

МУ «Центр физкультуры и спорта» МО ГП «город Балабаново»

**Открытые городские соревнования по легкой атлетике
и скандинавской ходьбе «Осенний кросс»
ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ**

1. Цели и задачи.

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 19 сентября 2021г. Регистрация с 11:00, старты с 12:00.

2.2. Место проведения – лыжная трасса на левом берегу р. Страдаловки. Проезд: г. Балабаново, ул. Речная, далее 400м пешком через плотину до стартового городка по указателям.

3. Организаторы.

Организатором соревнований является МУ «ЦФиС». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию.

4. Финансирование.

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

5. Участники, заявки.

5.1. 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.

5.2. Заявки на участие принимаются на сайте orgeo.ru/event/18189 до 18 сентября, 15:00. Заявка на сайте обязательна! Поздняя заявка в день старта возможна в исключительных случаях только по согласованию с главным судьёй и при наличии свободных номеров.

6. Регламент проведения и программа соревнований.

6.1. Соревнования лично-командные, старт общий по группам. Соревновательные круги: 500м, 1,5км – слабопересечённый рельеф и 2,5км – среднепересечённый рельеф.

6.2. Участвующие группы:

Группа	Участники	Дистанция
М_14 и Ж_14	Мальчики и девочки 2014 г.р. и младше	500 м
М_12-13 и Ж_12-13	Мальчики и девочки 2012-2013 г.р. и	500 м
М_10-11 и Ж_10-11	Мальчики и девочки 2010-2011 г.р.	1,5 км
М_08-09 и Ж_08-09	Юноши и девушки 2008-2009гг.р.	1,5 км
М_06-07 и Ж_06-07	Юноши и девушки 2006-2007 г.р.	3 км (2х1,5км)
М_04-05 и Ж_04-05	Юноши и девушки 2004-2005 г.р.	3 км (2х1,5км)
М_03-72	Мужчины 2003-1972 г.р.	5 км (2х2,5км)

Ж_03-72	Женщины 2003-1972 г.р.	3 км (2х1,5км)
М_71 и Ж_71	Мужчины и женщины 1971 г.р. и старше	3 км (2х1,5км)
М-СХ и Ж-СХ	Мужчины и женщины – скандинавская ходьба	3 км (2х1,5км)

6.3. 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.

6.4. Предварительная программа соревнований:

11:00 – открытие регистрации и выдачи номеров (номер можно получить не позднее 15 минут до старта группы)

11:50 – открытие соревнований

12:00 – начало стартов (начиная с самых младших групп и по возрастанью)

12:40 (ориентировочно) – награждение групп 2014 г.р., 2012-2013 г.р., 2010-2011 г.р. и 2008-2009 г.р.

13:30 (ориентировочно) – награждение остальных групп, закрытие соревнований.

7. Подведение итогов и награждение.

7.1. Предварительные протоколы соревнований вывешиваются по мере готовности на информационном стенде. Итоговый протокол соревнований будет размещен в интернете по адресу: vk.com/vk.cfis («Центр физкультуры и спорта г. Балабаново»).

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

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

7.4. 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 1ого по бое по таблице:

1 место	6 очков		4 место	3 очка
2 место	5 очков		5 место	2 очка
3 место	4 очка		6 место	1 очко