

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении старта «Быстрый трюфель»

1. Общие положения

«Быстрый трюфель» (далее по тексту – «Старт») проводится в целях:

- развития физической культуры и спорта;
- пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации занятий спортом на свежем воздухе;
- развития внутреннего туризма.

Старт проводится в дисциплине трейлраннинг, далее по тексту - Бег, и дисциплине северная (скандинавская) ходьба.

В рамках Старта предусмотрены две дистанции для взрослых старше 16 лет: 10К и 20К, детский старт на дистанции 1 км., в категории северная ходьба дистанция составляет около 5 км.

Контрольное время на прохождение дистанции категории Бег составляет: 10К - 1.5 часа. 20К - 3 часа.; Ходьба - 1 час. 20 мин.

2. Место и дата проведения старта

Старт состоится 11 мая 2025 года (воскресенье).

Место проведения: Воронежская область, пос. Маклок. Шуберское сельское поселение.

Все дистанции кольцевые в один круг. Схема трасс, место старта и ссылка на GPS треки будут опубликованы на странице регистрации за месяц до старта.

3. Руководство проведением Старта

Общее руководство подготовкой и проведением Старта осуществляется инициативной группой руководителей клуба МЕМ: Лобыкина Алексея Анатольевича и инструктора Nordic Walking - Лобыкиной Жанны Игоревны.

4. Участники старта.

Участниками старта могут стать все желающие с 7 лет. Максимальное количество участников : категория Бег - 50 человек, ходьба - 30 человек, дети 20 чел. Возраст участников забега определяется на дату окончания регистрации.

5. Требования к палкам и технике передвижения для дисциплины северная ходьба.

Спортсмены-участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками для северной (скандинавской) ходьбы с темляком типа полуперчатка, или капкан и попеременной (диагональной) работой рук и ног. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью.

При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены, кроме специально обозначенных мест где допускаются разрешенные в дисциплине «трейл» прыжки и пропуски отталкивания палкой.

Излишний подъём кончиков палок вверх и разброс в стороны запрещены.

6. Допуск к старту дисциплины северная ходьба.

Участник НЕ допускается к старту:

- с неисправными палками;
- с лыжными палками;
- с темляком «петля»;
- Возможна аренда палок на месте (бесплатно) по предварительной заявке.

7. Стоимость участия.

Для участия в Старте участникам необходимо :

- Зарегистрироваться на странице регистрации, оплаты в стартовый взнос.
- Подписать согласие , в котором участник принимает на себя риски, связанные с участием в Старте в день проведения старта.
- Участник считается зарегистрированным, если его имя есть в сводном списке на соответствующей странице регистрации и оплативший стартовый взнос.

Оплата Стартового взноса осуществляется на карту организатора Старта :

Сбербанк 2202 2061 5588 5176

Тинькофф 2200 7001 6809 9389

Алексей Анатольевич Лобыкин, либо онлайн в соответствующей форме на сайте регистрации.

Онлайн-регистрация участников будет открыта до 1 мая 2025 года.

Регистрация на месте проведения возможна при наличии свободных слотов.

При регистрации участник должен указать персональные данные в соответствии с удостоверением личности. Участие в Старте оплачивается участниками из собственных средств.

Категория	до 1.04.24	после 1.04.24	на месте старта
Дети 7-12 лет	800	800	800
12-17 лет	800	800	800
Бег 10К	1300	1600	2000
Бег 20К	1300	1600	2000
Ходьба	1300	1600	1900

Неоплаченные заявки удаляются спустя сутки после подачи. Возврат стартового взноса не предусмотрен, за исключением случая отмены мероприятия.

8. Программа Старта

- 10:00 - Выдача стартовых номеров.
- 11:00 - Детские старты.
- 11:30 - Брифинг
- 12.00 - Старт участников 10К и 20К.
- 12.10 - Старт северная ходьба.
- 13.30 - Закрытие дистанции ходьба и 10К.
- 15.00 - Закрытие дистанции 20К
- 15.00 - Закрытие соревнований.

9. Награждение и призовой фонд.

Призовой фонд формируется Организатором из стартовых взносов участников и личных средств.

Награждение производится по факту финиша трех участников в каждой категории.

В категории северная (скандинавская) ходьба победителям в абсолюте будет вручен кондитерский набор на сумму 1000 руб. / 700 руб./ 350 руб. соответственно занятому месту, а также будет разыгран приз !

В категории « Бег» на дистанции 10К: кондитерский набор на сумму 1000 руб. / 700 руб. / 350 руб. соответственно занятому месту.

На титульной дистанции 20К главный приз 1 килограмм шоколада в слитке делится между двумя победителями - мужчиной и женщиной.
Вторые и третьи призовые места: кондитерские наборы аналогичные 10К.

10. Заключительные положения.

Покрытие маршрута сочетает в себе грунтовую, песчаную поверхность. Ширина трассы переменная. Набор высоты на максимальной дистанции не более 50 метров. Кроме того, имеются участки с умеренными зарослями, поваленными деревьями, на участке 20К возможны заболоченные участки глубиной 20-30 см. Организатор не будет вносить изменения в рельеф и покрытие маршрута, а также прилегающих территорий.

Преодолевая маршрут, участник должен руководствоваться разметкой.

Трасса будет маркирована каждые 30-50 метров (в прямой видимости), на сложных участках будут размещены указатели направления. Для разметки используются печатные указатели и красно-белая сигнальная лента.

На дистанциях в прямом и обратном направлении будет размещен пункт освежения и питания (апельсины, бананы) на 5м и 15 км соответственно.

На финише будут предоставлены: сладкий чай, бананы, вода, гречневая каша, выпечка.

В случае невозможности проведения Забега на указанных условиях по причинам, не зависящим от организатора, организатор оставляет за собой право изменить место проведения мероприятия, а также прочие условия, стараясь при этом как можно меньше отступать от данного положения. Организатор оставляет за собой право вносить изменения в программу проведения Старта.

11. Контакты организатора

Электронная почта и телефон для справок:

e-mail: kt366@mail.ru

телефон WApp: +79204338392 Лобыкин

Алексей

Группа ВКонтакте: https://vk.com/love_to_fit

www.mainemotion.com