

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**О проведении контрольной тренировки на длинные дистанции**

 **лыжного марафона «Александровский».**

1. **Цели и задачи:**

Контрольная тренировка проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, популяризации лыжных гонок на длинные дистанции, повышения спортивного мастерства и выявления сильнейших лыжников-марафонцев.

1. **Руководство подготовкой и проведением контрольной тренировки:**

Руководство и проведение тренировки осуществляют: Буленков Владимир Викторович, Захаров Александр Николаевич:

Спонсоры – ООО Энергоклимат, ООО «Евротара», ИП Анкушин Е.А., Захаров А.Н.

1. **Время и место проведения контрольной тренировки:**

Контрольная тренировка проводится 13 Марта 2022 года, на лыжной трассе по адресу: Пермский край, г. Александровск, ул. Кирова, д. 102. (микрорайон Залог), Старт – 11:00 часов по местному времени.

1. **Участники соревнований:**

К участию допускаются все желающие, достигшие 18 лет: имеющие страховку, допуск врача, соответствующую лыжную подготовку.

Ответственность за здоровье возлагается на самих участников.

1. **Программа и регламент соревнований:**

10:00 - 10:30 – регистрация участников.

11:00 – начало тренировки (лимит времени на 50 км – 6 часов).

17:00 – окончание тренировки.

 **Стиль СВОБОДНЫЙ, старт массовый.**

 - дистанция 50 км – м/ж,

 - длина круга – 5 км: (набор высоты на круге – 93 м), общий набор высоты на 50 км – 930 м.

 **6. Определение победителей и награждение участников соревнований:**

Победитель и призеры определяются по лучшему техническому результату. Победитель и призеры награждаются памятными кубками и призами партнѐров тренировки. Участники, прошедшие всю дистанцию, награждаются памятными медалями.

 **Финансирование:**

Расходы, связанные с проведением соревнований покрываются за счет партнеров соревнований и стартовых взносов участников. Расходы по командированию иногородних спортсменов несут сами спортсмены.

 **8. Порядок регистрации на участие:**

Масочный режим на регистрации. Предварительные заявки на участие принимаются по эл. почте skiteamalex@mail.ru до 17:00 часов 12 марта 2022г. Основная регистрация на месте старта. Стартовый взнос оплачивается на старте:

• 500 рублей – при предварительной заявке, 800 рублей — при заявке на старте.

 **9. Контакты организаторов:**

 Буленков Владимир, телефон 8-982-469-85-77.

 **10. Прочие условия:**

Замена лыж во время дистанции **разрешена в специально отведенной зоне**. Ответственность за сохранность инвентаря несут сами участники.

 **Данный лыжный марафон включен в зачёт СМЛР.**

 **Схема трассы**

