

## **ПОЛОЖЕНИЕ** **о соревнованиях по северной (скандинавской) ходьбе** **«По тропам за здоровьем»**

### **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 **14 июня 2026 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 (1987 г.р. и младше)
- Мужчины, женщины 40 лет и старше (1986 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.

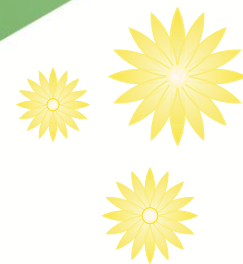
Участники соревнований должны передвигаться по дистанции, используя технику скандинавской ходьбы: участник должен использовать палки для передвижения по всей дистанции рациональным, правильным и техничным способом. Одна нога и одна палка во время движения всегда сохраняет контакт с опорной поверхностью.



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



**Провинция**  
спортивно-туристический центр



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.

## 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 19.00 13 июля 2026 года через онлайн-систему ORGEO по адресу: <https://orggeo.ru/event/53112>  
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](mailto:stranavostoka@yandex.ru)

Страница в телеграмме: [https://t.me/health\\_trails](https://t.me/health_trails)



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



**Провинция**  
спортивно-туристический центр