

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении открытого чемпионата Московского региона по суточному бегу**  
**«САМОПРЕОДОЛЕНИЕ»**  
**Москва, 2015**

**1. Цели и задачи**

**Соревнования проводятся в целях:**

- 1.1 Оздоровления и приобщения к систематическим занятиям бегом различных возрастных и социальных категорий населения;
- 1.2 Пропаганды философии самопреодоления в спорте, победы над собственными слабостями, а не над соперником;
- 1.3 Развития и популяризации сверхмарафонского бега.

**2. Руководство проведением соревнований**

- 2.1 Общее руководство по организации и проведению соревнований осуществляет Межрегиональное общественное движение «Марафонская команда Шри Чинмоя» (МОД МКШЧ) при участии организаций, поддерживающих проведение соревнований: администрация РГАУ-МСХА им. Тимирязева (МСХА), ГБУ «Центр физической культуры и спорта САО г. Москвы» (ЦФКиС САО), спортклуб «Зспорт», другие партнеры по проведению соревнований;
- 2.2 Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, утвержденную организаторами соревнований;
- 2.3 Ответственный за проведение соревнований - **Петухов Вадим Анатольевич** (тел. 8-965-239-5177);

### 3. Место и время проведения соревнований

#### 3.1 Дата проведения суточного бега: 29-30 августа 2015 г.;

3.1.1 Место проведения: Лиственничная аллея, г. Москва;

3.1.2 Место предстартовой регистрации: стадион МСХА, ул. Верхняя аллея, 12А;

3.1.3 Время проведения: предстартовая регистрация и выдача номеров 29 августа с 8.30 до 9.30, старт в 10.00; финиш 30 августа в 10.00;

3.1.4 Регистрация участников соревнований по суточному бегу предварительная на сайте: <http://www.sportspirit.org/> до 17.00 23 августа или до 70-ти зарегистрированных участников. Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и получил положительный ответ организаторов;

3.1.5 Участникам, прошедшим предварительную регистрацию до 20 августа, либо, которые зарегистрировались после 20 августа, но передумали участвовать в соревновании необходимо подтвердить свое участие, прислав смс, указав свое фамилию, имя и словом «подтверждаю» либо «отказываюсь» на номер телефона 8-916-999-46-56 (это связано с необходимостью технического обеспечения соревнования); при отсутствии подтверждения от участника, его заявка может быть признана недействительной;

3.1.6 Информация по телефону 8-916-999-46-56 по будням с 12.00 до 17.00.

### 4. Участники соревнований, дисциплины

4.1 К участию в **суточном беге** допускаются спортсмены в возрасте не моложе 18 лет по согласованию с организаторами соревнований, прошедшие предварительную регистрацию, выполнившие все условия регистрации, уплатившие стартовый взнос (оплата происходит в день соревнований), представившие медицинскую справку и имеющие официальный результат в беге на дистанцию не менее марафонской (42 км 195 м); регистрация участников в день соревнований не предусмотрена.

4.1.1 Стартовый взнос составляет 1700 руб.; для неработающих пенсионеров 1300 руб.

4.2 Возрастные группы участников:

мужчины – 18-39 лет, 40-49 лет, 50-59 лет, 60 лет и старше; и женщины 18-49 лет, 50 лет и старше;

4.3 Возрастная группа определяется по году рождения;

4.4 Ответственность за состояние своего здоровья несут сами участники. Каждый участник при регистрации обязан предъявить паспорт и медицинскую справку-допуск к соревнованиям, с печатью выдавшего учреждения, треугольной печатью, подписью и печатью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию по суточному бегу (или 12-часовому бегу или дистанции не короче 100 км). Справка должна быть оформлена не ранее 28.02.2015. Ксерокопия справки не принимается. Справка возвращается после завершения соревнования.

### 5. Условия проведения соревнований

5.1 Соревнования включают в себя:

- **суточный бег**: бег в течение 24-х часов;

5.2 Трасса соревнований челночная - 2 км, покрытие – асфальт;

5.3 Наличие номера закрепленного спереди обязательно;

5.4 Бежать с голым торсом не разрешается;

5.5 Передача спортсменам питания может осуществляться на всей трассе при отсутствии помех прочим участникам;

5.6 Каждому участнику выдается чип, который он обязан закрепить на щиколотке согласно указаниям организаторов; при отсутствии чипа результат не может быть зафиксирован.

5.7 Финиш происходит по звуковому сигналу – участники должны немедленно остановиться и поставить на уровне ступней на правую от себя часть трассы метку, выданную организаторами, либо дожидаться, стоя на месте прибытия измерителей;

5.8 В **суточном беге** победителем считается участник, преодолевший за 24 часа наибольшее расстояние;

5.8.1 Участники суточного бега преодолевают дистанцию согласно международным правилам по сверхмарафонскому бегу;

5.8.2 В итоговом протоколе помимо результата на 24 часа, указывается время на 42 км и на 100 км.

## **6. Награждение**

6.1 Награждение участников **суточного бега** – по три призовых места в каждой возрастной группе;

6.1.1 Призы вручаются, если результат победителей и призеров не менее чем: 170 км – для мужчин 18-39 лет и 40-49 лет; 160 км – для мужчин 50-59 лет; 140 км – для мужчин 60 лет и старше; 135 км – для женщин;

6.1.2 Все участники награждаются памятными медалями, свидетельствами и сувенирами;

6.1.3 Победители и призеры во всех возрастных группах награждаются памятными призами или медалями и грамотами;

6.1.4 Участники, показавшие наилучшие три результата в абсолютных возрастных категориях среди мужчин и женщин получают особые призы;

6.2 При необходимости организаторы могут вносить изменения в Положение.

## **7. Финансирование и прочие условия**

7.1 Расходы на проведение соревнований несет МОД МКШЧ.

7.1.1 Другие организации-партнеры по проведению соревнований оказывают необходимое содействие;

7.1.2 Расходы на проезд, питание, проживание, а также страхование участников несут командирующие организации или сами участники.