

Положение

11 Пробег-Марафона "Битцевская прямая" 17.01.2016, посвященного Старому Новому Году, организованного клубом любителей бега "IRC"

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1. 11 Пробег-Марафон "Битцевская прямая" 17.01.2016, посвященный Старому Новому Году (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;
- повышения своего рейтинга в КЛБМатче

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 17 января 2016 года в 9-00.

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: 1 км, 2 км, 3 км, 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км, 63,3 км.

2.5 **Выдача номеров всем участникам с 8-00 до 09-45 в палатке на месте старта.**

Время старта пробега:

9-00 - старт забега на дистанции 1, 2, 3 км

10-00 – старт забега на все остальные дистанции

19-30 - 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/>

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

Регистрация в день старта на месте старта с 8 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 10 января 2016 года (включительно), Вы гарантированно получите медаль финишера на дистанциях 5 км, 10 км, 15 км, 21,1 км, 30 км, 42,2 км, 50 км, 63,3 км с указанием номера старта и даты проведения в день старта. Если Вы не успели оплатить участие до 10 января 2016 года, то Вы получаете медаль финишера на дистанциях 5 км, 10 км, 15 км, 21,1 км, 30 км, 42,2 км, 50 км, 63,3 км без указания номера старта и даты проведения, а только с указанием наименования пробега, в день старта. В этом случае, если Вы хотите получить медаль с номером старта и датой его проведения, Вы можете оставить заявку на изготовление такой медали и можете ее получить через 7 рабочих дней после старта. Участники на дистанциях 1,2,3 км получают только ДИПЛОМ ФИНИШЕРА БЕЗ МЕДАЛИ. Оплатить участие Вы 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 1 км, 2 км, 3 км, 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 км (полумарафон), 30 км, 42,195 км (марафон), 50 км. Обращаем Ваше внимание, что на дистанцию 42,195 км (марафон) и 50 км, 63,3 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 во время регистрации и получения стартового номера.

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 8 часов.

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

- на дистанцию 1 км – 300 руб.
- на дистанцию 2 км – 350 руб.
- на дистанцию 3 км – 350 руб.
- 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.

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

4.4 Переодеться, а также оставить свои вещи Вы можете в палатках на месте старта, а также в машине Соболев. При условии набора более 100 человек, будет предоставлен автобус для переодевания и согревания участников.

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 от 5 до 63,3 км - 5 км по парку челночный туда-обратно.

Круги на дистанции 1, 2, 3 км отличаются от основных кругов.

1 км – 1 круг

2 км – 1 круг

3 км – 1 круг

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 (все разгонные круги пробегаются в начале дистанции).

5. Награждение и поощрительные призы и подарки

5.1 Каждому участнику, завершившему дистанции 1 км, 2 км, 3 км вручается ДИПЛОМ БЕЗ МЕДАЛИ с указанием времени прохождения дистанции.

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

5.3 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 и 63,3 км засчитываются в КЛБ матче.

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