

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Областные соревнования «Лемболовский «Осенний марафон» (далее – соревнования) проводится в соответствии с календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Ленинградской области на 2026 год.

1.3. Непосредственное проведение соревнований возлагается на:

- Региональную спортивную общественную организацию «Федерация спортивного туризма Ленинградской области» (далее - РСОО «ФСТ ЛО»);
- Спортивный клуб «Атлетико».

тестирования на указанных спортивных мероприятиях в соответствии с порядком проведения допинг-контроля.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся 25 октября 2026 года во Всеволожском районе Ленинградской области. Центр соревнований находится в 400 метрах от ж.д. станции Лемболово.

Трассы легкоатлетического кросса и северной ходьбы проходят по грунтовым дорогам.

3. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

3.1. Легкоатлетический кросс: на дистанции 20 км, 10 км, 4км, 2 км

09.30 - 11.30 регистрация, выдача номеров

11.00 – старты участников на дистанции

14.30 – награждение победителей и призеров

15.00 – закрытие соревнований

Легкоатлетический кросс «Осенний марафон» проводится на дистанциях:

дистанция - 20 км (2 круга)

дистанция -10 км (1 круг)

дистанция - 4 км (2 круга)

дистанция - 2 км (1 круг)

Детские забеги «Рыжий кот»

Дистанция-100м

Дистанция -2 км

Дистанция -4 км.

3.2. **Северная ходьба «Осенний марафон»** проводится на дистанции 6 и 2 км

09.30 - 11.30 регистрация, выдача номеров

11.25 – старты участников на дистанции

14.30 – награждение победителей и призеров

15.00 – закрытие соревнований

Соревнования проводятся на круге 2 км круг средне - пересеченный, по лесным и грунтовым дорогам и тропинкам.

4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

4.1.К участию в фестивале допускаются все желающие спортсмены любители, прошедшие в установленном порядке регистрацию.

Участники соревнований несут полную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чем расписываются при подаче заявки на участие.

4.2. Возрастные группы на основной дистанции (20 км):

Года рождения	Возраст	Дистанция	Группы	
			Мужские	Женские
2008-1987г.р.	18-39 лет	20 км	20М	
1986г.р.и старше	40 лет и старше	20 км	М 40	
2008-1987г.р.	18 -39 лет	20 км		20Ж
1986г.р.и старше	40 лет и старше	20км		Ж40

4.3. Возрастные группы на дистанции (10 км):

Года рождения	Возраст	Дистанция	Группы	
			Мужские	Женские
1966г.р.и старше	60лет и старше	10 км	М 60	
1976г.р.и старше	50 лет и старше	10 км		Ж50
2008-1977г.р.	18-49 лет	10 км		10Ж
2008–1967г.р.	18- 59 лет	10 км	10М	

4.4. Возрастные группы дистанции (4 км):

Года рождения	Возраст	Дистанция	Группы	
			Мужские	Женские
2008 и старше	18 и старше	4 км	4МФ	4ЖФ

4.5. Возрастные группы дистанции (2 км):

Года рождения	Возраст	Дистанция	Группы	
			Мужские	Женские
2008г.р. и старше	18 и старше	2 км	2МФ	2ЖФ

Детские забеги «Рыжий кот»

Дистанция 100м – дети 6 лет и младше (без награждения, сладкий приз на финише, забег бесплатный, медаль можно приобрести на регистрации).

Возрастные группы детского забега «Рыжий кот». **Дистанция 2 км:**

М 9, Ж 9 (2017-2020 г.р, 6-9 лет)

М11, Ж11 (2016-2015 г.р, 10-11 лет)

М13,Ж13 (2014-2011 г.р, 12-13 лет)

Возрастные группы детского забега «Рыжий кот». **Дистанция 4 км:**

М17,Ж17 (2012-2009 г.р, 14-17 лет)

4.6. Соревнования по северной ходьбе «Осенний марафон» проводятся в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм», на дистанциях:

-дистанция 6 км (3 круга). ОКВ -50 мин.

-дистанция 2 км (1круг). ОКВ-25 мин.

Система судейства безштафовая.

К участию в соревнованиях допускаются все желающие спортсмены любители, владеющие техникой северной ходьбы, прошедшие в установленном порядке регистрацию.

Участники соревнований несут полную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чем расписываются при подаче заявки на участие.

Участники соревнований должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и палками для северной ходьбы.

Возрастные группы на дистанциях:

Года рождения	Возраст	Дистанция	Группы	
			Мужские	Женские
2008 г.р. и старше	18 лет и старше	6 км	хМ	хЖ
1976г.р. и старше	50 лет и старше	6 км	хМ 50	хЖ 50
1956 г.р. и старше	70 лет и старше	2 км	хМ 70	хЖ70
марш здоровья (без награждения)	6 лет и старше	2 км	2СХМ	2СХЖ

На дистанции 2 км соревнования проводятся на круге средне - пересеченном, по лесным и грунтовым дорогам и тропинкам.

Основная дистанция 6 км, круг средне - пересеченный, по лесным и грунтовым дорогам и тропинкам, имеются крутые спуски и подъемы.

4.7. Участникам обеспечивается: размеченная трасса, стартовый пакет, электронный хронометраж, первая медицинская помощь, горячий чай на финише, пункт питания на дистанции 20 км. Закончившим гонку место и время в протоколе, камера хранения вещей, фото с мероприятия, медаль финишера.

4.8. Каждый участник обязан:

-заверить подписью ответственность за свое состояние здоровья и физическую подготовку;

-соблюдать правила соревнований;

-корректно прикрепить стартовый номер и обеспечить возможность его прочтения в течение всего соревнования;

-в случае схода с дистанции сообщить об этом судьям на финише или на дистанции;

-сдать электронный чип на финише

4.9. Обязательным условием регистрации участника и получения нагрудного номера является предъявление справки от врача о медицинском допуске и сдача заполненной регистрационной карточки с росписью о личной ответственности за свою физическую подготовку и состояние здоровья. Договор о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев.

Участники моложе 18 допускаются к фестивалю по решению оргкомитета, при обязательном условии предоставления справки от врача о медицинском допуске и в сопровождении законных представителей (родителей, опекунов, тренеров).

24 октября 2026 года заявки и перезаявки не принимаются.

Перерегистрация (изменение дистанции, ФИО, год рождения участника) до 23 октября производится самостоятельно по ссылке, полученной в письме активации или письмом на mail@o-time.ru

5. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Результат легкоатлетического кросса и северной ходьбы определяется по времени, согласно Правилам соревнований по легкой атлетике и спортивного туризма дисциплины северная ходьба.

Победители и призеры соревнований в своих возрастных группах награждаются дипломами и медалями. Дополнительно, партнерами соревнований могут быть предоставлены призы.

Все участники, закончившие дистанцию, награждаются медалью финишера.

6. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ ЗАБЕГА И РЕГИСТРАЦИОННЫЙ ВЗНОС

Участник считается зарегистрированным, если он заполнил заявку на странице мероприятия на сайте <https://reg.o-time.ru> и оплатил стартовый взнос. Размер регистрационного взноса для участников Забега составляет:

До 23.10.2026 включительно

Бег 2 км- 1200 руб.

Бег 4 км- 1300 руб.

Бег 10 км -2500 руб.

Бег 20 км - 3 000 руб.

Северная ходьба 4 км СХ -1200 руб.

Северная ходьба 6 км СХ- 1500 руб.

При оплате на старте в день проведения Забега стоимость регистрационного взноса на любую дистанцию в личном зачете составляет 3000 руб. только при наличии свободных слотов.

Организаторы оставляют за собой право вносить изменения в настоящее Положение.

Положение является официальным вызовом на соревнования.