

“Утверждаю”

Президент Совета межрегионального  
общественного движения  
«Марафонская команда Шри Чинмоя»

\_\_\_\_\_ В. А. Петухов

«15» октября 2021 г.

“Согласовано”

\_\_\_\_\_ «15» октября 2021 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

о проведении Кубка Шри Чинмоя по кроссу «САМОПРЕОДОЛЕНИЕ»

**Зимний сезон 2021-2022 г.г.**

**Летний сезон 2022-2022 г.г.**

### **1. Цели и задачи**

Кубок Шри Чинмоя по кроссу «Самопреодоление» (соревнования) проводится в целях:

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

### **2. Руководство проведением соревнований**

- 2.1 Общее руководство по организации и проведению соревнований осуществляет межрегиональное общественное движение «Марафонская команда Шри Чинмоя»;
- 2.2 Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию.

### **3. Место и время проведения соревнований**

3.1 Сроки проведения: с ноября 2021 г. по апрель 2022 г. (летний: с мая 2022г. по октябрь 2022г.), каждая первая суббота месяца, если отдельно не оговорена иная дата; количество этапов соревнований в зимнем или летнем сезоне – шесть.

3.2 Место проведения: г. Москва, ул. Маршала Тимошенко, д. 1. (станция метро Молодёжная). Регистрация проводится в здании лыжной базы стадиона "Медик". Место старта в парке за стадионом.

3.3 Время проведения: начало регистрации – 9:00, окончание регистрации на месте – 9:45, начало соревнований: 10:00.

### **4. Участники соревнований**

4.1 К участию в соревнованиях допускаются все желающие.

4.2 Дисциплины соревнований и возрастные группы участников:

- бег на дистанцию 200 м – мальчики и девочки 2017 г.р. и младше;

- бег на дистанцию 1 км – юноши и девушки 2016 – 2008 г. р.;

- бег на дистанцию 2 мили и 5 км чередуются через этап, т.е.: май, июль, сентябрь – 5 км; июнь, август, октябрь – 2 мили. Участники – юноши и девушки, мужчины и женщины 2006 г. р. и старше.

Возрастные группы:

2007 – 2002 г. р.;

2001-1982 г.р.;

1981-1972 г. р.;

1971-1957 г. р.;

1956 г. р. и старше.

4.3 Ответственность за состояние своего здоровья несут сами участники, а за состояние здоровья спортсменов младше 18 лет - их родители или тренеры. Участники обязаны представить медицинскую справку, копия принимается при наличии оригинала, или спортивную страховку.

### **5. Условия проведения соревнований**

5.1 Соревнования проводятся на каждом этапе - на личное первенство, а так же по итогам сезона – на личное, командное первенство, а также первенство семейных команд;

5.2 Каждый этап соревнований включает:

забег на 200 м – для возрастной группы 2017 г.р. и младше

забег на 1 км – для возрастной группы 2016 – 2008 г. р.;

забег на 2 мили (3,219 км) или 5 км – для всех остальных возрастных групп.

## **6. Регистрация на соревнования**

6.1 Возможно два способа регистрации на соревнования:

- предварительная;

- непосредственно на месте перед стартом.

**Предварительная регистрация** ускоряет процесс получения номеров участниками в день соревнования и снижает сумму стартового взноса.

Предварительная регистрация заканчивается за 22 часа до начала соревнования (12 часов дня, предшествующего дню соревнования).

Чтобы предварительно зарегистрироваться, необходимо заполнить заявку, размещенную на сайте: <http://www.sportspirit.org>

В течение суток придет письмо-подтверждение, что Ваша заявка принята на электронный адрес, с которого было отправлено сообщение. Убедитесь, что Ваша заявка принята.

**При регистрации в день соревнований**, каждый участник заполняет карточку, указывая свои данные и ставя подпись. Для участников детского пробега на карточке расписывается тренер, либо один из родителей.

## **7. Система начисления очков**

7.1. Начисление очков в личном первенстве производится по местам:

1 место – 13 очков; 2 место – 12 очков; 3 место – 11 очков; 4 место – 10 очков и т. д.; 13 место и ниже – 1 очко.

Подобным способом очки начисляются лишь в том случае, если в данной возрастной категории на одном этапе соревнований приняло участие не менее 3-х человек. Если в данной дисциплине на одном этапе соревнований приняло участие менее 3-х человек, относящихся к одной возрастной категории, то за 1 место начисляется 7 очков, а за 2 место – 6 очков.

Каждому участнику, закончившему дистанцию, независимо от занятого места на каждом этапе дополнительно начисляется 7 очков.

7.2. В командном первенстве места определяются согласно суммам очков участников, набранных в личном первенстве. Принадлежность к команде определяется из данных личной карточки участника, заполненной на первом для него этапе соревнований, в течение шести месяцев Кубка. Принадлежность к клубу (команде) можно изменить в начале нового сезона Кубка.

7.3. В первенстве семейных команд отдельно учитываются результаты членов семейных команд (близких родственников) в категориях: семья из трех и больше человек и семья из двух человек.

Места семейных команд определяются согласно суммам очков участников, набранных в личном первенстве.

## **8. Награждение**

### **По итогам этапа**

8.1 Все участники соревнований на финише получают сладкий приз, а так же свидетельство об участии в соревнованиях – во время церемонии награждения.

8.2 Первые три места в каждой возрастной категории награждаются дополнительным символическим призом.

### **По итогам окончания сезона (6-и месяцев)**

8.3 Победители соревнований в личном первенстве по итогам сезона (6-ти месяцев) определяются по сумме набранных очков по итогам выступлений на всех этапах.

8.4 Минимальное количество этапов, в которых должен выступить призер или победитель по итогам 6-ти месяцев – четыре.

8.5 По итогам 6-ти месяцев первые три участника, которые набрали наибольшую сумму очков на всех этапах в каждой возрастной категории, и приняли участие в трёх или более этапах, награждаются памятными кубками или медалями.

8.6 По итогам 6-ти месяцев памятными призами награждаются по три семейные команды из «2 чел.» и «3 и более чел.», и три клубные команды, победивших в командном зачете. Команды должны принять участие в четырёх или более этапах.

8.7 По итогам 6-ти месяцев дополнительно награждаются:

- самый молодой участник
- самый возрастной участник
- участник, показавший самый быстрый результат на дистанции (женщины и мужчины).

8.8 Организаторы соревнований могут изменять настоящее положение, руководствуясь принципами целесообразности.

## 9. Самопреодоление

9.1 В период регистрации на очередной этап соревнований каждый участник может установить для себя Цель (предполагаемый более высокий результат, чем результаты за предыдущие два года в соответствующем зимнем или летнем сезоне).

9.2 Данную цель участник указывает при регистрации (он-лайн, или в день соревнований, в регистрационной карточке)

9.3 В случае, если участник не указывает новую цель, то она устанавливается автоматически:

- для возрастной категории 2014 и младше - на 2 секунды лучше предыдущего рекорда.
- для всех возрастных категорий – на 30 секунд лучше предыдущего рекорда, кроме:
- 1966-47 г.р. – на 7 секунд лучше предыдущего рекорда,
- 1946 г.р. и старше – повторение личного рекорда.

## 10. Поощрение участия в соревнованиях

10.1 Для участников, принявших участие в 10, 20, 30 и 70-ти соревнованиях, выдаются спортивные браслеты с символикой соревнований с указанием соответствующего количества соревнований.

## 11. Финансирование

11.1 Стартовый взнос взимается со всех участников в размере:

- 300 рублей при регистрации в день соревнований для взрослых участников (2 мили, 5 км);
- 200 рублей при регистрации в день соревнований для детей (200 м, 1 км) и пенсионеров;
- 200 рублей при предварительной регистрации для взрослых участников (2 мили, 5 км);
- 100 рублей при предварительной регистрации для детей (200 м, 1 км) и пенсионеров.

11.2 При достижении поставленной цели (см. пункт 9) участник освобождается от оплаты стартового взноса на соревнование в следующем календарном месяце. Факт достижения цели отражается в свидетельстве об участии в соревнованиях.

11.3 Расходы по подготовке, организации и проведению соревнований несет Марафонская команда Шри Чинмоя.

11.4 Расходы на проезд, питание и проживание участников, а также медицинскую страховку несут сами участники.

