

Горный забег «Пшеничная Trail»

«5 Вершин» 29 апреля 2018г.

ПОЛОЖЕНИЕ



1. Цели и задачи.

- популяризация и дальнейшее развитие данного вида спорта;
- повышение спортивного мастерства;
- общение с ведущими спортсменами города и области;
- выявление лучших и перспективных спортсменов свердловской области;
- популяризация массового активного отдыха на природе;
- горный забег «Пшеничная Trail» входит в серию забегов «5 Вершин»;
- каждый отдельный этап серии забегов «5 Вершин» проводится в разных интересных местах Свердловской области;
- по сумме всех этапов подводится итоговый результат.

2. Руководство подготовкой и проведение.

Общее руководство подготовкой и проведение соревнований осуществляет Попов Е.В., мастер спорта по спортивному ориентированию, участник различных международных соревнований. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

3. Время и место проведения.

Соревнования проводятся 29 апреля 2018 г.

Свердловская область, окрестности г. Екатеринбурга, п. Северка, рядом с озером Песчаное

см. **схему проезда.**

Общий старт в 12.00.

Программа соревнований:

10:00-11:45 регистрация участников, выдача номеров;

11:55 построение участников на старте;

12:00 старт всех групп;

14:00 – 14:30 церемония награждения.

4. Участники соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются команды спортивных клубов, коллективов физкультуры, а также любители кроссового бега, все личные спортсмены. Желательно иметь допуск врача и страховку от несчастного случая. Участники забега сами несут ответственность, за свое здоровье (на регистрации заполняется карточка участника).

5. Предварительная техническая информация по горному забегу «Пшеничная Trail»

Новая супер-интересная трасса вблизи города Екатеринбурга, недалеко от озера Песчаное. Большая часть дистанции будет проходить по хорошим тропам и просекам в окружении соснового леса, бежать комфортно. Вас ждут супер крутые подъёмы, быстрые техничные спуски, затяжные спуски, на которых можно восстановиться. Старт и финиш в одном месте. Пункт питания с водой вначале каждого круга.

Дистанция состоит из нескольких кругов (2 и 3 в зависимости от группы). Длина круга – 4700 м, набор высоты 280 м на круг, 4 подъема на одном кругу.

2 круга – 9400м, набор высоты 560 м Рекомендуем пробежать перед конжаком хороший подводящий старт

3 круга – 14100 м, набор высоты 840 м.

2 круга: 14 – 17 МЖ; 18-39 Ж, 40-60 Ж, 60+ МЖ;

3 круга: 18-39 М; 40 – 60 М.

Фото с 2016 https://vk.com/album-96616025_235288199

6. Возрастные группы.

Возрастные группы:

14 – 17 М и Ж;

18 – 39 М и Ж;

40 – 60 М и Ж;

60 + М и Ж.

7. Определение победителей и награждение.

Награждаются победители и призеры в личном зачете каждой возрастной группы дипломами и призами.

8. Порядок и сроки подачи заявок.

Заявки на участие в соревнованиях, принимаются до 28 апреля, 18:00 по адресу: Если возникли трудности при регистрации с помощью портала Orgeo,

<http://orgeo.ru/event/6483>

присылайте, пожалуйста, предварительные заявки на почту: popovagent@gmail.com. В письме необходимо указать ФИО и возрастную группу, год рождения.

Просьба всем участникам пройти предварительную электронную регистрацию.

9. Финансирование

Соревнования проводятся на самоокупаемости.

Стартовый взнос для участия в соревнованиях составляет **400 рублей** по предварительной регистрации до 28 апреля и **500 рублей** в день старта.

Оплатить предварительную регистрацию можно в день старта, но предварительную электронную регистрацию нужно пройти заранее.

Стартовый взнос можно оплатить переводом на карту Сбербанка:

4276 1600 1658 6639, Спортивный Клуб «5 Вершин»

При переводе указать ФИО и возрастную группу или написать письмо на почту popovagent@gmail.com

В случае отмены соревнований, стартовый взнос возвращается участнику банковским переводом.

10. Место Старта. Регистрации. Схема проезда. Парковка машин

Схема проезда из Екатеринбурга:

<https://yandex.ru/maps/-/CVhvYJ4R>

Место старта вход в СОК ПЕСЧАНОЕ СПОРТИВНАЯ БАЗА УРФУ. ЕХАТЬ ДО ВОРОТ СПОРТИВНОГО ЛАГЕРЯ.

11. Дополнительная информация

Добраться можно на общественном транспорте из Екатеринбурга:

1) Маршрутка 043: Железнодорожный вокзал – Челюскинцев – Репина – Ново-Московский тракт – пос. Решеты – пос. Северка. Интервал движения – 30 мину, время в пути 70-80 минут.

2) Электричка: Направление Кузино-Шалья, до станции Северка.

Далее нужно двигаться 6 км по грунтовой дороги в сторону озера песчаного, к спортивному лагерю УРФУ.

12.Группа в контакте

<https://vk.com/iset5vershin>

<http://popovagent.wix.com/5-vershin>

Телефон для справок

+7-919-392-50-14

Попов. Е.В.

