

УТВЕРЖДАЮ:



Председатель ФОЦ «Гандвик»  
Недзвецкая Е.В.  
2.09.2023г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении сверхмарафонского легкоатлетического пробега  
«Архангельская сотка. Испытай себя».

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

- Популяризация бега на сверхдлинные дистанции.
- Возрождение сверхмарафонского бега в Архангельской области.

### 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.

Соревнования проводятся 30 сентября 2023 года в г. Архангельске, на Наб. Северной Двины. Старт и финиш у ФОЦ «Гандвик». Старт в 8.00.

### 3. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Дистанции: 100 км (мужчины и женщины); 50 км (мужчины и женщины); дистанция «Испытай себя» по выбору участника, но не менее 10 км (мужчины и женщины).  
Лимит времени на всех дистанциях - 12 часов.

### 4. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ.

Соревнования проводит ФОЦ «Гандвик» и КЛБ «Гандвик».  
Директор соревнований - Недзвецкая Е.В.  
Главный судья - Зайцева Е.Н. (Всероссийская категория).

### 5. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И ПОРЯДОК ДОПУСКА.

Соревнования личные. Допускаются 50 участников (граждане РФ и иностранных государств), первыми подавшие заявку.  
На дистанциях 50 км и 100 км - достигшие к моменту старта 18-летнего возраста.  
На дистанции «Испытай себя» - без ограничения возраста.  
Участники до 18 лет – при наличии медицинского заключения врача о допуске,  
От 18 лет – при наличии заключения врача о допуске или личного заявления, подтверждающего персональную ответственность за свое здоровье.

### 6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ.

Старт общий для всех дистанций. Участники двигаются по тротуару Набережной Северной Двины по кругу от улицы Садовой до ул. Воскресенской.  
Длина круга - 3 км 333 м. Дистанция 50 км - 15 кругов + 5 м.; 100 км - 30 кругов + 10 м. Дистанция «Испытай себя» - любое количество кругов до окончания контрольного времени 12 часов, но не менее 3 кругов (10 км).

О прекращении преодоления дистанции участник обязан предупредить судью на финише. Окончательный результат на этой дистанции округляется по числу полных преодолённых кругов по истечении контрольного времени, за исключением случая, когда лидер идёт на превышение лучшего достижения г. Архангельска (см. ниже в п. 10).

Участникам разрешается в любое время уйти на отдых в помещении ФОЦ «Гандвик», предупредив об этом судью-счётчика кругов. Время на отдых не ограничено. Туалеты расположены в помещении ФОЦ «Гандвик». Участникам разрешается в любое время прибегать к помощи личных волонтеров для массажа, приёма пищи и в любых других случаях.

При возобновлении движения после отдыха участник также обязан предупредить об этом судью-счётчика кругов.

На дистанциях 50 и 100 км, сошедшие с дистанции участники, обязаны сообщить об этом судье на финише.

**ПРИМЕЧАНИЕ.** Участник обязан немедленно прекратить преодоление дистанции ввиду плохого состояния здоровья по первому требованию врача соревнований.

## 7. ПИТАНИЕ УЧАСТНИКОВ НА ДИСТАНЦИИ.

Пункт питания на дистанции один - в зоне старта и финиша. Организаторы обеспечивают участников: питьевой водой, хлебом, чаем, свежими огурцами, бананами. Остальные, необходимые для себя продукты питания, участники приносят с собой и оставляют на столах на пункте питания. Останавливаться для приёма пищи разрешается в любое время и неограниченное количество раз. На пункте питания разрешается пользоваться помощью судей при участниках и личных волонтеров.

## 8. ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Результаты участников будут определяться по трём финишным протоколам, отдельно у мужчин и женщин. В финишные протоколы вносятся результаты участников, преодолевших дистанции 50 и 100 км в часах, минутах и секундах. Результаты не закончивших дистанцию участников на 50 и 100 км, также будут внесены в финишные протокола, где будет указано расстояние, преодолённое ими и фактическое время, за которое они его преодолели. В финишных протоколах дистанции «Испытай себя» будет указано расстояние, преодолённое участником и время, за которое оно было преодолено в часах, минутах и секундах. Чем большее расстояние преодолел участник - тем выше будет он находиться в финишном протоколе. При равном преодолённом расстоянии будет учитываться лучшее время. Если и этот показатель одинаков, то возраст участника. Предпочтение отдаётся более старшему по возрасту.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Результаты участников на дистанциях 50 и 100 км, не закончивших дистанции, в финишные протокола дистанции «Испытай себя» не вносятся и при награждении не учитываются.

## 9. НАГРАЖДЕНИЕ.

Все участники награждаются памятными медалями, грамотами и сертификатами участника.

Возрастных групп нет. На всех дистанциях грамотами и ценными призами награждаются победитель и призёры, отдельно у мужчин и женщин. Специальными призами награждаются самый юный и самый старший по возрасту участники.

#### 10. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ НАГРАЖДЕНИЕ.

Будет производиться в случаях, если на дистанциях 50 км у женщин, 100 км у мужчин и женщин и на дистанции «Испытай себя» у мужчин - победители улучшат рекорды (лучшие достижения) г. Архангельска.

В этом случае каждый победитель дополнительно получит денежный приз 5000 рублей и ему будет возвращён стартовый взнос.

#### ПРИМЕЧАНИЕ:

Лучшие достижения г. Архангельска:

50 км - Женщины: Третьякова Татьяна - 4:36.55 (г. Архангельск 16.09.1990 г.)

100 км - Женщины: Максимова Юлия - 10:44.25 (г. Череповец 23.04.2023 г.)

100 км - Мужчины: Недзвецкий Владимир - 7:21.15 (г. Архангельск 08.08.1992 г.)

12- часовой бег - Мужчины: Недзвецкий Владимир - 140 км 606 м. (г. Калуга 28.06.1992 г.)

#### 11. ЗАЯВКИ.

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются в срок до 20.00 часов 28 сентября 2023г. главному судье - Зайцевой Елене Николаевне по эл. адресу: vehveknrf@yandex.ru. или Вконтакте id42558599 (тел. +7911-879-67-71).

Стартовые номера будут выдаваться 30.09.2023 г. с 07.00 до 07.45 часов в помещении ФОЦ «Гандвик» по адресу: г. Архангельск, наб. Сев. Двины, 110 (вход со двора).

Участники, планирующие стартовать под своими стартовыми номерами, указывают номер в заявке.

Регистрация заканчивается за 15 минут до старта.

#### 12. СТАРТОВЫЕ ВЗНОСЫ.

Стартовые взносы уплачиваются на регистрации перед стартом.

Дистанция 100 км – 1000,00 руб.; 50 км – 700,00 руб.; дистанция «Испытай себя» - 500,00 руб.

Расходы по уплате стартовых взносов несут сами участники или организации, их командирующие.

#### 13. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ.

Расходы по оплате судейства, награждению - несет ФОЦ «Гандвик».

ФОЦ «Гандвик» организует медицинское обеспечение.

Проезд к месту старта и обратно обеспечивают командирующие организации или сами участники.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ.**