**Индивидуальная тренировка**

1. **Цели** - популяризация и развитие бега и спортивного ориентирования как массовых видов спорта - приобщение к здоровому образу жизни - помощь в организации индивидуальных тренировок спортсменам, занимающимся спортивным ориентированием во Владимирской области.

2. **Задачи** - обеспечить содействие в организации индивидуальных тренировок, спортсменам, занимающиеся спортивным ориентированием.

3. **Дистанции**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дистанция |  | Километраж |
| А | Сложная дистанция | 5,6 км |
| В | Дистанция со средним километражем.  (не менее сложная) | 3,1 км |
| С | Дистанция для новичков (первый второй год обучения) | 1,1 км |

4. **Техническая информация.**

В обеспечении профилактики коронавируса настоятельно рекомендуется следить за рекомендациями.

Процедура оказания содействия в организации индивидуальных тренировок.

1. Спортсмену не менее чем за сутки до начала индивидуальной тренировки необходимо **оплатить консультационный сбор** по ссылке, указанной в п. 7. Консультационный сбор может быть оплачен только в он-лайн формате и на месте не принимается. В консультационный сбор входит планирование и постановка дистанции на местности, печать индивидуальной карты, информирование спортсмена о времени и правильности прохождения дистанции

2. Начало индивидуальной тренировки с 10 часов 30 минут.

3. Вместе начала тренировки будут располагаться карты, которые берутся спортсменом самостоятельно.

4. После окончания тренировки спортсмен может получить информацию о времени и правильности прохождения дистанции у консультанта в точке окончания тренировки

6. Обязанности по соблюдению социального дистанцирования и других профилактических мер возлагаются на спортсменов и их представителей.

5. **Время и место проведения**

Черноситовские карьеры

**27.06.2020**



6. **Консультационный сбор**

Группа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа | Стоимость | Комментарий |
| Основная | 200 р |  |
| Льготная 1 | 100 р | - дети до 12 лет (2008 год и младше,пенсионеры по возрасту. |
| Льготная 2 | 0 руб. | списочный состав юниорской и взрослой сборной России 2020 года по всем видам СО |

Аренда чипа – 50 руб.

7. Система отметки и заявка

Система отметки SportIdent.

Онлайн заявка завершается: 25.07.2020