

“Утверждаю”
Руководитель Региональной спортивной
организации «Марафонская команда Шри Чинмоя»
_____ Д. А. Шадрин

П О Л О Ж Е Н И Е
о проведении ежемесячных соревнований
Шри Чинмоя по бегу «Самопреодоление»
Ижевск, апрель-октябрь 2025

1. Цели и задачи:

- популяризация бега;
- пропаганда здорового образа жизни.

2. Сроки и место проведения:

- бег «Самопреодоление» проводится на Центральном Республиканском стадионе в г. Ижевске, дисциплины - 1-часовой и забег на 2 мили, начало регистрации 8:30, старт 9:10;
- даты проведения соревнований и дистанции

Дата	Забег	Дата	Забег
20 апреля 2025 г	1 час, 2 мили	17 августа 2025 г	2 мили
18 мая 2025 г	2 мили	21 сентября 2025 г	2 мили
15 июня 2025 г	1 час, 2 мили	19 октября 2025 г	1 час, 2 мили
20 июля 2025 г	2 мили		

- регистрация участников проводится в день проведения соревнований с 8:30 до 8:55 на Центральном Республиканском стадионе.

3. Участие в пробеге:

- при регистрации спортсмены обязаны ознакомиться и подписать «Расписку об ответственности за собственное здоровье». Отказ участника от подписания расписки ведет к автоматическому запрету его участия в соревнованиях.

4. Условия соревнований:

1 час

- дистанция – не ограничена; бег по верхнему внутреннему кругу стадиона с переходом на внешний круг стадиона, суммарная длина объединенного круга - 1500 м.
- лимит времени для всех участников – 1 час 00 минут;
- после истечения лимита времени, коллегия судей фиксирует дистанцию пробега с точностью до 1 метра для каждого участника и определяет победителя;
- победителем считается тот участник, кто за отведенный лимит времени пробежал большую дистанцию.

2 мили

- дистанция – 3218 метров; бег по верхнему внутреннему кругу стадиона;
- лимит времени для всех участников – 35 минут.

5. Руководство подготовкой и проведением:

- организация осуществляется «Марафонской командой Шри Чинмоя»;
- непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегию, утвержденную организаторами соревнований.

6. Награждение:

- награждение производится в следующих возрастных категориях:
среди мужчин: 18–49 лет, 50–59 лет, 60–69 лет, 70 лет и старше – по 3 призовых места;
среди женщин: 18–49 лет, 50–59 лет, 60–69 лет, 70 лет и старше – по 3 призовых места;
среди юношей 14-17 лет; среди девушек 14-17 лет;
- поощрительными призами награждаются все участники соревнования, участвовавшие в забеге и успешно его завершившие;

7. Финансирование:

- стартовый взнос определяется для участников 18 лет и старше
- расходы, связанные с командированием участников (проезд, питание, размещение) несут командирующие организации;

- «Марафонская команда Шри Чинмоя» несет расходы по аренде стадиона, приобретению призов, техническому проведению соревнований, организации питья участников на дистанции.

8.Контакты

Дмитрий Шадрин, marathon18@mail.ru, тел.89124515415