

Положение

9 Пробега-Марафона "Битцевская прямая", организованного клубом любителей бега "IRC"

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1.1 9 Пробег-Марафон "Битцевская прямая" (далее - пробег) проводится в целях:

- популяризации бега;
- поддержания здорового образа жизни, а также способствование укреплению здоровья участников пробега;
- улучшения спортивных результатов для любителей давно занимающихся бегом.

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 13 декабря 2015 года. В 9-00 старт на дистанцию 100 км, в 10-00 старт на остальные дистанции.

2.2 Место проведения: г. Москва, Битцевский лесопарк, напротив дома по улице Островитянова, 53, Миклухо-Маклая, 44. GPS-координаты старта: Широта 55°38'16"N (55.637911) Долгота 37°32'40"E (37.544575).

2.3 Как добраться до места проведения соревнований: От метро Беляево пешком 160 метров по улице Миклухо-Маклая в сторону Битцевского лесопарка на восток до остановки автобусов 261, 2с, 639, а также на маршрутке 330м. На указанных маршрутных такси и автобусах ехать до остановки "Ул. Островитянова", далее перейти дорогу, до старта идти 150 метров от пешеходного перехода.

Для автомобилистов - припарковать свой автомобиль Вы можете во дворах домов по улице Миклухо-Маклая, 44 (Широта 55°38'15"N (55.63755) Долгота 37°32'32"E (37.542105) , Островитянова, 53 (Широта 55°38'11"N (55.636361) Долгота 37°32'32"E (37.542177) , Миклухо-Маклая, 65 к 1 (Широта 55°38'19"N (55.638684) Долгота 37°32'38"E (37.543821).

2.4 Дистанции, представленные на соревнованиях: 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 63,3 км, 100 км.

2.5 Выдача номеров всем участникам с 7-45 до 09-45 в палатке на месте старта.

Время старта пробега:

9-00 – старт на дистанцию 100км

10-00 - старт на остальные дистанции

1-00 14.12 – закрытие финиша.

2.6 Регистрация на пробег: зарегистрироваться можно как предварительно, так и в день старта.

Предварительно зарегистрироваться на Пробег и оплатить можно на интернет-странице:

<http://89.253.235.10/registr/> (Контакт по вопросам регистрации и оплаты стартовых взносов: +7 921 855-755-8, +7 999 044-62-51, Евгений).

Так же предварительные заявки на участие в пробеге принимаются на e-mail: elena6525@yandex.ru или по телефону 89096674396 (Елена Скоблина) до 12 ноября 2015 года включительно.

Регистрация в день старта на месте старта с 7-45 до 9-45. При регистрации в день старта, стартовый взнос увеличивается на 100 рублей. В заявке необходимо указать Фамилию, Имя, Дату Рождения, Клуб, город, Дистанцию, Контактный телефон.

Регистрация считается полностью завершенной при поступлении оплаты стартового взноса организаторам.

Если Вы не успели оплатить участие заранее, но при этом, зарегистрированы предварительно, то оплата возможна в день старта по стоимости предварительной регистрации. В случае полной оплаты участия до 6 декабря (включительно), Вы гарантированно получите медаль финишера в день старта. Если Вы не успели оплатить участие до 6 декабря, то Вы получаете медаль финишера в день старта только в том случае, если они останутся в наличии. Если Вам не выдали медаль финишера в день старта, Вы сможете ее получить через 7 рабочих дней после старта. Оплатить участие Вы также можете, перечислив сумму стартового взноса на карту Сбербанка 4276 3800 6019 6412 (после перечисления денег на карту необходимо отзвониться или написать по e-mail, кто перечислил деньги и на какую дистанцию Вы заявляетесь).

3. Участники соревнований

3.1 Для участия приглашаются все желающие мужчины, женщины, способные пробежать дистанции 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 63,3 км, 100 км. Обращаем Ваше внимание, что на дистанцию 42,195 км (марафон) и 50 км, 63,3 км, 100 км допускаются только мужчины и женщины, достигшие возраста 18 лет. В исключительном порядке могут быть допущены участники моложе 18 лет при письменном согласии родителей.

3.2 Ответственность за состояние своего здоровья несут сами участники. Каждому участнику необходимо подписать расписку о том, что он сам отвечает за свое здоровье во время проведения соревнований.

3.3 Выдача стартового номера производится при предъявлении документа, удостоверяющего личность (для взрослых - паспорт, водительское удостоверение, удостоверение моряка, военный билет).

4. Условия проведения соревнований

4.1 Места распределяются только в абсолютном зачете, отдельно для мужчин и женщин.

4.2 Лимит времени: участник должен уйти на последний круг до истечения 15 часов.

4.3 Стартовый взнос для участников, предварительно зарегистрировавшихся на пробег составляет.

- на дистанцию 5 км – 450 руб.
- на дистанцию 10 км - 550 руб
- на дистанцию 15 км - 650 руб
- на дистанцию 21,097 км (полумарафон) - 750 руб
- на дистанцию 30 км – 850 руб.
- на дистанции 42,195 км (марафон) - 950 руб.
- на дистанцию 50 км – 1050 руб.
- на дистанции 63,3 км – 1350 руб.
- на дистанции 100 км – 1600 руб.

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

Увеличение суммы стартовых взносов обусловлено повышенными расходами организаторов на проведение пробега в холодное время.

4.4 Переодеться, а также оставить свои вещи Вы можете в палатках на месте старта. При условии набора более 40 человек будет предоставлен микроавтобус Соболь для переодевания, при наборе более 100 человек, будет предоставлен автобус.

4.5 Питание

На дистанции будет организован пункт питания.

На пункте питания будут вода, сок, сока- cola, изюм, бананы, лимоны, черный хлеб, соль, сахар, а также теплый чай.

4.6 Схема дистанции.

Круг на все дистанции 5 км по парку челночный туда-обратно.

5 км – 1 круг

10 км - 2 круга

15 км - 3 круга

21, 097 км - разгонный круг 1, 097 км + 4 круга по 5км

30 км – 6 кругов

42,195 км - 2 разгонных круга по 1, 097 км + 8 кругов по 5км

50 км – 10 кругов

63,3 км – 3 разгонных круга по 1100 метров + 12 кругов по 5 км

100 км – 20 кругов

(все разгонные круги пробегаются в начале дистанции).

5. Награждение и поощрительные призы и подарки

5.1 Каждому участнику, завершившему дистанции 5 км, 10 км, 15 км, 21.097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 (марафон) км, 50 км, 63,3 км и 100 км вручается МЕДАЛЬ ФИНИШЕРА и ДИПЛОМ с указанием времени прохождения дистанции.

5.2 Победители определяются на каждой дистанции только в абсолютном зачете отдельно среди мужчин и среди женщин. Первым трем финишировавшим на каждой дистанции как среди мужчин, так и среди женщин вручается ГРАМОТА И ПООЩРИТЕЛЬНЫЕ ПРИЗЫ.

6. Дополнительная информация

6.1 Результаты пробега на дистанции 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 63,3 км и 100 км засчитываются в КЛБ матче.

6.2.Участникам, бегущим больше 6 часов, необходимо учитывать, что финишировать придется в темное время суток. Берите налобный фонарик.