

## Интенсив-обучение «О-СПОРТ»

Уважаемые тренеры, спортсмены и их родители.

### !!!!!!! Информация !!!!!!!

С 27 по 28 июня на территории Гурьевского МО планируются тренировочные старты и занятия.  
План тренировок (возможны небольшие корректировки):

- 27.06. «**Безбилетный пассажир**». Кросс-выбор, время старта 14.00, место старта в районе пограничного столба.
- 27.06. «**Прогулка с новичками**». Занятие для новичков, 18.00, от площади Торжеств возле СШ Б.В. Непомнящего.
- 27.06. «**Черный кофе**» на ночь. Кросс-спринт, время старта 22.00, место старта площадь Торжеств возле СШ Б.В. Непомнящего.
- 28.06. «**Ластик**». Кросс–классика, время старта 11.00, место старта на горе возле Гурьевского водохранилища (ближайший адрес: ул. Морская, 5)

Старты планируются по сложности А, В, С. Просьба реально оценивать свои способности и силы при заявке. Заявляться можно в любую группу.

#### Примерные параметры дистанций (возможны изменения)

Название дистанции	Длина	Количество КП	Контрольное время	Масштаб карты
Кросс-выбор А		20	90	7500
Кросс-выбор В		20	90	7500
Кросс-выбор С		20	90	7500
Кросс–спринт А	4400	20	60	3000
Кросс–спринт В	2700	13	60	3000
Кросс спринт С	2300	13	70	3000
Кросс-классика А	5900	16	120	8000
Кросс-классика В	4200	12	120	6000
Кросс-классика С	2900	9	90	6000

Заявка на orgeo.ru <https://orgeo.ru/event/53162>

#### 27.06. «Безбилетный пассажир» Кросс-выбор

КП оборудован станцией электронной отметки, призмой, и лентой с билетами. Пассажир (спортсмен) прибывший на КП, делает отметку в станции и забирает себе один билет. Билет представляет собой самоклеющуюся этикетку с указанием номера КП и ценой. Пассажир берет себе **ОДИН** самый дорогой билет (если все билеты на КП разобрали, то вам просто не повезло). Победитель определяется по наибольшей сумме на билетах, при равенстве баллов учитывается время прохождения дистанции.

#### 27.06. «Прогулка с новичками»

Участники получают начальную подготовку ориентирования карты на местности, сличение ориентиров на карте и местности, определение линейных и точечных ориентиров. Правила безопасного поведения во время тренировок и соревнований.

Занятие на 45 минут.

## 27.06. «Чёрный кофе на ночь» Кросс-спринт

Участник допускается на старт с исправным индивидуальным фонарем (смартфон не является фонарем).

Старт раздельный с интервалом 1 минута, по стартовой станции.

КП оборудован станцией электронной отметки, призмой. Победитель определяется по наименьшему времени прохождения трассы.

## 28.06. «Ластик» Кросс–классика

На карте выборочно отсутствуют условные знаки.

- ✓ в **группе С** в карте отсутствует: вся растительность, кроме одиноко стоящих деревьев;
- ✓ в **группе В** в карте отсутствует: все искусственные объекты, кроме зданий и заборов;
- ✓ в **группе А** имеются участки карты, где отсутствует растительность, либо искусственные объекты.