**Соревнования проводятся в следующих категориях:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Группа** | **Дистанция** |
| Мальчики/ девочки до 8 лет | 500 м |
| Мальчики/ девочки 9-10 лет | 500 м |
| Мальчики/ девочки 11-12 лет  | 1500 м |
| Мальчики/ девочки 13-14 лет | 1500 м |
| Юноши/ девушки 15-17 лет | 4000 м |
| Мужчины/ женщины 18-39 лет | 4000 м |
| Мужчины/ женщины 40-49 лет | 4000 м |
| Мужчины/ женщины 50-59 лет | 4000 м / 1500 м |
| Мужчины/ женщины 60 лет и старше | 4000 м / 1500 м |
| Мужчины/ Женщины АРМИЯ РОССИИ | 4000 м / 1500 м  |

**Старт раздельный с интервалом 20 секунд.**

Стартовый протокол будет опубликован на Оргео в разделе «Информация» и в официальных каналах ФОК «Молодёжный».