

# Традиционный Горный TRAIL «Пять Вершин»

пос. Исеть 2018

23 сентября ВС, старт в 12:00



## ПОЛОЖЕНИЕ

*О проведении TRAIL забега*

*«Пять Вершин»*

*5км – 14км – 20км*

### **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.
- Финальный этап Сери Trail забегов «Пять вершин»

### **2. Руководство подготовкой и проведение.**

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Спортивный клуб «5 Вершин». Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

### **3. Время и место проведения.**

Соревнования проводятся 23 сентября 2018 года.

Свердловская область, окрестности г. Екатеринбург, пос. Исеть

### **Программа соревнований:**

8:00 – 11:30 регистрация участников, выдача номеров;

11:55 построение участников на старте;

12:00 старт групп на 12 км и 21 км;

12:10 старт на 5 км;

14:30 – 15:30 церемония награждения и розыгрыш призов среди участников забега.

### **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, в случае каких-либо травм участник сам несет ответственность за здоровье). Настоятельно рекомендуем иметь допуск для занятий в спортивных соревнованиях. Сделать справку можно заранее в городском врачебно-физкультурном диспансере, по адресу ул. Еремина, 15, Екатеринбург, Свердловская обл., телефон: 8 (343) 388-30-17. Справку можно также получить в поликлинике по месту жительства. В справке допустима формулировка: "Допущен к массовым соревнованиям".

В соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ N134н. Основанием для допуска участника к соревнованиям является наличие у него медицинского заключения о допуске к участию в соревнованиях.

### **5. Предварительная техническая информация по горному забегу «Пять Вершин» 2018.**

Участникам предлагается на выбор 3 дистанции:

1) Light: **5 км**. Все взрослые и дети от 12 до 18 лет (обязательна справка из поликлиники или врачебного диспансера).

2) Половинка «5 вершин»: **14 км** (г. Мотаиха, прак Исеть, Малые Черти, Чертово Городище), 2 пункта с водой.

3) Полумарафон: **20 км** (г. Мотаиха, прак Исеть, Малые Черти, Чертово Городище, скалы Петра Гронского), суммарный набор высоты 1500м, 5 пунктов питания.

Трассы забегов спланированы БЕЗ ЭКСТРИМАЛЬНЫХ УЧАСТКОВ!



**Участники смогут пробежать по удивительным и красивым местам:**

- ск. Петра Гронского
- парк Исеть
- г. Мотаиха
- ск. Чертово Городище
- ск. Малые Черти
- другие горные хребты
- насладиться завораживающими видами
- почувствовать настоящие горы
- Преодолеть за 1 старт 5 вершин

Вас ждут как невероятные подъёмы вверх, так и головокружительные спуски вниз. Спортивная дистанция будет проложена, по лесным тропам шириной от 1 до 3 метров в окружении соснового леса. Вам предстоит забежать в горнолыжный комплекс с перепадом высоты до 105 метров и пробежать горы, вершины которых венчают причудливые каменные палатки. Возраст гранитов, слагающих скалы, достигает 300 млн лет. Насладиться красивейшими пейзажами, проверить себя на прочность. Вся дистанция промаркирована сигнальной лентой, в помощь вам на дистанции будут волонтеры.

**6. Возрастные группы и дистанция.**

Мужчины и женщины, дети:

- 12-18 лет только 5 км
- 18-29 лет 5-12-21 км
- 30-39 лет 5-12-21 км
- 40-49 лет 5-12-21 км
- 50+ 5-12-21 км

## **7. Определение победителей и награждение.**

Первые три места в абсолютном зачете на дистанции 21 км у мужчин и женщин награждаются ПРИЗОМ: . за первое, второе и третье места соответственно.

Победители в каждой возрастной группе на каждой дистанции награждаются грамотами и медалями за 1, 2, 3, 4, 5, 6 место, и сувенирами за 1, 2 и 3 место.

## **8. Проживание и питание:**

Участники из других городов могут остановиться в загородном клубе «Солнечный берег», который расположен на берегу озера Исетское (3 км от места старта).

Сайт: [www.sunbereg.ru](http://www.sunbereg.ru)

телефоны для бронирования и уточнения информации: 8 982 71 61 277, 378 98 87.

## **9. Порядок и сроки подачи заявок.**

**Заявка на участие принимается через сервис Orgeo.ru:**

Просим всех участников пройти электронную регистрацию!

Если у вас возникли проблемы при регистрации, пишите, пожалуйста, на почту: [popovagent@gmail.com](mailto:popovagent@gmail.com) (нужно указать в каком забеге будете участвовать, № дистанции, группу, год рождения и команду).

## **Стартовый пакет включает:**

- участие в Trail гонке;
- питание на дистанции (изюм, бананы, вафли, вода, изотоник);
- подготовка дистанции;
- электронный хронометраж (уточняется);
- медаль финишёра;
- еда на финише;
- розыгрыш среди всех номеров;
- фото с дистанции;
- расширенный подиум до 6 мест в каждой возрастной группе.

## **10. Финансирование**

Расходы по командированию участников, несут командирующие организации. Соревнования проводятся на самоокупаемости и при поддержке спонсоров.

Стартовый взнос для участия в соревнованиях составляет:

**450 рублей** при оплате до **20 августа**

**550 рублей** при оплате до **10 сентября**

**650 рублей** при оплате до **22 сентября**

**800 рублей** в день старта.

**Заявка считается поданной, если пройдена электронная регистрация и оплачен стартовый взнос.**

**Лимит трассы – 300 участников.**

**Стартовый взнос можно оплатить переводом на карту Сбербанка:**

**4276 1600 1658 6639,**

При переводе средств указывайте ФИО, номер дистанции, год рождения, спортивный клуб.

[popovagent@gmail.com](mailto:popovagent@gmail.com) +7 919 392 50 14

Просим участников бежать с номерами, и оплачивать стартовый взнос.

Для участников с детьми будет работать детский садик, где вы сможете оставить своих детей под присмотром педагога-воспитателя.

## **11. Схема проезда**

### **На общественном транспорте:**

Нужно сесть на электропоезд Свердловск - Нижний Тагил и доехать до станции Исеть. Сойдя с поезда, пройти метров 200 назад вдоль ж/д путей. Здесь вы увидите автомобильную дорогу, уходящую под небольшим углом направо.

Идти по ней мимо промышленных предприятий. Постепенно дорога переходит в улицу Заводскую. По ней нужно пройти до конца, после чего повернуть направо на ул. Мира (на ней стоят желтые двухэтажные дома). Метров через 50 после этого, после дома № 3 (перед продуктовым магазином) повернуть налево.

Заезжая в поселок Исеть, двигаться по улице Заводской, далее по улице Мира до дома по адресу Мира № 3, после него сразу свернуть налево (Висит синяя вывеска поворот на ПАРК ИСЕТЬ) и двигаться по грунтовой дороге прямо до дома лесника 200-400 метров на место регистрации.

Участников с личными автомобилями, просьба парковать машины в пос.Исеть. В зоне регистрации мало парковочных мест !

Ссылка на место регистрации участников забега:

**56°58'02.0"N 60°21'20.5"E –Координаты старта.**

<https://yandex.ru/maps/-/CVtgqTOW> Место старта

<https://vk.com/iset5vershin> -

Вся новая информация по забегу.

Фотографии и протоколы 5 вершин 2015,2016

[https://vk.com/album-96616025\\_221081653](https://vk.com/album-96616025_221081653)

Видео как это было 2015,2016

[https://vk.com/video-96616025\\_171761307](https://vk.com/video-96616025_171761307)

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

### **Требования к участникам соревнований**

- Прочитать и понять данные Правила забега. Заявка на забег означает полное и безоговорочное принятие настоящих Правил.

- Участники освобождают организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного повреждения или материального ущерба, понесенного ими в течение гонки.

- Заявляясь на забег, Вы гарантируете, что Вы осведомлены о состоянии Вашего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.
- Организаторы оставляют за собой право дисквалифицировать участников, замеченных в небрежном и грубом отношении к природе. Весь мусор необходимо уносить с собой до финиша.
- Во время гонки стартовые номера всегда должны быть на участниках и прикрепляться поверх всей одежды.
- Участник, сошедший с дистанции, должен в максимально короткий срок связаться с организаторами и явиться на финиш.



Попов. Е.В. Телефон для справки:  
**+7-919-392-50-14**

*До встречи на Горном TRAIL-забеге «Пять ВЕРШИН»!  
Главный Trail старт в Екатеринбурге!*

