

Положение  
1 Летнего Пробега-Марафона "Свежий Ветерок"  
в СВАО,  
организованного клубом любителей бега "IRC".

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1.1 1 Летний Пробег-Марафон "Свежий Ветерок" в СВАО (далее - пробег) проводится в целях:

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

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 7 июня 2015 года в 9-00.

2.2 Место проведения: г. Москва, Северо-Западный административный округ, ул. Заповедная дом 52А, строение 2А (церковь), напротив ул. Заповедная, дом 16, корп 1.

2.3 Как добраться до места проведения соревнований: От метро Свиблово можно добраться на автобусе 628 или маршрутке 280М (4 остановки) до остановки ул. Заповедная, далее 100 метров пешком.

От метро Бабушкинской можно добраться на автобусе 124,174, маршрутке 728М (4 остановки) до остановки ул. Полярная, далее 590 метров пешком.

Для автомобилистов - около церкви (места старта/финиша) Вы можете припарковать свой автомобиль, координаты GPS места старта/финиша - Широта: 55°51'56.01"N (55.865558)

Долгота: 37°38'16.73"E (37.63798).

2.4 Дистанции, представленные на соревнованиях: 10 км, 42,195 км (марафон).

2.5 Выдача номеров участникам предварительно зарегистрированным на забег, а также участникам, пришедшим в день соревнований, проводится с 8-00 до 9-00 в палатке на месте старта.

Время старта пробега:

9-00 - старт на дистанции 10 км

9-30 - старт на дистанции 42,195 км

16-00 - закрытие финиша.

2.6 Регистрация на пробег: Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются на сайте «Спорт вокруг.» <http://www.sportvokrug.ru/cabinet/competitions/832/>, ДО 28 МАЯ 2015 ГОДА. В заявке необходимо указать Фамилию, Имя, Дату Рождения, Клуб, город, Дистанцию. Регистрация считается полностью завершенной при поступлении оплаты стартового взноса организаторам. В этом случае Вы гарантированно получите медаль финишера на дистанции 42,195 м. Оплатить участие Вы можете, перечислив сумму стартового взноса на карту Сбербанка 4276 0100 1538 9297 (после перечисления денег на карту необходимо позвонить 89096674396 (Елена Скоблина) или написать по e-mail [elena6525@yandex.ru](mailto:elena6525@yandex.ru), кто перечислил деньги и на какую дистанцию Вы заявляетесь).

### 3. Участники соревнований

3.1 Для участия приглашаются все желающие мужчины, женщины, способные пробежать дистанции 10 км, 42.195 км (марафон). Обращаем Ваше внимание, что на дистанцию 42,195 км (марафон) допускаются только мужчины и женщины, достигшие возраста 18 лет.

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 гражданина Российской Федерации, водительское удостоверение, удостоверение моряка).

### 4. Условия проведения соревнований

4.1 На пробеге подводятся результаты в рамках личного первенства участников.

4.2 Лимит времени: участник должен уйти на последний круг до истечения 6 часов 30 минут.

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

- на дистанции 10 км - 500 руб

- на дистанции 42,195 км (марафон) - 900 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.

#### 4.5 Питание

На дистанции будет организован пункт питания.

На пункте питания будут вода, сок, сока- cola, изюм, бананы, лимоны, черный хлеб, сахар.

#### 4.6 Схема дистанции.

Круг на все дистанции 2,5 км по парку.

10 км - 4 круга

42,195 км - 16 кругов +2 дополнительных круга (пробегаются в начале дистанции)

### 5. Награждение и поощрительные призы и подарки

5.1 Каждому участнику, завершившему дистанцию 42,195 (марафон) км вручается медаль финишера и диплом с указанием времени прохождения дистанции.

5.2 Участникам, завершившим дистанции 10 км вручается только диплом с указанием времени прохождения дистанции.

5.3 Победители определяются на каждой дистанции только в абсолютном зачете 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, 42,2 км (марафон) засчитываются в КЛБ-матче.