**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о 1 этапе Кубка приключенческого рогейна памяти Алексея Зинина**

**(3-й Лужский приключенческий рогейн)**

**1. Цели и задачи.**

3-й Лужский приключенческий рогейн проводится с целью повышения уровня физической подготовленности и спортивного мастерства участников соревнований, воспитания их волевых и нравственных качеств.

К задачам 3-ого Лужского приключенческого рогейна относятся:

* популяризация рогейна как самостоятельного вида спорта;
* пропаганда здорового и активного образа жизни, вовлечение молодежи в регулярные занятия спортом, организация их досуга;
* выявление сильнейших команд и участников соревнований;
* формирование навыков организации и судейства соревнований по рогейну.

**2. Время и место проведения.**

Соревнования проводятся 18-19 июля 2020 года.

Район соревнований расположен в Лужском районе Ленинградской области, вблизи города Луга. Центр соревнований будет располагаться на северном берегу озера Омчино (схема подъезда и GPS координаты центра будут объявлены в бюллетене технической информации не позднее чем за 1 неделю до старта).

**3. Организаторы соревнований.**

Директор соревнований: Борменков Николай (Волхов, Ленинградская область).

Главный секретарь, реклама и сотрудничество: Зинина Юлия (Санкт-Петербург).

Главный судья и начальник дистанции: Шубин Юрий (Санкт- Петербург).

**4. Формат соревнований.**

1) Беговой формат:

- 24 часа («Бег - Лонг»);

- 6 часов («Бег - Спринт»).

2) Велосипедный формат:

- 24 часа («Вело - Лонг»);

- 6 часов («Вело - Спринт»).

**5. Предварительная программа соревнований.**

17 июля, пятница.

Заезд в центр соревнований открыт с 18:00.

18 июля, суббота.

9.00 - 11:30 Регистрация участников.

10.00 – 12.00 Выдача карт и номеров участникам.

11:35 – 11.45 Открытие соревнований, брифинг.

12:00 Общий старт.

18:00 Истечение контрольного времени в форматах Бег-Спринт и Вело-Спринт.

18:30 Закрытие финиша в форматах Бег-Спринт и Вело-Спринт, публикация результатов.

19:00 Награждение победителей и призеров в форматах Бег-Спринт и Вело-Спринт.

19 июля, воскресенье.

12:00 Истечение контрольного времени в форматах Бег-Лонг и Вело-Лонг.

12:30 Закрытие финиша в форматах Бег-Лонг и Вело-Лонг, публикация результатов.

13:00 Награждение победителей и призеров в форматах Бег-Лонг и Вело-Лонг, закрытие соревнований.

**6. Участники соревнований.**

К участию в 3 Лужском приключенческом рогейне допускаются участники «соло» и команды. Участники моложе 18 лет могут участвовать, но только в составе команд вместе с одним из родителей (опекунов или попечителей). Можно заявиться в следующие классы:

М — мужчины «соло» и мужские команды (2-5 человек).

Ж — женщины «соло» и женские команды (2-5 человек).

МЖ — команды со смешанным составом (2-5 человек).

По итоговым результатам заявок организаторами будут выделены дополнительные возрастные классы. Возраст участников определяется на дату 18 июля 2020 года.

**Внимание! Участник «соло» должен быть физически и морально готов к преодолению стрессовых и экстремальных нагрузок в одиночку. Спортсменам, не имеющим такого опыта, организаторы категорически рекомендуют участие только в составе команды.**

**7. Правила проведения соревнований.**

3-й Лужский приключенческий рогейн проводится в соответствии с Российскими правилами соревнований по рогейну (региональная версия для СПб и ЛО – <http://o-site.spb.ru/_races/FSO/Rogaining_Rules_Spb_110609.pdf>).

**8. Местность соревнований.**

Площадь района соревнований составляет около 120 км². Район соревнований ограничен с севера Лужским военным полигоном, с востока и севера-востока – окрестностями города Луга, с юга-востока - федеральной трассой М-20 (Е-95), с юга и с запада район четких границ не имеет.

Рельеф территории преимущественно равнинный, абсолютные высоты 0 — 120 метров над уровнем моря. Небольшая холмистость имеется в центральной и западной частях района. Максимальный перепад высот на склоне равен 40 м.

В районе соревнований преобладают дерново-подзолистые, среднеподзолистые и слабоподзолистые почвы. В северо-западной части района находятся песчаные дюны.

Лес сосновый и смешанный с проходимостью от хорошей до средней. Юг центральной части района занимают вторичные осиново-берёзовые леса средней проходимости, в том же районе находятся заброшенные сельскохозяйственные угодья, заросшие высокой травой, крапивой и борщевиком.

Водные объекты представлены многочисленными озерами (наиболее крупные – Омчино, Обловское, Штоль, Наумцево, Исаковское, Кривицкое, Корповское, Светлое, Черное, Темницкое, Большое, Огнивцево, Лубетское, Гагарье, Пустое, Зеленое, Вялинское, Сдворное, Липовое, Среднее, Малое, Керено, Заозерское, Долгое, Окуневка), реками Обла, Огнивка и Свинечная, ручьями и болотами с различной проходимостью.

К природным богатствам района относится обилие родников с кристально чистой водой, о целебных свойствах которых ходят легенды.

Животный мир района достаточно разнообразен, в районе обитают лисица, лось, кабан, заяц-русак, заяц-беляк, косуля, волк, рысь, медведь, различные виды птиц.

В районе соревнований находятся населенные пункты Лужского городского округа (окрестности Луги, деревня Стояновщина, поселки: санаторий «Жемчужина» и пансионат «Зеленый Бор») и Серебрянского сельского поселения (деревни: Бараново, Вяжище и Душилово (основана в XV веке)), а также несколько садоводств.

Дорожная сеть вне населенных пунктов среднеразвитая. Дороги с грунтовым покрытием составляют около 70%, асфальтированные дороги и дороги с гравийным покрытием - около 10 %. Остальные дороги и тропы разного качества, в том числе свежие лесовозные и старые сильно заросшие дороги.

С севера-востока на юго-запад район соревнований пересекает железнодорожная линия «Луга – Псков».

Движение транспортных средств на автомобильных дорогах и поездов по железнодорожной линии слабой интенсивности.

**ВНИМАНИЕ! Опасные места (опасности): автомобильные дороги, железнодорожная линия и переезды через нее, собаки в населенных пунктах, дикие животные, места несанкционированных свалок, колючая проволока (в местах сражений и на заброшенных военных объектах), переправы через реки и ручьи, болота, крутые спуски.**

**9. Погода.**

Климат в районе соревнований умеренно-континентальный. Cреднемесячная температура воздуха в районе соревнований в июле - августе составляет 28.6°C и колеблется от 10.2°C до 37.3°C. Среднемесячное атмосферное давление в районе соревнований в июле - августе составляет 758 мм.рт.ст., а влажность воздуха 82%

**10. Карта соревнований, контрольные пункты (КП), легенды КП.**

Карта подготовлена специально для 3-го Лужского приключенческого рогейна, масштаб карты 1:25 000, сечение рельефа 5м, 1 лист формата А3 (для участников форматов Бег-Спринт и Вело-Спринт) и 3 листа формата А3 (для участников форматов Бег-Лонг и Вело-Лонг). условные знаки для спортивного ориентирования ISOM2000. При подготовке карты использованы карты Генштаба, данные ГИС, космические снимки, карты соревнований Осенний Марш-бросок 2018 и Весенний Bike Adventure 2019 (автор – Константин Бекетов). Полевые работы по корректировке карты – осень 2019, зима - весна 2020.

КП представляет собой бело-оранжевый (бело-красный) знак - трехгранную призму со стороной 30x30 см со светоотражающей полосой и закрепленной рядом с ним станцией электронной отметки SFR. Знак КП гарантированно виден в светлое время суток с расстояния не менее 25 метров с вероятных направлений подхода к КП.

**ВНИМАНИЕ! Учитывая приключенческий характер проводимых соревнований на дистанции будут поставлены помимо стандартных КП также:**

* **КП без призмы (только станция отметки);**
* **КП с малой призмой;**
* **КП, для взятия которых будут необходимы плавательные средства (будут предоставлены организаторами);**
* **подводные КП (будут необходимы очки для плавания);**
* **КП коастеринга (расположенные вдоль береговой линии водных объектов) и КП ручеинга (расположенные в русле ручьев);**
* **КП яминга и КП капониринга;**
* **фото-КП, КП-загадки, секретные КП;**
* **и др.**

Порядок взятия КП и их количество участники выбирают самостоятельно. За прохождение каждого КП начисляется количество очков, равное первой цифре номера КП. Стоимость КП варьируется от 3 до 15 очков.

Легенда дает словесное описание объекта, на котором расположен КП и место его расположения на данном объекте. Для фото-КП будет дана фотография объекта, на которой стрелка указывает точное место расположения КП или направление движения к нему. Легенды выдаются вместе с картами на отдельном листе.

**11. Система отметки на КП.**

На 3 Лужском приключенческом рогейне применяется электронная система отметки стандарта «SFR». Каждый участник должен иметь свой чип данной системы или взять его в аренду на месте при регистрации.

**ВНИМАНИЕ! Чип закрепляется на запястье каждого участника специальным браслетом, который не должен быть снят до финиша. Судьи лично при входе в стартовый коридор проверяют наличие опломбированного чипа и на финише срезают опломбированный чип!**

При командном участии все члены одной команды должны отметится на данном КП в течении 2 (двух) минут. Если это время будет превышено или один из участников не сделает отметки, то очки данного КП не будут засчитаны. При неисправности электронной системы отметки, участник должен воспользоваться резервной механической системой отметки, если она имеется на КП. В исключительных случаях доказательством взятия КП может являться GPS-трек и/или фотография. В данном случае решение о взятии КП участником принимает главный судья соревнований.

**12. Определение результатов, награждение победителей и призеров.**

Результатом участника «соло» или команды является сумма очков, набранная в пределах контрольного времени, которое определено соответствующим форматом. Время финиша команды соответствует времени финиша последнего из членов команды. Места в протоколе распределяются согласно набранным очкам. При равном количестве набранных очков более высокое место присуждается участнику или команде, затратившей на это меньше времени.

Победители и призеры 3-го Лужского приключенческого рогейна в классах М, Ж и МЖ (и в дополнительных возрастных классах – в случае их выделения организаторами) награждаются медалями, дипломами и памятными призами от спонсоров.

**13. Проезд и размещение участников.**

Район соревнований находится в хорошей транспортной доступности.

Из Санкт-Петербурга до Луги имеются автобусное сообщение (рейсовые автобусы и маршрутки - время в пути около 3 часов) и проезд электропоездом от Балтийского вокзала (время в пути около 2,5 часов).

Из Великого Новгорода до Луги имеются автобусное сообщение (время в пути около 2,5 часов) и проезд электропоездом (время в пути около 3 часов).

Из Пскова до Луги имеется автобусное сообщение (время в пути около 2 часов) и проезд электропоездом (время в пути около 2 часов).

От Луги до центра соревнований можно будет добраться на маршрутном автобусе или такси (время в пути около 10 минут).

На личном автотранспорте по федеральной трассе Р-23 (Е-95) ориентировочное время в пути от Санкт-Петербурга до центра соревнований около 2,5 часов (при отсутствии автомобильных пробок), от Великого Новгорода по трассе Р47 до центра соревнований около 1,5 часов, от Пскова по трассе Р-23 (Е-95) до центра соревнований около 2,5 часов.

Размещение участников соревнований будет производиться в полевых условиях (в палатках) на северном берегу озера Омчино в непосредственной близости от центра соревнований. Подъезд хороший. Желающие могут разместиться в гостиницах г. Луга.

Разведение костров на территории центра соревнований запрещается.

Подробная информация о вариантах проезда на общественном и личном транспорте до центра соревнований, а также о размещении будут опубликованы в бюллетене технической информации не позднее чем за 1 неделю до старта.

**14. Питание участников на дистанции.**

Пункт питания будет организован в центре соревнований. Питание будет открыто к моменту финиша участников формата 6 часов и далее до закрытия соревнований. Участникам будут предложены горячий суп (бульон), закуски, чай (компот), печенье, конфеты, сухофрукты.

Вблизи центра соревнований отсутствуют естественные источники с чистой питьевой водой, в связи с чем в центре соревнований будут размещены емкости с чистой питьевой водой. **Участникам соревнований рекомендуется иметь с собой необходимый личный запас чистой питьевой воды.**

На карте соревнований будут показаны продовольственные магазины, родники и источники, подходящие для самостоятельного пополнения запасов провизии и набора чистой питьевой воды.

**15. Снаряжение участников.**

**Обязательное снаряжение:**

* карта, легенда, чип и браслет (выдаются организаторами);
* компас;
* часы;
* очки для плавания (необходимы для взятия подводных КП);
* мобильный телефон в герметичной упаковке с полностью заряженным аккумулятором и введенным номером для экстренной связи с организаторами;
* одежда, соответствующая погоде;
* фонарь (необходим для взятия нескольких КП);
* мини-аптечка (лейкопластырь, бинт, йод, обезболивающие таблетки);
* свисток /колокольчик/ (для участников форматов Бег-Лонг и Вело-Лонг);
* запас питания и воды (для участников форматов Бег-Лонг и Вело-Лонг);
* велосипед, велошлем и задний красный фонарь (для участников Вело-форматов).

**Рекомендуемое снаряжение:**

* дополнительная одежда для возможного ухудшения погоды;
* нож и спички в герметичной упаковке;
* репеллент от насекомых;
* велозамок (для взятия нескольких КП будет необходимо оставить велосипед на время 2-10 минут вне зоны видимости), запасная камера и набор инструментов для мелкого ремонта, велопланшет - для участников вело-форматов;
* запас питания и воды (для участников форматов Бег-Спринт и Вело-Спринт);
* свисток (для участников форматов Бег-Спринт и Вело-Спринт).

**16. Безопасность.**

При передвижении по автомобильным дорогам каждый участник должен неукоснительно соблюдать правила дорожного движения. При передвижении на велосипедах шлем должен быть одет на протяжении всей дистанции.

Запрещается передвигаться вдоль по железнодорожным путям и пересекать их вне специальных переездов.

Территории, отмеченные на карте красной штриховкой, являются опасными и закрыты для посещения. Участникам также запрещается заходить на территорию Лужского военного полигона, вход в которую закрыт шлагбаумами или имеет предупреждающие знаки и таблички.

Застроенные частные территории, отмеченные на карте оливковым цветом, закрыты для посещения, проход через них возможен только по отмеченным на карте дорогам и проходам.

Необходимо иметь ввиду, что мобильная связь в районе действует не везде стабильно. При этом, в пределах высоковольтной ЛЭП (пересекает район соревнований с севера-востока на юго-запад /в центре карты/) мобильная связь имеется.

**ВНИМАНИЕ! Участники не должны допускать такого уровня переутомления, при котором нарушается внимание, реакция и координация!**

**В случае потери привязок к карте 1: – 1) в верхней части – двигаться на юг до железнодорожной линии; 2) в нижней части – двигаться на север до** **железнодорожной линии – далее вдоль железнодорожной линии на северо-восток к городу Луга и далее к центру соревнований.**

**В случае потери привязок к карте 2 – 1) в верхней части – двигаться на юг до высоковольтной ЛЭП; 2) в нижней части – двигаться на север до высоковольтной ЛЭП – далее вдоль высоковольтной ЛЭП на северо-восток к городу Луга и далее к центру соревнований.**

**В случае потери привязок к карте 3 – 1) в верхней части – двигаться на юг до Гдовского тракта; 2) в нижней части – двигаться на север до Гдовского тракта – далее вдоль Гдовского тракта на восток к городу Луга и далее к центру соревнований.**

**17. Требования к участникам соревнований.**

Каждый участник должен четко соблюдать все требования и условия данного Положения. Участник должен в точности исполнять все указания судей и волонтеров на дистанции.

Выходя на старт, участник подтверждает, что полностью согласен со всеми требованиями данного Положения.

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

Участникам рекомендуется иметь страховку от несчастного случая.

**ВНИМАНИЕ! Каждый участник обязан сдать организаторам перед стартом подписанную расписку о принятии условий соревнований (образец расписки будет предложен)!**

При сходе с дистанции участник (или команда) должны в наиболее короткий срок связаться с организаторами и сообщить ситуацию, затем явиться на финиш и сдать контрольные чипы.

**18. Разрешенные и запрещенные действия участников соревнований.**

Участники соревнований обязаны:

- соблюдать правила рогейна и требования настоящего Положения;

- планировать и реализовывать свой путь в соответствии со своим уровнем физической и технической подготовленности;

- оказывать помощь другим участникам в случае, если они получили травму или находятся в состоянии, угрожающем их жизни и здоровью;

- иметь с собой во время соревнований обязательное снаряжение, указанное в пункте 15 настоящего Положения;

- во время соревнований постоянно находиться в пределах голосового контакта с другими членами своей команды.

Участникам соревнований запрещается:

- принимать допинг, использовать запрещенные фармакологические средства и запрещенные методы, искусственно усиливающие возможности человеческого организма;

- участвовать в соревнованиях с собаками;

- выходить в район соревнований до того момента, как будет дан старт соревнований;

- во время соревнований применять какие-либо средства передвижения (кроме велосипеда для участников вело-формата и плавательных средств, предоставленных организаторами для взятия «плавательных» КП);

- использовать во время соревнований любое навигационное оборудование (спутниковые навигационные приемники, высотомеры, шагомеры и др.), в том числе встроенное (в мобильные телефоны, часы и др.), за исключение магнитного компаса и обычных часов;

- иметь при себе во время соревнований иные картографические материалы, кроме карты, выданной организаторами;

- пользоваться средствами мобильной связи и иными радиоприемными и передающими устройствами, за исключением ситуаций, угрожающих жизни и здоровью участников;

- при планировании маршрута использовать для этого компьютеры и специальные программы;

- портить оборудование КП, пунктов питания или любое другое оборудование, размещенное в районе соревнований организаторами;

- пересекать и посещать закрытые для передвижения и опасные участки района соревнований, а также участки, находящиеся в частной собственности;

- оставлять мусор в районе соревнований, кроме мест специально отведенных для этого организаторами;

- до начала соревнований оставлять в районе соревнований, кроме центра соревнований, продукты питания, снаряжение или оборудование с целью их последующего использования во время соревнований;

- принимать помощь или сотрудничать с другими людьми и командами, или преднамеренно следовать за другими командами;

- отдыхать ближе 100 метров от КП, за исключением случаев, когда контрольный пункт совмещен с пунктом питания.

**19. Условия прохождения дистанции в Корповских пещерах.**

Температура воздуха в пещерах 8-10⁰С. Мобильная связь в пещерах не работает, работают только компаса!

В пещерах возможна встреча с летучими мышами, которые являются безобидными созданиями, и опасности для человека не представляют.

Не рекомендуется посещать пещеры лицам, страдающим клаустрофобией, сердечно-сосудистыми и гипертоническими заболеваниями.

В пещерах запрещается:

- входить в пещеры без карты, компаса и фонарика;

- громко шуметь;

- трогать и фотографировать летучих мышей;

- разводить костры и зажигать факелы;

- мусорить;

- трогать, оставленные спелеологами предметы, (знаки, таблички, снаряжение и пр.);

- входить в пещеры с животными.

**20. Штрафы, дисквалификация.**

За каждую полную или неполную минуту опоздания после установленного контрольного времени участнику (команде) начисляется 1 очко штрафа. При опоздании более чем на 30 минут, участник (команда) дисквалифицируется.

В случае нарушения требований, указанных в пункте 18 настоящего Положения, а также при нарушении целостности специального браслета для крепления чипа, участники и команды могут быть дисквалифицированы.

Все спорные вопросы, связанные с наложением штрафов и дисквалификацией, решает главный судья соревнований.

Апелляции должны подаваться в письменном виде в срок не позднее, чем за 30 минут до начала церемонии награждения.

**21. Охрана окружающей среды.**

Участники соревнований обязаны сохранять природу и окружающую среду, бережно относиться к природным богатствам (статья 58 Конституции РФ).

Мусор необходимо увозить (уносить) с собой до мест утилизации (урн, мусорных контейнеров) в центре соревнований или в населенных пунктах.

Организаторы вправе дисквалифицировать участников, замеченных в небрежном и грубом отношении к природе.

**22. Принципы «Fair Play».**

Призываем всех участников соревнований соблюдать принципы «Fair Play» («честной игры»). На протяжении всей дистанции уважительно относитесь к другим участникам, организаторам, судьям и местным жителям. Действуйте исключительно в рамках Правил проведения рогейна. Окажите помощь, если Вас об этом просят.

**23. Заявки на участие.**

Заявка будет открыта в июне 2020 года.

В заявке необходимо указать формат, класс, название команды, город, e-mail, телефон, фамилии, имена и даты рождения участников, а также необходимость аренды чипа SFR.

**24. Финансирование.**

Соревнования проводятся на основе частичной самоокупаемости и спонсорских средств. Размер заявочного взноса зависит от даты оплаты и приведен ниже в таблице. Взнос каждого участника соревнований включает в себя оплату индивидуальной карты с дистанцией, судейского компьютерного сопровождения, питания в центре соревнований после финиша. Часть средств направляется в призовой фонд.

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата регистрации и оплаты** | **Размер взноса с одного участника (руб.)** |
| **Беговой формат** | **Вело-формат** |
| **6 часов** | **24 часа** | **6 часов** | **24 часа** |
| до 20 июня 2020 г. /включительно/ | 500 | 600 | 500 | 600 |
| до 30 июня 2020 г. /включительно/ | 600 | 700 | 600 | 700 |
| до 10 июля 2020 г. /включительно/ | 700 | 800 | 700 | 800 |
| до 15 июля 2020 г. /включительно/ | 800 | 900 | 800 | 900 |
| 18 июля 2020 г. /в день соревнований/ | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 |
| аренда чипа | 50 | 50 | 50 | 50 |

**Размер заявочного взноса с несовершеннолетних участников, участников групп «Молодежь» (возраст до 23 лет), «Суперветераны» (возраст 55 лет и старше) и «Ультраветераны» (возраст 65 лет и старше) составляет 50% от размера заявочного взноса на соответствующую дату регистрации и оплаты.**

При утере арендованного чипа участник возвращает его стоимость – 400 руб. Собственные чипы участникам необходимо предоставить в секретариат для очистки и нумерации.

Заявочный взнос может быть оплачен:

1) переводом на карту «Сбербанка» 5469 5500 4662 9157

**НАЗНАЧЕНИЕ ПЛАТЕЖА НЕ УКАЗЫВАТЬ!!!**

После оплаты заявочного взноса следует выслать информацию об оплате (название команды и оплаченную сумму) на электронную почту lugarogein@mail.ru.

**При переводе через Сбербанк-Онлайн в комментариях следует указать название команды! (И БОЛЬШЕ НИЧЕГО!)**

2) наличными денежными средствами в центре соревнований.

**24. Контакты.**

Директор соревнований: Борменков Николай (Волхов, Ленинградская область)

(nib1@mail.ru, +7-921-878-27-78)

Главный секретарь, реклама и сотрудничество: Зинина Юлия (Санкт-Петербург) (favoritspb2007@yandex.ru, +7-921-562-50-64)

Главный судья и начальник дистанций: Шубин Юрий (Санкт- Петербург)

(shubin\_yurii\_13@mail.ru, +7-981-144-86-99)

Группа в контакте: <https://vk.com/event166397868>

Электронная почта: lugarogein@mail.ru

Пункты настоящего Положения могут быть изменены по уважительным причинам. Обновленная информация публикуется в последующих информационных бюллетенях.

**ВНИМАНИЕ! Настоящее Положение является приглашением на соревнования! Приглашаются к сотрудничеству спонсоры и волонтеры!**