



ПОЛОЖЕНИЕ **о соревнованиях по северной (скандинавской) ходьбе**

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся с целью популяризации северной (скандинавской) ходьбы, как доступной и увлекательной формы физических упражнений, пропаганды здорового образа жизни и активного досуга, привлечения жителей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

2. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство по подготовке и проведению соревнования осуществляет Клуб спортивного ориентирования «Роза ветров».

3. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся **7 июня 2025 года** в районе пос.Слюдорудник.
Центр соревнований – лыжный стадион спортивно-туристического центра «Провинция».
Регистрация участников и выдача номеров проводится в центре соревнований с 9.00 до 10.30.
Начало соревнований в 11.00.

4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в Соревнованиях допускаются все желающие в возрасте 15 лет и старше, имеющие необходимую физическую подготовку.

Возрастные группы:

- Мужчины, женщины 39 лет и младше (1986 г.р. и младше)
- Мужчины, женщины 40 лет и старше (1985 г.р. и старше)

Участники соревнований несут полную личную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, а также предупреждены в том, что фото-видео материалы с ними могут быть использованы в социальных сетях, средствах массовой информации, в чём расписываются при регистрации на участие в соревнованиях.

5. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Длина дистанции определяется, в зависимости от возрастной группы участников соревнований и будет указана в технической информации.

Участники соревнований должны передвигаться по дистанции, используя технику скандинавской ходьбы: участник должен использовать палки для передвижения по всей дистанции рациональным, правильным и техничным способом. Одна нога и одна палка во время движения всегда сохраняет контакт с опорной поверхностью.

Запрещены: бег, прыжки и имитация лыжного хода, несение палок без использования. Обгон разрешается в любом месте дистанции, за исключением опасных ситуаций скопления участников соревнований на одном участке дистанции. Ответственность за безопасный маневр лежит на обгоняющем.



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**Фонда поддержки
гражданских инициатив
Южного Урала**



Провинция
спортивно-туристический центр

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами, медалями и призами.

7. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ВОПРОСЫ

Для участия в соревнованиях необходимо подать предварительную заявку с указанием: фамилии, имени, группы, года рождения до 20.00 6 июня 2025 года через онлайн-систему ORGEO по адресу: <https://orgeo.ru/event/info/43017>

Участие в соревнованиях бесплатное.

Проект реализуется с использованием гранта Губернатора Челябинской области на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом поддержки гражданских инициатив Южного Урала.

Контакты:

Телефон +79227022512, e-mail: stranavostoka@yandex.ru

Страница в телеграмме: https://t.me/health_trails



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**Фонда поддержки
гражданских инициатив
Южного Урала**



Провинция
спортивно-туристический центр