



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении соревнований по кросс-кантри триатлону,**  
**посвященному 525-летию поселка Токсово**  
**«Хепо-триатлон 2025»**

**26 июля 2025 г**  
**Токсово, Ленинградская обл.**



## 1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение регулирует вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований по кросс-кантри триатлону «Хепо-триатлон» (далее соревнования).

1.2. Проведение соревнования преследует следующие цели:

- выполнение Распоряжения Правительства РФ от 24 ноября 2020 года N 3081-р [Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года] о том, что спортом должно заниматься 70% населения;
- пропаганда физической культуры и спорта, вовлечение всех групп населения в систематические занятия спортом;
- определение сильнейших участников в различных возрастных группах;
- популяризация кросс-кантри соревнований;
- воспитание культуры спортивного времяпровождения на открытом воздухе у любителей и начинающих спортсменов;
- активизация борьбы с угрожающими здоровью населения привычками – курением, употреблением алкоголя, наркотиков.

1.3. Основные задачи:

- популяризация зоны отдыха на территории МО Токсово, Всеволожского р-на Ленинградской области;
- пропаганда физической культуры, спорта и здорового образа жизни в регионе;
- совершенствование мастерства и выявление сильнейших спортсменов Санкт-Петербурга и Ленинградской области;
- создание имиджа МО Токсово ориентированного на активное развитие массового спорта, соответствующего международным стандартам.

1.4. Регистрируясь на соревнования и оплачивая стартовый сбор участник гарантирует, что:

- он/она ознакомлен с регламентом соревнований и правилами посещения объекта, на котором проходят соревнования.
- участник дает разрешение на размещение своей Фамилии Имени Отчества, года рождения и результата на сайте хронометража соревнований и официальном сайте соревнований.

Регистрируясь на соревнования, оплачивая стартовый взнос и заполняя расписку об отказе от претензий перед стартом, участник дает согласие на использование персональных данных исключительно в целях формирования стартового и финишного протокола, рассылки информации о стартах и мероприятиях «Спортклуба Токсово», а также на хранение всех вышеназванных данных на электронных носителях. Также данным согласием я разрешаю сбор моих персональных данных, их хранение, систематизацию, обновление, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законом Российской Федерации.

## 2. Организаторы соревнования

2.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнования осуществляет организационный комитет "Спортклуба ТОКСОВО" (далее — Организатор).

2.2. Организатор отвечает:



- за подготовку документов и материалов;
- информационное обеспечение участников;
- обеспечение судейства;
- предоставление призов для вручения победителям и призерам;
- организацию мер безопасности.

2.3. Соревнования проводятся при содействии администрации МО Токсово Всеволожского р-на Ленинградской области.

### **3. Обеспечение безопасности участников и зрителей.**

3.1. При регистрации каждый участник соревнования предъявляет заполненную расписку об осознании личной ответственности. В расписке участники подтверждают, что их участие является добровольным, и они осознают все риски, связанные с участием в соревновании. Участники снимают с организаторов всю ответственность за возможные травмы и увечья, полученные ими в ходе соревнования. Участники обязуются неукоснительно выполнять все требования контролеров и волонтеров соревнования.

Бланк расписки будет доступен на регистрации и выложен в группе соревнований.

3.2. В районе соревнований будет дежурить медицинский сотрудник.

3.3. Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии:

- 1) договора (оригинал) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев,
- 2) медицинской справки (оригинал) которые представляется в мандатную комиссию на каждого участника соревнований и остаются в архиве Организатора,
- 3) расписки участника о собственной ответственности. Если участнику нужны оригиналы договора и справки, они вместе с ним предоставляют копию.

### **4. Место, сроки проведения.**

4.1. **Место проведения:** Ленинградская область, Всеволожский район, МО «Токсовское городское поселение», ул. Офицерская, озеро Хепоярви, биатлонный комплекс «ЦСКА».

4.2. **Дата:** 26 июля 2025 года,

4.3. **Время стартов:**

- Короткая дистанция - 11:00;
- Основная дистанция - 13:00.

### **5. Дистанции**

#### **Основная дистанция:**

- Плавание: 1 км - 1 круг (с выходом на берег);
- Горный велосипед: 27 км (3 круга по 9 км);
- Бег: 9 км (3 круга по 3 км).

Контрольное время - 3ч 30мин.

#### **Короткая дистанция:**

- Плавание 0,3 км - point to point;
- Горный велосипед: 9 км - 1 круг;
- Бег: 3 км - 1 круг.

Контрольное время - 1ч 30мин.

#### **Описание дистанции:**



- Плавание: озеро Хепоярви, залив Аунеланлахти.

Старт короткой дистанции – с пляжа «Северного склона», финиш - пляж биатлонного комплекса «ЦСКА».

Старт/финиш длинной дистанции - пляж биатлонного комплекса «ЦСКА».

- Велосипед – круг 9 км: часть круга «Токсовского веломарафона».
- Бег – круг 3 км: лесные грунтовые дороги, прилегающие к озеру Хепоярви.

*При неблагоприятных погодных условиях дистанция плавания может быть сокращена.*

**Схема дистанций в приложении.**

## **6. Программа соревнования.**

6.1. Расписание соревнования на 26 июля 2025 года

09:00 – 10:45 – регистрация участников и выдача стартовых пакетов на короткую дистанцию – судейский домик, биатлонное стрельбище «ЦСКА»;

10:00 – 10:50 – открытие ТЗ на короткую дистанцию. В транзитную зону участники размещают свой велосипед, обувь, шлем и другое необходимое для этапов снаряжение.

Доступ в ТЗ только для участников с номерами!

10:30 – 12:40 – регистрация участников и выдача стартовых пакетов на длинную дистанцию;

11:00 – старт на короткую дистанцию;

12:00 – открытие ТЗ основной дистанции;

12:30 – награждение победителей на короткой дистанции;

12:50 – закрытие ТЗ основной дистанции;

13:00 – старт на длинную дистанцию;

16:00 – награждение победителей основной дистанции;

17:00 – закрытие соревнований.

6.2. Группы участников

**Участие личное, командного зачета не предусмотрено.**

Личное первенство среди участников определяется в следующих категориях мужчины и женщины (учитывается возраст участника Соревнований на 31 декабря текущего года):

Основная дистанция:

Участники в возрасте 18-29 лет;

Участники в возрасте 30-39 лет;

Участники в возрасте 40-49 лет;

Участники в возрасте 50-59 лет;

Участники в возрасте 60 и старше

Короткая дистанция:

Участники в возрасте 14-17 лет;

Участники в возрасте 18-29 лет;

Участники в возрасте 30-39 лет;

Участники в возрасте 40-49 лет;

Участники в возрасте 50-59 лет;



Участники в возрасте 60 и старше

Спортсмены возрастом 14-17 лет допускаются на старт с письменного разрешения родителей и в их присутствии на месте мероприятия !

В случае малого числа участников в одной возрастной группе (4 и менее), группа объединяется с соседней.

Участникам\_обеспечивается:

- размеченная трасса,
- стартовый номер,
- электронный чип,
- медицинская помощь,
- помощь на воде,
- питание на трассе и после финиша,
- закончившим гонку – эксклюзивная медаль финишера,
- место и время в протоколе,
- диплом в электронном виде на сайте [www.o-time.ru](http://www.o-time.ru).

Каждый участник обязан:

- заверить подписью ответственность за свое здоровье;
- иметь технически исправный велосипед, купальный костюм, обувь для бега;
- носить застёгнутый велошлем, в течение всей гонки, на велоэтапе;
- корректно прикрепить электронный чип на ногу и носить его в течение всей гонки. При утере электронного чипа компенсировать его стоимость (5000 рублей).
- корректно прикрепить стартовый номер на майку или специальный пояс. На вело-этапе номер должен быть сзади, на беговом этапе - спереди участника.

## 7. Стартовые взносы и регистрация

7.1. Шаг 1. Заполнить форму на [www.o-time.ru](http://www.o-time.ru)

7.2. Шаг 2. Он-лайн оплата банковской картой.

7.3. Предварительная регистрация открыта по 24 июля включительно. 25 июля регистрация не проводится!

7.4. Предварительная заявка без оплаты не считается принятой! В день старта принятые, но не оплаченные заявки аннулируются и требуют вторичного оформления!

7.5. Стартовый взнос не возвращается.

7.6. Перерегистрация до старта (изменение дистанции, фамилии участника) - 1000р, на месте соревнования – 2000р.

### Стартовые взносы:

|                       | Основная дистанция | Короткая дистанция |
|-----------------------|--------------------|--------------------|
| При оплате по 01 мая  | <b>4000</b>        | <b>3000</b>        |
| При оплате по 01 июня | <b>5000</b>        | <b>4000</b>        |



|                       |             |             |
|-----------------------|-------------|-------------|
| При оплате по 25 июля | <b>6000</b> | <b>5000</b> |
| В день старта         | <b>7000</b> | <b>6000</b> |

## 8. Правила гонки

Правила соревнований соответствуют правилам Международной Федерации триатлона (ITU) для олимпийской дистанции.

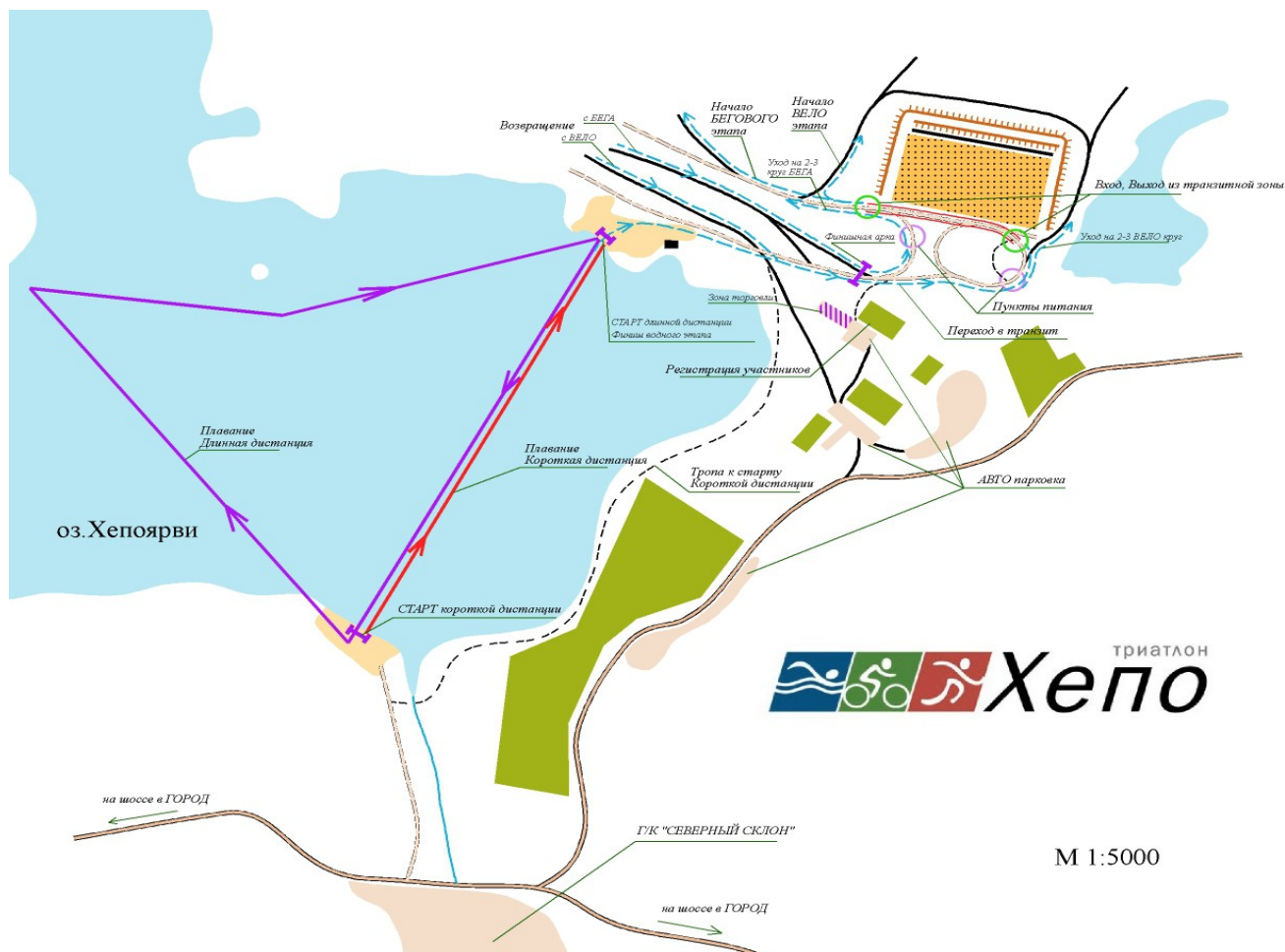
- Лидирование на велоэтапе разрешено.
- Использование шлема обязательно.
- Запрещается езда на велосипеде в транзитной зоне.
- На выходе из ТЗ на участнике должен быть надет и застёгнут шлем, надет номер.
- Гидрокостюм разрешён при температуре воды ниже 25°C. При температуре ниже 18°C - гидрокостюм обязателен.
- Участники, нарушающие правила соревнований награждаются пятнадцатиминутным штрафом на финише!
- Полные финишные протоколы составляются для обеих дистанций в порядке времени от старта до финиша участников, учитывается время нахождения в ТЗ (таймер не останавливается).

## 9. Награждение

Награждение производится по возрастным группам - первые три места.

## 10. Организационный комитет

Председатель оргкомитета - Петров О.Л. +79219405400      [olpetrov@mail.ru](mailto:olpetrov@mail.ru)  
Электронный хронометраж О-Тайм      +78129707993      [mail@o-time.ru](mailto:mail@o-time.ru)




М 1:5000





# Схема велосипедного и бегового круга

Движение против часовой стрелки

 Велосипедный круг 9 км

 Беговой круг 3 км

Участники основной дистанции преодолевают  
по 3 круга Вело и Беговой дистанции

