

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Клуба
скандинавской ходьбы
«Русские нордики»

_____ Н.А. Модлина

01.02.2021г.
г.Тольятти,
Самарская область,
Российская Федерация

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель семейно-
оздоровительного Клуба
любителей северной ходьбы
«Ветер перемен» МБГОУ
СОШ №2

_____ С.Б. Истомина

01.02.2021г.
С. Грабово
Пензенская область
Российская Федерация

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Клуба
скандинавской ходьбы
«Энергия»

_____ С.А. Шевцова

01.02.2021г.
г.Могилёв
Республика Беларусь

ПОЛОЖЕНИЕ
об открытом международном заочном марафоне
скандинавской/северной ходьбы и дружбы
«Весна идёт!»

2021г

1. Цели и задачи Марафона «Весна идёт»

1.1. Марафон проводится с целью:

- продвижения северной (скандинавской) ходьбы, как самостоятельного вида спорта;
- продвижения здорового образа жизни;
- развития внутреннего и международного туризма
- объединения клубов северной/скандинавской ходьбы в России и граждан, самостоятельно занимающихся северной ходьбой;
- продвижение заочной формы проведения фестивалей и соревнований по северной ходьбе,
- развития новых форм организации активного досуга населения страны, в виде проведения заочных оздоровительных фестивалей в период пандемии;
- обучения знаниям и формированию устойчивых навыков правильного составления и фиксации маршрутов определённой целевой направленности (спортивной, оздоровительной, краеведческой и др.) и грамотного обеспечения безопасного прохождения разработанных и утверждённых маршрутов
- составление реестра клубов скандинавской ходьбы
- презентации туристических и экскурсионных маршрутов для организации гостевых фитнес туров

2. Организаторы марафона

2.1. Инициатором марафона «Весна идёт» выступает клуб «Русские нордики» г. Тольятти Самарской области при поддержке семейно-оздоровительного Клуба любителей северной ходьбы «Ветер перемен» МБГОУ СОШ №2 С. Грабово Пензенская область и Клуба скандинавской ходьбы «Энергия» (г. Могилев, Республика Беларусь)

2.2. Непосредственное руководство мероприятием возлагается на Главную судейскую коллегию марафона «Открытый международный заочный марафон скандинавской/ северной ходьбы «Весна идёт».

3. Регламент проведения марафона. Участники.

3.1. Соревнования проводятся по заочной форме в одной номинации.

3.2. Участником марафона может стать любой гражданин Российской Федерации, а также иностранные граждане, занимающиеся северной ходьбой, без серьёзных отклонений в здоровье.

3.3. Рекомендуется получить консультацию у врача каждому участнику марафона по вопросам правильности выбора величины дистанции и категории сложности маршрутов, порядка чередования физической активности и отдыха, по выбору и форме одежды и обуви, по величине планируемой нагрузки на дистанциях марафона.

3.4. Рекомендуется соблюдение температурного режима при прохождении дистанций марафона, а именно, при температуре воздуха ниже минут 16 градусов Цельсия следует воздержаться от соревнований лицам старше 60 лет и младше 18 лет.

Организаторы марафона рекомендуют участникам перед многодневным марафоном пройти медицинский осмотр и иметь страховку от несчастного случая на спортивных состязаниях

Регламент фестиваля.

3.5. Начиная с 8 февраля по 23 февраля 2021 года формируются команды участников.

3.6. Место регистрации участников онлайн, на сайте www.orgo.ru

3.7. Количество участников в команде может быть от 1 до 100 человек. У каждой команды обязательно должно быть имя (название) и выбран город команды (особенно, если в команде участники из разных городов).

3.8. В команде назначается капитан, имя которого указывается при регистрации команды. Капитан обязан пройти всю дистанцию марафона 88 километров, планируя состав команды каждый день в период марафона. Остальные участники, заявленные в команде, преодолевают то расстояние, которое планируют самостоятельно.

Капитан команды несёт ответственность за фиксацию пройденного километража каждым участником команды.

В ходе прохождения дистанции марафона капитан ежедневно предоставляет информацию на страницу марафона в сети Интернет https://vk.com/nordic_vesna с приложением фотографий треков пройденной дистанции и фотографий участников.

По итогам марафона капитан представляет организаторам отчёт по пройденной дистанции по каждому участнику команды с указанием общего количества километров, пройденных командой, для формирования Итогового протокола марафона.

3.9. Предусмотрена дополнительная возможность для регистрации участников - заполнение таблицы Excel с разделами: наименование команды, капитан команды, девиз команды, город. Данную таблицу капитан размещает на страничке ВКонтакте https://vk.com/nordic_vesna

3.10. Регистрация на марафон заканчивается 22 февраля в 23.00 по московскому времени.

В 00 час.01мин. по московскому времени 23 февраля 2021 года даётся старт всем участникам марафона.

Задача команд и всех участников преодолеть за 14 дней 88 км северной ходьбой.

Марафон объявляется закрытым в 23 час. 00 мин. 8 марта 2021 года по московскому времени.

По окончании двух недель организаторами формируются итоговые протоколы, подводятся итоги конкурсов.

3.11. В процессе марафона поощряется инициатива участников по:

- представлению фотографий в социальных сетях;
- обмену опытом и впечатлениями;
- организации заочных конкурсов для участников марафона. Предложения по номинациям и конкурсам, челленджам принимаются до 23 февраля;
- информированию сообщества нордиков и своих друзей о марафоне, его результатах, его направленности.

4. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся на открытой местности на пешеходных маршрутах, выбранных самими участниками марафона.

Время проведения соревнований с 00 час.01 мин. 23 февраля 2021 года по 23.00 час. 01мин. 8 марта 2021г. включительно. Время московское.

Длина маршрута для ежедневного прохождения не должна превышать **30 км в день**.

Маршруты соревнований на марафоне рекомендуется выбирать равнинные.

Поощряется туристическая и краеведческая направленность маршрутов.

Раскрытие краеведческой и туристической тематики приветствуется на страничке ВКонтакте https://vk.com/nordic_vesna

5. Определение результатов и награждение

5.1. Победителями марафона становятся все участники, прошедшие регистрацию на участие в марафоне и преодолевшие расстояние 88 км или соответствующее

индивидуальному плану каждого участника, которое было обозначено перед стартом марафона. Они награждаются медалью и дипломом участника (в электронной форме), а также признанием результатов сообществом нордиков.

Настоящим марафоном, имеющим заочную форму проведения, предусмотрено два вида наград (поощрений) участников:

Медаль марафона. После подведения итогов капитан команды представляет организаторам заявку на изготовление медалей с указанием тех участников, которые выполнили норматив марафона и преодолели северным шагом 88км за 14 дней, а также тех участников, которые выполнили свой личный норматив за период марафона и по мнению команды и капитана достойны получить медаль.

Капитан команды (он же может быть единственным участником) направляет организаторам по электронной почте natamodlina@mail.ru заявку на изготовление медалей, оплатив их стоимость и пересылку по адресам, указанным в заявке. Механизм оплаты и реквизиты для перечисления денежных средств указываются организаторами на основной странице марафона https://vk.com/nordic_vesna а также в переписке по электронной почте капитана с организатором natamodlina@mail.ru

Рекомендуется проявить осторожность и внимательность при осуществлении платежей и направлять денежные средства исключительно по указаниям организаторов марафона и в строго обозначенные сроки.

Диплом участника. Предоставляется всем участникам марафона, прошедши регистрацию, вне зависимости от количества пройденных километров. Диплом размещается на странице https://vk.com/nordic_vesna в электронном виде для заполнения и печати (при необходимости)

5.2. Итоговый протокол участников, преодолевших 88 километров на марафоне, хранится в Клубе инициатора проекта и на странице марафона https://vk.com/nordic_vesna

5.3. Организаторы марафона оставляют за собой право наградить памятными медалями трёх участников фестиваля по своему выбору за лучшую фотографию или видеосюжет по тематике марафона.

5.4. Организаторы обращаются к участникам с просьбой поддержать инициативу проведения конкурсов во время марафона, организовать и провести конкурсы в рамках марафона или в рамках команды. Информацию о таких инициативах следует размещать **ОБЯЗАТЕЛЬНО** на основной странице марафона https://vk.com/nordic_vesna .

6. Информационные ресурсы марафона

6.1 Основным информационным ресурсом марафона считать открытое сообщество в социальной сети ВКонтакте, страницу марафона «Весна идёт» https://vk.com/nordic_vesna

Именно на этом ресурсе должны быть размещены все отчётные треки и отчётные фотографии, видео сюжеты

6.2. Дополнительными информационными ресурсами считать группы марафона в социальных сетях Фейсбук (Facebook) <https://www.facebook.com/groups/nordicvesna> Инстаграм <https://www.instagram.com/rusnordic> Одноклассники. На этих ресурсах может дублироваться информация, для информативности и расширения круга граждан, заинтересованных в продвижении идей северной/скандинавской ходьбы.

7. Безопасность соревнований

Ответственность за безопасность участия в соревнованиях несёт каждый участник персонально. Во время групповых походов капитан команды должен обеспечить наличие переносной аптечки для оказания первой медицинской помощи.

8. Финансирование

Марафон является некоммерческим мероприятием, базирующимся на доброй воле всех участников.

Расходы по непосредственному проведению марафона на местах несут участники фестиваля. Расходы, связанные с проездом до мест маршрутов марафона, питанием, прокатом снаряжения, несут сами участники.

Призовой фонд марафона формируется за счёт финансирования проекта самими участниками марафона, спонсоров и благотворительной помощи.

9. Организационные вопросы

Все дополнительные организационные вопросы решаются с организаторами марафона:

Модлина Наталья Александровна, natamodlina@mail.ru

Истомина Светлана Борисовна, ana.lans25@mail.ru

Шевцова Светлана Александровна, sw4030@mail.ru

Дополнительные заявки с момента начала марафона не принимаются.

10. Этика поведения участников марафона

Участники марафона обязаны соблюдать этику поведения как на спортивных объектах марафона, на всех трассах и маршрутах марафона, также в открытых группах, на страницах марафона в соцсетях.

В случае нарушения правил и некорректного поведения, неуважительных комментариев или личных оскорблений в адрес участников марафона (организаторов, судей, представителей команд), а также за курение и распитие алкоголя на маршрутах марафона, аккаунты участников удаляются со страниц марафона в соцсетях.

ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПРИГЛАШЕНИЕМ НА СОРЕВНОВАНИЯ