

**Положение
о проведении 10-го легкоатлетического кроссового полумарафона
«Побег из лета-2024»**

1. Цели и задачи:

1. Пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни.
2. Популяризация бега на длинные дистанции.
3. Патриотическое воспитание подрастающего поколения.
4. Установление дружественных связей среди любителей бега.
5. Выявление сильнейших спортсменов.

2. Организаторы пробега:

СК «Баринава роща».

Комитет по физической культуре, спорту и молодежной политике МО
г.Гусь-Хрустальный.

3. Время и место проведения:

Пробег проводится в воскресенье, 25 августа 2024 года, по адресу:
Владимирская область, г.Гусь-Хрустальный, стартовый городок СК «Атлант».

Время старта:

11:00 Мальчики, девочки на 2км,

11:15 Мальчики, девочки, юноши, девушки на 5,4км.

12:00 Мужчины, женщины на 21,1км., 10,5км., ветераны на 5,4км.

4. Программа и участники:

В соревнованиях может принять участие любой желающий, имеющий спортивную подготовку.

Участник допускается к старту при наличии личной подписи в регистрационной ведомости, подтверждающей, что он ознакомлен с настоящим Положением и несет персональную ответственность за свое здоровье и за свою подготовку к соревнованиям.

Категории, дистанции (учитывается фактический возраст):

21,1км. (4 круга):

- мужчины до 30 лет,
- мужчины 30-39 лет,
- мужчины 40-49 лет,
- мужчины 50 лет и старше,
- женщины.

10,5км. (2 круга):

- мужчины до 30 лет,
- мужчины 30-39 лет,
- мужчины 40-49 лет,
- мужчины 50 лет и старше,

- женщины до 30 лет,
- женщины 30-39 лет,
- женщины 40 лет и старше.

5,4км. (1круг):

- мужчины 60 лет и старше,
- женщины 60 лет и старше,
- мальчики 10-13 лет,
- девочки 10-13 лет,
- юноши 14-17 лет,
- девушки 14-17 лет.

2км. (1круг):

- мальчики до 10 лет,
- девочки до 10 лет.

Трасса проходит по лесным, грунтовым тропинкам с небольшими перепадами высот.

К старту допускаются спортсмены, подавшие заявку, уплатившие стартовый взнос и заверившие личной подписью персональную ответственность за свое здоровье и выполнение настоящего Положения в регистрационной ведомости. Подпись участника в регистрационной ведомости подтверждает, что участник подробно ознакомился с настоящим Положением перед началом соревнований, полностью и безоговорочно принимает настоящее Положение, выполняет требования санитарных правил, знает о рисках, которые возможны при участии в соревнованиях, знает о состоянии собственного физического здоровья и пределы индивидуальных нагрузок, а также владеет необходимыми техническими навыками для безопасного прохождения дистанции. Принимая во внимание риски, которые возможны при проведении соревнований, участник освобождает Организатора от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного или материального повреждения, понесенного им в течение соревнований, что подтверждает личной подписью в регистрационной ведомости.

5. Награждение:

Победители и призеры на дистанции в каждой категории награждаются медалями, грамотами и призами.

6. Регистрация участников:

Начало регистрации в 9:00.

Предварительная регистрация (оплачивается на месте):

<https://gussport.ru/pizl/pizl.php>

7. Стартовые взносы и условия финансирования:

Источник финансирования соревнований – стартовые взносы участников, спонсоры.

Стартовый взнос – 500 рублей на дистанцию 21,1км. и 400 рублей на 10,5км. На дистанции 2 и 5,4км. - бесплатно. По желанию, можно приобрести медаль финишера стоимостью 300 рублей. Организаторы соревнований несут расходы, связанные с выплатами спортивным судьям, обслуживающим персоналом, награждением. Расходы, связанные с командированием участников, несут командирующие организации.

Организаторы оставляют за собой право изменять настоящее Положение.

Более подробная информация в группе СК «Барина роща» ВКонтакте:
<https://vk.com/scbarro>

Настоящее Положение является официальным приглашением (вызовом) на соревнования.