

# **Положение о проведении VIII легкоатлетического марафона в Серебряном бору.**

## **Цели и задачи:**

1. Пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни.
2. Популяризация бега на длинные дистанции.
3. Выявление сильнейших спортсменов.

## **Время и место проведения:**

Пробег проводится 30 октября 2016 года по адресу: г. Москва, СЗАО, Серебряный бор.

Выдача номеров будет проводиться с 09.00 до 09.50 30 октября 2016 г. на месте старта.

Старт в 10.00 часов 30 октября 2016 г.

Заккрытие дистанции в 16.00 30 октября 2016 г.

## **Программа и участники:**

В программу соревнований входят дистанции:

42,2 км (марафон)

21,1 км (полумарафон)

12 км

8 км

В соревнованиях принимают участие мужчины и женщины 18 лет и старше, предварительно оплатившие стартовый взнос.

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.

## **Как доехать до места проведения пробега:**

Добраться до Серебряного Бора удобней от станции метро Полежаевская на троллейбусах 20,65,86,21. А так же на маршрутке №190.

Так же можно добраться от таких станций метро: Белорусская, Беговая, Сокол, Щукинская. Далее переходим дорогу и через 100 метров входим в парк, ориентир- улица Таманская, 33.

На месте старта есть биотуалеты, для переодевания участников будет установлена палатка.

## **Дистанции:**

42,2 км (марафон)

21,1 км (полумарафон)

12 км

8 км

## **Трасса:**

Трасса – челночная длиной 2,1 км. Трасса смешанного типа: асфальт, плиточный вариант покрытия, гравийное покрытие, 2 мостика через озеро Бездонное до автодороги. Трасса будет обозначена лентой и стрелками на дорожном покрытии.

Марафон – 10 кругов; Полумарафон – 5 кругов; 12 км – 3 круга; 8 км – 2 круга

### **Стартовый взнос:**

на дистанцию 8 км - 500 руб.

на дистанцию 12 км - 600 руб.

на дистанцию 21,1 км (полумарафон) - 800 руб.

на дистанцию 42,2 км(марафон) – 1000 руб.

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

### **Награждение:**

Спортсмены, успешно преодолевшие дистанцию, получают диплом с временем прохождения дистанции и медаль финишера.

На дистанции 42.2 км,21.1 км,12 км,8 км победители и призеры среди мужчин и среди женщин награждаются медалями и ценными призами Гжельского фарфорового завода.

### **Питание:**

Вода, кока-кола, мандарины, лимоны, чай, изюм, курага, финики.

### **Регистрация участников**

Зарегистрироваться можно как предварительно, так и в день старта.

Регистрация проводится сайтом Спорт вокруг - в электронном виде. Нужно заполнить заявку участника и оплатить стартовый взнос.

**При поступлении оплаты организаторам, регистрация считается завершенной.**

В день старта стартовый взнос увеличивается на 100 рублей.

Если вы зарегистрированы предварительно, но не успели оплатить заранее, то оплата возможна в день старта по стоимости предварительной регистрации.

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

### **Оплата стартового взноса**

Стартовый взнос можно оплатить безналичным переводом:

- на сайте Спорт вокруг. + 4 % платежная система;
- или на карту Сбербанка 6390 0238 9057 0778 69, Анна Коровина ;

Об уплате стартового взноса на карту нужно отправить уведомление на эл.почту: [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru) с информацией о плательщике и размере уплаченного взноса.

### **Условия финансирования:**

Организаторы соревнований несут расходы, связанные с награждением и питанием спортсменов. Расходы, связанные с командированием участников, несут командирующие организации.

### **Хронометраж:**

Ручной, электронный.

### **Фотографирование**

Организаторы имеют право использовать сделанные ими во время соревнований фотографии по своему усмотрению.

### **Протесты:**

Все протесты относительно результатов соревнований, нарушений прохождения трассы и т.д. подаются по электронной почте по адресу [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru) до 5 ноября 2016 г. включительно.

### **Контакты:**

Электронная почта: [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru)

+7 916 618 01 79- Алексей

**Данное положение является официальным вызовом на соревнование.**