



Согласовано

Президент Российского любительского  
лыжного Союза  
Курочкин В. М.



2023 г

Утверждаю

Президент «Федерации лыжных гонок Тульской области»

Богачев А.В.



2023 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ VI ЭТАПА КУБКА ЦЕНТРАЛЬНОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА ПО ЛЫЖЕРОЛЛЕРАМ СРЕДИ СПОРТСМЕНОВ-ЛЮБИТЕЛЕЙ 2023 ГОДА

Кубок ЦФО по лыжероллерам – открытое массовое многоэтапное спортивное мероприятие, участниками которого являются любители лыжного спорта (активные члены РЛЛС), соревнующиеся в различных возрастных категориях.

Соревнования проводятся на территории ЦФО.

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- популяризация лыжного спорта;
- привлечение населения к систематическим занятиям спортом и физической культурой;
- выявление сильнейших спортсменов в различных возрастных категориях.

### 2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся 30 сентября 2023 года – классический стиль.

Выдача номеров и официальная разминка с 9:00 на месте старта. Начало стартов в 10:00.

Место проведения: г. Тула, лыжероллерная трасса «Веденино» (Косая гора).

### 3. РУКОВОДСТВО ОРГАНИЗАЦИЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ ЭТАПОВ КУБКА

Главный судья – Терехин А. С.

По вопросам организации и проведения Кубка ЦФО обращаться по тел.: 8 925 004 07 45 (Терехин Андрей).

### 4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ

К участию в Кубке ЦФО допускаются все желающие, **являющиеся членами Российского любительского союза и имеющие активированный код РЛЛС за 2023 год.**

Главная судейская коллегия просит всех спортсменов проходить медицинское обследование для выявления возможных противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом, к выступлению на соревнованиях; иметь медицинскую справку, страховку.

Согласно Правилам соревнований по лыжным гонкам, на соревнованиях участникам необходимо иметь шлем и защитные очки. **Участник без шлема и защитных очков к старту не допускается!**

Во время проведения разминки и заминки, а также во время проведения соревнований участникам рекомендуется использовать палки с лапками.

## 5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Мужчины			Женщины		
Группа	Год рождения	Дистанция	Группа	Год рождения	Дистанция
М 0	2005–1994	11 км	Ж 0	2005–1994	6,6 км
М 1-2	1993–1984	11 км	Ж 1-2	1993–1984	6,6 км
М 3-4	1983–1974	11 км	Ж 3-4	1983–1974	6,6 км
М 5-6	1973–1964	11 км	Ж 5-6	1973–1964	6,6 км
М 7	1963–1959	6,6 км	Ж 7	1963–1959	4,4 км
М 8	1958–1954	6,6 км	Ж 8	1958–1954	4,4 км
М 9	1953–1949	4,4 км	Ж 9	1953–1949	4,4 км
М 10	1948–1944	4,4 км	Ж 10	1948–1944	4,4 км
М 11	1943–1939	4,4 км			

## 6. ПОРЯДОК СТАРТА

Соревновательный круг – 2,2 км.

Старт раздельный, одиночный через 20 секунд. Стиль передвижения классический.

Группа	Год рождения	Дистанция
М 9	1953–1949	4,4 км (2 × 2,2 км)
М 10	1948–1944	4,4 км (2 × 2,2 км)
М 11	1943–1939	4,4 км (2 × 2,2 км)
Ж 7	1963–1959	4,4 км (2 × 2,2 км)
Ж 8	1958–1954	4,4 км (2 × 2,2 км)
Ж 9	1953–1949	4,4 км (2 × 2,2 км)
Ж 10	1948–1944	4,4 км (2 × 2,2 км)
<b>Перерыв 5 мин.</b>		
М 7	1963–1959	6,6 км (3 × 2,2 км)
М 8	1958–1954	6,6 км (3 × 2,2 км)
Ж 0	2005–1994	6,6 км (3 × 2,2 км)
Ж 1-2	1993–1984	6,6 км (3 × 2,2 км)
Ж 3-4	1983–1974	6,6 км (3 × 2,2 км)
Ж 5-6	1973–1964	6,6 км (3 × 2,2 км)
<b>Перерыв 15 мин.</b>		
М 0	2005–1994	11 км (5 × 2,2 км)
М 1-2	1993–1984	11 км (5 × 2,2 км)
М 3-4	1983–1974	11 км (5 × 2,2 км)
М 5-6	1973–1964	11 км (5 × 2,2 км)
<b>Награждение в 11:30</b>		

## 7. ТЕХНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ИНВЕНТАРЮ

Участники могут использовать любые модели лыжероллеров, доступные в свободной продаже.

В соревнованиях классическим стилем диаметр колес не должен превышать 80 мм и одно колесо на каждом роллере должно иметь храповой механизм. Длина платформы должна иметь длину не менее 530 мм между осями колес. Ширина колеса не должна быть не менее 36 мм. Во время соревнований на лыжероллерах спортсменам разрешается самостоятельная замена инвентаря (или его ремонт) в соответствии с пунктом ПСЛГ 35.13 (343.12). Дополнительная помощь другими участниками соревнований запрещена.

## 8. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ

Для участия в соревнованиях спортсменам необходимо предварительно зарегистрироваться. Электронная регистрация участников соревнований будет открыта **до 19:00 28 сентября 2023 года** на странице мероприятия в системе Ogeo. Для участников установлен

**регистрационный взнос: 300 руб. для активных членов РЛЛС, 400 руб. – для не активных членов РЛЛС, 500 руб. – регистрация в день соревнований.**

#### **9. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Победители и призеры во всех группах участников определяются по наименьшему времени прохождения дистанции.

#### **10. ПУБЛИКАЦИЯ ИНФОРМАЦИИ**

Программа этапов, итоговые протоколы, фото- и видеоматериалы, анонсы, рейтинги и отчеты о соревнованиях Кубка ЦФО – 2023 публикуются Оргкомитетом на странице мероприятия в системе Orgeo, на сайте РЛЛС, МООЛЛ, спортивно-оздоровительной базы «Лесная» (Троицк).

**Данное Положение является официальным документом и может распространяться во всех интернет-источниках.**