забег» требований к обязательному снаряжению нет.

Одежда подбирается самостоятельно исходя из описания трассы, особенностей организма и погодных условий.

## ХII. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Проведение обеспечивается за счёт средств команды «Tuumen Trail», стартового взноса участников и спонсорской помощи.

Стартовый взнос берется с человека в соответствии с данными в таблице:

Дистанция/дата	«36.6»	«21»	«7 км»	«Эстафета МЖМ»	«Эстафета ЖМЖ»	«Детский забег»**
с 18.11.2022 по 20.11.2022	1800	1200	900	2400	2400	500
с 20.11.2022 по 4.12.2022	2299	1499	1099	2999	2999	599
с 4.12.2022 по 10.12.2022	2400*	1700*	1300*	3300*	3300*	650*
11.12.2022	2600*	1800*	1500*	3600*	3600*	700*

\* - регистрация с 4.12.2022 по 11.12.2022 возможна, но без стартового пакета и финишной медали, только номер (и то бумажный... и без булавок!), на призы в абсолюте претендовать МОЖНО.

\*\* - в случае регистрации на забег обоих родителей, детский забег предоставляется скидка 50%, при условии, что хотя бы один участник бежит дистанцию 36.6км

Скидка 50% для участников 65-лет и старше.

После регистрации **стартовый взнос НЕ возвращается**. Возможна перерегистрация на другую дистанцию не менее чем за 10 дней до забега.

## ХIII. РЕГИСТРАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Результат участников фиксируется посредством:

- системой видео-фиксации;
- ручной записью времени финиша судьями.

Результаты отображаются в протоколах.

## ХIV. ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Участники соревнований должны следовать по маркированной дистанции.

Участники должны доброжелательно относиться друг к другу. При необходимости – оказать первую медицинскую помощь и незамедлительно сообщить организаторам о сложившейся ситуации, вне зависимости от текущего результата. Правилами забега человеческая взаимопомощь ценится выше спортивных достижений.

Организатор оставляет за собой право отказать участнику в продолжении соревнования, если представитель организатора наблюдает у участника признаки нездоровья или крайней усталости. Обоснование такого решения не требуется.

## ХV. ШТРАФЫ И ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ С СОРЕВНОВАНИЯ

Главный судья оставляет имеет право оштрафовать любого участника на время от 5 до 120 мин. или дисквалифицировать в следующих случаях:

- уход с размеченного маршрута дистанции;
- сокращение дистанции;
- невыполнение требований судей и организаторов;
- использование посторонней помощи, либо использование любых сторонних средств для ускорения или облегчения преодоления дистанции (авто, самокаты, велосипеды, лошади, повозки, попутки, лодки, воздушные шары и т.д. и т.п.);
- грубое нарушение правил забега и техники безопасности;
- неспортивное поведение участника\*;
- нарушение спортивной этики (неоказание помощи пострадавшим либо препятствование другим участникам в достижении финиша - снятие маркировки и др.);

- нарушение природоохранной этики;
- обнаружение на трассе мусора, промаркированного номером участника.

## **XVI. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЯ**

Участники должны бежать под своим номером. Передача стартового номера без уведомления организаторов другому участнику ведет к дисквалификации.

Участники освобождают организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного повреждения или материального ущерба, понесенного ими в течение гонки.

Участники осведомлены, что дистанция гонки проходит по дорогам различной проходимости и является потенциально небезопасной.

Заявляясь на забег, участники гарантируют, что они осведомлены о состоянии своего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.

Во время гонки стартовые номера всегда должны быть на участниках и прикрепляться поверх всей одежды.

Участник, сошедший с дистанции, должен в максимально короткий срок связаться с организаторами и явиться на финиш.

## **XVII. АВТОРСКИЕ ПРАВА НА ФОТО И ВИДЕО МАТЕРИАЛЫ**

Каждый участник забега отказывается от любых претензий к организаторам, к партнёрам организаторов или к тем, кто делает информационное освещение гонки, относительно авторских прав на фото- и видео материалы, снятые во время соревнований, без каких-либо ограничений во времени, по типу носителя, по количеству или по средству распространения.

## **XVIII. ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОТМЕНА СОРЕВНОВАНИЯ**

Организатор оставляет за собой право изменять дистанции гонки и места расположения пунктов питания.

Событие может быть отменено, либо в него могут быть внесены изменения:

- при наличии неблагоприятных погодных условий непосредственно перед соревнованием (две недели) или во время него, которые ставят под сомнение безопасность проведения мероприятия и участников, решение об отмене соревнований, изменении маршрута или дистанции гонки принимается организатором.
- по причине возникновения неблагоприятных, чрезвычайных, непредвиденных и непредотвратимых обстоятельств, которые нельзя было разумно ожидать, либо избежать или преодолеть, а также находящихся вне контроля Организаторов. В частности, к таким обстоятельствам относятся: стихийные бедствия (землетрясение, наводнение, ураган); порывы ветра свыше 15 метров в секунду (включительно); температура воздуха ниже минус 20 или выше плюс 30 градусов по Цельсию (включительно); количество осадков 20 мм и более за 12 часов и менее; события, явления, которые Главное управление МЧС России по субъекту РФ признает экстренными и предупреждает об их возможном наступлении: пожар; массовые заболевания (эпидемии/пандемии); забастовки; военные действия; террористические акты; диверсии; ограничения перевозок; запретительные меры государств; запрет торговых операций, в том числе с отдельными странами, вследствие принятия международных санкций; акты, действия, бездействия органов государственной власти, местного самоуправления;
- при возникновении других, не зависящих от воли Организаторов обстоятельств.

При наступлении или при угрозе наступления вышеуказанных обстоятельств, вследствие чего событие подлежит отмене, либо изменению даты проведения, стартовые взносы не возвращаются. Участники, зарегистрировавшиеся для принятия участия в беговом событии, уведомляются СМС-сообщением на телефонный номер или письмом на электронный адрес, указанные в процессе регистрации или другим удобным способом.

## **XIX. КОНТАКТЫ**

По всем вопросам, связанным с участием или организацией мероприятия, обращаться по e-mail: [tyumentrail@gmail.com](mailto:tyumentrail@gmail.com)., либо телефону +7 912 385 02 47 Парфенова Марина Владимировна.

## **XX. ВОЛОНТЕРЫ**

Для помощи в организации соревнований приглашаются волонтеры, журналисты и фотографы.

## **XXI. ИЗМЕНЕНИЯ ПАМЯТКИ**

Настоящее ПАМЯТКА может быть изменено или отозвано организатором соревнования в одностороннем порядке без предварительного уведомления участников и без выплаты какой-либо компенсации, в связи с этим.

**Положение является официальным вызовом на соревнования.  
Участие в соревновании означает согласие с условиями настоящего  
положения.**

**Командный зачет**  
забег «ЗАБЕГ 36.6»

Команда \_\_\_\_\_

№	ФИО	Пол
1		
2		
3		

**Капитан команды** \_\_\_\_\_  
тел.: +7