Утверждаю:

председатель ХКФСОО КЛБ «АМУР»

Акимочкина Ю.Л.

Положение о проведении новогоднего костюмированного забега в КЛБ «АМУР» «Вперед в новый год»

1. Общие положения.

Новогодний костюмированный забег «Вперед в новый год» (далее-забег) проводится в соответствии с календарем на 2019-2020г. КЛБ «АМУР» физкультурно-массовых и спортивных мероприятий .

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации здорового образа жизни;

- привлечения людей разных возрастов заниматься бегом;

- сплочения коллектива и дружеских отношений.

Задачи:

- популяризация легкой атлетики и бега на выносливость;

Место и сроки проведения.

Забег проводится: 21 декабря 2019 г.

Место проведения: легкоатлетический манеж на набережной им.Невельского , ул. Советская 1, корп. 6. (1 круг = 200 м).

Регистрация, выдача номеров и стартовых пакетов , раздевалки, туалет, находятся в помещении манежа.

Начало забега : в 17:30

Окончание забега: в 19:00

Организаторы забега.

Общее руководство по организации и проведению забега осуществляет ХКФСОО КЛБ «АМУР» , на которую возлагается подготовка и проведение забега.

Требования к участникам соревнований.

К участию в забеге допускаются лица, достигшие возраста 3 лет и старше. Участие спортсменов, моложе 18 лет, осуществляется при наличии письменного разрешения на участие со стороны родителей (официальных опекунов) и наличия у участника достаточного спортивного опыта для преодоления дистанции.

\*Дети 3-5 лет на дистанции 400 метров бегут в сопровождении родителя (представителя) .

Возраст спортсменов определяется по состоянию на 31 декабря 2019 года соревнований в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК).

На регистрацию необходимо иметь:

Медицинскую справку о допуске к соревнованиям на выбранную дистанцию.

-Справка должна быть оформлена не ранее 6 месяцев до даты проведения соревнований (Приложение №1);

\* при отсутствии справки необходимо заполнить Расписку на месте регистрации об ответственности за собственное здоровье. Отказ участника от подписания расписки, ведет к автоматическому запрету его участия в соревнованиях, стартовый взнос в данном случае не возвращается.

Программа соревнований.

Соревнования личные.

· 400 метров (детский забег, мальчики и девочки 3-5 лет)

· 600 метров (детский забег, мальчики и девочки 6-9 лет )

· 800 метров (детский забег, мальчики и девочки 10-14 лет)

· 2020 метров (мужчины и женщины , от 15 лет и старше )

* новогодняя эстафета в валенках 4 этапа х 200 метров ( 1 и 3 этап женщины , 2 и 4 этап мужчины)
* \* в эстафете также могут принимать участие спортсмены, пробежавшие в личном первенстве.

Регламент

|  |  |
| --- | --- |
| 17:00-17:30 | Регистрация участников соревнований, выдача стартовых пакетов |
| 17:30:00 | старт на дистанцию и детских забегов  |
| 18:00:00 | старт участников на 2020 метров  |
| 18:30:00 | Эстафета  |
| 19:00:00 | Награждение  |
|  |  |

Награждение.

Победители и призеры (1-3 место) новогоднего костюмированного забега в личном первенстве во всех указанных возрастных категориях награждаются грамотами, памятными сувенирами и призами от спонсоров.

 Все участники новогоднего костюмированного забега, преодолевшие свою дистанцию, получают памятную медаль финишера.

Специальный приз от спонсоров за лучший новогодний костюм.

\*участники в эстафете медалями финишера не награждаются

Приложение № 1

«Форма медицинского допуска к участию в соревнованиях»

(официальный бланк медицинского учреждения: название медицинского учреждения, адрес)

Справка №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Выдана\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

                                                                                                          (Фамилия, Имя, Отчество)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ года рождения

Заключение: на основании осмотра терапевта и результатов ЭКГ, не имеет противопоказаний для занятия физической культурой и допускается к участию в легкоатлетических соревнованиях на дистанцию:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Срок действия справки\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(не более 6 месяцев).

Врач\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

                                                          (подпись, печать врача, печать мед. учреждения)

Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_

М.П.

Данное положение является официальным приглашением на Новогодний костюмированный забег в КЛБ «АМУР»

по всем вопросам по тел. 89147722216