



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении личных соревнований
по общей физической подготовке
«UpSki Sprint - Лыжный спринт в гору»

1 апреля 2023 г

1. Цели и задачи.

1.1. Исполнение Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года», о том, что спортом должно заниматься 55% населения.

1.2. Воспитание населения в спортивном духе, оздоровление нации.

1.3. Привлечение населения МО «Токсовское городское поселение», Ленинградской области, Санкт-Петербурга к занятиям физической активности на протяжении всего года.

1.4. Популяризация здорового образа жизни и совершенствование спортивного мастерства.

1.5. Обмен опытом и дружеское общение жителей Муниципального образования «Токсовское городское поселение» и других субъектов федерации.

2. Организация соревнований.

2.1. Общее руководство соревнованиями осуществляет Спортивный клуб «Токсово».

2.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на Спортивный клуб «Токсово» и организационный комитет.

Председатель организационного комитета – Петров О.Л. +79219405400

Директор и главный судья соревнований – Строганов И.Л. +79219743545

Главный секретарь – Антипов М.Б.

2.3. Трасса для проведения соревнований: АО «Компания «Колос», ИНН 4703002168, КПП 470301001, (Курорт «Охта Парк»)

2.4. Соревнования не являются коммерческим предприятием и проходят на условиях самоокупаемости за счёт стартовых взносов и спонсорской поддержки.

3. Место и время проведения соревнований.

3.1. Дата проведения: 01.04. 2023 года с 09:00 до 13:00.

3.2. Место проведения: территория курорта «Охта Парк» (Ленинградская обл., Всеволожский р-н, дер. Мистолово, ул. Людмилы Кедринной)

3.3. Информация о действующих соревнованиях публикуется на сайте (http://toksovo-sport.ru/upski_sprint) и в соц. группе (<https://vk.com/sktoksovo>).

4. Участники соревнований.

4.1. К участию в соревнованиях допускаются все желающие, старше 7 лет, независимо от пола и места проживания, согласные с данным Положением и оплатившие стартовый взнос.

4.2. Для участия в соревнованиях необходимо пройти предварительную регистрацию. Участники, не прошедшие предварительную регистрацию и своевременно не оплатившие стартовый взнос, к соревнованиям не допускаются.

4.3. Предварительная заявка подается на сайте: <http://www.o-time.ru> до 23:59 30.03.2023 года.

4.4. Регистрация участника действительна только после оплаты стартового взноса.

Для предварительной регистрации необходимо указать Фамилию, Имя, Отчество (полностью), год рождения, населенный пункт проживания и номер мобильного телефона.

Принимая участие в соревнованиях, участник дает согласие на использование своих персональных данных, в том числе фотографий с соревнований.

4.5. В день старта регистрация и оплата производится непосредственно в стартовом городке.

4.6. Участники должны иметь при себе документ, удостоверяющий личность.

5. Порядок и Правила проведения соревнований.

5.1. В зависимости от опыта и возрастной группы спортсменам предоставляется три дистанции:

Основная: дистанция 2000 метров свободным стилем: 1200 метров по равнине + 800 метров по склону вверх со средним градиентом 15 %. Набор высоты 57м.

Фитнес: дистанция 2500 метров свободным стилем. 1 круг без использования горнолыжного склона;

Детская: дистанция 1200 метров свободным стилем: 600 метров по равнине в одну сторону, далее разворот в обратную сторону. Без использования горнолыжного склона.

5.2. Порядок квалификационных и финальных стартов.

Основная дистанция:

Спортсмены основной дистанции стартуют в квалификации с интервалом в 15 секунд друг за другом. В финал попадает 6 человек. Если в 10-ти секундный интервал, после времени лидера, попадает 7 или 8 человек, то финал проводится среди данного количества спортсменов. Если в 10-ти секундный интервал попадают более 8 человек, то среди первых 12-ти из них проводятся два полуфинала, которые проходят перед финалами спортсменов-ветеранов. Из двух полуфиналов формируется группа финалистов в 6 человек.

В финальных соревнованиях спортсмены стартуют со своими стартовыми квалификационными номерами. Стартовая решётка формируется по предварительным результатам. Первые 30 метров запрещается использовать свободный стиль передвижения.

Старт и финиш основной дистанции не совпадают. Финиш происходит на горе. Спуск с горы не входит в зачет соревнований. Участники самостоятельно осуществляют этот маневр пешком (*не на лыжах*), по указанной организаторами траектории, соблюдая безопасность.

Фитнес и детская дистанция:

Старт на фитнес и детскую и дистанции группами по 10 человек. Старт и финиш расположен в одном месте. Квалификационных забегов не предусмотрено. Участники стартуют один раз.

5.3. Категории и возраст участников:

Мальчики	7-8 лет	Детская дистанция, 1200м
Мальчики	9-10 лет	Детская дистанция, 1200м
Мальчики.	11-12 лет	Детская дистанция, 1200м
Девочки	7-8 лет	Детская дистанция, 1200м
Девочки	9-10 лет	Детская дистанция, 1200м
Девочки	11-12 лет	Детская дистанция, 1200м
Юноши	13-14 лет	Основная дистанция, 2000м
Юноши	15-16 лет	Основная дистанция, 2000м
Юноши	17-18 лет	Основная дистанция, 2000м
Юниоры	19-20 лет	Основная дистанция, 2000м
Мужчины	21-39 лет	Основная дистанция, 2000м
Ветераны-мужчины	40-49 лет	Основная дистанция, 2000м
Ветераны-мужчины	50 лет и более	Основная дистанция, 2000м
Девушки	13-14 лет	Основная дистанция, 2000м
Девушки	15-16 лет	Основная дистанция, 2000м
Девушки	17-18 лет	Основная дистанция, 2000м
Юниорки	19-20 лет	Основная дистанция, 2000м
Женщины	21-39 лет	Основная дистанция, 2000м
Ветераны-женщины	40 лет и более	Основная дистанция, 2000м
Мужчины	с 16 лет и старше	Фитнес дистанция, 2500м
Женщины	с 16 лет и старше	Фитнес дистанция, 2500м

При количестве предварительных заявок участников в какой-либо группе менее 5 человек, эта группа объединяется с более младшей для ветеранских групп или с более старшей для юношеских и юниорских групп, по возрасту.

5.4. Во время соревнований участникам запрещается:

- использовать помощь сторонних лиц;
- стартовать с чужим номером;

- снимать номер на дистанции;
- покидать маркированную трассу;
- осуществлять спуск с горы на лыжах;
- употреблять спиртные напитки и прочие психотропные вещества;
- нецензурно выражаться при обращении к участникам, судьям, организаторам, волонтерам соревнований.

5.5. Все спорные моменты во время соревнований решаются судьями. В случае несогласия участника, участник и судья вправе обратиться к Главному судье соревнований, чье решение является окончательным.

6. Награждение победителей.

Участники, мужчины и женщины, занявшие 1-3 места в абсолютном зачете, награждаются дипломами и ценными призами. В возрастных группах награждение возможно, при условии более 5 человек в группе. Группа фитнес – награждение дипломами.

7. Регистрация и вступительный взнос.

7.1. Стоимость участия, рубли:

	Основная	Фитнес	Детская
по 31.12.2022	900	850	700
по 01.03.2023	1300	1300	900
по 30.03.2023	1600	1600	1300
В день старта	2100	2100	1600

Стоимость перезаявки другого участника вместо заявленного - 300 руб (через почту орг. комитета).

7.2. 31 марта заявки не принимаются.

7.3. Стартовый взнос идёт на погашение затрат связанных с организацией соревнований и не может быть возвращён участнику в случае его отказа от участия.

7.4. Финансирование осуществляется за счет Организатора и стартовых взносов участников соревнований.

8. Стартовый пакет.

Оплатившим стартовый взнос, предоставляется:

- Пользование услугами курорта «Охта Парк» (бесплатная парковка, туалеты, прогулка по парку);
- подготовленная и размеченная трасса;
- хронометраж;
- стартовый номер-майка (с возвратом на финише);
- камера хранения личных вещей;
- работа фотографа;
- медицинское обслуживание;
- закончившим дистанцию – именной диплом участника в электронном виде;
- атмосфера праздника и отличное настроение.

9. Результаты.

9.1. Участники, не закончившие дистанцию, обязаны поставить в известность судей о сходе с дистанции.

9.2. Предварительный протокол результатов спринта будет доступен на информационном стенде в центре соревнований и ON-LINE на сайте www.o-time.ru

9.3. Официальный протокол результатов и дипломы участников будут доступны на сайте www.o-time.ru с 02.04.2023 года.

10. Регламент соревнований (предварительный).

Уточненный регламент будет опубликован в группе <https://vk.com/sktoksovo> 31 марта с учетом заявленных спортсменов.

9:00-10:20	Получение номеров в здании проката
10:00-10:40	Квалификационные забеги основной дистанции. Интервал 15 сек.
10:30-11:00	Старты детской дистанции по группам.
10:40-11:00	Старты фитнес дистанции по группам.
11:00:00	Финал ветераны-женщины
11:05	Финал ветераны-мужчины 50 лет и более
11:10	Финал ветераны-мужчины 40-49 лет
11:15	Финал девушки
11:20	Финал юноши
11:25	Финал юниорки
11:30	Финал юниоры
11:35	Финал женщины
11:40	Финал мужчины
12:00	Награждение на площади курорта «Охта-парк»

Оргкомитет вправе изменить регламент в силу непредвиденных обстоятельств, включая погодные условия.

11. Календарь соревнований «Спортклуба Токсово» в 2023 году:

- 11 февраля — Зимний триатлон, биатлонное стрельбище СКА, Токсово;
- 1 апреля - UpSki Sprint, Лыжный спринт в гору (Горнолыжный курорт Охта-парк);
- 24 июня - SwimRun, Токсово;
- 9 июля - Хепо кросс-кантри Триатлон, биатлонное стрельбище СКА, Токсово;
- 22-23 июля - [Swimcup](#), Токсово, оз.Хепоярви;
- 5 августа - Auroga SwimRun (Поляны, Семиозерье);
- 8 октября - [Хепо Кросс-поход](#) (с палками и рюкзаком);
- 5 ноября - [Night Trail & Ride](#) ночной полумарафон.

Данное положение является основанием для командирования спортсменов для участия, в «UpSki Sprint - Лыжный спринт в гору».