

Положение

28 Пробег-Марафона "Салтыковский круг – Здравствуй Новый Год 2021 " 05.01.2021,

организованного клубом любителей бега "IRC»

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1.1 28 Пробег-Марафон "Салтыковский круг – Здравствуй Новый Год 2021" 05.01.2021(далее - пробег) проводится в целях:

- популяризации бега как вида спорта;
- поддержании здорового образа жизни, а также способствованию укреплению здоровья участников пробега;
- улучшении спортивных результатов для любителей давно занимающихся бегом как видом спорта.

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 5 января 2021 года

В 9-30 старт на дистанции 500 метров, 1 км, 1 милю, 2 км, 3 км, 2 мили

в 10-00 старт на дистанции 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 6 часов НОН-СТОП.

Нон -стоп - это бег на любую дистанцию, ограниченную количеством кругов. Участник имеет право пробежать любое количество кругов за время, ограниченное 6 часами. Финишировать можно через любое время после старта до истечения 6 часов или бежать все 6 часов. Зачет проводится по количеству полных кругов. Выигрывает участник, который пробежал большее количество кругов за меньшее время.

2.2 Место проведения: г. Москва, Салтыковский парк, метро Новокосино, напротив Салтыковская улица, дом 15, корп 3, GPS координаты старта Широта 55°44'16"N (55.737775), Долгота 37°51'59"E (37.866505).

2.3 Как добраться до места проведения соревнований: От метро Новокосино: последний вагон из центра, далее пешком по улице Городецкая до остановки автобуса 792 или маршруток 306, 726м. На указанных автобусах ехать до остановки «ГОРОДЕЦКАЯ УЛИЦА ДОМ 12», далее идти пешком 200 метров до входа в лес.

Пешком от метро Новокосино идти 1 км.

Для автомобилистов - припарковать свой автомобиль Вы сможете во дворах домов Салтыковская улица, дом 15, корп 3, Салтыковская улица, дом 21, которые находятся через дорогу от места старта. Координаты:

1. Салтыковская, 15 к.3 – Широта 55°44'17"N (55.73815), Долгота, 37°52'2"E (37.867151).
2. Салтыковская, 21 – Широта 55°44'19"N (55.738505), Долгота, 37°52'10"E (37.869343).

2.4 Дистанции, представленные на соревнованиях: 1 км, 1 миля, 2 км, 3 км, 2 мили, 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 м (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 6 ЧАСОВ НОН-СТОП.

Нон -стоп - это бег на любую дистанцию, ограниченную количеством кругов. Участник имеет право пробежать любое количество кругов за время, ограниченное 6 часами. Финишировать можно через любое время после старта до истечения 6 часов или бежать все 6 часов. Зачет проводится по количеству полных кругов. Выигрывает участник, который пробежал большее количество кругов за меньшее время.

2.5 Выдача номеров участникам предварительно зарегистрированным на забег, а также участникам, пришедшим в день соревнований проводится с 9-00 до 09-45 в палатке на месте старта В ДЕНЬ СТАРТА.

Время старта пробега:

09-30- старт дистанции 500 метров, 1 км, 1 милю, 2 км, 3 км, 2 мили

10-00– старт на дистанции 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км.

15-30 – время ухода на последний круг

16-00- закрытие финиша.

2.6. Регистрация на пробег:

Предварительная регистрация и прием стартовых взносов открыты на сайтах:

<https://probeg.org/event/35769/reg/>

www.russiarunning.com

Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются на e-mail elena6525@yandex.ru или по телефону 89096674396 (Елена Скоблина) До 4 января 2021 ГОДА. В заявке необходимо указать Фамилию, Имя, Дату Рождения, Клуб, город, Дистанцию. Регистрация считается полностью завершенной при поступлении оплаты стартового взноса организаторам. ***Если Вы не успели оплатить участие заранее, но при этом зарегистрированы предварительно, то оплата возможна в день старта по стоимости предварительной регистрации. В случае полной отплаты участия до 20 декабря 2020 года Вы гарантированно получите медаль финишера на дистанции 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км, 30 км, 42,195 км, 50 км, 6 часов НОН-СТОП. В случае, если Вы не успели оплатить участие до 20 декабря 2020 года, то Вы получаете медаль финишера метров только в том случае, если они есть в наличии. Если Вы по причине не***

оплаты участия не получили медаль финишера, Вы сможете ее получить через 7 рабочих дней после старта.

Оплатить участие Вы также можете, перечислив сумму стартового взноса на карту Сбербанка 5469 3800 8069 5389 (после перечисления денег на карту необходимо отзвониться или написать по e-mail, кто перечислил деньги и на какую дистанцию Вы заявляетесь).

2.7 Денежные средства, оплаченные за участие в пробеге, не возвращаются. Если

участник оплатил участие в соревновании, но не смог принять участие, то он может перенести участие на другой старт серии пробегов БЕГИ С ВЕТЕРКОМ (весь список пробегов серии БЕГИ С ВЕТЕРКОМ можно посмотреть на сайте www.begisveterkom.ru в разделе будущие старты <http://www.begisveterkom.ru/uslugi.html>

, проводим соревнования 12 месяцев в году, список на

сайте постоянно обновляется). Перенести участие можно следующими способами:

1. написать сообщение на электронную почту elena6525@yandex.ru
2. написать СМС сообщение на телефон 89096674396

В сообщении нужно указать ФИО, дату, на которую Вы оплачивали участие, дату пробега, на который Вы переносите участие.

3. Участники соревнований

3.1 Для участия приглашаются все желающие мужчины, женщины, способные пробежать дистанции 500 метров, 1 км, 1 миля, 2 км, 3 км, 2 мили, 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км(полумарафон), 30 км, 42.195 км (марафон), 50 км, 6 часов НОН-СТОП. Обращаем Ваше внимание, что на дистанцию 42,195 км (марафон), 50 км допускаются только мужчины и женщины, достигшие возраста 18 лет.

3.2 Ответственность за состояние своего здоровья несут сами участники. Каждому участнику необходимо подписать расписку о том, что он сам отвечает за свое здоровье во время проведения соревнований во время регистрации и получения стартового номера.

3.3 Выдача стартового номера производится при предъявлении документа, удостоверяющего личность (для взрослых - паспорт гражданина Российской Федерации, водительское удостоверение, удостоверение моряка).

4. Условия проведения соревнований

4.1 На пробеге подводятся результаты в рамках личного первенства участников.

4.2 Лимит времени: участник должен уйти на последний круг до истечения 05 часов 30 минут.

4.3 Стартовый взнос для участников, предварительно зарегистрировавшихся на пробег составляет.

- на дистанцию 500 метров – 350 руб.
- на дистанции 1 км – 350 руб.
- на дистанцию 1 миля – 400 руб.
- на дистанции 2 км – 450 руб.
- на дистанции 3 км – 450 руб.
- на дистанцию 2 мили – 500 руб.
- на дистанции 5 км – 600 руб.
- на дистанции 10 км - 700 руб
- на дистанции 15 км - 800 руб
- на дистанции 21,097 км (полумарафон) - 900 руб
- на дистанцию 30 км – 1000 руб.
- на дистанции 42,195 км (марафон) - 1100 руб
- на дистанции 50 км – 1200 руб
- на дистанции 6 часов НОН-СТОП – 1200 РУБ.

При регистрации в день старта сумма стартового взноса увеличивается на 100 рублей.

4.4 Переодеться, а также оставить свои вещи Вы можете в палатках на месте старта.

4.5 Питание

На дистанции будет организован пункт питания.

На пункте питания будут вода, теплый чай, сок, сока- cola, изюм, бананы, лимоны, черный хлеб, сахар.

4.6 Схема дистанции.

Круг на все дистанции 2060 МЕТРОВ по парку. ОСОБЕННОСТИ ТРАССЫ - ТРАССА ГРУНТОВАЯ, ПЕРЕПАД ВЫСОТ ЕСТЬ, НО НЕ СУЩЕСТВЕННЫЙ.

5. Награждение и поощрительные призы и подарки

5.1 Каждому участнику, завершившему дистанцию 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 (полумарафон) км, 30 км, 42,195 (марафон) км, 50 км, 6 ЧАСОВ НОН-СТОП вручается медаль финишера и диплом с указанием времени прохождения дистанции.

5.1.1 Каждому участнику, завершившему дистанцию 500 метров, 1 км, 1 миля, 2 км, 3 км, 2 мили вручается ТОЛЬКО ДИПЛОМ ФИНИШЕРА С УКАЗАНИЕМ ВРЕМЕНИ ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСТАНЦИИ БЕЗ МЕДАЛИ ФИНИШЕРА.

5.2 Победители определяются на каждой дистанции только в абсолютном зачете среди мужчин и среди женщин. Первым трем финишировавшим на всех дистанциях, как среди мужчин, так и среди женщин вручается грамота и поощрительные призы.