



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУ «ЦФИС»

Гусаковский К.С.

20 24 г.

## Городские соревнования по лёгкой атлетике и скандинавской ходьбе «Осенний кросс»

### ПОЛОЖЕНИЕ

#### 1. Общие положения.

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 15 сентября 2024 г. Выдача номеров с 10:00, старты с 11:00.

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

#### 3. Организаторы соревнований.

Организатором соревнований является МУ «ЦФИС». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию. Главный судья: Дробатухин Илья Вячеславович, к.т. 89109174181. Информационный сайт соревнований – [vk.com/vk.cfis](https://vk.com/vk.cfis) (сообщество «Центр физкультуры и спорта г.Балабаново» во Вконтакте).

#### 4. Участники соревнований.

4.1. 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.

4.2. Заявки на участие принимаются на сайте <https://orgeo.ru/event/37628> до 14 сентября, 15:00, либо до достижения лимита участников. Заявка на сайте обязательна!

4.3. Воспитанники детских садов и ученики школ города при подаче заявки на сайте должны указывать команду своего детского сада или школы.

4.4. Если заявившийся участник по каким-либо причинам не сможет быть на соревнованиях, то ему необходимо удалить свою заявку на сайте [orgeo.ru](https://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.

## 5. Программа соревнований.

5.1. Соревнования лично-командные, старт общий по группам. Соревновательные круги: 500 м и 700 м – слабопересечённый рельеф.

5.2. Участвующие группы:

Группа	Участники	Дистанция
М 17-мл и Ж 17-мл	Мальчики и девочки 2017 г.р. и младше	500 м
М 15-16 и Ж 15-16	Мальчики и девочки 2015-2016 г.р. и	500 м
М 13-14 и Ж 13-14	Мальчики и девочки 2013-2014 г.р.	700 м
М 11-12 и Ж 11-12	Юноши и девушки 2011-2012гг.р.	700 м
М 09-10 и Ж 09-10	Юноши и девушки 2009-2010 г.р.	1.4 км
М 07-08 и Ж 07-08	Юноши и девушки 2007-2008 г.р.	1.4 км
М 06-75 и Ж 06-75	Мужчины и Женщины 2006-1975 г.р.	2.8 км
М 74-ст и Ж 74-ст	Мужчины и женщины 1974 г.р. и старше	1.4 км
М-СХ и Ж-СХ	Мужчины и женщины – скандинавская ходьба (без ограничений по возрасту)	1.4 км

5.3. 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.

5.4. Предварительная программа соревнований:

- 10:00 – начало выдачи стартовых номеров (номер можно получить не позднее 30 минут до старта участника). Номера выдаются участникам, подавшим предварительную заявку на сайте <https://orgeo.ru/event/37628> (см. пункт 4.2)
- 11:00 – начало соревнований (забеги проходят в порядке возрастания дистанций)
- 14:00 – окончание соревнований, подведение итогов.

Окончательная программа соревнований будет определена после закрытия приёма заявок и вывешена на [vk.com/vk.cfis](https://vk.com/vk.cfis) 14 сентября.

## **6. Подведение итогов и награждение.**

6.1. Предварительные протоколы соревнований вывешиваются по мере готовности на информационном стенде. Протесты принимаются в течение 15 минут после публикации предварительного протокола. Итоговый протокол соревнований размещается на информационном сайте в течение дня соревнований.

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

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

6.4. 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 1 по 10 по принципу: 1 место – 10 очков, 2 место – 9 очков, 3 место – 8 очков, ..., 10 место – 1 очко.

## **7. Финансирование.**

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