



РЕГЛАМЕНТ

проведения официального физкультурного мероприятия **Кросс «Бегом вдоль Алёшинки»** 20 апреля 2024 г.

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 кроссовым бегом как средством комплексного физического воспитания и общего развития;
- выявление сильнейших среди участников мероприятия, повышение спортивного мастерства.

2. Сроки и место проведения

Кросс «Бегом вдоль Алёшинки» проводится **20 апреля 2024 года** на Лукинской лыжной трассе.

Адресный ориентир: Ново-Переделкино, ул.Федосьино, д.20.

Проезд общественным транспортом: от метро «Ново-Переделкино» автобус 830 до остановки «Храм Благовещения», автобус 497 до остановки «Реабилитационный центр».

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

Трасса грунтовая, среднепересеченная.

3. Организаторы

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

Контакты организаторов – телефон +7-925-05-04-033, +7-926-553-78-62

Электронная почта skiclubnp@gmail.com

Официальный сайт - <https://vk.com/skiclubnp>

4. Участники

К участию приглашаются все желающие, способные преодолеть дистанции, и не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.

5. Дистанции и возрастные группы

На всех дистанциях масс-старт.

Дистанция: 1000 м. 1 круг - 2014-2015, 2016-2019

Дистанция: 3200 м. 2 круга*1600 м. - 2012-2013, 2011-2010, 1963 и ст.

Дистанция: 8000 м. 5 кругов*1600 м. - 2009-2008, 2007-2006, 2005-2004, 2003-1984, 1983-1974, 1973-1964.

6. Программа

9:00-10:45 - выдача номеров участникам соревнований

10:55 - открытие соревнований

11:00 - старт на 1000 метров; награждение победителей и призеров

11:20 - старт 3200 м.

- 11:40 - старт 8000 м.
12:45 - награждение победителей и призеров на дистанции 3200 м., 8000 м.
13:00 - закрытие соревнований

7. Регистрация и стартовый взнос

Предварительная электронная регистрация и оплата стартового взноса участников будут производиться на сайте www.reg.o-time.ru с момента опубликования настоящего Положения до 24:00 18 апреля 2024 г. Стартовый взнос составляет 100 руб. Заявка считается принятой после оплаты стартового взноса.

Стартовый взнос при регистрации в день проведения соревнований – 1000 руб.

Оплаченная регистрация отмене не подлежит, регистрационный взнос не возвращается.

При достижении лимита участников 200 чел. регистрация будет закрыта ранее заявленного срока.

В стоимость участия входят организация трассы, стартовый номер, электронный хронометраж, сладкий сувенир всем участникам, дипломы, медали и призы победителям и призерам.

8. Условия проведения

Для участников забега на 1000 м. допускается сопровождение ребенка одним из родителей без физического контакта со своим ребенком. Любая помощь своему ребенку для ускорения его движения и создание помех другим участникам запрещены.

Каждый участник обязан:

- соблюдать правила проведения соревнований;
- не сокращать дистанцию, соответствующую его возрастной категории;
- не создавать помех другим участникам во время прохождения дистанции;
- в случае схода с дистанции сообщить об этом судьям на финише или волонтерам непосредственно на самой дистанции;
- сдать чип электронного хронометража на финише, в случае его утери или поломки возместить его стоимость.

Участники несут личную ответственность за состояние собственного здоровья, самостоятельно проходят необходимые медицинские обследования и осознают все риски, связанные с участием в забегах на дистанциях соревнований.

9. Награждение

Победители и призеры в каждой возрастной группе определяются по наименьшему времени, потребовавшемуся на преодоление всей дистанции.

Победители и призеры в возрастных категориях, указанных в разделе 5, награждаются дипломами, медалями и памятным призами.

При проведении мероприятия ведется электронный хронометраж. Итоговые протоколы мероприятия публикуются на сайте: <http://reg.o-time.ru>

10. Безопасность участников

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

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных и спортивных мероприятий)».