

ПОЛОЖЕНИЕ МАРАФОН БОГАЛ

1. Место и сроки проведения

Республика Северная Осетия – Алания, г. Владикавказ, 21-22 июня 2025 года.

2. Организаторы

- Фонд «Богал»
- Команда O-TRAIL

3. Цели и задачи

- пропаганда физической культуры, спорта и здорового образа жизни;
- патриотическое воспитание молодежи и связь поколений;
- развитие массового спорта;
- выявление наиболее сильных и выносливых спортсменов.

4. Требования к участникам и условия их допуска.

Участники: мужчины и женщины от 16 лет (возраст определяется на дату проведения мероприятия)

Каждый участник должен иметь справку о состоянии здоровья, которая является основанием для допуска. Справка должна содержать печать медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление такой деятельности, подпись и печать врача.

5. Программа

21 июня 2025	Регистрация участников
	Кросс на гору Тарская (3250 метров с набором высоты 475 метров)
	Приседание с выпрыгиванием (контрольное время 3 мин)
	Подтягивание из виса на высокой перекладине
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) (контрольное время 3 мин)
	Подъём ног в висе на перекладине

22 июня 2025

Бег 21.5 км (полумарафон) для участников МАРАФОН БОГАЛ

Бег 42.2 км (марафон)

6. Условия подведения итогов.

Возрастные категории (возраст участника определяется на дату проведения забега):

Мужчины от 16 до 54 лет

Мужчины 55+

Женщины 16+

Не разрешается перевод спортсмена из своей возрастной категории в более старшую возрастную категорию.

Марафон БОГАЛ. Соревнования личные, многоэтапные.

- Кросс
- Приседание с выпрыгиванием
- Подтягивание из виса на высокой перекладине
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание)
- Подъём ног в висе на перекладине
- Полумарафон 21.5 км

Расчет очков: победители и призёры определяются по наибольшей сумме очков, набранных за все виды программы.

Результат участника в каждом виде программы переводится в очки в зависимости от проигрыша победителю по формуле:

*Очки участника = результат участника / результат лидера * 100*

В случае если по формуле получается 0 баллов, но спортсмен закончил дистанцию, начисляется 1 балл.

Марафон 42,2 км. Победители определяются порядком прихода на финиш.

7. Награждение.

Первые девять мужчин и три женщины МАРАФОНАБОГАЛ награждаются денежными призами.

1место 100000

2место 70000

3место 50000

4место 30000

5место 25000

6место 20000

7место 15000

8место 10000

9место 5000

Девушки

1место 15000

2место 10000

3место 5000

Ветераны 55+

1место 20000

2место 15000

3место 10000

Также за первые три места денежными призами награждаются мужчины 55+.
Все участники забега 42.2 км награждаются памятным медалями.

8. Условия финансирования.

Участие бесплатное.

Расходы по командированию (проезд, питание) участников обеспечивают командирующие их организации или лично.

9. Обеспечение безопасности участников и зрителей.

В месте проведения будет находиться медицинский персонал для оказания, в случае необходимости, скорой медицинской помощи.

Каждый участник должен иметь справку о состоянии здоровья, которая является основанием для допуска.

10. Регистрация

Заявка на сайте <https://reg.russiarunning.com/>

Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму, согласен с настоящим Положением.

Участник несет персональную ответственность за данные, указанные им при регистрации.

Положение является официальным вызовом на соревнования.