

**Памятка участника
о проведении трейла
«Росомаха», 2024 г.**

1. Общие

1.1. Настоящая памятка участника определяет порядок организации и проведения трейла, состав участников, порядок награждения.

2. Цели и задачи

- 2.1. Пропаганда здорового образа жизни, туризма и спорта.
- 2.2. Популяризация бега по пересечённой местности среди широких масс населения

3. Руководство

3.1. Функции организатора возлагаются на команду «Tyumen Trail» (руководитель - Парфенова Марина Владимировна (89123850247, tyumentrail@gmail.com)) и Федерацию спортивного туризма Тюменской области (руководитель - Черепанов Александр Юрьевич).

4. Сроки проведения

4.1. Даты проведения: 13-15.09.2024 г.

5. Место проведения

5.1. Информация о месте проведения и детали маршрута «Росомаха» планируются к публикации 31.07.2024 года, протяжённость маршрута составит 160-170 км,

6. Программа и зачёт

Трейл проводится в беговом формате с промежуточными обязательными остановками.

6.1. Маршрут «Росомаха» - 4 этапа:

Этап	Даты	Время суток	Ориентировочная протяжённость, км
1	13-14.09.24	Ночь	30
2	14.09.24	День	60
3	14-15.09.24	Ночь	45
4	15.09.24	День	30

6.2. Расписание планируется к публикации 31.07.2024

7. Обязательные остановки/отдых:

- после преодоления этапов 1,2,3 маршрута «Росомаха» участник в обязательном порядке располагается на специально отведённой территории, обеспечивается наличие тента во избежание прямого попадания возможных осадков;
- участнику предоставляется доступ к заброске;
- рекомендуется использовать время обязательных остановок для отдыха и восстановления - питания и сна.

8. Зачёт

Общий зачёт с учётом поэтапного времени прохождения дистанции.

- мужчины, абсолют.
- женщины, абсолют.

9. Описание маршрутов

8.1. Набор высоты минимальный, покрытие - грунтовые полевые и лесные дороги, поля, кочкарники, предполагается преодоление ручьёв и бродов, болот различной степени проходимости. На пути следования вероятны встречи с грибниками и деревенскими жителями, также возможны встречи с дикими животными и охотниками. Приближаться, гладить, либо пытаться приручить и покормить, категорически не рекомендуется.

8.2. Следование по маршруту

Осуществляется по GPS-треку, маркировка трассы не выполняется.

10. Требования к участникам и условия их допуска

Для допуска на маршрут «участнику необходимы:

- совершеннолетние,
- с медицинским допуском (справкой),

- страховым полисом,
- обязательным снаряжением.

11. Совершеннолетие

Совершеннолетие - достижение 18 лет (на 12.09.2024).

12. Медицинская справка

11.1. Требования:

- должна быть оформлена согласно форме по приложению №2 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. N 1144н
- должна быть выдана специализированным медицинским учреждением,
- должна быть выдана не ранее 15.09.2023,
- должна содержать отметку о допуске к участию в дисциплине «трейл», либо по дисциплине «бег по пересечённой местности», с отметкой о допуске на маршрут, протяжённостью не менее 100 км.

11.2. Медицинская справка участника маршрута «Росомаха» дополнительно должна содержать отметку SCORE - оценку сердечно-сосудистого риска с указанием «низкий», либо «умеренный» (для участников с уровнями «высокий» и «очень высокий» крайне не рекомендуется выход на маршрут).

11.3. Перед стартом каждого этапа участник маршрута «Росомаха» в обязательном порядке проходит медицинский осмотр:

- термометрию,
- измерение артериального давления,
- опрос и осмотр на предмет ясности сознания, отсутствия обострения хронических заболеваний, обезвоживания.

13. Страховой полис

12.1. Страховой полис по несчастным случаям участников маршрута «Росомаха» обязательно должен содержать информацию:

- по риску травма/увечье,
- по риску смерть в результате несчастного случая,
- по риску постоянной утраты трудоспособности по несчастному случаю,
- о видах спорта – лёгкая атлетика, спортивное ориентирование, бег по пересечённой местности, трейлраннинг,
- о страховой сумме не менее 300 000 рублей.

12.2. Рекомендуется наличие страхового полиса на случай укуса клеща, а также прививки клещевого энцефалита.

14. Обязательное снаряжение

13.1. При отсутствии участник не допускается в стартовый коридор

13.2. Снаряжение может быть проверено на любом из контрольных пунктов у любого из участников, при этом берётся отсечка по времени и по просьбе судьи участник обязан представить на осмотр снаряжение.

13.3. Этапы маршрута «Росомаха» предполагают обязательное наличие следующего:

- стартовый номер;
- часы с функцией GPS с записанными треками всех 4 этапов, аккумулятор часов должен обеспечивать работу часов без подзарядки на период не менее 12 часов;
- 2 фонаря – основной налобный и запасной, либо 1 фонарь - основной налобный с запасным аккумулятором;
- 1 фонарь габаритный красного света (крепится сзади на рюкзак, либо на одежду участника);
- сотовый телефон в гермоупаковке с записанным телефоном организатора и экстренных служб в адресной книге;
- нож;
- сигнал охотника (на 1,2,3 этапы) + по 3 шумовых заряда на каждый этап, либо идентичное шумовое оборудование;
- футболка с длинным рукавом, либо футболка и рукава отдельно, либо лонгслив, рекомендуются максимально яркая и заметная расцветка и светоотражающие элементы;
- леггинсы/спортивные штаны, либо шорты и гольфы, рекомендуются максимально яркая и заметная расцветка и светоотражающие элементы;
- головной убор – бафф, шапка, кепка, панама, рекомендуются максимально яркая и заметная расцветка и светоотражающие элементы;

- жилет сигнальный «ядовитого» зелёного цвета;
- запас питья и еды (расчёт расхода выполняется участником самостоятельно, маршрут автономный);
- рюкзак, либо пояс, вмещающий (либо позволяющий закрепить) всё обязательное снаряжение;
- громкий свисток;
- ветрозащитная куртка;
- аптечка;
- беговые трейловые кроссовки с агрессивным протектором.

Возможна корректировка перечня обязательного снаряжения со стороны организатора в связи с погодными условиями.

13.4. Снаряжение для передачи на заброску, маршрут «Росомаха»:

- Power Bank с ёмкостью, позволяющей выполнять зарядку (при необходимости) часов и фонарей до 100% (для обеспечения их работы на период как минимум 12 часов) на всех 4 этапах;
- спальный мешок;
- пенка (рекомендуется самонадувающийся коврик);
- запас питья и еды (для пополнения запасов перед следующим этапом);
- КЛМН – кружка, ложка, миска, нож;
- запасные вещи (беговая одежда, кроссовки),

Снаряжение на заброски принимается только упакованное в мешке (бауле), который выдаётся организатором при получении участником номера.

13.5. Обязательная аптечка (обязательно иметь при себе на каждом из 4 этапов):

- гемостатическая губка;
- эластичный бинт (мин.размеры 3см*1м)/спортивный тейп;
- пластырь (3см*3м);
- бинт стерильный;
- жгут;
- вата;
- обезболивающие таблетки;
- таблетки от диареи;
- таблетки против аллергии;
- стрептоцид;
- баноцин;
- противовоспалительное;
- перекись водорода;
- спиртовые салфетки.

13.6. Рекомендации к снаряжению:

- сотовый телефон с возможностью установки мобильного приложения-трекера, iOS, либо Android (активация производится заранее), для мониторинга местоположения участника;
- носки синтетические;
- шорты;
- перчатки;
- зажигалка/спички в гермоупаковке;
- зубная щётка, зубная паста/порошок;
- чистящие салфетки с антибактериальным эффектом;
- минимальный необходимый запас чистой воды;
- музыкальная колонка (для того, кто любит бегать с музыкой и надеется, что музыка не привлекает животных), наушники категорически не рекомендуются.

15. Дополнительные требования

15.1. Участник бежит под своим номером.

15.2. Стартовый номер должен быть прикреплен поверх всей одежды, должен быть виден.

15.3. При получении стартового пакета участник подписывает заявление, в соответствии с которым он гарантирует отсутствие финансовых и правовых претензий к организатору в случае причинения вреда здоровью участника в обстоятельствах, не зависящих от действий организатора, и полностью снимает с организатора ответственность (материальную, гражданскую или уголовную) за возможный ущерб здоровью, полученный участником или нанесённый другим участникам трейла.

15.4. Участник, вышедший на старт:

- понимает и принимает на себя все риски, связанные с преодолением маршрута;
- понимает, что есть вероятность нанесения вреда жизни и здоровью;

- подтверждает, что не находится в состояниях алкогольного и наркотического опьянения;
- даёт согласие на оказание ему скорой медицинской помощи в ситуациях, когда она потребуется (в т.ч. в бессознательном состоянии);

15.5. Участник, самостоятельно сошедший с маршрута, должен в максимально короткий срок связаться с организатором и самостоятельно явиться на финиш.

15.6. Участник маршрута «Росомаха» сохраняет и предоставляет после финиша каждого этапа организатору подтверждение преодоления маршрута (трек) в формате gpx. При невыполнении данного требования, либо отказе о предоставлении трека, участник может быть снят с маршрута, либо участнику может быть назначен штраф.

15.7. При прохождении размещённых по маршрутам судейских пунктов участник громко и отчётливо сообщает судье свой номер, и, получив обратную связь о прохождении контроля, продолжает движение по маршруту.

15.8. Заявка на забег означает полное и безоговорочное принятие участником правил настоящего положения.

15.9. Участники гарантируют осведомлённость о состоянии своего здоровья, о разумных пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.

15.10. Участникам настоятельно рекомендуется иметь хорошую физическую подготовку и опыт участия в трейловых ультрамарафонских забегах.

15.11. На маршруте в наличии участки, сотовая связь на которых отсутствует, в связи с этим для оказания помощи может потребоваться значительное время.

16. Условия подведения итогов

16.1. Личное первенство.

16.2. При подсчёте итогового времени учитывается штрафное время.

16.3. Ведётся система видео-фиксации финиша.

16.4. Ведётся ручная запись времени финиша.

17. Штрафное время

17.1. Участнику назначается штраф или дисквалификация в следующих случаях:

№ п/п	Факт	Штраф
1	Отклонение с маршрута более, чем на 200 метров с целью обхода природного препятствия, либо облегчения своего следования к финишу	1 час
2	Невыполнение предупредительных и корректировочных требований, касающихся снаряжения или поведения, в течении любого этапа	1 час
3	Неспортивное поведение участника*	1 час
4	Жалоба другого участника на обнаруженный по трассе промаркированный мусор	1 час
5	Сознательное существенное сокращение маршрута посредством «срезки»	3 часа, либо дисквалификация
6	Использование посторонней помощи участниками маршрута, либо использование любых сторонних средств для ускорения или облегчения преодоления маршрута (авто, самокаты, велосипеды, лошади, повозки, попутки, лодки и т.д. и т.п.)**	4 часа, либо дисквалификация
7	Отсутствие подтверждения преодоления маршрута (трека) этапа	6 часов, либо дисквалификация
8	Грубое нарушение техники безопасности	Дисквалификация
9	Нарушение спортивной этики (неоказание помощи пострадавшим, либо препятствование другим участникам в достижении финиша)	Дисквалификация
10	Нарушение природоохранной этики	Дисквалификация
11	Неуведомление организатора о сходе с маршрута	Дисквалификация
12	Финиш участника после закрытия маршрута (после окончания контрольного времени)	Время, проведённое в путешествии, бесценно...

*Под несportивным поведением понимается поведение участника до, во время или после старта, и связанное с ним, свидетельствующее о несоблюдении основных норм морали и нравственности и общепринятых норм поведения.

При дисквалификации участника в связи с неспортивным поведением денежные средства ему не возвращаются. В случае, если по технической ошибке при пожизненной дисквалификации состоялась регистрация такого участника на следующий старт, денежные средства возвращаются ему в том же порядке, как при отказе в допуске.

**Под посторонней помощью понимается (не со стороны других соревнующихся спортсменов, а именно сторонних людей – тренера, одноклубников, знакомых, родственников и т.д.) помощь вне базового лагеря и промежуточных лагерей:

- услуга по зарядке оборудования,
- услуга по переноске оборудования и вещей,
- передача участнику или приёмка от участника каких-либо вещей начиная со времени старта до времени финиша этапа,
- кормёжка участника начиная со времени старта до времени финиша этапа.

В случае дисквалификации участник обязан прекратить забег. Организатор не несет ответственности за дисквалифицированного участника после его дисквалификации.

17.2. Все вопросы, связанные с определением итогов, а также отдельные спорные вопросы решает организатор. Протесты должны подаваться в письменном виде в течении 30 минут после окончания КВ каждого этапа собственноручно участником, по истечению указанного времени протесты не принимаются.

18. Награждение

Победители награждаются дипломами и памятными призами, все финишировавшие в контрольное время всех этапов награждаются медалью.

19. Финансирование

Финансирование расходов на организацию и проведение осуществляется за счёт личных средств организатора, стартового взноса участников и партнёрской спонсорской помощи.

20. Обеспечение безопасности участников и зрителей

20.1. Участник самостоятельно ознакомливается с требованиями техники безопасности по трейлу и принимает меры по профилактике травматизма.

20.2. Безопасное прохождение мероприятия организовано посредством:

- присутствия в местах пересечения автомобильных дорог волонтеров для помощи участникам в соблюдении правил дорожного движения,
- обустройства лагерей между этапами для обязательных остановок и отдыха.

21. Регистрация

21.1. Регистрация выполняется через <https://toplist.run/>, <https://toplist.run/race/9207> рекомендуется о пройденной регистрации уведомить дополнительно письмом на электронную почту tyumentrail@gmail.com

21.2. Регистрация завершается 06.09.2024 или при достижении лимита участников, позже регистрация возможна только по согласованию с организатором.

21.3. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил регистрационный взнос.

21.4. Лимит участников - 20 чел.

21.5. Перерегистрацию (передачу стартового слота другому участнику) можно осуществить до 06.09.2024 по согласованию с организатором. Для этого необходимо написать письмо на электронную почту tyumentrail@gmail.com.

21.6. Для регистрации предоставляется также согласие гражданина на обработку персональных данных

21.7. Стартовый взнос

Маршрут «Росомаха»

Период регистрации	до 18.06.2024	с 19.06.2024 по 15.07.2024	с 16.07.2024 по 06.09.2024
Стоимость	8500	12100	15100

21.8. Способ оплаты регистрационного взноса – он-лайн перевод по реквизитам организатора, банковские карты платежных систем «Visa», «MasterCard», Парфенова Марина Владимировна 89123850247. После регистрации стартовый взнос не возвращается.

21.9.

22. Выдача стартовых номеров

22.1. Для получения стартового комплекта участник предоставляет:

- оригинал паспорта РФ для ознакомления и копию на хранение (копия уничтожается после завершения трейла);
 - оригинал для ознакомления и копию медицинской справки на хранение (копия уничтожается после завершения трейла);
 - оригинал для ознакомления и копию страхового полиса на хранение (копия уничтожается после завершения трейла);
 - комплект обязательной экипировки.
- 22.2. Перед получением стартового номера каждый участник маршрута «Росомаха» вносит на счёт главного судьи 4000 руб. за организацию возможной эвакуации с маршрута (если эвакуация не потребовалась, то депозит возвращается организатором участнику после финиша через 1-2 календарных дня).

23. Авторские права на фото- и видеоматериалы

Каждый участник отказывается от любых претензий к организатору, к партнёрам организатора или к тем, кто делает информационное освещение, относительно авторских прав на фото- и видео материалы, снятые во время трейла, без каких-либо ограничений во времени, по типу носителя, по количеству или по средству распространения.

24. Изменения или отмена

- 24.1. Организатор оставляет за собой право изменять маршруты, а также добавлять/убирать судейские пункты и пункты питания с последующим уведомлением участников.
- 24.2. Событие может быть отменено, либо в него могут быть внесены изменения:
- 15.2.1. при наличии неблагоприятных погодных условий непосредственно перед (две недели) или во время трейла, которые ставят под сомнение безопасность проведения мероприятия и участников, решение об отмене трейла, изменении маршрута принимается организатором.
- 15.2.2. по причине возникновения неблагоприятных, чрезвычайных, непредвиденных и непредотвратимых обстоятельств, которые нельзя было разумно ожидать, либо избежать или преодолеть, а также находящихся вне контроля организатора. В частности, к таким обстоятельствам относятся: стихийные бедствия (землетрясение, наводнение, ураган); порывы ветра свыше 15 метров в секунду (включительно); температура воздуха ниже минус 20 или выше плюс 35 градусов по Цельсию (включительно); количество осадков 20 мм и более за 12 часов и менее; события, явления, которые Главное управление МЧС России по субъекту РФ признает экстренными и предупреждает об их возможном наступлении: пожар; массовые заболевания (эпидемии/пандемии); забастовки; военные действия; террористические акты; диверсии; ограничения перевозок; запретительные меры государств; запрет торговых операций, в том числе с отдельными странами, вследствие принятия международных санкций; акты, действия, бездействия органов государственной власти, местного самоуправления;
- 15.2.3. при возникновении других, не зависящих от воли организатора обстоятельств.
- 15.2.4. при наступлении или при угрозе наступления вышеуказанных обстоятельств, вследствие чего событие подлежит отмене либо изменению стартовые взносы не возвращаются. Участники, зарегистрировавшиеся для принятия участия в беговом событии, уведомляются СМС-сообщением на телефонный номер или письмом на электронный адрес, указанные в процессе регистрации или другим удобным способом.

25. Контакты

По всем вопросам, связанным с участием или организацией мероприятия, обращаться по e-mail: tyumentrail@gmail.com. или телефону 89123850247 Парфенова Марина Владимировна.

26. Волонтеры

Для помощи в организации трейла приглашаются волонтеры, журналисты и фотографы. обращаться по e-mail: tyumentrail@gmail.com., или телефону 89123850247 Парфенова Марина Владимировна.

27. Изменения в Памятка участника

Настоящее памятка участника может быть изменено или отозвано организатором в одностороннем порядке без предварительного уведомления участников и без выплаты какой-либо компенсации в связи с этим.

**Положение является официальным вызовом.
Участие означает согласие с условиями настоящего положения.**