**ПОЛОЖЕНИЕ МЕЩЁРА ТРЕЙЛ.**

**Цели и задачи**
МЕЩЁРА-Трейл проходит в рамках Турслета "СПЛАВ". Проводится с целями популяризации трейлраннинга, кроссовых забегов, здорового образа жизни и активного отдыха.

**Время и место проведения.**
Даты – 28 мая 2023 года
Локация – граница Московской и Владимирской областей.
Координаты ddd mm.mmm' : 55 52.003' 39 13.189'

До места проведения можно будет добраться общественным транспортом – электропоезд с Курского вокзала до станции Покров. Время в пути – 2 часа 20 минут. Далее 6 км до поляны "Турслета СПЛАВ".

Маршурт движения до стартовой поляны представлен по ссылке: [https://nakarte.me/#m=14/55.87468/39.24698&l=O/Z&n2=\_&nktl=BIZfDoshfWeU4eWudcY8vg](https://nakarte.me/%23m%3D14/55.87468/39.24698%26l%3DO/Z%26n2%3D_%26nktl%3DBIZfDoshfWeU4eWudcY8vg)

Подробная схема проезда и лагеря будут опубликованы на сайте мероприятия: [https://race.splav.ru/](https://www.splav.ru/about_race/)

До места старта также будет организован трансфер (информация будет опубликована позднее).

**Оргкомитет соревнований**
Соревнования проводятся инициативной группой: команда ["MultSport"](http://www.multsport.ru/) и компания ["СПЛАВ".](https://www.splav.ru/)

Директор соревнований: Четвергов Игорь

Главный судья: Ольга Артемова

Официальный сайт гонки: [https://race.splav.ru/](https://www.splav.ru/about_race/)

Страниwf ВК: <https://vk.com/turslet_splav>

Telegram-канал: <https://web.telegram.org/z/#-1754400421>

E-mail организаторов: olgalkina@bk.ru.

**Участники**
На участие в забега допускаются участники в возрасте 18 лет или старше, не имеющие медицинских противопоказаний для участия в спортивных мероприятиях.

Регистрируясь участник берет на себя ответственность за свое здоровье и риски получения травм и увечий, связанные с продвижением по дистанции.

Регистрация доступна на сайте

**Регистрация участников**
Регистрация откроется 15 февраля 2023г. Ссылка на регистрацию будет доступна позже и можно будет найти здесь в настоящем Положении и на сайте гонки.

Стоимость участия:

Дистанция до 2 апреля до 30 апреля до 21 мая в день старта
12К................1000............... 1200 ...............1300 ............1500
25К................1500................1700.............. .1800 ............2000
40К............... 1800................ 2000...............2200............ 2500
дети 1,5......... 400................. 500................ 600............... 800

**Программа мероприятия:**

11.00 - брифинг всех дистанций
11.45 - проверка обязательного снаряжения 40К
12.00 - старт дистанции 40К
12.05 - проверка обязательного снаряжения 25К
12.15 - старт дистанции 25К
12.20 - проверка обязательного снаряжения 12К
12.30 - старт дистанции 12К
15.30 - контрольное время дистанции 12К
17.15 - контрольное время дистанции 25К
19.00 - контрольное время дистанции 40К
17.00\* - награждение всех дистанций

*\*время награждения может быть перенесено на более ранее или позднее, в зависимости от времени прохождения участниками забега.*

**Дистанции и контрольное время**

12К - протяженность дистанции ориентировочно 12 километров, КВ - 3 часа.
25К - протяженность дистанции ориентировочно 25 километра, КВ - 5 часов.
40К - протяженность дистанции ориентировочно 40 километров, КВ - 7 часов.

*Протяженность дистанции может быть отличаться, но не более 10% от заявленной.*

В случае плохих метеоусловий организаторы вправе изменить треки дистанций.

Точная информация о дистанции, изменениях, важные изменения прозвучат на общем брифинге перед стартом, появится в телеграм-канале (<https://web.telegram.org/z/#-1754400421>), социальных сетях (<https://vk.com/turslet_splav>), на сайте <https://race.splav.ru/> в разделе новости.

На дистанции будут расположены контрольные пункты (КП), посещение которых для участников обязательно. Участник, не посетивший КП снимается с дистанции (DNF)

Участник, пришедший на финиш или КП после КВ снимается с дистанции. В данном случае Решение об эвакуации участника с КП принимается оперативно главным судьей. В финишном протоколе опоздавшие участники получают отметку DNF.

**Контрольное время на КП:**

* для дистанции 12К: отсутствует.
* для дистанции 25К: ПП-1 - 3 часа.
* для дистанции 40К: ПП-1 - 2 часа и ПП-2 - 5 часов.

В случае принятия участником, не уложившимся в контрольное время на КП, решения о продолжении дистанции участник обязан сдать свой номер и сообщить об этом волонтеру.
 **Район**
Грунт – преимущественно плотный, песчаный, устойчив к выпадению значительного количества осадков. Район покрыт преимущественно хвойными, заболоченными лесами. Присутствуют площади торфоразработок. Практически нет открытого пространства. Все реки и ручьи преодолимые. В районе соревнований присутствуют населенные пункты.

Восход солнца - 3:51. Заход солнца - 20:50.

Продолжительность светлого времени - 16 часов 59 минут.

**Пункты питания**

На всех дистанциях будут организованы пункты питания (ПП) и пункты освежения (ПО).

**Для дистанции 12К:**

* ПО-3 (5,5км): вода, изотоник, кола.

**Для дистанции 25К:**

* ПП-1 (13км): вода, изотоник, кола, бананы, апельсины, черный хлеб, соленые огурцы, паштет, соль, печенье, курага, финики.
* ПО-3 (19км): вода, изотоник, кола.

**Для дистанции 40К:**

* ПП-1 (13км): вода, изотоник, кола, бананы, апельсины, черный хлеб, соленые огурцы, паштет, соль, печенье, курага, финики.
* ПП-2 (28км): вода, изотоник, кола, бананы, апельсины, черный хлеб, соленые огурцы, паштет, соль, печенье, курага, финики.
* ПО-3 (36км): вода, изотоник, кола.

**Разметка дистанции**

Разметка дистанции организована сигнальной лентой и специальными флажками каждые 200 метров дистанции и чаще; на поворотах и развилках сигнальная лента дублируется троекратно и всегда расположена в сторону поворота. В местах расхождения дистанций будут находиться информационные таблички и/или маршал (судья).

При отсутствии маркировки участник должен руководствоваться данными трэка в навигационном устройстве.

В случаях расхождения трека дистанции и разметки трассы, верным считать разметку дистанции.

**Обязательно снаряжение участников**

**Для дистанции 12k:**

1. Заряженный минимум на 95% телефон с записанным телефоном организатора +7-926-114-45-11 (Ольга)

**Для дистанции 25k:**

1. Заряженный минимум на 95% телефон с записанным телефоном организатора +7-926-114-45-11 (Ольга)
2. Силиконовый стаканчик или иная тара для гидратации на ПП.
3. Аптечка (стерильный бинт размером 10\*500см, гемостатическая губка или иное кровоостанавливающее средство, обеззараживающее средство (перекись водорода, стрептоцид или иное), тейп в размере 5\*200см или пластырь в рулоне размером не менее 2\*200см).
4. Система гидратации (бутылка или гидратор) с запасов воды/изотоника объемом не менее 0,5л.

**Для дистанции 40k:**

1. Заряженный минимум на 95% телефон с записанным телефоном организатора +7-926-114-45-11 (Ольга)
2. Силиконовый стаканчик или иная тара для гидратации на ПП.
3. Аптечка (стерильный бинт размером 10\*500см, гемостатическая губка или иное кровоостанавливающее средство, обеззараживающее средство (перекись водорода, стрептоцид или иное), тейп в размере 5\*200см или пластырь в рулоне размером не менее 2\*200см).
4. Система гидратации (бутылка или гидратор) с запасов воды/изотоника объемом не менее 0,5л.

Проверка обязательного снаряжения будет осуществляться перед стартом, а также может быть выборочно проверено на протяжении всего маршрута и на финише волонтером, маршалом или судьей. В случае отсутствия какого-либо компонента из обязательного снаряжения участник не допускается к старту, а также может быть дисквалифицирован при его отсутствие на дистанции или финише.

**Рекомендуемое снаряжение**

1. Навигационное устройство с загруженным трэком дистанции и точками ПП, КП (GPS навигатор, gps часы).
2. Навигационное OFF-LINE приложение в телефоне c загруженным трэком дистанции и картой местности.
3. Беговые кроссовки с четко выраженным протектором
4. Беговой рюкзак, жилет или пояс.

**Хронометраж**
Победителями и призерами признаются участники, занявшие с 1 по 3 место среди мужчин и среди женщин в категориях: общая (от 18 до 45 лет) и ветераны (45+ лет).

Награждение будет производиться на месте финиша. Победители и призеры награждаются призами, медалями (кубками) и грамотами.

**Дисквалификация**

* Движение по дистанции не по разметке
* Отсутствие отметки на КП
* Срыв разметки
* Помощь со стороны третьих лиц (за исключением помощи на ПП).
* Оставление мусора на дистанции
* Отсутствие обязательного снаряжения на старте, дистанции и финише
* Нарушение правил fair play. На усмотрении судьи.

Все протесты о нарушении участниками правил забега принимаются от других участников на почту olgalkina@bk.ru или по тел. +7-926-114-45-11 (желательно предъявление фото или видео доказательств).

**Безопасность участников**
Участник, сошедший по собственному желанию с дистанции обязан сообщить об этом организатору.

В местах пересечения трека с проезжей частью участники соревнования в первую очередь должны следовать Правилами дорожного движения (ПДД) при пересечении дороги и следованию вдоль трассы.