



КУБОК РОССИИ

ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ (ЛЫЖНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ)

ВСЕРОССИЙСКИЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ (ЛЫЖНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ)

ВСЕРОССИЙСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ ЮНЫХ ОРИЕНТИРОВЩИКОВ

ТРАДИЦИОННЫЕ МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ «ОРИЕНТАТЛОН»

3 - 10 января 2023 г.

г.Дзержинск, Нижегородская область

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ №2

ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ:

Министерство спорта Российской Федерации, Министерство спорта Нижегородской области, Федерация спортивного ориентирования России, Федерация спортивного ориентирования Нижегородской области, Администрация г.Дзержинска, МБУ СШ «Магнитная Стрелка» г.Дзержинска, Индивидуальный предприниматель Трубников Дмитрий Владимирович.

ИНФОРМАЦИЯ И ИНФОРМАЦИОННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ:

- Официальный сайт ФСО Нижегородской области <https://fsono.ru>; официальный сайт СШ «Магнитная Стрелка» <https://ms.r52.ru>;
- Социальные сети ВКонтакте: <https://vk.com/orientnino>, <https://vk.com/mstrelka>;
- E-mail для связи с организаторами: orientnn@yandex.ru

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ:

Соревнования проводятся с 03 по 10 января 2023 г. в окрестностях г.Дзержинска и Володарского района Нижегородской области. Центр соревнований 3,4,5,6 января 2023 г. – г.Дзержинск, б-р Космонавтов, 26Б, Спортивная школа «Магнитная Стрелка», Центр соревнований 7,8,9 января 2023 г.– 1 корпус Гостиничного комплекса «Большая Медведица» (Нижегородская область, г. Дзержинск, Решетихинское шоссе, 1 поворот налево). Яндекс-ссылка на схему расположения района соревнований и рекомендуемых мест размещения: <https://yandex.ru/maps/?um=constructor%3A092dcf8b6c4bbdb91e8cda13e7bb7237193a3f572d1af766569b7dc2d6d9adc0&source=constructorLink>. В районе Центра соревнований присутствует голосовая мобильная связь БиЛайн, МТС, Мегафон, Tele2. Мобильный интернет Мегафон, Tele2 есть местами.

СОСТАВ ГСК СОРЕВНОВАНИЙ:

- Главный судья - Чесноков Станислав Викторович, ССВК, Владимирская обл.;
- Главный секретарь – Стенькин Олег Вячеславович, ССВК, Нижегородская обл.;
- Первый зам. главного судьи – Трубников Дмитрий Владимирович, ССВК, Нижегородская обл.;
- Зам. главного судьи по СТО – Зыбов Константин Сергеевич, ССВК, Нижегородская обл.;
- Зам. главного судьи по ИТ - Яксанов Дмитрий Сергеевич, ССВК, Владимирская обл.;
- Зам. главного судьи по общим вопросам – Зыбов Сергей Леонтьевич, ССВК, Нижегородская обл.;
- Судья-инспектор – Леонтьев Игорь Васильевич, ССВК, Тамбовская обл.



ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:

<p>3 января 2023 г. День приезда, комиссия по допуску участников, официальная тренировка. - 12.00 – 17.00. Комиссия по допуску участников Кубка России и Всероссийских соревнований. Адрес: г.Дзержинск, б-р Космонавтов, 26Б, СШ «Магнитная Стрелка» - 11.00 – 15.00. Официальная тренировка. г.Дзержинск, микрорайон «Западный», СШ «Магнитная Стрелка» - 18.00 – Совещание ГСК с представителями команд по адресу: г.Дзержинск, б-р Космонавтов, 26Б, СШ «Магнитная Стрелка»</p>
<p>4 января 2023 г. 1-й вид программы – ЛГ-Маркированная трасса. Код дисциплины - 0830201811Я. г.Дзержинск, Микрорайон «Западный», лыжный стадион «Магнитная Стрелка». - 11.00 – начало соревнований Кубка России; - 12.00 – начало Всероссийских соревнований</p>
<p>5 января 2023 г. 2-й вид программы – ЛГ- эстафета МТ – 3 человека. Код дисциплины - 0830211811Я. г.Дзержинск, Микрорайон «Западный», лыжный стадион «Магнитная Стрелка». - 11.00 – начало соревнований Кубка России; - 12.30 – начало Всероссийских соревнований - 16.00-18.00 – комиссия по допуску участников соревнований «Ориентатлон» по адресу: г.Дзержинск, б-р Космонавтов, 26Б, СШ «Магнитная Стрелка»</p>
<p>6 января 2023 г. 3-й вид программы – ЛГ-комбинация. Код дисциплины - 0830221811Я (Кубок России, ВС). ЛГ-МТ. Код дисциплины - 0830201811Я (Ориентатлон). г.Дзержинск, Микрорайон «Западный», лыжный стадион «Магнитная Стрелка». - 10.30 – начало соревнований Кубка России; - 11.30 – начало Всероссийских соревнований; - 12.30 – начало традиционных соревнований «Ориентатлон». - 17.00 – Совещание ГСК с представителями команд.</p>
<p>7 января 2023 г. 4-й вид программы – ЛГ-эстафета - 3 человека. Код дисциплины - 0830181811Я (Кубок России, ВС). ЛГ-классика. Код дисциплины - 0830141811Я (Ориентатлон). База отдыха «Гагарино». - 10.30 – начало соревнований Кубка России; - 11.30 – начало Всероссийских соревнований; - 12.30 – начало традиционных соревнований «Ориентатлон».</p>
<p>8 января 2023 г. 5-й вид программы – ЛГ-эстафета-2 человека. Код дисциплины - 0830303811Л (Кубок России). ЛГ-спринт. Код дисциплины - 0830131811Я (ВС, Ориентатлон). База отдыха «Гагарино». - 10.30 – начало соревнований Кубка России; - 11.30 – начало Всероссийских соревнований; - 12.30 – начало традиционных соревнований «Ориентатлон».</p>
<p>9 января 2023 г. 6-й вид программы – ЛГ- классика –общий старт. Код дисциплины - 0830293811Я. База отдыха «Гагарино». - 11.00 – начало соревнований Кубка России; - 12.00 – начало Всероссийских соревнований.</p>
<p>10 января 2023 г. Отъезд участников соревнований.</p>



УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ И НАГРАЖДЕНИЕ:

Соревнования проводятся в соответствии с [правилами вида спорта "Спортивное ориентирование"](#), утвержденными приказом Министерства спорта РФ от «03» мая 2017 г. №403, Положением Министерства спорта РФ о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по спортивному ориентированию на 2023 год, Положением о Всероссийском фестивале юных ориентировщиков на 2023 год, Положением о межрегиональных спортивных соревнованиях, проводимых на территории Нижегородской области, Положением о проведении Чемпионата и Первенства г.Дзержинска «Ориентатлон-2023», программой соревнований и другими внутренними документами соревнований. На соревнованиях будет использоваться бесконтактная система Sportident Air+. Станции отметки на дистанции и Финишный створ будут работать в контактном и бесконтактном режимах отметки (в зависимости от типа ЧИПа участника).

Награждаются участники, занявшие 1-3 места в личных дисциплинах программы, в том числе участники эстафетных групп.

Организаторы спортивных соревнований вправе не обеспечивать наградной атрибутикой спортсменов, не вышедших на награждение во время официальной церемонии.

МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ:

Обеспечивается бригадой скорой медицинской помощи во время проведения соревнований и располагается в районе финиша.

УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ, ЗАЯВКА НА СОРЕВНОВАНИЯ:

Требования к спортсменам и условия участия – в соответствии с Положением о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по спортивному ориентированию на 2023 год.

КУБОК РОССИИ:

- Мужчины, Женщины (МЖ-Э) – 2005 г.р. и старше, квалификация не ниже I разряда.

ВСЕРОССИЙСКИЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ:

- Юноши, Девушки (до 18 лет) - 2006-2008 г.р., квалификация не ниже II разряда;

- Юноши, Девушки (до 15 лет) - 2009-2010 г.р., квалификация не ниже 1-юн разряда.

МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ «ОРИЕНТАТЛОН» (6, 7, 8 января 2023 г.):

- Мальчики, Девочки (до 13 лет) - 2011-2013 г.р.;

- Мужчины, Женщины (МЖ-21А) – 2005 г.р. и старше;

- Мужчины, Женщины (МЖ-40) – 1983 г.р. и старше;

- Мужчины, Женщины (МЖ-50) – 1973 г.р. и старше;

- Мужчины, Женщины (МЖ-60) – 1963 г.р. и старше

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются представителем сборной команды субъекта до 23:00 25 декабря 2022 г. через сервис Orgeo по адресу <https://orgeo.ru/event/info/22947>.

В обеспечение исполнения [Указа Губернатора Нижегородской области от 13 марта 2020 г. № 27 \(с изменениями на 28 октября 2022 г.\)](#) и рекомендаций Роспотребнадзора, в плане профилактики коронавирусной инфекции COVID-19, настоятельно рекомендуем следить за рекомендациями, публикуемыми на сайте правительства Нижегородской области <https://www.government-nnov.ru/?id=254474> и выполнять их при подготовке и участии в спортивных соревнованиях.

Окончательная заявка на участие в спортивном соревновании, подписанная руководителем субъекта РФ в области ФК и спорта, региональной спортивной федерацией и врачом врачебно-



физкультурного диспансера, представляются при прохождении комиссии по допуску участников в одном экземпляре. На каждого спортсмена к заявке прилагаются следующие документы:

- паспорт гражданина РФ (свидетельство о рождении для лиц, моложе 14 лет);
- зачетная классификационная книжка с подтверждением выполнения требований и норм соответствующего спортивного разряда или спортивного звания;
- договор страхования от несчастного случая (оригинал);
- целевая медицинская справка на данные соревнования, если на данного спортсмена в заявке нет допуска врача.

СРЕДСТВА ЭЛЕКТРОННОЙ ОТМЕТКИ:

На соревнованиях будет использоваться бесконтактная система SportIdent Air+. Станции отметки на дистанции и Финишный створ будут работать в контактном и бесконтактном режимах отметки (в зависимости от типа ЧИПа участника).

ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ В СОРЕВНОВАНИЯХ:

Расходы по командированию участников соревнований (проезд, питание, проживание) за счет командирующих организаций.

1. Размер целевого заявочного взноса за 1 участника **Кубка России** и **Всероссийских спортивных соревнований 2023 г.** - в соответствии с финансовыми условиями участия в соревнованиях календаря ФСО России 2023 года, утвержденными Президиумом ФСО России 26 ноября 2022 года.
2. Размер целевого заявочного взноса за 1 участника традиционных соревнований **«Ориентатлон»:**

Возрастная категория	Взнос за 1 день, руб.	Возрастная категория	Взнос за 1 день, руб.
M12, Ж12	300	M21A, Ж21A	550
MЖ50, 60	350	M40, Ж40	450

Для получения отчетных документов за целевой заявочный взнос оплата производится путем безналичного перечисления денежных средств на расчетный счет организатора до 23 декабря 2022 года. Запрос на выписку счета для оплаты и подготовку договора, с указанием полных реквизитов организации-плательщика выслать на почту orientnn@yandex.ru с указанием темы письма «Запрос счета на Кубок России и ВС Дзержинск».

3. Участники, не имеющие собственных ЧИПов, берут их в аренду у организаторов при прохождении комиссии по допуску участников (бесконтактный чип SIAC – 100 рублей/день)

ТРАНСПОРТНАЯ ДОСТУПНОСТЬ И ЗАКАЗ ТРАНСПОРТА:

На текущий момент Организаторами готовятся 2 района соревнований — лесной массив м/района Западный г.Дзержинска (3 дня и полигон) и загородный лесной массив в районе баз отдыха «Гагарино» и «Большая Медведица» (3 дня). Для команд, не имеющих личного автотранспорта, может понадобиться заказ автобуса.

Арена 1 блока соревнований (3,4,5,6 января 2023 г.) – Микрорайон «Западный», расположена в западной части г.Дзержинска. Рядом несколько остановок общественного транспорта:

- ост. «Микрорайон Западный-1» - маршрутное такси №1, троллейбусы №3 и №4, далее 400-700 метров до мест старта-финиша;
- ост. «Микрорайон Западный-2» - маршрутное такси №29, №30, далее 500-700 метров до мест старта-финиша.



Арена 2 блока соревнований (7,8,9 января 2023 г.) – Район базы отдыха «Гагарино» (старт-финиш) и Гост. комплекса «Большая Медведица», расположена в пригородной зоне г.Дзержинска. Доехать до него можно на личном или заказном автотранспорте, такси. Средняя стоимость поездки на такси из города до ГК «Б.Медведица» – 150-250 руб. (без лыж), зависит от спроса и удаленности.

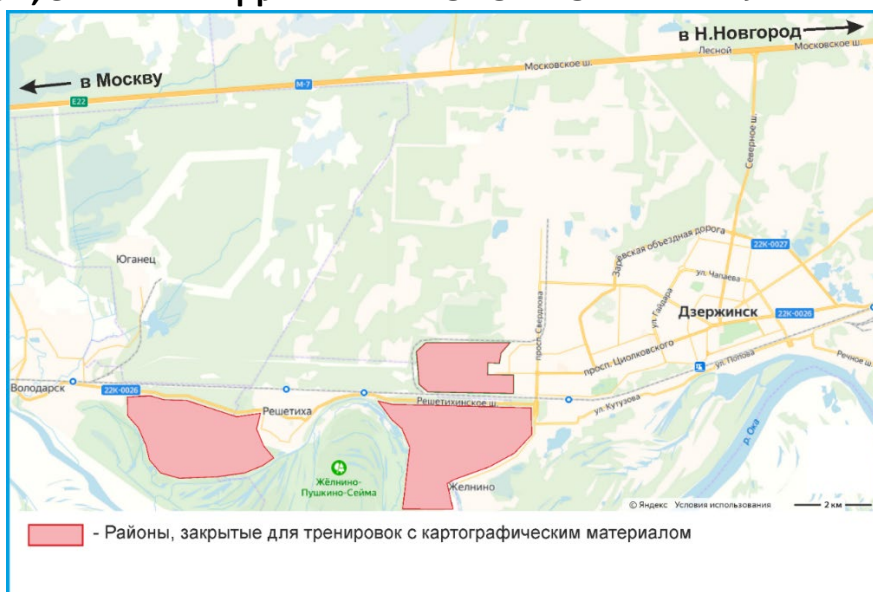
В городе развита сеть общественного транспорта, такси. Расписание и перечень городских и междугородних маршрутов г.Дзержинска можно посмотреть на ресурсе <https://rasp52.ru/mar> . Движение общественного транспорта можно также отслеживать на Яндекс.картах по ссылке <https://yandex.ru/maps/972/dzerzhinsk/transport/?ll=43.454141%2C56.237306&z=14>. Самые распространенные и популярные такси в городе – Яндекс-такси, Uber.

В городе есть много компаний, осуществляющих трансферы и перевозку пассажиров. Мы рекомендуем компанию ИП Зимин А.А. (<https://perevozka-dz.ru>) – большое количество автобусов, наличие условий и лицензий для перевозки детских групп, четкая работа, оптимальные цены, наличная и безналичная оплата. **Контакты** - тел./факс: 8 (8313) 35-15-20, моб.: 8-910-129-30-10, 8-904-922-23-21, **Надежда**. Режим работы Администратора: Пн-Пт, с 8.30 до 13.00 по московскому времени. Электронная почта транспортной компании: zimin13@mail.ru. Прием заявок на трансфер **до 26 декабря 2022 г. Кодовая фраза «от Трубникова»**. Текущая стоимость трансфера:

Тип перевозки		Автобус ПАЗ, до 25 мест	Автобус ПАЗ, до 30 мест
Трансфер по г.Дзержинску и пригороду		2000 руб/рейс	2500 руб/рейс
Трансфер из аэропорта Стригино, Н.Новгорода		5000 руб/рейс	6000 руб/рейс

В дни соревнований организаторы могут предложить проезд от мест проживания до арены соревнований и обратно. Ориентировочная стоимость – 150-180 рублей/1чел/1день. **Заявки на транспорт организаторов подаются до 23 декабря 2022 г. на электронный адрес организаторов соревнований orientnn@yandex.ru**. Шаблон оформления заявки на транспорт размещен на странице соревнований.

СХЕМА РАЙОНОВ, ЗАКРЫТЫХ ДЛЯ ТРЕНИРОВОК ПО КАРТАМ ЛЫЖНЫХ ДИСЦИПЛИН:





Яндекс-ссылка на схему расположения района соревнований и рекомендуемых мест размещения
<https://yandex.ru/maps/?um=constructor%3A092dcf8b6c4bbdb91e8cda13e7bb7237193a3f572d1af766569b7dc2d6d9adc0&source=constructorLink>.



ИНФОРМАЦИЯ ПО РАЗМЕЩЕНИЮ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ:

1. **Гостиничный комплекс "Большая Медведица"** – Центр соревнований, Нижегородская область, г. Дзержинск, Решетинское шоссе, 1 поворот налево, тел. (8313) 24-14-00. E-mail: bolmedvediza@mail.ru. Заявки на проживание с питанием принимаются **до 1 ноября 2022 г.**, но не забываем, что соревнования проходят в новогодние каникулы, а это значительно уменьшает шансы на позднее бронирование.

Характеристика (ГК «Большая Медведица»)	Проживание в тёплых корпусах и коттеджах с 3х разовым питанием, за 1 чел/день (по состоянию на 24 июня 2022 г.)	Сауна, За группу, руб./1 час
Цена, руб	1900=	от 1400=
Общее кол-во	До 180 чел.	До 12 чел

2. **База отдыха «Триатлон»** (<https://vk.com/trianlon>) - Нижегородская область, Дзержинск, Желнинское шоссе, 5 – 3 км от Центра соревнований. Администратор - телефон: +7-929-054-40-10. 26 человек – основной корпус, 16 человек – коттедж №1, 20 человек – коттедж №2. Заявки на проживание с питанием принимаются **до 14 ноября 2022 г. (предоплата)**, но не забываем, что соревнования проходят в новогодние каникулы, а это значительно уменьшает шансы на позднее бронирование.

Характеристика БО «Триатлон»	Проживание с 3х разовым питанием, за 1 чел/день, (по состоянию на 24 июня 2022 г.)	Сауна, За группу, руб./1 час
Цена, руб	1400 =	от 1500=
Общее кол-во	До 60 чел.	До 20 чел.

3. **Гостиница Сокол, 1*** (<http://sokol-dz.ru>), г.Дзержинск, пер.Западный, д.5 - 8 км от Центра соревнований (около 20 мин на авто). **До 60 мест.** Администрация гостиницы: 8 (8313) 35-35-40, 8-987-557-26-12. Кодовое слово для бронирования «**ориентирование**». В гостинице бесплатный Wi-Fi, возможность заказать сауну. Заявки на проживание с питанием принимаются - **до 27 декабря 2022 г., на проживание – до 2 января 2023 г.**

Тип размещения (гостиница Сокол, 1*)	Кол-во номеров	Цена размещения, за сутки (по состоянию на 24 июня 2022 г.)
номер с 1 большой кроватью	7	1500 руб.
номер с 2мя отдельными кроватями	21	2000 руб.
номер улучшенный (2 отдельные кровати + диван)	2	2500 руб. 2х-местное размещение, 3000 руб. 3х-местное размещение
ПИТАНИЕ: Завтраки – 250 руб/чел., 3х-разовое комплексное питание – 900 руб/чел.		

4. **Гостиница Ока** (<http://oka-dz.ru>), г.Дзержинск, ул.Окская Набережная, д.27 - 10 км от Центра соревнований (около 20 мин на авто). **До 50 мест.** Администрация гостиницы: 8 (8313) 20-94-02, электронная почта: oka-dz@mail.ru. Кодовое слово для бронирования «**ориентирование**». В гостинице есть бесплатный Wi-Fi, возможность заказать сауну. Заявки на проживание с питанием принимаются - **до 27 декабря 2022 г., на проживание – до 2 января 2023 г.**

Тип размещения (гостиница Ока)	Кол-во номеров	Цена размещения, за сутки (по состоянию на 24 июня 2022 г.)
номер Люкс – 1 большая кровать плюс диван	2	2500 руб. 1/2х местное размещение
номер с 2мя отдельными кроватями Стандарт	3	1500 руб. 1-местн. проживание, 1800 руб. 2х-местн. прожив.



номер Стандарт с 1й большой кроватью	10	1500 руб. 1-местн. проживание 1800 руб./сутки 2х-мест. проживание
номер с 2мя отдельными кроватями + диван (Возможность 3х-местного размещения)	6	2000 руб. одноместное проживание, 2300 руб. 2х-мест. проживание, 3300 руб. 3х-мест. проживание
номер полулюкс с 1й большой кроватью + диван	1	2000 руб. 1-мест. проживание, 2300 руб./сутки 2х-мест. проживание
ПИТАНИЕ: Завтраки – 250 руб/чел., 3х-разовое комплексное питание – 900 руб/чел.		

5. **Отель «Парк», 2*** (<https://park-dz.ru>), г.Дзержинск, ул. Парковая аллея д.7 – 8,5 км от Центра соревнований (около 20 мин на авто). **До 40 мест.** Администрация гостиницы: 8(8313)25-44-39, 8-920-030-88-10, электронная почта: park-dz@mail.ru. Кодовое слово для бронирования «**ориентирование**». В гостинице бесплатный Wi-Fi, возможность заказать сауны. Заявки на проживание с питанием принимаются **до 27 декабря 2022 г., на проживание – до 2 января 2023 г.**

Тип размещения (Отель «Парк», 2*)	Кол-во номеров	Цена, за сутки (по состоянию на 24 июня 2022 г.)
Номера 1-8, 17 с 1-й большой кроватью	9	2550 руб. с завтраками
Номера 9-16 – с 2-мя отдельными кроватями	8	3300 руб. с завтраками
Номера Манго, Венге, Рубин, Весна (улучшенные), 1 большая кровать + диван	4	3300 руб. одноместное размещение, 4000 руб. двухместное размещение
ПИТАНИЕ: Завтраки – 250 руб/чел, Бизнес-ланч – от 330 руб/чел., Бизнес-ужин – от 590 руб/чел.		

6. **Гостевые дома Seven nights** (<https://hostelseven.ru>), г.Дзержинск. Везде есть бесплатный Wi-Fi. Отдел бронирования +7-951-905-15-81. Электронная почта: tdbirga@mail.ru. Кодовое слово для бронирования «**ориентирование**». Заявки на проживание с питанием принимаются **до 14 декабря 2022 г.**, но не забываем, что соревнования проходят в новогодние каникулы, а это значительно уменьшает шансы на позднее бронирование.

Тип размещения (Гостевой дом Seven nights)	Кол-во мест, до	Цена размещения, за сутки (по состоянию на 24 июня 2022 г.)
ул. Петрищева, 31 Б – 6 км от Центра сор-ий	16	11500 руб. (за весь хостел)
пр-т Циолковского, 92А – 4 км от Центра сор-ий	25	11500 руб. (за весь хостел)
ПИТАНИЕ: 3х-разовое комплексное питание – от 700 руб/чел.		

7. **Детский оздоровительный лагерь «Энергетик»** (<http://lager-energetik.ru>), Нижегородская обл., Володарский район, р.п.Решетиха, ул.Станционная, юго-восточнее (1,5км) дома 7, E-mail: [Centr Energetik@mail.ru](mailto:Centr_Energetik@mail.ru), тел: 8 (8313) 32-01-05; директор Куракина Людмила Сергеевна (сот. 89047828931, 89308195171), тел. 8(8313)32-19-92 – бухгалтерия (гл. бухгалтер – Шабанова Наталья Владимировна).

8. **Загородный отель «Ранчо», 3*** (<https://rancho636.ru>) - 606044, Нижегородская область, город Дзержинск, Желнинское шоссе, 8 – 3 км от Центра соревнований.

9. **Гостиницы, мини-гостиницы, апартаменты и съемные квартиры города Дзержинска.**

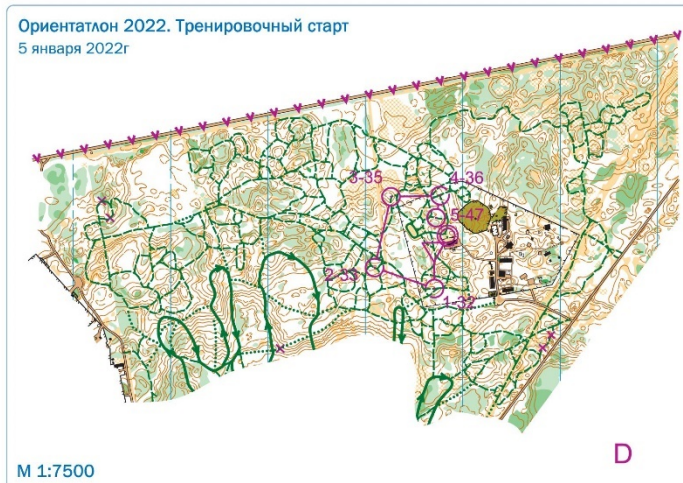
ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

КАРТЫ: Составлены в 2018-2020 г. Автор: Г.Т.Яшпатов (Н.Новгород). Дополнительная подготовка карт под лыжные дисциплины – К.С.Зыбов, Д.В. Трубников (Дзержинск), сентябрь-ноябрь 2022 г.

МЕСТНОСТЬ: Высота над уровнем моря от 98 до 150 метров. Местность представлена участками долины реки Оки. Сюда входят: склоны долины реки Оки; надпойменные террасы с верховыми



болотами и мелким рельефом зандрового типа; иногда карстовые провалы; пойма реки Оки. Перепад высоты на склонах 15 – 25 метров, в мелком рельефе 2 – 10 метров. Залесенность 75-90%. Лес в основном сосновый. В пойме – ольха, берёза, дуб. Гидрография представлена верховыми болотами на террасах и озёрами-старичами в пойме. Дорожная сеть развита хорошо.



ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПАРАМЕТРЫ ДИСТАНЦИЙ:

- 4 января 2023 г. – ЛГ - маркированная трасса

Группа	Длина, км	РВП, мин
<i>Кубок России и Всероссийские соревнования</i>		
Мужчины	11,2	38-40
Женщины, М17	9,5	38-40
Ж17, М14	7,0	35-37
Ж14	5,5	28-30

- 5 января 2023 г. – ЛГ- эстафета маркированная трасса – 3 человека

Группа	Длина, км	РВП, мин/один этап
<i>Кубок России и Всероссийские соревнования</i>		
Мужчины Женщины	7,5	25/30
М17 Ж17	6,0	25/30
М14 Ж14	4,5	20/25

- 6 января 2023 г. - ЛГ – комбинация (КР и ВС),
ЛГ – маркированная трасса (Ориентатлон)

Группа	Маркиров. трасса, км	Заданное направление, км	Общая длина, км	РВП, мин
<i>Кубок России и Всероссийские соревнования – комбинация</i>				
Мужчины	7,2	7,1	14,3	55-58
Женщины	6,0	5,9	11,9	50-52
М17	6,0	5,1	11,1	48-50
Ж17	4,5	4,3	8,8	45-47
М14	4,5	3,5	8,0	40-42
Ж14	3,5	3,0	6,5	35-37



<i>Межрегиональные соревнования «Ориентатлон» -маркированная трасса</i>				
М12	3,2	-	3,2	20
Ж12	2,8	-	2,8	20
М21А М40	7,2	-	7,2	35
Ж21А М50 Ж40	6,0	-	6,0	35
Ж50 М60	4,5	-	4,5	30
Ж60	3,5	-	3,5	25

**- 7 января 2023 г. - ЛГ - эстафета - 3 человека (КР и ВС),
ЛГ - классика (Ориентатлон)**

Группа	Длина км	РВП, мин
<i>Кубок России и Всероссийские соревнования – эстафета 3 чел</i>		
Мужчины Женщины	7,0	25/30 (на этап)
М17 Ж17	5,5	25/30 (на этап)
М14 Ж14	4,0	25/30 (на этап)
<i>Межрегиональные соревнования «Ориентатлон» -классика</i>		
М21А М40	9,5	45-47
Ж21А М50 Ж40	7,3	45
Ж50 М60	4,8	40
Ж60	3,6	25
М12	3,0	22-24
Ж12	2,6	22-24

**- 8 января 2023 г. ЛГ - эстафета - 2 человека (Кубок России),
ЛГ - спринт (ВС и Ориентатлон)**

Группа	Длина, км	РВП, мин
<i>Кубок России – эстафета 2 человека</i>		
Мужчины Женщины	3,2 – 2,8	15 (на этап)
<i>Всероссийские соревнования – спринт</i>		
М17	4,0	20-22
Ж17	3,5	20-22
М14	2,8	15-17
Ж14	2,2	15-17
<i>Ориентатлон – спринт</i>		
М21А М40	4,0	20-22
Ж21А М50 Ж40	3,5	20-22
Ж50 М60	2,8	20-22
Ж60	2,2	20-22
М12	1,8	12-14
Ж12	1,3	12-14

- 9 января 2023 г. Лыжная гонка - классика – общий старт (Кубок России и ВС)

Группа	Длина, км	РВП, мин
Мужчины	10,2	40-42



Женщины	8,0	38-40
M17	7,8	38-40
Ж17	6,2	35-37
M14	5,6	35-37
Ж14	4,5	33-35

ВОЗМОЖНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОК И СБОРОВ:

Преимущественно для команд и спортсменов, проживающих в загородных лагерях и базах отдыха «Город Спорта», «Триатлон», «Гагарино», «Большая Медведица», «Энергетик» - **на 3, 4, 5 января 2023 г.** в районе этих баз будет подготовлена зимняя карта-полигон для самостоятельных тренировок. Карты можно будет приобрести на комиссии по допуску, 3 января 2022 г., или заранее договориться с организаторами об их приобретении.

Для всех участников соревнований и спортсменов, проживающих в городе, 3 января 2023 г. будет подготовлен полигон для официальной тренировки в микрорайоне «Западный», в районе Дзержинского Госпиталя ветеранов войн. Этот же полигон (карту) можно будет использовать для тренировок во все дни соревнований.

11 января 2023 г. запланированы 3 варианта тренировочных дистанций в заданном направлении с электронной отметкой SportIdent. Дополнительная информация будет опубликована позднее.

Любые тренировочные сборы с использованием картографического материала должны быть согласованы с организаторами соревнований.

Почта для связи организаторами orientnn@yandex.ru.