

Положение

о проведении 4-го легкоатлетического кроссового марафона

«Страницы истории»

(в связи с 100-летием обороны крепости Осовец)

Цели и задачи:

1. Прославление подвигов героев-защитников Отечества.
2. Пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни.
3. Популяризация бега на длинные дистанции.
4. Патриотическое воспитание подрастающего поколения.
5. Установление дружественных связей среди любителей бега городов России и других стран.
6. Выявление сильнейших спортсменов.

Организаторы пробега:

СК «Ромашково», КЛБ «Сенеж». Партнер пробега – торговая марка «Русская Нива».

Время и место проведения:

Пробег проводится 5 сентября 2015 года по адресу: Московская область, Одинцовский район, село Ромашково. Старт состоится в 10 часов у футбольного стадиона села Ромашково. При наличии группы «тихоходов» их старт будет проведен в 9.30.

Проезд до места проведения:

1. От стадиона "Медик"

Стадион "Медик": Москва, ул. Маршала Тимошенко, д. 1. Парковка возле стадиона на ул. Маршала Тимошенко и ул. Академика Павлова. В помещении стадиона есть раздевалки, душ, туалет. Раздевалка с хранением вещей платная - 50руб. От стадиона до Ромашковской трассы 1,8 км на лыжах или пешком (бегом) по размеченной лесной дороге.

[Как добраться от стадиона "Медик" \(посмотреть на Яндекс-Картах с отмеченными точками\)](#)

2. Автомобилем - с внешней стороны МКАД

[Маршрут на Яндекс-карте от точки 1 до точки 3:](#) 57-й километр МКАД, внешняя сторона, ВТОРОЙ СЪЕЗД, пропускаем въезд на платную дорогу дубля Можайского шоссе, не доехав до въезда на Молодогвардейскую эстакаду направо под эстакадой, проехать 500 м. Парковаться возле точки 3 на обочине дороги напротив газовой станции перед шлагбаумом лесничества. Парковка бесплатная. Далее двигаться к старту 400 м пешком.

Автомобилем - через село Ромашково

[Маршрут на Яндекс-карте от точки А до точки Б:](#) через техцентр Кунцево, Немчиновку, на Т-образном перекрестке направо до станции Ромашково. В Ромашково первый поворот направо, на ж/д переезд (не доехав 50 м до церкви), через ж/д переезд и сразу на правую улицу (ул. Ноздрюхина) до парковок возле футбольного стадиона. Парковки платные.

[Подъезд с внешней стороны МКАД, а также через село Ромашково \(посмотреть на Яндекс-Картах с отмеченными точками\)](#)

3. Село Ромашково, маршрутное такси

От станции метро «Молодежная» до Ромашково курсирует маршрутное такси № 597. Время в пути 20-30 минут. Конечная остановка около платформы «Ромашково». Нужно перейти железную дорогу рядом с платформой, затем пешком по улице Советской 10 минут до футбольного стадиона.

4. Село Ромашково, электропоезд

С Белорусского вокзала на электричке в первом вагоне до станции «Ромашково» (25 мин.), перейти ж/д пути, затем пешком по улице Советской 10 минут до футбольного стадиона (Электрички по этой ветке также проходят мимо метро «Беговая», «Фили» и «Кунцевская»).

[Расписания на Tutu.ru](#)

- [Электрички от станции "Москва Смоленская" до "Ромашково"](#)
- [Электрички от станции "Ромашково" до "Москва Смоленская"](#)

Программа и участники:

В программу соревнований входит дистанции 40 верст (42,672 км), 20 верст (21,336 км) и 12,2 версты (13 км).

Общее число участников ограничено лимитом 300 чел.

К соревнованиям допускаются мужчины и женщины старше 18 лет.

Участник допускается к старту при наличии личной подписи в карточке участника, подтверждающей, что он ознакомлен с настоящим Положением и несет персональную ответственность за свое здоровье и за свою подготовку к соревнованиям.

Дистанции:

40 верст (42 км 195 м) - разгонный круг 2,672 км, затем 5 кругов по 8 км.

20 верст (21 км 100 м) - разгонный круг 5,336 км, затем 2 круга по 8 км.

12,2 версты (13 км) – разгонный круг по 5 км, затем 1 круг по 8 км.

Трасса проходит по лесным, грунтовым тропинкам с небольшими перепадами высот.

Для переодевания участников и хранения вещей предусмотрен шатер возле старта.

На дистанции работают пункты питания.

Хронометраж по технологии [Pulse Sports](#) с онлайн-трансляцией результатов в интернет.

Лимит времени – 6 ч.

Стартовый взнос:

До 10 июля 2015 года:

12,2 версты и 20 верст – 500 р.;

40 верст – 700 р.

До 10 августа 2015 года:

12,2 версты и 20 верст – 600 р.;

40 верст – 800 р.

До 1 сентября 2015 года:

12,2 версты и 20 верст – 700 р.;

40 верст – 900 р.

При условии предварительной регистрации лица старше 70 лет от внесения стартового взноса освобождаются.

Награждение:

Все участники пробега при получении стартового номера получают **памятный сувенирный магнит и двустороннюю грамоту** с символикой марафона.

Спортсмены, успешно преодолевшие выбранные дистанции, получают литую металлическую медаль (**аверс; реверс**), свидетельство и другую атрибутику с символикой марафона. Победители и призеры в абсолютном первенстве у мужчин и женщин получают памятные призы и медали.

Все участники пробега, впервые преодолевшие марафонскую дистанцию в 5 сентября 2015 года в Ромашково, получат дополнительно еще одну памятную медаль о первом марафоне.

Регистрация участников:

Только предварительная. Регистрация проводится с 1 июня 2015 года сайтом ПроБЕГ по адресу (URL): <http://89.253.235.10/registr/>.

Зарегистрированным считается только тот участник, кто оплатил стартовый взнос.

При отмене соревнования по независящим от организаторов причинам плата за участие не возвращается. Возврат стартового взноса не предусмотрен.

В день старта будет проводиться только выдача номеров.

Перерегистрация производится по обоюдному согласию передающего и принимающего заявку на участие.

Условия финансирования

Организаторы соревнований несут расходы связанные с награждением (медалями, дипломами, кубками, наградной атрибутикой) и питанием участников. Расходы, связанные с командированием участников, несут командирующие организации.

Контакты:

Электронная почта clb-senez@yandex.ru

По общим вопросам: +7 916 47-27-020 – Светлана;

По вопросам трассы и проезда до места старта: +7916-353-22-30 – Александр;

По вопросам (проблемам) процесса электронной регистрации: +7 921 855-755-8 – Евгений.

Данное положение является официальным вызовом на соревнование.