

СОГЛАСОВАНО:

Президент Смоленского областного
отделения межрегионального
общественного движения «Марафонская
Команда Шри Чинмоя»
Роденков Михаил Сергеевич



УТВЕРЖДАЮ:

Директор СОГБОУДО
«СШОР имени Ф.Т. Михеенко»
Михеенков
Виталий Анатольевич



25.10.2023

Положение

**о проведении Смоленского новогоднего ультрамарафона «Самопреодоление»
31 декабря 2023 - 1 января 2024**

1. Общее положение.

Соревнования организованы с целью развития в Смоленской области массового любительского бега на длинные дистанции. Серия соревнований «Самопреодоление» проводится во многих городах Российской Федерации по инициативе известного гуманиста и спортсмена Шри Чинмоя и включает марафонские забеги, триатлоны и ультрамарафоны.

2. Цели и задачи.

- оздоровления и приобщения к систематическим занятиям бегом различных возрастных и социальных категорий населения;
- способствование гармоничному развитию личности посредством спорта;
- выявление сильнейших сверхмарафонцев, развитие и популяризация сверхмарафонского бега.

3. Руководство организацией и проведением соревнований.

Общее руководство организацией соревнований и непосредственное проведение соревнований возлагается на Марафонскую Команду Шри Чинмоя.

4. Место и время проведения.

Соревнования в легкоатлетическом манеже СШОР имени Ф.Т. Михеенко по адресу г. Смоленск ул. Твардовского 14.

5. Регламент соревнований.

Покрытие трассы – специализированное резиновое. Максимальное количество участников 30 человек.

Старт 24-часового забега 17 ⁰⁰ 31-го декабря 2023г	Старт 12-часового забега 23 ⁰⁰ 31-го декабря 2023г	Старт 6-часового забега - 11 ⁰⁰ 1-го января 2024г
Финиш 24-часового забега 17 ⁰⁰ 1-го января 2024г	Финиш 12-часового забега 11 ⁰⁰ 1-го января 2024г	Финиш 6-часового забега - 17 ⁰⁰ 1-го января 2024г

К участию в забегах допускаются спортсмены старше 18 лет.

Минимальным требованием для участия в 12-ти часовом пробеге является успешно завершенная марафонская дистанция 42км 195м.

Минимальным требованием для участия в 24-часовом пробеге является успешно завершенный 12-часовой пробег или 100км забег.

Участники преодолевают дистанцию согласно международным правилам по сверхмарафонскому бегу. Соревнования проводятся на личное первенство. Результатом соревнования считается дистанция, преодоленная участниками за 6, 12 и 24 часа соответственно.

Питание участников во время проведения соревнований осуществляется строго в отведенной организаторами зоне. При нахождении участника с едой или напитками вне зоны, отведенной организаторами для питания, главный судья вправе оштрафовать нарушающего участника на 0,127-3км.

6. Порядок проведения регистрации.

Для участия в соревнованиях спортсменам необходимо:

6.1. До **20 ноября 2023г.** зарегистрироваться на сайте: zareg.me.

6.2. Пройти предстартовую регистрацию и получить чип с 16:00 31 декабря.

6.3. Во время регистрации предъявить паспорт и предоставить медицинскую справку-допуск к соревнованиям с печатью выдавшего учреждения, треугольной печатью, подписью и печатью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованиям по 6-ти часовому, 12-ти часовому бегу или 24-х часовому бегу соответственно. Справка должна быть оформлена не ранее 30.06.2023г. Оригинал справки возвращается после завершения соревнования. Ксерокопии справки не принимаются.

6.4 Возрастные группы участников:

Организаторы определяют возрастные группы на основании данных зарегистрировавшихся участников.

6.5 Размер стартового взноса:

24 часа – 3500руб; 12 часов – 2500руб, 6 часов – 1500руб, для участников в возрастной категории 60 лет и старше размер стартового взноса составляет 3000руб/2000руб/1000руб соответственно выбранной дистанции.

Стартовый взнос необходимо до 30 ноября отправить переводом на банковскую карту, привязанную к номеру 8 920 668 1775 (Михаил Сергеевич Р.). В сообщении получателю указать свою фамилию и выбранную дистанцию.

7. Подведение итогов и награждение победителей и призеров.

Определение победителей и призеров соревнований осуществляется в соответствии с действующими правилами соревнований по легкой атлетике.

Победители и призеры, а также все участники соревнований, награждаются медалями, дипломами и памятным подарками.

8. Финансирование соревнований.

Марафонская Команда Шри Чинмоя за счет стартовых взносов обеспечивает участников базовым питанием, питьевой водой, горячими напитками, медалями и подарками, организует хронометраж и судейство соревнований.

Администрация манежа обеспечивает условия для проведения соревнований – манеж, раздевалки и душевые, подсобные помещения, а также обеспечивает работу вентиляции на протяжении всего времени проведения соревнований.

Организаторы могут изменять Положение, руководствуясь принципами целесообразности, актуальная информация публикуется на официальном сайте соревнований: vk.com/smolrun

Регистрация: Zareg.me

E - mail: ultrarun67@yandex.ru

Директор Соревнований: Родненков Михаил +7 920 668 1775 (ватсап, телеграмм)

Координатор: Рыбин Константин +7 922 309 6859