

Утверждаю:  
Начальник Управления культуры,  
молодёжной политики, физической  
культуры и спорта администрации  
Кимрского муниципального округа

  
Г. А. Фурман  
« 20 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований по легкоатлетическому кроссу «Побег из лета».

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- 1.1 Пропаганда и популяризация здорового образа жизни, привлечение населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, активному образу жизни.
- 1.2 Выявление сильнейших спортсменов, повышение спортивного мастерства участников.
- 1.3 Развитие и укрепление дружественных спортивных связей.

### 2. ДАТА И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

- 2.1 Соревнования состоятся 26 августа 2023 года в г. Кимры.
- 2.2 Местонахождение стартового городка на поляне Титовского бора. Координаты места старта: 56.873296, 37.407479.

### 3. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ.

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется организационным комитетом серии стартов «Преодолей себя» при поддержке отдела физической культуры и спорта администрации города Кимры. Контактные телефоны для связи 8(905)126-44-44, 8(906)552-12-63.

### 4. ДИСТАНЦИИ СОРЕВНОВАНИЙ

- 4.1 В программе соревнований забеги на две дистанции:
  - основной забег 10 км (2 круга по 5 км)
  - детский забег 1 км (1 круг, без учёта времени)
- 4.2 Трассы всех забегов проходят по грунтовым тропинкам и дорожкам Титовского бора. Местность умеренно пересечённая.

### 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

- 10:00 – начало регистрации участников, выдача стартовых номеров
- 10:45 – открытие соревнований, брифинг
- 11:00 – детская музыкальная разминка
- 11:15 – старт детского забега
- 12:00 – старт забега на основной дистанции
- 13:30 – награждение победителей и призёров на основной дистанции
- 14:00 – закрытие соревнований

Программа может быть незначительно скорректирована.

### 6. ДОПУСК УЧАСТНИКОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ.

- 6.1 К участию в основном забеге приглашаются все желающие, способные по состоянию здоровья преодолеть всю дистанцию и не имеющие от врачей противопоказаний к физическим нагрузкам.
- 6.2 К участию в основном забеге допускаются участники, прошедшие предварительную электронную регистрацию и оплатившие стартовый взнос.
- 6.3 Участник основного забега допускается к старту при наличии личной подписи в карточке участника подтверждающей, что он ознакомлен с настоящим положением и несёт персональную ответственность за своё здоровье и за свою подготовку к соревнованиям.
- 6.4 К участию в детском забеге допускаются дети в возрасте от 3 до 14 лет, прошедшие предварительную электронную регистрацию, без дополнительных требований в присутствии одного из родителей. Стартовый взнос за участие в детском забеге отсутствует (участие бесплатное).

6.5 Лимит количества участников на дистанции основного забега – 35 человек. Количество участников на дистанции детского забега не ограничено.

## 7. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.

7.1 Соревнования состоятся в любую погоду.

7.2 Старт и финиш забегов всех забегов находится в одной точке.

7.3 Участникам соревнований необходимо следовать всем указаниям судейской коллегии и волонтеров на дистанции. Несоблюдение данных условий ведёт к автоматической дисквалификации участника.

7.4 На всём протяжении соревнований на участников основного забега должны быть надеты стартовые номера, выдаваемые организаторами перед стартом. Номер должен быть строго на груди и быть хорошо читаемым. Размещение стартового номера на поясе не допускается.

7.5 Участникам основного забега предоставляется: размеченная трасса, стартовый номер, закончившим соревнования – время и место в протоколе, медаль финишёра, победителям и призёрам – медали и дипломы (грамоты).

7.6 Участники детского забега преодолевают дистанцию без стартового номера и учёта времени.

7.7 Хронометраж соревнований ручной.

## 8. НАГРАЖДЕНИЕ.

8.1 Победители и призёры основного забега определяются по наименьшему времени, потребовавшемуся на преодоление всей дистанции. Награждение только в абсолютном зачёте отдельно среди мужчин и женщин:

- абсолютный зачёт среди мужчин – первые 3 места,

- абсолютный зачёт среди женщин – первые 3 места.

8.2 Все финишировавшие участники основного забега получают медаль финишёра.

8.3 Все участники детского забега после финиша получают сладкий приз и диплом.

## 9. РЕГИСТРАЦИЯ И СТАРТОВЫЙ ВЗНОС.

9.1 Регистрация на соревнования только предварительная электронная с 12 часов 00 минут 14.08.2023 по 12 часов 00 минут 25.08.2023 либо до достижения лимита участников.

9.2 Стартовый взнос за участие в основном забеге составляет 950 (девятьсот пятьдесят) рублей и оплачивается при регистрации в момент подачи заявки на участие в соревнованиях на электронной платформе <https://kimryteam.lifetime.io/pobeg2023>.

9.3 Участие в детском забеге бесплатное, но требует обязательной предварительной регистрации.

9.4 Регистрация на месте в день проведения соревнований производиться не будет. Получить стартовый номер и принять участие в забегах смогут только участники, прошедшие предварительную электронную регистрацию.

9.5 Стартовые взносы за участие в основном забеге не возвращаются. Допускается перерегистрация приобретённого слота на другого участника в срок не позднее окончания регистрации. Для перерегистрации необходимо направить запрос на адрес электронной почты 1264444@mail.ru, в котором указать полные данные зарегистрированного участника и данные участника, на которого необходимо перенести регистрацию.

## 10. ФИНАНСИРОВАНИЕ.

10.1 Финансирование соревнований осуществляется за счёт стартовых взносов участников.

10.2 Все расходы по размещению спортсменов и трансферу к месту старта несут сами участники.

## 11. БЕЗОПАСНОСТЬ УЧАСТНИКОВ ГОНКИ.

11.1 Участие в соревнованиях является потенциально травмоопасным.

11.2 В случае схода с дистанции или возникновения чрезвычайной ситуации следует обязательно уведомить организаторов, обратиться в службу экстренной помощи и за помощью к другим участникам.

Взаимовыручка: не будьте безучастны и равнодушны, если что-то в поведении другого участника вас настораживает или удивляет, поинтересуйтесь, не случилось ли что. Помните, на месте пострадавшего всегда можете оказаться вы.

Данное Положение является официальным приглашением к участию в соревнованиях.