



Т-дети
FunRun
T7
T15
T30



Триатлон ТРОПИЧЕСКАЯ ТРОПА

26-27.09.2020

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ №1
о проведении трейл-забега

ОКСКАЯ ТРОПА - 2020

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Окская тропа 2020 (далее забег) проводится с целью:

- пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации бега и трейла в Нижегородской области;
- вовлечение населения в регулярные занятия спортом на природе;
- знакомство участников с природными и культурными достопримечательностями родного края;
- развитие спортивно-событийного туризма на маркированном туристском маршруте Окская тропа в Нижегородской области.

2 ОРГКОМИТЕТ ЗАБЕГА

Организаторы:

Спортивный проект ГЕНЕЗИС genesissport.ru



Спонсоры и партнеры

Федерация спортивного ориентирования
Нижегородской области

Федерация Северной ходьбы НО

База отдыха Остров Приключений

Магазин «SunSport»

КСО «Арина»

Фонд президентских грантов



Официальный сайт забега: okatropa.ru/okatrail



Группа Вконтакте



Группа Facebook



Instagram

Почта: genesissportnn@gmail.com

Вопросы по заявке — Разгулина Юлия / 8 (952) 777 46 94

Работа с партнерами — [Шестаков Павел](#) / 8 (915) 955-20-86

3 ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Забеги проводятся 27 сентября 2020 года на территории Богородского района Нижегородской области.

ЦЕНТР СОРЕВНОВАНИЙ:

26-27 сентября база отдыха «Остров Приключений»

Здесь будут проходить выдача стартовых пакетов, брифинг, старт-финиш. На поляне будет организована раздевалка, душ, камеры хранения, туалеты, полевое питание для финишировавших участников.

26 сентября 2020

6.30 – Трансфер1 из Нижнего Новгорода до Острова приключений

7.30 – Трансфер2 из Нижнего Новгорода (Щербинки 2) до Острова приключений

8.00 - 20.00 – Фестиваль туризма и ЗОЖ Окская тропа

14.30 – Трансфер 3 из Нижнего Новгорода до Острова приключений

17.30 – Трансфер 4 из Нижнего Новгорода до Острова приключений

16.00 – Трансфер 5 из Острова Приключений до Нижнего Новгорода

19.30 – Трансфер 6 из Острова Приключений до Нижнего Новгорода

15.30 – 19.30 – Работа центра соревнований. Экспо. Выдача стартовых пакетов.

20.00 – Брифинг.

20.00 – Pasta Party

3

БЕГИ ВДОЛЬ РЕКИ ОКИ!



27 сентября 2020

7.30 - Трансфер 7 Нижний Новгород до Острова Приключений

8.30 – Трансфер 8 Нижний Новгород до Острова Приключений

8.00-15.00 – фестиваль Окская тропа

07.00 – 10.00 – Выдача стартовых пакетов в стартовом городке

06.30 – 11.00 – Выдача чипов электронной отметки на поляне соревнований.

10.30-15.00 – Работа детского сада

10.45 – разминка

11.00 – старт **FunRun**, 3,5 км

11.05 – старт детского забега

11.30 – Старт забега **T30**

12.00 – старт забега **T15**

12.15 – Старт забегов **T7**

14.00 – Трансфер 9 из Острова Приключений до Нижнего Новгорода

15.00 – Трансфер 10 из Острова Приключений до Нижнего Новгорода

4

БЕГИ ВДОЛЬ РЕКИ ОКУ!



4 ДИСТАНЦИИ ЗАБЕГА

T-дети

До 10 лет
(600 метров)



FunRun

FunRun , Дети 11- 13 лет,
Скандинавская ходьба (3,5 км)



дополнительный зачет Юниоры, Скандинавская ходьба T7

Набор высоты 100 м
Временной лимит на преодоление
дистанции – 2 часа



T15

Набор высоты – 150 м
Кол-во пунктов питания на
дистанции – 1
Временной лимит на преодо-
ление дистанции – 4 часа



T30

Набор высоты – 350 м
Временной лимит на преодоление
дистанции – 4 часа





Окская тропа

Маркированный пеший туристский маршрут в Нижегородской области

ТУРИСТСКИЙ МАРШРУТ ОКСКАЯ ТРОПА

Дистанции Окской тропы проходят по тропам одноименного туристского пешего маршрута, на обустройство которого пойдет часть средств, собранных с забега.

Качественно промаркированный, оборудованный стоянками маршрут к 2021 году соединит г. Павлово и Нижний Новгород. Вас ждут 130 км троп и дорог, скальные обнажения, природные и архитектурные памятники, родники, редкие растения, красивые виды реки Оки, кемпинги и крупнейшие спортивные комплексы прямо на

тропе. Здесь, на Оке, в 16 веке был организован Волжский торговый путь, а по берегу реки проходили Старо-Московский и Владимирский почтовые тракты.

«Беги вдоль реки Оки!».

Культура, спорт, походы, эко-туризм и волонтерство - отправьтесь в свое путешествие!

Узнать больше можно на сайте okatropa.ru или в [группе ВК](#)

Фестиваль спортивного образа жизни и туризма ОКСКАЯ ТРОПА

Забег проходит в рамках фестиваля Окская тропа. В течении двух дней на площадке будут работать различные активности для детей и взрослых. Тир, батут, слеклайн, спортивный лабиринт, катание на лошадях, прогулка по тропе, мастер –классы и лектории, футбол, волейбол, веревочный городок и многое другое. Участие в большинстве активностях бесплатное.

Подробнее о фестивале vk.com/okatropa



5 СТАРТОВЫЕ ПАКЕТЫ

- номер
- чип хронометража
- медаль финишера
- подарки от партнеров и спонсоров
- питание на финише

6 УЧАСТНИКИ ЗАБЕГА

Все участники делятся на мужчин и женщин.

Дистанция **Т-Дети 1** -0-10 лет (600 м)

Дистанция **Т-Дети-2** – 11-13 лет (3,5 км)

Дистанция **FunRun** от 14 и старше (3,5 км)

Дистанция **Т-Юниоры**: участники от 14 до 17 лет. (7 км)

Дистанция **Скандинавская ходьба** 3,5 или 7 км: участники старше 11 лет.

На дистанциях **T7, T15, T30** участники делятся на следующие возрастные

группы:

- 18-39 лет;
- 40-49 лет;
- 50 лет и старше.

Возраст участника определяется по году рождения (т.е. по состоянию на 31.12.2020).



7

7 УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ

Для участия в забеге необходимо оплатить взнос на сайте и предоставить медицинскую справку о допуске к дистанции, не короче выбранной, и получить стартовый пакет.

БЕЗ МЕДИЦИНСКОЙ СПРАВКИ УЧАСТНИК НА ДИСТАНЦИЮ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ, СТАРТОВЫЙ ВЗНОС НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ.

К трейлу допускаются совершеннолетние участники при условии предоставления организаторам медицинской справки, подтверждающей надлежащее состояние здоровья и выданной не ранее, чем за 6 месяцев до старта.

Несовершеннолетние участники (юниоры в возрасте от 14 до 17 лет) допускаются к дистанции «Юниоры» на основании медицинского допуска и при наличии расписки от родителей или заявки, заверенной руководителем образовательной организации.

В группу «**Дети**», «**Родители-дети**» допускаются участники в возрасте от 0 до 11 лет при условии возможного прохождения всей дистанции самостоятельно в присутствии родителей (допускается передвижение несовершеннолетнего участника, поддерживаемого за руку родителем). В основные форматы трейла участники до 12 лет не допускаются.

Оплатой участия участник берет на себя полную ответственность за свое здоровье и все возможные риски, связанные с участием в забеге, которое может повлечь за собой травмы или иные проблемы со здоровьем. Ответственность за несовершеннолетних участников берет на себя родитель путем заполнения расписки, образец расписки будет предоставлен на сайте. Расписку желательно заполнить дома и сдать при регистрации.

Стоимость участия при оплате до **15** сентября 2020
(при наличии свободных слотов)

7 км - 1000р.

15 км - 1500р.

30 км – 1900 р.

Детский, юниорский забеги, FunRun - 350р.

При оплате до **21** сентября 2020
(при наличии свободных слотов)

7 км - 1200р.

15 км - 1700р.

30 км – 2100 р

Детский, юниорский забеги, **FunRun** - 500р.

С **22** сентября ЗАЯВКИ НА ТРЕЙЛ НЕ ПРИНИМАЮТСЯ.
ВСЕ НЕОПЛАЧЕННЫЕ ЗАЯВКИ БУДУТ УДАЛЕНЫ.

СКИДКА 200 рублей для пенсионеров по возрасту, инвалидов, многодетных семей, ветеранов боевых действий. Подтверждающие документы предоставляются при получении номера. Деньги наличными возвращаются организаторами после предоставления документов.

В стоимость взноса входит организация трассы и пунктов питания, посещение вечеринки на Окской тропе с Pasta Party и мастер-классами, стартовый номер, хронометраж, медаль финишера, сувениры от партнеров, комиссия за перевод денежных средств.

Перерегистрация оплаченного взноса на другого участника возможна до 24 сентября 2020 года. Для перерегистрации необходимо отправить запрос с адреса, зарегистрированного участника с указанием данных обоих участников (ФИО, город, телефон и адрес электронной почты) на genesisissportnn@gmail.com



8 ПОРЯДОК ВЫДАЧИ СТАРТОВЫХ НОМЕРОВ

Для получения номера необходимо предъявить паспорт, расписку об ответственности и предоставить медицинскую справку о допуске на выбранную дистанцию. Выдача номеров будет происходить:

26 сентября 2020

15.30 – 19.30 - Выдача стартовых пакетов база отдыха Остров Приключений

27 сентября 2020

07.00 – 10.00 – Выдача стартовых пакетов в стартовом городке. Во избежании очередей организаторы настоятельно рекомендуют получить номера накануне 26 сентября.

9 ТРАНСПОРТ

Забег проводится 27 сентября 2020 года на территории Богородского района Нижегородской области. Лагерь соревнований расположен на базе отдыха Остров приключений рядом с деревней Сысоевка.



Добраться общественным транспортом

Из Нижнего Новгорода с автостанции Щербинки 2 до г. Богородск, далее на автобусе №6 (Демидово-Сысоевка) до д. Сысоевка, затем пешком до базы отдыха. Временной интервал 20 минут с 6:00 до 17:20. Либо на такси от Богородска, стоимость около 350 руб.

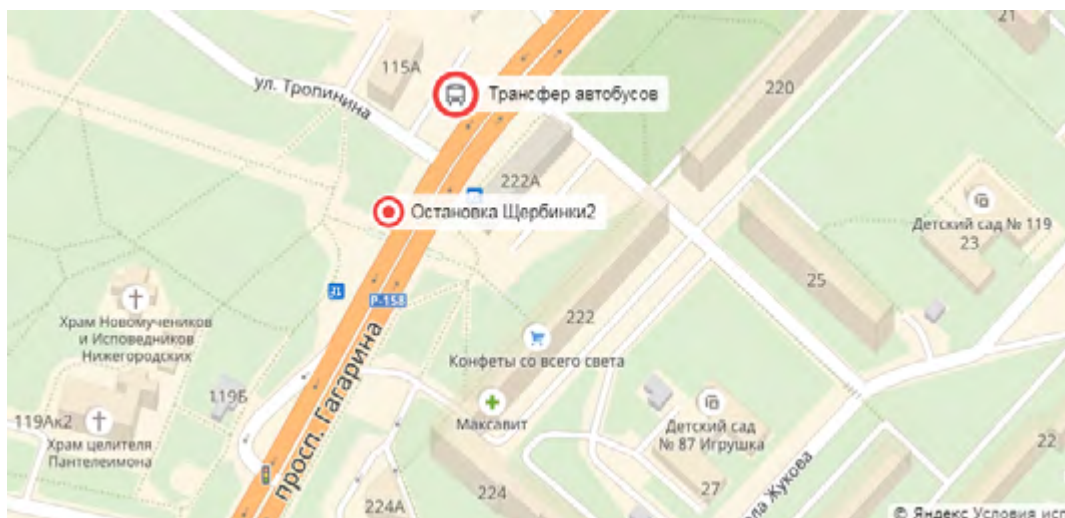
Трансфер организаторов

Стоимость трансфера организаторов для взрослых 300 руб для детей 200 руб. в одну сторону

Заявка и оплата на трансферы. Из Нижнего Новгорода на Остров Приключений по [ссылке: http://okatropa.ru/okatrail#rec227244645](http://okatropa.ru/okatrail#rec227244645)

С Острова Приключений до Нижнего Новгорода:

<http://okatropa.ru/okatrail#rec227244645>



10

БЕГУ ВДОЛЬ РЕКИ ОКУ!

10 ПРОЖИВАНИЕ

Участники соревнований могут разместиться на территории базы отдыха в кемпинге или в собственных палатках. Стоимость аренды шатра в глемпинге (до 7 человек) - 2500 руб (стоимость шатра целиком вне зависимости от количества проживающих). Подробно о кемпинге и бронирование шатров на сайте: ostrov-pr.ru/arenda/camping. Бронирование можно осуществить по телефону 8 (831) 2139031. Плата за установку собственной палатки с возможностью использования умывальников, душа, туалетов - 400 руб. В базовом лагере на время проведения гонки для участников будет организован питьевой пункт и пункт питания (чай, фрукты, печенье), после финиша горячая каша, чай, печенье. В зоне фестиваля будет работать фудтраки.

11 ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ И РЕКОМЕНДУЕМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Обязательное снаряжение для всех дистанций:
Карта, выданная организаторами, заряженный телефон с сохраненными телефонами организаторов.
На дистанции **T30** емкость с водой не менее 0,5 л.

Рекомендуемое снаряжение для всех дистанций:
Запас воды и энергетического питания, часы или другое устройство с загруженным треком выбранной дистанции, свисток, спас-одеяло, аптечка (бинт, лейкопластырь, обезболивающее), головной убор от солнца.

12 НОМЕРА УЧАСТНИКОВ

Номер должен быть закреплен с передней стороны и не должен закрываться другой одеждой. Участие в забеге без номера может привести к дисквалификации.

13 ПУНКТЫ ПИТАНИЯ

На пунктах питания в достаточном количестве будет вода, а также продукты питания и изотонические напитки по усмотрению организаторов. Отдельный пункт питания с кашей для финишеров будет располагаться в финишном городке.

14 КОНТРОЛЬНЫЕ ПУНКТЫ И ХРОНОМЕТРАЖ

На соревнования применяется бесконтактная система отметки. Для учета времени на трассе располагаются контрольные точки (коридоры, через которые участник должен пробежать). Кроме того, есть точки, где отметку о прохождении делает судья-контролер, поэтому номер участника должен быть всегда хорошо виден с передней стороны. Обход участником таких точек приведет к дисквалификации.

27 сентября на поляне соревнований каждый участник должен получить чип электронной отметки, показав свой стартовый номер, и закрепить его на запястье с помощью браслета. Сдача чипов и считывание результатов забега происходит на финише. В случае схода с дистанции участник должен вернуть чип судьям, при утере и порче чипа участник обязан вернуть организаторам 5000 руб. Каждый участник заполняет расписку об ответственности за потерю чипа.



15 МАРКИРОВКА ТРАССЫ

Маркировка трассы будет представлять собой разметку из сигнальной ленты или флажков через каждые 50-200 метров (в зависимости от прямой видимости), указателей направления на сложных участках. В случае частичного отсутствия маркировки на трассе (форс-мажор) участник должен руководствоваться загруженным треком, картой дистанции и здравым смыслом.

16 ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определение победителей и призеров забега происходит по факту прихода на финиш с учетом отметки в станции электронного хронометража.

Награждение на каждой дистанции будет производиться через полчаса после финиша призеров. Победители и призеры абсолютного зачета награждаются призами и медалями. Дополнительно призами без медали награждаются победители в каждой возрастной группе. Если участник является победителем возрастной группы и призером абсолютного зачета, то он награждается только в абсолютном зачете. Все призеры награждаются дипломами.

17 ПРОТЕСТЫ

Протесты, претензии и возражения по организации забега, дисквалификации и таймингу принимаются по адресу электронной почты genesissportnn@gmail.com, претензии по результатам принимаются только с адресов зарегистрированных участников в течение недели после соревнований.

18 ИЗМЕНЕНИЕ ДИСТАНЦИЙ

В случае непредвиденных погодных или иных форс-мажорных ситуаций организатор оставляет за собой право изменения длины дистанций в большую или меньшую сторону, изменения количества и места расположения пунктов питания, контрольного времени в большую сторону.

Любые возможные изменения будут опубликованы на сайте и в социальных сетях сразу при получении информации об изменениях, но не позднее, чем за сутки до начала старта, либо могут быть озвучены на брифинге.



19 ЗАЩИТА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Участники должны уважать природу и полностью исключить замусоривание трассы. За несоблюдение данных правил может последовать дисквалификация.

20 ВОЛОНТЕРАМ

Окская тропа дарит новые знакомства, заряд энергии, даже если ты не бежишь. Присоединяйся к дружной команде волонтеров, только вместе мы сможем создать по настоящему яркое и запоминающееся событие!

Что нужно делать:

- «заряжать» спортсменов энергией на пунктах питания;
- выдавать стартовые пакеты участникам;
- выполнять другие несложные, но важные задания;
- наслаждаться прекрасными видами на реку Ока.

Каждый волонтер получит сувенир от организаторов, питание и размещение во время соревнований, ценный опыт волонтерства на забеге, благодарность от нас и бегунов.

Чтобы к нам присоединиться, напиши нам на почту genesissportnn@gmail.com

21 ПАРТНЕРАМ

Ни одно крупное событие не обходится без поддержки партнеров. Каждый вклад в развитие забега важен, и мы готовы дать взамен эффективную партнерскую интеграцию. Чтобы стать нашим партнером и получить больше информации о вариантах сотрудничества, напишите на почту genesissportnn@gmail.com

22 ДЕТСКИЙ САД

Во время соревнований будет организована зона детского сада, где родители могут оставить ребенка на время забега.





До встречи на трейле!