

“УТВЕРЖДАЮ”
Директор МУ “ЦФиС”

_____ Гусаковский К.С.

МУ «Центр физкультуры и спорта» МО ГП «город Балабаново»

**Открытые городские соревнования по легкой атлетике
и скандинавской ходьбе
«Осенний кросс»**

ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

1. Цели и задачи.

Соревнования проводятся с целью:

- привлечения жителей города к занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации легкой атлетики и скандинавской ходьбы;
- выявления сильнейших спортсменов и отбора на областные соревнования.

2. Сроки и место проведения.

2.1. Соревнования проводятся 18 сентября 2022г. Регистрация с 11:00, старты с 12:00.

2.2. Место проведения – лыжная трасса на левом берегу р. Страдаловки. Проезд: г. Балабаново, ул. Речная, далее 300м пешком через плотину до стартового городка по указателям.

3. Организаторы.

Организатором соревнований является МУ «ЦФиС». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию. Информационный сайт соревнований – vk.com/vk.cfis (сообщество «Центр физкультуры и спорта г.Балабаново» во Вконтакте).

4. Финансирование.

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований несёт МУ "ЦФиС". Расходы по командированию команд - командирующие организации. Стартовый взнос отсутствует.

5. Участники, заявки.

5.1. К участию в соревнованиях допускаются все желающие спортсмены и любители спорта, имеющие соответствующую спортивную подготовку, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Ответственность за жизнь и здоровье, соблюдение правил безопасности на соревнованиях участники (родители несовершеннолетних участников) несут лично, о чем ставят подпись на регистрации.

5.2. Заявки на участие принимаются на сайте orgeo.ru/event/23849 до 17 сентября, 15:00, либо до достижения лимита участников. Заявка на сайте обязательна! Поздняя заявка в день старта возможна в исключительных случаях только по согласованию с главным судьёй и при наличии свободных номеров.

5.3. Если заявившийся участник по каким-либо причинам не сможет быть на соревнованиях, то ему необходимо удалить свою заявку на сайте orgeo.ru. Для этого в разделе «участники» напротив своей фамилии нужно нажать на кнопку «карандаш» (редактирование заявки), далее «удалить заявку полностью», либо «корзина» (удалить участника) и «подать заявку», если в заявке было несколько участников.

6. Регламент проведения и программа соревнований.

6.1. Соревнования лично-командные, старт общий по группам. Соревновательные круги: 500м – слабопересечённый рельеф и 2км – среднепересечённый рельеф.

6.2. Участвующие группы:

Группа	Участники	Дистанция
М_15-мл и Ж_15-мл	Мальчики и девочки 2015 г.р. и младше	500 м
М_13-14 и Ж_13-14	Мальчики и девочки 2013-2014 г.р. и	500 м
М_11-12 и Ж_11-12	Мальчики и девочки 2011-2012 г.р.	1 км
М_09-10 и Ж_09-10	Юноши и девушки 2009-2010г.р.	1 км
М_07-08 и Ж_07-08	Юноши и девушки 2007-2008 г.р.	2 км
М_05-06 и Ж_05-06	Юноши и девушки 2005-2006 г.р.	2 км
М_04-73	Мужчины и Женщины 2004-1973 г.р.	4 км
М_72-ст и Ж_72-ст	Мужчины и женщины 1972 г.р. и старше	2 км
М-СХ и Ж-СХ	Мужчины и женщины – скандинавская ходьба	2 км

6.3. В группах М-СХ и Ж-СХ для всех желающих мужчин и женщин проводятся соревнования по скандинавской ходьбе. Участники должны преодолевать дистанцию используя технику скандинавской ходьбы – ходьбу с попеременным отталкиванием палками.

Критерии оценки техники скандинавской ходьбы:

- попеременное разноименное движение рук и ног с обязательным касанием земли и отталкиванием палками на каждый шаг;
- отсутствие фазы полёта (бега, прыжка).

За грубое несоблюдение техники скандинавской ходьбы по решению судей участнику могут быть назначены временной штраф, либо дисквалификация.

6.4. Предварительная программа соревнований:

11:00 – открытие регистрации и выдачи номеров (номер можно получить не позднее 30 минут до старта участника)

12:00 – начало соревнований (начиная с самых младших групп и по возрастанию)

14:00 – окончание соревнований, подведение итогов, награждение

Окончательная программа соревнований будет определена после закрытия приёма заявок и вывешена на информационном сайте 17 сентября.

7. Подведение итогов и награждение.

7.1. Предварительные протоколы соревнований вывешиваются по мере готовности на информационном стенде. Итоговый протокол соревнований будет размещен на информационном сайте соревнований.

7.2. Участники, занявшие 1-3 места в своих группах в мужском и женском зачетах, награждаются медалями и грамотами.

7.3. Команда детского сада города, выставившая наибольшее число участников в детских группах награждается Кубком за самое массовое участие.

7.4. Команда школы города, набравшая наибольшее количество очков, награждается Кубком за победу в командном зачёте. Очки начисляются за участников детских и юношеских групп, занявших места с 1ого по бое по таблице:

1 место	-	6 очков	4 место	-	3 очка
2 место	-	5 очков	5 место	-	2 очка
3 место	-	4 очка	6 место	-	1 очко