



## Предварительный регламент проведения

### Лыжная гонка «Алёшинская лыжня»

**15 марта 2025 года**

**Стиль передвижения – свободный**

**Место проведения: Лукинская лыжная трасса,  
Ново-Переделкино, ул.Федосьино, д.20**

#### 1. Цели и задачи

- пропаганда и популяризация здорового и активного образа жизни, привлечение широких слоев населения всех возрастов к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация занятий лыжными гонками как средством комплексного физического воспитания и общего развития;
- выявление сильнейших среди участников мероприятия, повышение спортивного мастерства.

#### 2. Сроки и место проведения

Лыжная гонка «Алёшинская лыжня» проводится 15 марта 2025 года на Лукинской лыжной трассе.

Как добраться: Ново-Переделкино, ул.Федосьино, д.20.

Место стартового городка: помещение лыжного клуба «Ново-Переделкино» на Лукинской лыжной трассе.

#### 3. Организаторы

Подготовку трассы и организацию мероприятия осуществляет Лыжный клуб «Ново-Переделкино».

Контакты организаторов – телефон 925-05-04-033, 926-553-78-62

Электронная почта [skiclubnp@gmail.com](mailto:skiclubnp@gmail.com)

Официальный сайт - <https://vk.com/skiclubnp>

#### 4. Участники

К участию приглашаются все желающие, способные преодолеть дистанции, и не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам.

#### 5. Дистанции и возрастные группы

**Дистанция 500 м.** - 1 круг;

Возрастные группы: 2015 и мл.

**Дистанция 3600 м.** – 3 круга по 1200 м.;

Возрастные группы: 2011-2012, 2013-2014, 1963 и ст.

**Дистанция 5000 м.** – 5 кругов по 1200 м.

Возрастные группы: 2010-2009, 2008-2007, 2006-1985, 1984-1973, 1972-1964

## **6. Программа**

9:00-10:45	- выдача номеров участникам соревнований;
10:55	- открытие соревнований;
11:00	- старт 500 м.;
11:25	- награждение 500 м.;
11:30	- старт 3600 м.;
12:00	- старт 5000 м.;
13:30	- награждение 3600 м., награждение 5000 м.
14:00	- закрытие соревнований.

## **7. Регистрация**

Предварительная электронная регистрация участников будет производиться на сайте <https://orgeo.ru/event/info/41729> с момента опубликования настоящего Положения до 16:00 12 марта 2025 г.

В день проведения мероприятия регистрация проводиться не будет.

## **8. Условия проведения**

Стиль передвижения на всех дистанциях – свободный.

Старт на всех дистанциях – раздельный, по одному через 15 секунд.

На протяжении гонки на участниках должны быть надеты номера, полученные при регистрации.

Участник, сошедший с дистанции, должен в возможно более короткий срок явиться на финиш и заявить об этом судье на финише.

Во время передвижения каждый участник должен двигаться так, чтобы не создавать помех другим участникам.

Участники обязаны преодолеть всю дистанцию от старта до финиша в соответствии с разметкой трассы. В случае прохождения любого отрезка дистанции, ведущего к его сокращению (срезание дистанции), участник снимается с участия в соревнованиях.

## **9. Награждение**

Участники занявшие призовые места в возрастных группах, указанных в п.5 настоящего Положения, награждаются медалями, дипломами и ценными призами с разделением на результаты девочек и мальчиков.

## **10. Безопасность участников**

Во избежание случаев травматизма участники должны в обязательном порядке следовать указаниям судей и контролеров на дистанции.