


УТВЕРЖДАЮ:

Президент Волгоградского регионального
отделения межрегионального
общественного движения «Марафонская
Команда Шри Чинмоя»

 /Ю.И.Колыхалин/

Положение о проведении пробегов «Самопревосхождение» на дистанции 15 и 21 км в 2016 году.

1. Цели и задачи

- 1.1 Популяризация бега и здорового образа жизни.
- 1.2 Привлечение к бегу на длинные дистанции бегунов разного возраста и уровня подготовки.

2. Дата, место и время проведения соревнований.

Соревнования проводятся 2 раза в год:

1 - **13 июня** 2016 года

2 – **5 ноября** 2016 года

на территории муниципального бюджетного учреждения «Спортивный комплекс «Зенит»
г.Волгограда.

Начало соревнований в 9.00 ч.

3. Программа соревнований:

- 3.1. Забег на 15 км среди мужчин и женщин. Лимит времени на дистанции 15 км– 2 часа 30 мин.
- 3.2. Забег на 21 км среди мужчин и женщин. Лимит времени на дистанции 21 км– 3 часа 30 мин.

4. Порядок подачи заявок и регистрации участников.

Регистрация участников начинается за час до начала соревнований (в 8-00).

Заканчивается регистрация в 8-55 ч.

5. Участие

5.1. К соревнованиям допускаются все желающие, достигшие 18 лет и имеющие медицинскую справку о допуске к соревнованиям.

5.2. Соревнования по следующим возрастным группам у мужчин и женщин:

- 1) До 30 лет
- 2) 30 – 49 года
- 3) 50 лет и старше

Возраст участников определяется на день соревнований.

6. Организация и медицинское обслуживание

Организацией и проведением пробега занимается Волгоградское региональное отделение межрегионального общественного движения «Марафонская Команда Шри Чинмоя».

Медицинское обслуживание обеспечивает организатор пробега(Волгоградское региональное отделение межрегионального общественного движения «Марафонская Команда Шри Чинмоя»).

7. Финансирование

Расходы, связанные с подготовкой и проведением соревнований, несет Волгоградское региональное отделение межрегионального общественного движения «Марафонская Команда Шри Чинмоя».

Стартовые взносы с участников не взимаются.

8. Награждение:

Призовые места определяются у мужчин и женщин по 3 возрастным категориям:

- до 30 лет; - 30-49 лет; - 50 лет и старше.

Победители награждаются грамотами и сладкими призами.

9. Контакты

Координаторы пробега:

Шустов Василий Александрович, тел 9272556789;

Слепенцева Галина Викторовна, тел 9064515219, e-mail galina@volgaraces.ru.

Результаты соревнований отражаются на сайте www.volgaraces.ru в разделе **Результаты**.

Положение является официальным приглашением на соревнования.