

# Соревнования Шри Чинмоя по акватлону и плаванию на 1 морскую милю (1850 м) на открытой воде «Самопреодоление»

Дата проведения: **6 июля 2014 г.**

Место проведения: **акватория залива Химкинского водохранилища (плавание), сквер вдоль Прибрежного проезда (бег).**

Место выдачи номеров: **оборудованный пляж возле залива Химкинского водохранилища в зоне отдыха Левобережной (Прибрежный проезд, владение 5/7).**

Время проведения:

- выдача стартовых номеров с **8.00 до 9.30**;
- открытие транзитной зоны в **8.30**;
- закрытие транзитной зоны и предстартовый брифинг в **9.30**;
- старт в **10.00**.

Регистрация участников предварительная **до 17.00 04 июля**, или по достижении 150-ти зарегистрированных участников на акватлон. Регистрация на сайте: [sportspirit.org](http://sportspirit.org)

Участник считается зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и оплатил стартовый взнос.

При получении номера участники должны представить паспорт и медицинскую справку с печатью выдавшего учреждения, подписью и печатью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию. Справка должна быть оформлена не ранее 06.01.2014. Ксерокопия справки не принимается. Справка возвращается после завершения соревнования.

Информация по телефону **8-916-999-46-56** или **8-916-963-2175** с **12.00 до 17.00**.

## Дисциплины соревнований и возрастные группы участников:

- **акватлон** – мужчины, возрастные группы: 1984-1995 г. р. (18-29 лет); 1974-1983г. р. (30-39 лет); 1964-1973г.р. (40-49 лет); 1954-1963г.р. (50-59 лет); 1953 г. р. и старше (60 лет и старше); женщины – 1984-1995 г. р. (18-29 лет); 1974-1983 г. р. (30-39 лет); 1973 г.р. и старше (40 лет и старше);

- **плавание на 1 морскую милю** – мужчины и женщины, возрастные группы: 1974-1995 г. р. (18-39 лет), 1973 г.р. и старше (40 лет и старше)

Соревнования по акватлону и плаванию проводятся на личное первенство. Соревнования по акватлону являются этапом серии ГРАН-ПРИ.

## Соревнования включают в себя:

- **акватлон**: заплыв на дистанцию 1 км + бег на дистанцию 5 км.
- **плавание**: заплыв на дистанцию 1 морская миля (1850 м).

Трасса этапа плавания **акватлона**: 1 круг - 1 км;

Трасса этапа плавания на дистанцию 1 морская миля: 2 круга; первый круг 1 км, второй круг 0,85 км.

Решение об использовании гидрокостюмов принимается в день старта главным судьей соревнований.

Стиль плавания вольный.

Трасса этапа бега **акватлона** 5 км: три круга по твердому покрытию и частично по грунту.

Наличие номера, закрепленного спереди обязательно.

Бежать с голым торсом или босиком не разрешается.

Помогать участникам в транзитной зоне не разрешается.

Передача спортсменам питания может осуществляться на всей трассе при отсутствии помех прочим участникам. На участке перед началом транзитной зоны передача спортсменам питания запрещена.

Время на акватлоне фиксируется от момента старта заплыва до момента финиша этапа бега.

Стартовый взнос на **акватлон и плавание** при предварительной регистрации составляет 450 рублей + 5% (комиссия платежной системы).

Возврат стартового взноса участнику, перенесение стартового взноса для данного участника на другой этап ГРАН-ПРИ, либо перенесение стартового взноса на имя другого участника возможно не позднее 10.00 2 июля 2014 года (четверо суток) до начала соревнований при поступлении заявления участника по электронному адресу: [srichinmoyracescobakasportspirit.org](http://srichinmoyracescobakasportspirit.org)

Пенсионеры участвуют в соревнованиях без оплаты стартового взноса при предъявлении пенсионного удостоверения.

Награждение участников соревнований по **акватлону и плаванию** – по три призовых места в каждой возрастной группе среди мужчин и женщин соответственно.

Победители и призеры в возрастных группах награждаются медалями и дипломами.

Победители и призеры **акватлона** в абсолютном первенстве награждаются памятными призами или кубками.

Участники соревнований по **акватлону и плаванию** награждаются памятными медалями и свидетельствами.