

Положение

1-го Пробега-Марафона "Черноголовский ветерок" организованного клубом любителей бега "IRC".

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1.1 1-й Пробег-Марафон "Черноголовский ветерок" (далее - пробег) проводится в целях:

- популяризации бега;
- поддержании здорового образа жизни, а также способствованию укреплению здоровья участников пробега;
- улучшении спортивных результатов для любителей давно занимающихся бегом.

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 12 июля 2015 года в 11:00.

2.2 Место проведения: Московская область, г. Черноголовка, GPS-координаты места старта: Широта 56°0'13"N (56.003704), Долгота 38°23'20"E (38.388893).

2.3 Как добраться до места проведения соревнований: От Москвы на общественном транспорте: от Щелковского автовокзала (станция метро Щелковская) на автобусах № 320 или 360 до Черноголовки (остановка - автостанция Черноголовка), далее пешком примерно 1,2 км по улице Первая, до озера Южного (схема прилагается).

От Москвы на личном автотранспорте: двигаться по трассе А-103 Щелковское шоссе 80 км, координаты места старта – Широта 56°0'13"N (56.003704), Долгота 38°23'20"E (38.388893). Там есть парковка для автомобилей.

2.4 Дистанции, представленные на соревнованиях: 10 км, 21,097 км, 42 км.

2.5 Выдача номеров участникам предварительно зарегистрированным на забег, а также участникам, пришедшим в день соревнований проводится с 9-30 до 10-30 в палатке на месте старта.

Время старта пробега:

11:00 - старт забега на все дистанции

18:00 - закрытие финиша.

2.6 Регистрация на пробег: Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются на e-mail: elena6525@yandex.ru или по телефону 8 909 667-43-96 (Елена Скоблина) ДО 2 июля 2015 ГОДА включительно. 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 или написать по e-mail, кто перечислил деньги и на какую дистанцию Вы заявляетесь). Также Вы можете оплатить участие на месте старта 11 июля 2015 года.

3. Участники соревнований

3.1 Для участия приглашаются все желающие мужчины, женщины, способные пробежать дистанции 10 км, 21,097 км, 42 км. 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, 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 6 часов 30 минут.

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

- на дистанцию 10 км - 500 руб

- на дистанцию 21,097 км (полумарафон) - 600 руб

- на дистанции 42 км (марафон) - 800 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, соса- сола, изюм, бананы, лимоны, черный хлеб, соль, сахар.

4.6 Схема дистанции.

Круг на все дистанции 2 км по парку.

10 км - 5 кругов

21, 097 км - 10 кругов+разгонный круг - 1,097 км (пробегается вначале дистанции)

42 км - 21 круг

5. Награждение и поощрительные призы и подарки

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

5.2 Участникам, завершившим дистанции 10 км, 21,097 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, 21,097 км, 42 км засчитываются в КЛБ матче.