



# ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ РЕГЛАМЕНТ проведения Лыжной гонки СКИАТЛОН «Лукинка УНИВЕРСАЛ»

## 1. Цели и задачи

- пропаганда и популяризация здорового и активного образа жизни, привлечение широких слоев населения всех возрастов к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация занятий лыжными гонками как средством комплексного физического воспитания и общего развития;
- выявление сильнейших среди участников мероприятия, повышение спортивного мастерства.

## 2. Сроки и место проведения

Лыжная гонка СКИАТЛОН «Лукинка УНИВЕРСАЛ» проводится **4 января 2026 года** на Лукинской лыжной трассе.

Как добраться: Ново-Переделкино, ул. Федосынино, д.20.

Место стартового городка: помещение лыжного клуба «Ново-Переделкино» на Лукинской лыжной трассе.

## 3. Организаторы

Подготовку трассы и организацию мероприятия осуществляет Лыжный клуб «Ново-Переделкино».

Контакты организаторов – телефон 925-05-04-033, 926-553-78-62

Электронная почта [skiclubnp@gmail.com](mailto:skiclubnp@gmail.com)

Официальный сайт - [vk.com/skilclubnp](https://vk.com/skilclubnp)

## 4. Участники

К участию приглашаются все желающие, способные преодолеть дистанции, и не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам. Количество стартовых номеров – 70 участников.

## 5. Дистанции и возрастные группы

**500 м.** классический стиль - 2016 и мл.

**1500 м.** классический стиль - 2015 и старше

**3000 м.** скиатлон - 2014 – 2011, М 1966 и ст, Ж 1966 и ст.

**6000 м.** скиатлон - 2010 - 1965

## 6. Регламент

**8:30 - 10:45** - выдача стартовых номеров

**11:00** - масс-старт на дистанцию 500 м.

**11:20** - масс-старт на 1500 м.

**11:30** - масс-старт на 3000 м. (скиатлон), на 6000 м.(скиатлон)

**13:00** - закрытие соревнований.

## **7. Регистрация**

Предварительные заявки принимаются на сайте

<https://reg.o-time.ru/race/26181> до 23:59 02 января 2026 года.

Организаторы оставляют за собой право досрочно закрыть регистрацию при достижении лимита участников.

Регистрация строго предварительная, в день проведения соревнований будет осуществляться только выдача стартовых номеров.

Участие в соревнованиях является бесплатным, стартовый взнос не предусмотрен.

## **8. Условия проведения**

Скиатлон – это соревнование с масс-стартом классическим стилем в первой части соревнования с последующей обязательной сменой лыж и палок в пит-боксах на стадионе, после чего следует вторая часть соревнования свободным стилем. Движение по дистанции является непрерывным. С палками для конькового стиля классическую часть дистанции преодолевать запрещено, нарушители будут дисквалифицированы.

Для спортсменов, заявившихся на скиатлон, с целью смены инвентаря при переходе с первого этапа на второй будет оборудована специальная транзитная зона. В зоне пит-боксов для замены инвентаря техника передвижения не контролируется.

Инвентарь для преодоления второго этапа дистанции должен быть размещен участниками в зоне смены инвентаря не позднее 20 минут до начала соревнований. Запрещается класть в боксы любой другой инвентарь.

Замена инвентаря производится самим спортсменом без посторонней помощи внутри своего пит-бокса. Замененный инвентарь должен быть оставлен в пит-боксе до тех пор, пока все спортсмены не закончат соревнование.

Тренеры и обслуживающий персонал должны покинуть зону пит-боксов для замены инвентаря не позднее, чем за 5 минут до старта, во время соревнований там находятся только судьи.

Смена инвентаря является обязательным условием участия в скиатлоне.

В случае, если у участника один комплект инвентаря, он преодолевает дистанции 3000 м., 6000 м. классическим стилем и финиширует. Заход в зону смены инвентаря является обязательным.

При передвижении по дистанции в ходе соревнований участникам гонки на 1500 м. и участникам скиатлона во время первого этапа на участках подъемов, отмеченных красными флагами, запрещено передвижение одновременными бесшажными и одношажными лыжными ходами. В случае нарушения правил передвижения участник будет дисквалифицирован.

Старт на дистанции 3000 м. и 6000 м. общий для всех участников без разделения на возрастные группы и виды дистанций. Возможен старт двумя волнами в случае большого количества участников.

В случае недостаточной толщины снежного покрова и невозможности подготовить первую часть дистанции для классического хода, организаторы оставляют за собой право провести гонку без деления на этапы с применением свободного стиля передвижения по всей дистанции.

На протяжении гонки на участниках должны быть надеты номера, полученные при регистрации.

Участники обязаны преодолеть всю дистанцию от старта до финиша в соответствии с разметкой трассы. В случае прохождения любого отрезка дистанции, ведущего к его сокращению (срезание дистанции), участник снимается с участия в соревнованиях.

Участник, сошедший с дистанции, должен в возможно более короткий срок явиться на финиш и заявить об этом судье на финише.

Во время прохождения дистанции каждый участник должен двигаться так, чтобы не мешать другим участникам. Участник, обгоняющий движущегося впереди него спортсмена, не должен занимать место перед ним, не обогнав его на расстояние, исключающее помеху. Обгоняемый участник не должен каким-либо путем задерживать его продвижение.

Запрещается лидирование участника по дистанции лицам, не принимающим участие в гонке (лидерование – сопровождение участника впереди или сбоку по ходу движения более 20 м.). При нарушении этого правила лидирующий участник снимается с участия в соревнованиях.

#### **9. Подведение итогов и награждение**

Победители забега на 500 м., на 1500 м. и скиатлона в каждой возрастной группе определяются по наименьшему времени, потребовавшемуся на преодоление всей дистанции с учетом технической оценки прохождения дистанции.

Результаты дистанций на 3000 м. и 6000 м. объявляются после финиша последнего участника и подсчета результатов.

Все участники получают сладкий подарок.

Участники на дистанции 500 м., 1500 м. и скиатлона - победители и призеры в возрастных категориях - награждаются дипломами и медалями.

Награждение призеров и победителей будет производиться в соответствии с возрастными группами, указанными в Разделе 5 настоящего Регламента.

#### **10. Безопасность участников**

Во избежание случаев травматизма участники должны в обязательном порядке следовать указаниям судей и контролеров на дистанции.