

Положение о проведении соревнований по северной ходьбе "ЗИМАХОДЫ".

1. Общие сведения

Соревнования "ЗИМАХОДЫ" проводятся с целью популяризации северной ходьбы в городе Октябрьский. Организатором соревнований выступает Школа скандинавской ходьбы в городе Октябрьский «Шаг вперед».

2. Цели и задачи соревнований

- Активная пропаганда здорового образа жизни.
- Широкая агитация физической культуры и спорта.
- Определение сильнейших скандинавов города.

3. Участники соревнований

- В соревнованиях могут участвовать все желающие, имеющие медицинский

допуск, предварительно записавшиеся и прошедшие регистрацию.

- Наличие инвентаря (палок) для скандинавской ходьбы является обязательным условием.

4. Формат соревнований

Соревнование проводится среди любителей северной, скандинавской ходьбы.

5. Место и время проведения

- Место проведения: городской парк имени Гагарина, город Октябрьский 20 декабря 2025 года.

• Расписание:

- 10:00 – Регистрация участников
- 10:30 – Мастер класс по скандинавской ходьбе, разминка к старту
- 11:00 – Старт соревнований

– 12:00-12:30 – Награждение по возрастным группам

6. Возрастные группы среди женщин определяются после формирования списка участников.

Дистанция для женщин старше 45 лет 1км, младше 18 лет 1км.

С 18 до 45 лет 2км.

- Возрастные категории мужчины среди мужчин определяются после формирования списка участников. Дистанция для мужчин старше 50 лет 1км. Моложе 2км.
С 18 до 50 лет 2км.

Старт возле памятника «Карлу Марксу и Фридриху Энгельсу.

Соревнование участников осуществляется по малому кругу парка

города Октябрьский, дистанция которого равна 1 км.

По возрастной категории идущие 2 км обходят круг с левой стороны, финиширующие идут на финишную сторону по правой стороне.

- 7. Определение победителей и награждение
- Победители и призеры определяются в каждой возрастной группе по правилам соревнований.
- Награждение осуществляется медалями и памятными подарками от организаторов соревнований.

8. Финансовые условия

- Все расходы, связанные с подготовкой мест, трасс соревнований, а также с приобретением медалей и кубков, несут организаторы соревнований.

- Расходы, связанные с проездом и питанием участников, несут командирующие организации.

9. Медицинские требования

- На момент регистрации участники обязаны предоставить медицинский допуск (медицинская справка).

10. Заключительные положения

- Участие в соревнованиях подразумевает согласие с настоящим положением.
- Организаторы оставляют за собой право вносить изменения в программу соревнований при необходимости.

Контактная информация для участников:

Телефон: 89378332666 (Юлия Юрьевна Бикметова)