**ПОЛОЖЕНИЕ**
**V зимнего экстремального марафона**
**«Полюс Холода – Оймякон» 2024 г.**

**1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**
1.1. V зимний экстремальный марафон «Полюс Холода – Оймякон» (далее – марафон) – региональная площадка, направленная на выявление и поддержку любителей бега в экстремальных условиях, брендирования туристического кластера Полюс Холода – Оймякон. Имеет статус открытого соревнования.
1.2. Настоящее Положение определяет цель и задачи, а также
порядок проведения марафона, категории его участников, условия участия.
1.3. Организаторами выступают:
Общественная организация по развитию зимнего экстремального марафона в туристической индустрии "Полюс Холода" Республики Саха (Якутия);
МР «Оймяконский» улус (район) Республики Саха (Якутия);
1.4 Генеральный спонсор пробега: BASK – ведущий российский производитель снаряжения для экстремальных видов спорта – информационная и материальная поддержка реализации проекта;
1.5. Партнерами выступают:
Министерство Предпринимательства, Торговли и Туризма Республики Саха (Якутия) - консультационная, информационная, организационная поддержка реализации проекта;
Министерство по внешним связям и делам народов Республики Саха (Якутия) – консультационная, информационная, организационная поддержка реализации проекта;
Министерство здравоохранения Республики Саха (Якутия) - консультационная, информационная поддержка реализации проекта;
Ассоциация по содействию и развитию северных территорий Академия «Северного Форума» - консультационная, организационная поддержка реализации проекта;
Министерство по физической культуре и спорту Республики Саха (Якутия) – информационная поддержка реализации проекта;
Федеральное Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чурапчинский Государственный Институт физической культуры и спорта» - информационная поддержка реализации проекта;
**2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**
2.1. Цель проведения марафона «Полюс Холода - Оймякон»:
Популяризация бега на длинные дистанции, как одного из эффективных средств укрепления здоровья в широком возрастном диапазоне;
2.2. Задачи:
2.1. Проведение марафона как самого экстремального по низкой температуре в мире- «Полюс Холода – Оймякон»;
2.2. Изучение и анализ спортивной экипировки в условиях экстремально низких температурах, исследование - контроль субъективных и объективных показателей до и после старта участников забега.
3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ ПРОБЕГА
3.1. Руководство подготовкой и проведением пробега осуществляется
организационным комитетом (далее – Оргкомитет).
4. УЧАСТНИКИ ПРОБЕГА
4.1. Участники пробега: любители бега от 18 лет и старше. Возраст участника определяется на дату проведения забега.
4.2. Регистрируясь, участник берет на себя полную ответственность за свое здоровье и все возможные риски, связанные с участием в забеге, которые могут повлечь за собой травмы, увечья или иные проблемы со здоровьем, а также подтверждает своё согласие с настоящим Положением и обязуется выполнять указанные в нем обязательства, правила и ограничения.
4.3. Заезд делегаций на пробег осуществляется по графику, который
формируется после предварительной регистрации участников.
4.4. На пробег приглашаются любители бега, с приглашением из других регионов Российской Федерации.

5. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ
5.1. Пробег проводится в 10:00 ч.,12 января 2024 года на территории Оймяконского района Республики Саха (Якутия). Старт - МО «Оймякон — Полюс Холода» (с. Оймякон). Финиш - МО «2-й Борогонский наслег» (с. Томтор).
- Ознакомление с трассой марафона – с 10:00 ч., 11 января 2024 г. ( в течении дня);
- Старт – 10:00 ч. (12 января, 2024 г., с. Оймякон);
- Финиш – по регламенту на пробег дается 6 часов (с. Томтор).
6. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ
6.1. Спортсмены делятся на возрастные группы среди мужчин и
женщин: 1) 18-39 лет; 2) 40-49 лет; 3) 50-59 лет; 4) 60-69 лет; 5) 70-74 лет; 6) 75 лет и старше;
6.2. Участник имеет право заявиться только на одной выбранной дистанции, после прохождения регистрации не меняет дистанцию.
6.3. Дистанции пробега – 21 км 100 м.(полумарафон) и 42 км. 195 м. (марафон);
6.4. Лимит времени на прохождении дистанции классического марафона 6 часов.
6.5. Спортсмены, не закончившие дистанцию по окончанию контрольного времени, снимаются с трассы.
6.6. Слоты участников – 100, в том числе количество участников в каждом забеге 1) 18-39 лет – 25 участников; 2) 40-49 лет – 25 участников; 3) 50-59 лет – 20 участников; 4) 60-69 лет – 20 участников; 5) 70-74 лет – 5 участников; 6) 75 лет и выше – 5 участников;.
6.7. Судьи в количестве 10 человек работают на трассе с интервалом по 4 км.
6.8. Организация допуска участников к марафону: предстартовый медицинский осмотр, справки о состоянии здоровья к участию в пробеге. (Срок действия медицинской справки составляет 6 месяцев). После прохождения медосмотра и допуска врача выдаются стартовые номера, также стартовый пакет, предоставляемый организаторами всем участникам.
6.9. Решение судейской коллегии оспариванию не подлежит.
6.10 В рамках пробега планируется научное сопровождение:
6.10.1. изучение предстартового и послестартового физического состояния бегунов-практиков зимнего бега в экстремальных климатических условиях. (ФГБОУ ВО «ЧГИФКиС»)
6.10.2 диагностика мотивации спортсменов-экстремалов (ФГАОУ ВО СВФУ им. М.К. Аммосова)
В рамках программы пробега организуются мероприятия (по заявкам):
1. Краеведческий музей им. Н. М. Заболоцкого-Чысхаана «Флора и фауна Оймяконья», «Быт и культура народа саха в 19 веке» С. Томтор Томторский краеведческий музей;
2. Литературно-краеведческий музей при Томторской СОШ «Жизнь и творчество писателей – узников лагерей ГУЛАГ» С.Томтор Томторская СОШ им. Н.М.Заболоцкого;
3. Ледовая Резиденция Чысхаана – Хранителя Холода, гора Эбэ Хайа Томторский краеведческий музей:
4. Посещение истока реки Индигирка, тропа охотника с. Сордоннох, ИП Кырыарба Т.Э.;
5. «Вешать саламу на ритуальные сэргэ - коновязи Салгын кут», установленные духовным лидером народа саха А.Е.Кулаковским в 1924 году. В 12 км от с. Томтор (по пути в с. Оймякон) 2 км от дороги МО «Борогонский 2 наслег»;
6. «Накорми лошадку на удачу» п. Берег-Юрд, ИП Итегелов В.М.;
7. Купание в незамерзающем источнике -р. Индигирка, ИП Малых А.Н.
8. Тематический обед «У бабушки мира», с. Оймякон, Васильева Т.Е.
9. Получить сертификат о посещении Полюса Холода от Чысхаана Хранителя Холода, Стелла «Полюс Холода», с. Оймякон МО «Оймякон Полюс Холода»
10. Обряд на привлечение удачи и богатства. «Позвонить в колокольчик купца», Усадьба купца и мецената Н.О.Кривошапкина, с. Хара-Тумул ОСОШ
11. Галерея «Полюс Холода» Фотовыставки, обряд благословения Хара-Тумул, Сивцев С.С.
7. ФИНАНСИРОВАНИЕ
7.1. Расходы по подготовке и организации марафона, также призового фонда финансируется за счет оплаты слота - пожертвования участников и спонсорских средств.
7.2. Проезд, питание и проживание в гостевых домах – оплачивают сами участники.
7.4. Оплата слота – добровольное пожертвование с участника на дистанции полумарафона и марафона: 1. Регионы Российской Федерации – 5 000 руб., зарубежных стран – 50 000 руб.;
8.0. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ И НАГРАЖДЕНИЕ:
8.1. Участникам по итогам прохождения трассы марафона выдаются сертификаты финишера с отметкой температуры воздуха в день старта, памятные медали финишера дистанции марафона и полумарафона.
8.2. Выявляются лучшие спортсмены по возрастным группам и дистанциям среди мужчин и женщин, занявшие 1,2 и 3 места награждаются ценными призами, медалями и дипломами.
8.3. Абсолютные победители дистанции марафона 42 км. 195 м. среди мужчин и женщин награждаются денежным призом в размере 100 000 (сто тысяч) рублей и памятным кубком от организаторов.
8.4. Абсолютные победители дистанции полумарафона 21 км. 200 м. среди мужчин и женщин награждаются денежным призом в размере 50 000 (пятьдесят тысяч) рублей и памятным кубком от организаторов.
9. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК
9.1. Срок подачи заявок на участие в пробеге – с 1 декабря до 10 декабря 2023 г.
9.2. При прибытии на территорию пробега участники проходят инструктаж
и подписываются в журнале по технике безопасности, предъявляют
справку о состоянии здоровья и ДМС (спортивную страховку)
9.3. Спортсмены, не подавшие заявки в срок до 24:00 часов по московскому времени 10 декабря 2023 года, не допускаются на забег.
9.4. Дополнительную информацию можно получить по эл. почте: nsapoleofcold@gmail.com или по конт. номеру (ватцап): 89243689649;
9.6. По индивидуальным заявкам: питание, комфортный трансфер, гостевой дом, тур-пакеты и т.д. обращаться по телефону: 89243689649;