



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении мероприятия

20 Сентября 2026

Двенадцатый Горный полумарафон «Пять Вершин»

Россия, Свердловская Область,

г. Среднеуральск, пос. Исеть.

Мероприятие «5Вершин» – это забег по пересеченной местности на дистанции 21, 14, 6 и 1 км, проходящий в Свердловской области пос. Исеть. Традиционно проводится в третье воскресенье сентября.

1.Цели

- популяризация и дальнейшее развитие данного вида спорта;
- повышение спортивного мастерства;
- общение с ведущими спортсменами города и области;
- выявление лучших и перспективных спортсменов свердловской области;
- популяризация массового активного отдыха на природе.

2.Руководство подготовкой и проведение.

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет: Спортивный клуб «5Вершин». Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, далее (Оргкомитет).

3.Расходы по организации и проведению соревнований.

Подготовка и проведение соревнования осуществляется за счет собственных средств Спортивного клуба «5Вершин». Расходы по приезду к месту старта, проживанию и питанию несут сами участники.

4.Время и место проведения.

Соревнования проводятся **20 сентября 2026 года.**

Свердловская область, окрестности г. Екатеринбурга, пос. Исеть

Место старта <https://yandex.ru/maps/-/CTqfMDZE>



Программа соревнований:

20 сентября 2026

- 07:00** - Открытие выдачи стартовых пакетов взрослые участники (Стартовая поляна)
- 09:20** – Завершение выдачи стартовых пакетов участникам на 21 км.
- 09:25** - Брифинг для участников на 21 км.
- 09:30** – Старт групп на 21 км (полумарафон)
- 09:50** – Завершение выдачи стартовых пакетов на 14 и 6 км.
- 09:55** – Брифинг для участников на 14 и 6 км.
- 10:00** – Старт групп на 14 и 6 км.
- 10:00 – 10:20** – Выдача стартовых пакетов на детскую дистанцию
- 10:30** – Старт детского забега 1 км (дистанция промаркирована сплошной сигнальной лентой по тропам и лесу).
- 13:00-13:30** – Церемония награждения и розыгрыш призов среди участников забега.

5. Участники соревнований.

Принимая участие в Соревновании, участник подтверждает, что:

- Регулярно проходит медицинские обследования в целях обеспечения безопасности участия в Соревновании для его здоровья,
- Не имеет каких-либо медицинских или иных ограничений по здоровью, которые могут подвергнуть опасности или ограничить его участие в Соревновании, в том числе не имеет противопоказаний к длительным физическим нагрузкам,
- Состояние его здоровья позволяет ему участвовать в Соревновании,
- Принимает на себя все риски и негативные последствия, связанные с нарушением данного условия.

Участник Соревнования обязуется подтвердить данное условие о состоянии здоровья путём предоставления медицинской справки, выданной по результатам проведённого медицинского обследования состояния здоровья, выданное физкультурно-спортивным диспансером или иным медицинским учреждением, имеющим лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине с заключением о разрешении участвовать в соревнованиях по бегу на дистанции не менее той, на которую регистрируется участник.

Справка должна быть оформлена в соответствии с пунктами. настоящего Положения.

Медицинская справка с заключением о разрешении участвовать в соревнованиях по бегу на дистанции не менее той, на которую регистрируется участник, необходима для участия в Соревновании на любой дистанции, кроме детского забега.

Возраст участника определяется по году проведения соревнования – на 31.12.2026

Без медицинской справки и согласия (взрослого участника), (детского участника) не будут допущены к Соревнованиям.

Скачать бланк медицинского допуска можно перейдя по ссылке

<https://disk.yandex.ru/i/2TDfOeKHa5DKOw>

Скачать бланк и заполнить согласия взрослого участника

<https://disk.yandex.ru/i/YTpUkPDJsagSng>

Скачать бланк и заполнить согласия детского участника

<https://disk.yandex.ru/i/YtI6-JZZC9SCPQ>

Участники освобождают Организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного повреждения или материального ущерба, понесенного ими в течение гонки и перед выдачей стартовых пакетов, заполняют

«Соглашение об освобождении от ответственности и компенсации ущерба».

Нужно скачать заранее и заполнить! При получении стартового пакета участник обязан предоставить распечатанные оригиналы документов:

- Оригинал удостоверения личности;
- Оригинал медицинской справки участника Соревнования, в том числе участника детских забегов, которая содержит печать медицинского учреждения, подпись и печать врача, дату выдачи, ФИО участника и заключение о том, что участник допущен к соревнованиям по бегу (или не имеет противопоказаний для участия в соревнованиях по бегу) на дистанцию забега или большую, или оригинал медицинской справки участника.

Справка должна быть оформлена в соответствии с требованиями Приказа Министерства здравоохранения РФ от 2020 г № 1144н «Медицинское заключение к участию в спортивных и тренировочных состязаниях», срок действия 1 год либо медицинская справка, выданная в свободной форме и подтверждающая наличие у участника 1 или 2 группы здоровья, срок действия 6 месяцев;

- Оригинал соглашения об освобождении от ответственности и компенсации ущерба

(образец размещён на сайте и в группе Вконтакте, его можно скачать и заполнить заранее);

- Полис страхования от несчастного случая на день Соревнования для участников (рекомендуем).

Для участников в возрасте до 18 лет:

- Оригинал удостоверения личности;
- Оригинал медицинской справки участника Соревнования, в том числе участника детских забегов, которая содержит печать медицинского учреждения, подпись и печать врача, дату выдачи, ФИО участника и заключение о том, что участник допущен к соревнованиям по бегу (или не имеет противопоказаний для участия в соревнованиях по бегу) на дистанцию забега или большую, или оригинал медицинской справки участника.

Справка должна быть оформлена в соответствии с требованиями Приказа Министерства здравоохранения РФ от 2020 г № 1144н «Медицинское заключение к участию в спортивных и тренировочных состязаниях», срок действия 1 год либо медицинская справка, выданная в свободной форме и подтверждающая наличие у участника 1 или 2 группы здоровья, срок действия 6 месяцев;

- Оригинал соглашения представителя несовершеннолетнего участника соревнования от родителей (законных представителей) (можно скачать заранее)

Получение стартового пакета возможно через доверенное лицо.

Доверенное лицо участника обязано предоставить:

- Копию удостоверения личности участника Соревнования;
- Удостоверение личности доверенного лица;
- Оригинал доверенности на имя доверенного лица, с собственноручной подписью участника Соревнования;
- Оригинал медицинской справки участника Соревнования, в том числе участника детских забегов, которая содержит печать медицинского учреждения,

подпись и печать врача, дату выдачи, ФИО участника и заключение о том, что участник допущен к соревнованиям по бегу (или не имеет противопоказаний для участия в соревнованиях по бегу) на дистанцию забега или большую, или оригинал медицинской справки участника.

Справка должна быть оформлена в соответствии с требованиями Приказа Министерства здравоохранения РФ от 2020 г № 1144н «Медицинское заключение к участию в спортивных и тренировочных состязаниях», срок действия 1 год либо медицинская справка, выданная в свободной форме и подтверждающая наличие у участника 1 или 2 группы здоровья, срок действия 6 месяцев;

- Оригинал соглашения об освобождении от ответственности и компенсации ущерба

(образец размещён в приложении)

- Полис страхования от несчастного случая на день Соревнования для участников всех дистанций, кроме детского забега;

- Для участников в возрасте до 18 лет дополнительно: оригинал соглашения представителя несовершеннолетнего участника соревнования от родителей (законных представителей). Образец размещён в приложении;

Копия медицинской справки принимается Организаторами только при предъявлении оригинала.

Оригинал справки можно будет забрать после финиша дистанции Соревнования.

Справка действительна в течение шести месяцев со дня выдачи

При отсутствии хотя бы одного документа стартовый пакет участника не выдаётся.

При отсутствии медицинской справки участник может получить только стартовый пакет финишную медаль участника

В соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ **№134н** основанием для допуска участника к соревнованиям является наличие у него медицинского заключения о допуске к участию в соревнованиях. Справки можно получить в поликлиниках по месту жительства. В справке допустима формулировка: "Допущен к массовым соревнованиям по бегу на дистанции:

Чтобы получить стартовый пакет, участники обязаны представить следующие документы:

- оригинал документа, удостоверяющего личность (паспорт, водительское удостоверение, свидетельство о рождении);

- оригинал и копию медицинской справки на имя участника, которая должна содержать:

- печать мед. учреждения и штамп «для справок»;

- печать и подпись врача;

- группу здоровья

- дату выдачи не ранее 30 мая 2026 год.

-формулировку о допуске к выбранной беговой дистанции (1, 6, 14, 21 или более км).

-Копия справки остается у организаторов. Если нет копии, тогда оригинал справки остается у организаторов. После финиша до окончания мероприятия можно забрать справки. После мероприятия справки не выдаются и не хранятся у организаторов.

-Участник должен бежать под своим номером. Передача стартового номера другому участнику ведет к дисквалификации.

Скачать согласие участника можно заранее по ссылке и в день старта сдать в зоне регистрации.

6. Предварительная техническая информация по горному забегу «Пять Вершин» 2026.

Участникам предлагается на выбор 3 дистанции:

Короткая, 6 км: участники - взрослые и юниоры до 18 лет (сильные юниоры). Линейный трек, финиш участников на вершине горы Мотаиха. После финиша участники двигаются на стартовую поляну. Возможно полное кольцо трека 2026

Половинка, 14 км: участники от 18 лет.
Трек в кольцо: г. Мотаиха, парк Исеть, Малые Черти, Чертово Городище.
2 пункта с водой+питание.
суммарный набор высоты – 550 метров.

Полумарафон, 21 км: участники от 18 лет.
Трек в кольцо: г. Мотаиха, парк Исеть, Малые Черти, Чертово Городище, скалы Петра Гронского.
2 пункта с водой+питание.
суммарный набор высоты – 900-1000 м.

Основная маркировка всех дистанций – белая краска в виде квадратов, дополнительно используется сигнальная лента и цветовой скотч, основные повороты с волонтерами.

Обязательное снаряжение на дистанции треков 14 км и 21 км:

Личный запас воды, запас углеводов (гели и т.д.)

Мобильный телефон.

Трассы забегов спланированы **БЕЗ ЭКСТРИМАЛЬНЫХ УЧАСТКОВ!**

Смотрите схему треков ниже

Появиться в положении номер № 2

7. Фотографии с трека забега:



Информация по тропам:

Основные хорошие лесные тропы, есть лесные просеки с пропашкой, без болот и бродов. **В этом году много воды есть заболоченные места.**

Первая часть трека как на 6,14,21 км проходит с достаточно большим набором высоты.

На тропах временами на спусках встречаются многочисленные россыпи камней. Наиболее сложный технический участок на скалах Малые черти, скорость передвижения может падать до 8-10 мин./ км. С горы Мотаих присутствует спуск с основной быстрой тропой и многочисленными россыпями маленьких камней, **передвигайтесь внимательно.**

Контрольное время на дистанции:

21 км	3:30 часа
14 км	2:30 часа
6 км	80 минут
1 км	15 минут

После завершения контрольного времени участник должен вернуться в стартовый городок

8.Пункты питания

21 км

Дистанция	км от старта	Номер пункта питания	Время закрытия	Снабжение
21 км Набор высоты 900 м	3.7 и 7.8 (обратный)	№1 (Белая- дорога)	12:30	Вода.
	12.5 км	№2 (Поворот на скалы Малые Черти) Основной пункт питания	13.30	Вода, сухофрукты, конфеты.
	Пункты питания (ПП)			
	21 км	№4 Финиш	15:00	Вода, чай, горячий обед.

14 км

Дистанция	км от старта	Номер пункта питания	Время закрытия	Снабжение
14 к Набор высоты 673 м.	7.5к	№2 2 (Поворот на скалы Малые Черти)	13:30	Вода, сухофрукты.
	Пункты питания (ПП)			
	14 к	№4 Финиш	15:00	Вода чай, горячий обед.

Участники пробегают по удивительным и красивым местам среднего Урала:

- скалы Петра Гронского; - горы в парке «Исеть»;
- гора Мотаиха;
- скалы Чертово Городище;
- скалы Малые Черти;
- другие горные хребты.
- красивая концовка трека (лесная тропа, по краю болотца), «Шведская тропа»

Вас ждут, как невероятные подъемы вверх, так и головокружительные спуски вниз. Спортивная дистанция будет проложена, по лесным тропам шириной от 1 до 3 метров в окружении векового соснового леса. Вам предстоит забежать в горнолыжный комплекс с перепадом высоты до 105 метров и пробежать горы, вершины которых венчают причудливые каменные палатки. Возраст гранитов, слагающих скалы, достигает 300 млн лет. Вы сможете насладиться завораживающими видами, почувствовать настоящие горы и преодолеть за 1 старт 5 вершин.

Треки на 14 и 21 км (для ознакомления, есть небольшие изменения в последней части трека!).

9. Возрастные группы и дистанция.

К участию в забеге на дистанциях 6 км, 14 км и 21 км допускаются мужчины и женщины, достигшие совершеннолетия – **18 лет!**

Дети (1 км): 2-3 года, 3-4 года, 5-6, 7-8, 9-10 и 11-12 лет.

Юниоры 12 лет – 18 лет. Группа в сопровождении взрослого участника + согласие от родителей. На треках 6 км и 14 км. Финиш участника считается вместе со взрослым участником. **ЮНИОРЫ БЕГУТ С ВЗРОСЛЫМ УЧАСТНИКОМ ОТ 18 ЛЕТ**

Мужчины и женщины

18-29 лет 6-14-21 км на выбор +Северная ходьба.

30-39 лет 6-14-21 км на выбор +Северная ходьба.

40-49 лет 6-14-21 км на выбор+Северная ходьба.

50-59 лет 6-14-21 км на выбор+Северная ходьба.

60+ лет 6-14 км на выбор +Северная ходьба.

Юниоры

10. Регистрация результатов

Результат участников соревнований фиксируется:

-ручной записью прихода судьями.

-**при получении номеров, большая просьба, номер не убирать из пакета. Это защита от дождя!!!**

Итоговые результаты публикуются на информационных порталах

<https://vk.com/5mountainsrussia>

<https://www.instagram.com/5mountainsrussia>

<https://www.ski66.ru>

Оргкомитет соревнований не гарантирует получения личного результата участников в следующих случаях:

- отсутствие герметичного пакета на номере,
- повреждение номера из-за отсутствия герметичного пакет;
- утрата стартового номера;
- финиш участника без номера.

11. Определение победителей и награждение.

Проходит награждение призами и грамотами по взрослым возрастным группам: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+.

Мальчики и девочки, юниоры награждаются по группам.

В случае неявки победителя или призера на награждение организаторы вправе распорядиться призом на свое усмотрение. **После награждения медали и дипломы не вручаются.**

12. Авторские права на фото и видеоматериалы

Каждый участник забега отказывается от любых претензий к организаторам, к партнёрам организаторов или к тем, кто делает информационное освещение гонки, относительно авторских прав на фото- и видеоматериалы, снятые во время соревнований, без каких-либо ограничений во времени, по типу носителя, по количеству или по средству распространения.

13. Проживание и питание:

Участники из других городов могут остановиться в загородном клубе «Солнечный берег», который расположен на берегу озера Исетское (3 км от места старта).

Сайт: www.sunbereg.ru

телефоны для бронирования и уточнения информации: 8 982 71 61 277, 8 (343) 378 98 87

г. Среднеуралск гостиница .Нега 8 343 6874903, гостиница Энергия 8 34335955078,

Или на стартовой поляне у дома лесника в своих палатках.

14. Порядок и сроки подачи заявок.

Заявка на участие принимается через сервис Orgeo.ru:

Просим всех участников пройти электронную регистрацию!

Если у вас возникли проблемы при регистрации, пишите, пожалуйста, на почту: mountainsrussia5@yandex.ru (нужно указать в каком забеге будете участвовать, № дистанции, группу, год рождения и команду).

15. Спонсоры и Партнеры.

Торговля на стартовой поляне по согласованию с организаторами.

16. Стартовый пакет включает:

- участие в гонке;
- питание на дистанции;
- подготовка дистанции;
- хронометраж;
- медаль финишера и медаль призера (в случае призового места в группе);
- горячее питание на финише;
- розыгрыш призов среди всех номеров;
- фото с дистанции;
- бонусы от партнеров забега.

17. Финансирование

Расходы по командированию участников, несут командирующие организации.

Соревнования проводятся на самоокупаемости и при поддержке партнеров.

Стартовый взнос для участия в соревнованиях составляет:

Группы	До 27.07.2026	До 27.08.2026	До 11.09.2026	После 11.09.2026 20.09.2026
Дети	1000	1100	1200	1400
Юниоры	1100	1200	1300	1400
Взрослые	2400	2600	2700	3000
Северная ходьба.	2400	2600	2700	3000

Заявка на портале <https://orgeo.ru/event/treiliset>

Заявка считается поданной, если пройдена электронная регистрация и оплачен стартовый взнос в день регистрации участника.

Лимиты трека – 300 участников

Стартовый взнос можно оплатить переводом на карту Сбербанка (+7 902 26 737 62) по номеру телефона. Брусницына Е.В.

При переводе средств указывайте ФИО, номер дистанции, год рождения, спортивный клуб, код регистрации с орgeo. Пожалуйста пишите комментарий в сообщении при переводе. Стартовый взнос участия невозвратный!

Возможен перенос взноса в размере 30 % на следующую серию забегов 5 Вершин.

mountainsrussia5@yandex.ru +7 919 392 50 14

Просим участников бежать с номерами (будет стартовый накопитель участников).

В случае отказа от участия участника в соревнованиях стартовый взнос не возвращается, возможен перенос на следующий этап серии с согласованием организаторов.

Перерегистрация:

Перерегистрация (передача стартового слота другому участнику) возможна только до 10 сентября 2026. Для этого необходимо написать письмо на mountainsrussia5@yandex.ru.

Взаиморасчеты участники осуществляют самостоятельно.

18. ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОТМЕНА СОРЕВНОВАНИЯ

Организатор оставляет за собой право изменять дистанции гонки и места расположения пунктов питания в любой момент.

При сильно неблагоприятных погодных условиях. Сильный дождь, температуры воздуха +5+8 Дистанции трека будут изменены на 14 км .

Событие может быть отменено, либо в него могут быть внесены изменения: при наличии неблагоприятных погодных условий непосредственно перед соревнованием (две недели) или во время него, которые ставят под сомнение безопасность проведения мероприятия и участников, решение об отмене соревнований, изменении маршрута или дистанции гонки принимается Организатором, по причине возникновения неблагоприятных, чрезвычайных, непредвиденных и непредотвратимых обстоятельств, которые нельзя было разумно ожидать, либо избежать или преодолеть, а также находящихся вне контроля Организаторов. В частности, к таким обстоятельствам относятся: стихийные бедствия (землетрясение, наводнение, ураган); порывы ветра свыше 15 метров в секунду (включительно); количество осадков 20 мм и более за 12 часов и менее; события, явления, которые Главное управление МЧС России по субъекту РФ признает экстренными и предупреждает об их возможном наступлении: пожар; забастовки; военные действия; террористические акты; диверсии; ограничения перевозок; запретительные меры государств; запрет торговых операций, в том числе с отдельными странами, вследствие принятия международных санкций; акты, действия/бездействия органов государственной власти, местного самоуправления; при возникновении других, не зависящих от воли Организаторов обстоятельства.

При наступлении или при угрозе наступления вышеуказанных обстоятельств, вследствие чего событие подлежит отмене либо изменению стартовые взносы не возвращаются. Участники, зарегистрировавшиеся для принятия участия в беговом событии, уведомляются СМС-сообщением на телефонный номер или письмом на электронный адрес, указанные в процессе регистрации или другим удобным способом. Стартовый взнос участников переноситься на следующий старт.

19. Схема проезда

На общественном транспорте:

Электropоезд Свердловск - Нижний Тагил, ехать до станции Исеть. Сойдя с поезда, пройдите метров 200 назад вдоль ж/д путей. Здесь вы увидите автомобильную дорогу, уходящую под небольшим углом направо. По ней нужно идти мимо промышленных предприятий. Постепенно дорога переходит в улицу Заводская, по которой нужно пройти до конца, после чего повернуть направо на ул. Мира (на ней стоят желтые двухэтажные дома). Метров через 50 после этого, после дома № 3 (перед продуктовым магазином) повернуть налево.

На личном транспорте:

Заезжая в поселок Исеть, двигаться по улице Заводской, далее по улице Мира до дома по адресу: Мира № 3, после него сразу свернуть налево (Висит синяя вывеска поворот на ПАРК ИСЕТЬ) и двигаться по грунтовой дороге прямо до дома лесника 200-400 метров, на место регистрации.

Первые участники, которые приезжают на своем автотранспорте просят сразу парковаться на парковке в доме лесника – заезжать прямо в ворота.

Ссылка на место регистрации участников забега:

56°58'02.0"N 60°21'20.5"E –Координаты старта.

Вся новая информация по забегу.

<https://vk.com/5mountainsrussia>

<https://www.instagram.com/5mountainsrussia>

Фотографии и протоколы 5 вершин 2015,2016,2017,2018,2019,2020.

https://vk.com/album-96616025_221081653

Видео, как это было Первый горный полумарафон 5 Вершин

https://youtu.be/qak4rJ_Wvxs

https://vk.com/video-96616025_171761307

https://vk.com/video121787778_456240062

20.Требования к участникам соревнований.

-Прочитать и понять данные Правила забега. Заявка на забег означает полное и безоговорочное принятие настоящих Правил.

-Участники освобождают организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного повреждения или материального ущерба, понесенного ими в течение гонки.

-Заявляясь на забег, Вы гарантируете, что Вы осведомлены о состоянии Вашего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.

-Организаторы оставляют за собой право дисквалифицировать

участников, замеченных в небрежном и грубом отношении к природе.
Весь мусор необходимо уносить с собой до финиша.

-Во время гонки стартовые номера всегда должны быть на участниках и прикрепляться поверх всей одежды.

-Участник, сошедший с дистанции, должен в максимально короткий срок связаться с организаторами и явиться на финиш.

До встречи на горном трейле «Пять ВЕРШИН»!

Попов Е.В. +7-919-392-50-14



Календарь: <https://5mountainsrussia.tilda.ws/>

Беговой клуб(Чат)<https://t.me/mountainsrussia>

Инстаграм <https://www.instagram.com/5mountainsrussia>