

Положение

О проведении зимнего марафона Шри Чинмоя «Вдохновение»

Москва 2024

1 Цели и задачи

1.1 Марафон и сопутствующие дистанции : 21 км, 12 км а также би часовой бег проводятся для оздоровления и приобщения к систематическим занятиям физической культуры

1.2 Развитие и популяризация бега на длинные дистанции как систему развития выносливости в Москве и Московской области

1.3 Распространение философии самопреодоления в спорте, победы над своими прошлыми результатами.

1.4 В ознаменовании первого марафона который пробежал основатель команды Шри Чинмой 3 марта 1979 года

2 Руководство и проведение соревнований

2.1 Общее руководство по организации и проведению марафона осуществляет международное общественное движение «Марафонская команда Шри Чинмоя» Совместно с другими организациями и заинтересованными лицами

2.2 Непосредственное проведение технической части возлагается на судейскую коллегияю

3 Место и время

3.1 Соревнование проходит в парковой зоне возле стадиона Медик Ул Маршала Тимошенко д 1 (от м Молодежная 2км)

3.2 Парковаться удобно по улице Академика Павлова д 6 (напротив магазина Дикси)

3.2.1 Выдача номеров будет проводиться на стадионе в помещении

6 часов и марафон с 9.00 — 9.30

а 21 км и 12 км 9.30 -10.00

3.3 Старт дистанций 6 часов и 42км, в 9.45

Дистанции 21 км и 12км стартует на 30 мин позже

3.4 Лимит времени на марафон 6 часов Участники марафона не уложившиеся в лимит времени будут считаться участниками би часового бега

3.5 Время посещения для нас на территории базы будет ограничено до 12.00

Поэтому переодеться и воспользоваться теплыми раздевалками туалетами ПЕРЕД СТАРТОМ возможно для всех А после успеют только бегущие 12 км

Все кроме дистанции 12 км должны упаковать вещи в мешки и отнести в палатки на улице возле трассы

4 Виды соревнований и группы

4.1 Марафон : Мужчины и женщины 18 -39 лет ; 40 — 49 лет ; 50 лет и старше

Дистанции : 6 часов, 21 км , 12 км Мужчины и женщины 18 лет и старше

Возраст определяется на 1 января 2024 года

4.1.1 Все дистанции проходят в парковой зоне по кругу

Длина круга 3км

Покрытие - утоптаный снег, зависимый от погоды

4.2 Дистанция 6 часов определяется по целому количеству кругов

Выше по рейтингу при одинаковом количестве кругов будет тот кто сделал это раньше

4.3 Допуск

К участию на дистанциях допускаются все желающие по согласованию с организаторами выполнившие все условия регистрации описанные в положении и оплатившие стартовый взнос

4.4 Каждый участник обязан предоставить медицинскую справку с печатью выдавшего учреждения, подписью и печатью врача

В справке должно быть указано Допущен к соревнованиям по бегу не менее чем заявленная дистанция Оформленные в 2024 году

4.5 Регистрация предварительная до 28 февраля или по достижении общего количества участников 80 человек

4.6 Стартовый взнос вносится он - лайн при регистрации на сайте и составляет (без учета комиссии

До 28 февраля

6 часов и марафон — 2000р (1500р для льготных категорий)

21 км — 1700р (1200р для льготных категорий)

12 км — 1000р (500р для льготных категорий)

Високосный 29 февраля и 1 марта

6 часов и марафон — 2500 / 2000

21 км

2200 / 1700

12 км

1200 / 700

В день старта

6 часов и марафон 3000 / 2500 , 21 км 2500 / 2000 и 12 км 1500 / 1000

4.7 Перенесение взноса на другого участника или возврат осуществляются до 29 февраля 2024 года

4.7.1 Стартовый взнос может быть изменен по решению организаторов для определенных участников

4.8 Выдача стартовых номеров осуществляется на месте при предъявлении удостоверяющего документа

4.9 Один номер на каждого участника Его нужно разместить на верхней одежде спереди

Если будут чипы, то дополнительно на любую ногу возле кроссовка. одеть чип

Чипы сдать после финиша организаторам

4.10 В случае нарушений правил регистрации установленных Положением , организаторы оставляют за собой право не возвращать стартовые взносы

5 Проведение мероприятия

5.1 Марафон и другие дистанции проводятся в личном первенстве

5.2 Лимит времени 6 часов

5.3 Участники имеют возможность на остановку для приема пищи, отдыха в пределах места палаток с едой и переодевалок (время не регламентируется)

5.4 Базовое питание , теплая и холодная вода на одном пункте на круг

5.5 Трасса круговая по тропинкам парка Круг 3 км

Покрытие утоптаный снег , зависимый от осадков и погоды

5.6 На круге будут размещены биотуалеты

5.7 Апелляции на результаты подаются не позднее 15 мин после публикации на табло или стенде

5.8 Дежурная скорая помощь будет находится рядом с трассой

6 Награждение

6.1 марафон 3 места в каждой категории мужчины и женщины

6 часов 3 места в абсолюте мужчины и женщины

21 км и 12 км 3 места в абсолюте мужчины и женщины

6.2 Победители и призеры также награждаются спортивно — наградной атрибутикой