** Тренировочный старт**

**Клуба «Сурский Феникс»**

**г. Пенза 18 ноября 2023г.**

**Место тренировки-**Олимпийская аллея (со стороны «Дизель арена»)

Координаты: 53.181243, 44.962607

**Время старта -** 13:30-14:30 (свободный)

**Контрольное время** – 60 мин.

**Масштаб карты** – 1:4000

**Отметка** – электронная Sportident

Заявка в системе оргео, до 21.00 16 ноября 2023г.

**ВАЖНО:** Карты для тренировки спортсмена каждый тренер обеспечивает сам или заказывает у организаторов (файл для самостоятельной печати карты прилагается)

**ПАРАМЕТРЫ ДИСТАНЦИИ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Группы** | **Длинна кросса**  **КМ** | **Количество КП** | **Масштаб** |
| 1 | **Маленькая МЖ - 12** | 500 м + 1400м  **=1900м** | 13 | М 1:4000 |
| 2 | **Средняя МЖ - 14** | 1 км + 2200м  **=2300м** | 23 | М 1:4000 |

**Техническая информация.**

1. Кроссовый бег
2. АЗИМУТАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ в заданном направлении по «белой карте».
3. БЕГ ПО КОРИДОРУ
4. АЗИМУТАЛЬНАЯ ДИСТАНЦИЯ в заданном направлении по «белой карте».

По всем вопросом обращаться к Савиновой М.С.

**(тел. 89020829310)**

**ПРИГЛАШАЕМ К НАМ НА СТАРТ!**