

**Регламент  
проведения мероприятий второго этапа Фестиваля скандинавской ходьбы  
«ЗОЛОТЫЕ ЖИГУЛИ» 2025**

Второй этап IX областного Фестиваля скандинавской ходьбы «Золотые Жигули» пройдет 30 августа 2025 года на территории Государственного автономного учреждения Самарской области «Учебно-спортивный центр «Чайка», нижняя поляна, «лыжный комплекс 2».

Фестиваль проводится в рамках реализации календарного плана официальных физкультурных и спортивных мероприятий Самарской области на 2025 год. Общее руководство организацией и проведением фестиваля осуществляют: министерство спорта Самарской области и АНО ЛАД «Доброходы».

**1. Цель**

Популяризация и развитие северной ходьбы в Самарской области как доступного и эффективного вида физкультуры, вида спорта. В этом году основная цель Фестиваля – совместное общение, обмен опытом между опытными участниками соревнований и начинающими, сплочение представителей различных команд через совместное участие в состязаниях, обсуждение различных аспектов северной ходьбы. Центром праздника будет спортивное состязание – гонка «Проверь себя» на дистанции 5 км (личное первенство) среди мужчин и женщин в 2х возрастных категориях, а также спортивная эстафета «Мы вместе», в которой примут участие команды, составленные из представителей сборной команды Самарской области по северной ходьбе и любителей СХ.

**2. Программа мероприятия**

08:00 - 10:00 - регистрация участников фестиваля

09:00 - Открытие тематических площадок «Границы Северной ходьбы».

- обучение и коррекция техники северной ходьбы для различных направлений,
- обмен опытом клубной работы
- северная ходьба в туризме и путешествиях
- правила дисциплины «северная ходьба». Судейство на спортивных мероприятиях»
- «скандинавим к здоровью» - как ходьба с палками помогает оставаться здоровым, активным и позитивным

- «ходи и танцуй» - демонстрация основных танцевальных движений в групповых танцах

10:30 - Открытие Фестиваля. Приветственное слово организаторов, почетных гостей.

11:00 - Старт Гонки на 5км.

12:30 - Показательные выступления представителей клубов

13:00 - Эстафета «Мы вместе»

14:00 - Подведение итогов, награждение победителей.

14:20 - Масс-старты «Дорога радости» на дистанции 1км, 2,5 км, 5 км.

Участники фестиваля пройдут по нескольким маршрутам Сокольих гор, выбирая свой уровень подготовки

16:00 - Закрытие Фестиваля.

### 3. Требования к участникам и условия их допуска

В Фестивале могут принять участие все желающие, имеющие соответствующую подготовку и прошедшие в установленном порядке регистрацию. Участники должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь), исправными палками для северной ходьбы. Использование Bangy Rump, лыжных и треккинговых палок запрещено.

При регистрации в день соревнований для получения стартового номера каждый участник предъявляет в комиссию по допуску:

- документ, удостоверяющий личность и возраст спортсмена (оригинал);
- медицинскую справку (оригинал и копия) с печатью медицинского учреждения, подписью и печатью врача, проводившего осмотр (при отсутствии отметки о допуске в заявке), с отметкой «Допущен к соревнованиям по спортивному туризму». При отсутствии копии оригинал остается у организаторов;
- полис обязательного медицинского страхования;
- договор (оригинал) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев (с указанием вида спорта «Спортивный туризм»).
- квалификационную книжку спортсмена (при наличии), допускается заверенная выписка из приказа о присвоении спортивного разряда.

Командирующие организации несут ответственность за состояние здоровья и подготовленность спортсменов к соревнованиям.

Участники соревнований должны иметь действующий медицинский допуск (справку), выданный не ранее 6 месяцев до дня мероприятия.

При отсутствии каких-либо документов из списка спортсмен может быть не допущен к соревнованиям.

Участники соревнований несут полностью ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, о чем расписываются в карточке участника соревнований при регистрации.

Для участников, не достигших 18-летнего возраста, обязательным условием допуска к мероприятиям является присутствие одного из родителей.

### 4. Правила состязаний на дистанциях.

Соревнования проводятся на маркированных трассах.

Спортивная гонка «Проверь себя» на дистанции 5 км проводится в личном зачете в группах мужчины/женщины в 2х возрастных категориях: 18-49 лет и 50 лет - старше.

Система оценки- «Штрафная». Результаты соревнующихся участников оцениваются суммой времени прохождения дистанции и суммой штрафных баллов, приведенных к единице измерения. Временной эквивалент штрафного балла-15 сек (п.10 Правил).

При получении участником красной карточки применяется назначение санкции «аннулирование результатов». Нарушения фиксируются судьями-контролерами и записываются в протокол контроля.

В спортивной эстафете «Мы вместе» команды формируются из 2х участников: член сборной команды Самарской области по северной ходьбе и любитель северной ходьбы без спортивного разряда. Все команды стартуют одновременно, соблюдая технику северной ходьбы, бег запрещен. Победителем считается команда, пришедшая к финишу первой.

Участники масс - старта «Дорога радости» проходят дистанцию без учета времени. На «Дороге радости» предусмотрены дистанции в 1 км, 2,5 км и 5 км по пересеченной местности лесной зоны.

### 5. Награждение.

Участники (мужчины, женщины), занявшие призовые места в личной гонке II этапа на дистанции 5 км награждаются медалями и дипломами.

Абсолютные победители в гонке на 5 км среди мужчин и женщин награждаются кубками.

Участники спортивной эстафеты, занявшие призовые места награждаются медалями и дипломами.

Команда, самая многочисленная по количеству участников, награждается дипломом.

Самый старший участник (по возрасту) награждается дипломом (мужчина, женщина).  
Самый младший участник (по возрасту) награждается дипломом (мужчина, женщина).

## 6. Регистрация участников.

Заявка (командная/индивидуальная) подается через электронную форму на сайте <https://orgeo.ru/event/44324> до 28 августа 2025 года.

Командную заявку можно подать в АНО ЛАД «ДОБРОХОДЫ» по адресу электронной почты: [samdobrohod@gmail.com](mailto:samdobrohod@gmail.com) до 28 августа 2025г

При регистрации участник указывает, в состав какой команды он входит, либо участвует лично.

Регистрируясь для участия в Фестивальных мероприятиях, участник подтверждает, что ознакомлен с Правилами состязаний, Положением о Фестивале, Регламентом и соглашается на использование его личных данных и изображения (фото и видео материалов) при учете и публикации результатов Фестиваля и в целях популяризации и развития северной/скандинавской ходьбы.

Участники, зарегистрировавшиеся для участия в соревнованиях, подтверждают, что могут принимать участие на выбранной дистанции, при этом не имеют медицинских противопоказаний для занятия спортом и возлагают ответственность за свое здоровье на себя. На стойке регистрации каждый участник собственноручно подписывает заявление об отсутствии медицинских ограничений для участия в соревнованиях.

## 7. Проезд к месту соревнований.

Проезд к месту соревнований личным или общественным транспортом. Ближайшая остановка общественного транспорта – остановка «дома ЭМО». Автобус № 1, 50. Личным автотранспортом до адреса: ул. Дубравная, 2. В районе центра соревнований есть возможность для парковки личного транспорта.

Вся официальная информация (Положение, Правила, Регламент и др.) размещены на официальных ресурсах фестиваля: [orgeo.ru](https://orgeo.ru) и [vk.com/samdobrohod](https://vk.com/samdobrohod).

Контакты: +79276057300, 89272655418

Настоящий Регламент и Положение являются официальным приглашением на Фестиваль.

