

**ПРАВИЛА**  
**безопасного преодоления дистанции по спортивному ориентированию**  
**в условиях городской застройки!**

1. Выбегая на дорогу, где **МОГУТ** появиться автомобили, посмотреть в обе стороны и/или снизить скорость, дабы избежать столкновения с ними, особенно, когда видимость пересекаемой дороги ограничена. В случае, если на вашем пути встретился движущийся автомобиль или мотоцикл, обехать его сзади. Если автомобилей/мотоциклов несколько – пропустить их и только затем продолжить движение.
2. По возможности передвигаться **ВНЕ** дорог, где могут появиться автомобили, мотоциклы, по тротуарным дорожкам. Если дорожек нет, или там много пешеходов, двигаться **ПО КРАЮ** проезжей части, навстречу транспорту, соблюдая осторожность.
3. Выбегая из-за угла здания, снизить скорость, оценив, нет ли за углом пешеходов, велосипедистов, а также пешеходов с детскими колясками.

**Пешеходы и мамы с колясками имеют преимущество!!! Уважайте жителей!**

4. Не наступать на цветочные клумбы, а также на участки, огороженные низким (около 40 см) забором. Уважайте труд граждан!

**Помните: ваше здоровье и ваша жизнь дороже потерянных секунд!!!**

**Не рискуйте!**



## **ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ**

### **Тренировочный старт «Дубль»: КРОСС-СПРИНТ + «О-Мобайл»**

г. Ростов-на-Дону, «Парк Осенний и окрестности»

10 августа 2025 г.

(Старт с 10.00, по готовности.

Регистрация участников с 09.45 в стартовом  
городке «О-Мобайла»)

### **МЕСТНОСТЬ:**

- городская территория + придворовые территории, занимают 85% всей карты.
- в небольшом количестве присутствует частный сектор и лес
- дорожная сеть развита хорошо
- рельеф на полигоне присутствует ложинами небольших размеров на юге карты, максимальный перепад высоты на местности 15 метров.
- на дистанции запланировано пересечение асфальтовых дорог с малоинтенсивным движением. Несмотря на малоинтенсивность, будьте предельно внимательны, это город!!!

### **КАРТА:**

- многоцветная, не герметизирована (файлы на старте)
- масштаб 1: 3000 на всех дистанциях
- сплошные горизонталы проведены через 2,5 метров
- подготовил Руденко Василий в 2022-2025 году.
- формат А4

## ПРОГРАММА ТРЕНИРОВКИ:

- с 10:00 – Дистанция КРОСС-СПРИНТ в двух вариантах: длинная дистанция и короткая дистанция, старт закрывается в 10:45, в 11:15 закрывается финиш. Дистанция будет стоять еще пару часов, будет возможность стартовать и фиксировать свое время самостоятельно.
- с 11:30 – Дистанция О-Мобайл. Участники стартуют в паре. С помощью мобильного телефона, в формате эстафеты, пара поочередно проходит дистанцию спортивного ориентирования. Запрещается выносить карту с территории стартового городка. Запрещается фотографировать карту и ее перерисовывать. Дистанция будет работать до 13:00
- Параллельно с дистанцией «О-Мобайл» можно будет пробежать еще одну дистанцию КРОСС-СПРИНТ 2 по точкам «О-Мобайла»

## ОПАСНЫЕ МЕСТА:

- Асфальтовые дороги придворовых территорий с малоинтенсивным движением.
- Бельевые веревки, растянутые между столбами на придворовых территориях.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

- Обувь с металлическими шипами разрешена!!!
- Туалет расположен в парке. Туалет платный, стоимость 20 рублей.
- Предположительно: Отметка на старте планируется посредством фломастера в карте, либо карточке участника!!! Контрольный пункт будет представлять из себя кусок баннера (30 на 30 см в цветах классической ориентировочной призмы), который будет прикреплен в точке КП. На баннере отображен номер КП и рядом висит фломастер на веревочке.

## ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ПАРАМЕТРЫ ДИСТАНЦИЙ

	Длина дистанции и количество КП	
<b>КРОСС-СПРИНТ</b> Длинная	2650 м.	21 КП
<b>КРОСС-СПРИНТ</b> Короткая	1510 м.	14 КП
<b>О-Мобайл</b> (каждый круг)	1280 м.	11 КП
<b>КРОСС-СПРИНТ 2</b> (По точкам «О-Мобайла»)	2000 м.	18 КП

## КОНЦЕПЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО СТАРТА

Условно, полигон «Осенний парк» разделен на две карты улицей Киргизская. Дистанции КРОСС-СПРИНТ (Длинная и короткая) с 10:00 будут на северной части карты, на участке с собственно самим парком «Осенний».


С 11:30 в стартовом городке начнется «О-Мобайл» и КРОСС-СПРИНТ 2. Карта – южный участок от улицы Киргизская. В 13:00 все дистанции и контрольные пункты начнут сниматься!

На данном старте будет применяться система фломастером в карточке участника. На каждом пункте расположена призма (баннер 30 на 30 см с классической бело-оранжевой раскраской) и фломастер на веревочке (предварительно, возможны изменения!)

Расходы по организации и проведению соревнований несет проводящая организация. Оплата стартового взноса по системе ДОНАТ. Размер стартового взноса каждый участник определяет самостоятельно. Легенды КП впечатаны в карту в виде символов.

Старт от стартовой линии. Финиш на финишной линии.

 **С** - обозначен старт на карте – он же, Пункт К

 **Ф** – обозначен на карте, совмещен с точкой старта.

**Каждый участник тренировки обязан пройти через финиш!**  
**УДАЧНОГО ВАМ ФИНИША!**