

Положение

1 Пробега-Марафона "Салтыковский круг" 08.08.2015,

организованного клубом любителей бега "IRC".

1. Цели и задачи Пробега - Марафона

1.1 1 Летний Пробег-Марафон "Московский бриз" (далее - пробег) проводится в целях:

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

2. Место и время проведения соревнований

2.1 Дата проведения: 08 августа 2015 года в 10-30.

2.2 Место проведения: г. Москва, Салтыковский парк, метро Новокосино, напротив Салтыковская улица, дом 15, корп 3, GPS координаты старта Широта 55°44'16"N (55.737775), Долгота 37°51'59"E (37.866505).

2.3 Как добраться до места проведения соревнований: От метро Новокосино: последний вагон из центра, далее пешком по улице Городецкая до остановки автобуса 792 или маршруток 306, 726м. На указанных автобусах ехать до остановки «ГОРОДЕЦКАЯ УЛИЦА ДОМ 12», далее идти пешком 200 метров до входа в лес.

Пешком от метро Новокосино идти 1 км.

Для автомобилистов - припарковать свой автомобиль Вы сможете во дворах домов Салтыковская улица, дом 15, корп 3, Салтыковская улица, дом 21, которые находятся через дорогу от места старта. Координаты:

1. Салтыковская, 15 к.3 – Широта 55°44'17"N (55.73815), Долгота, 37°52'2"E (37.867151).
2. Салтыковская, 21 – Широта 55°44'19"N (55.738505), Долгота, 37°52'10"E (37.869343).

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

2.5 Выдача номеров участникам предварительно зарегистрированным на забег, а также участникам, пришедшим в день соревнований проводится с 9-00 до 10-00 в палатке на месте старта.

Время старта пробега:

10-30 - старт на все дистанции

18-30 - закрытие финиша.

2.6 Регистрация на пробег: Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются на e-mail elena6525@yandex.ru или по телефону 89096674396 (Елена Скоблина) ДО 3 августа 2015 ГОДА. В заявке необходимо указать Фамилию, Имя, Дату Рождения, Клуб, город, Дистанцию. Регистрация считается полностью завершенной при поступлении оплаты стартового взноса организаторам.

Если Вы не успели оплатить участие заранее, но при это зарегистрированы предварительно, то оплата возможна в день старта по стоимости предварительной регистрации. В случае полной отплаты участия до старта Вы гарантированно получите медаль финишера на дистанции 42,195 м. В случае, если Вы не успели оплатить участие до старта, то Вы получаете медаль финишера на дистанции 42,195 метров только в том случае, если они есть в наличии. Если Вы по причине не оплаты участия не получили медаль финишера на дистанции 42,195 метров, Вы сможете ее получить через 7 рабочих дней после старта. Оплатить участие Вы можете, перечислив сумму стартового взноса на карту Сбербанка 4276 0100 1538 9297 (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. Обращаем Ваше внимание, что на дистанцию 42,195 км (марафон) и 50 км 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 7 часов 30 минут.

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

- на дистанции 5 км – 400 руб.

- на дистанции 10 км - 500 руб

- на дистанции 15 км - 600 руб

- на дистанции 21,097 км (полумарафон) - 700 руб

- на дистанцию 30 км – 800 руб.

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

- на дистанции 50 км – 1000 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 4 км по парку. ОСОБЕННОСТИ ТРАССЫ - ТРАССА ГРУНТОВАЯ, ПЕРЕПАД ВЫСОТ ЕСТЬ, НО НЕ СУЩЕСТВЕННЫЙ.

5. Награждение и поощрительные призы и подарки

5.1 Каждому участнику, завершившему дистанцию 5 км, 10 км, 15 км, 21,097 (полумарафон) км, 30 км, 42,195 (марафон) км И 50 км вручается медаль финишера и диплом с указанием времени прохождения дистанции.

5.2 Победители определяются на каждой дистанции только в абсолютном зачете среди мужчин и среди женщин. Первым трем финишировавшим на всех дистанциях 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 засчитываются в КЛБ-матче.