

УТВЕРЖДАЮ
Председатель комитета молодежной политики,
физической культуры и спорта
Администрации г. Иваново
_____ Федосеева О.В.
« ____ » _____ 2017 года

УТВЕРЖДАЮ
Президент федерации спортивного
ориентирования и рогейна г. Иваново
_____ Беляков А.Н.
« ____ » _____ 2017 года

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении VII летнего спринт-кросс-кантри
«Иваново-Вознесенский Триатлон»

Посвященного Дню семьи, любви и верности

1. Цели и задачи

Пропаганда здорового и активного образа жизни среди молодежи, людей среднего возраста и ветеранов, создание дружелюбной атмосферы, знакомства спортсменов, обмена опытом и идеями среди любителей спорта города Иванова и соседних областей. Популяризация триатлона как олимпийского вида спорта в Ивановской области.

2. Руководство соревнованиями

Общее руководство соревнованиями осуществляют комитет молодежной политики, физической культуры и спорта Администрации города Иванова и ОО «Федерация спортивного ориентирования и рогейна г. Иваново и Ивановской области». Непосредственное проведение возлагается на главную судейскую коллегию.

3. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся в городе Иванове 09 июля 2017 года на территории муниципального бюджетного учреждения культуры «Парк культуры и отдыха им. В.Я. Степанова» по адресу: город Иваново, ул. Смольная д.3.

Регистрация участников: с 9.00 до 11.30 часов. Время старта – 12.00 (время установлено для удобства приезда участников из других областей). Для автолюбителей GPS-координаты места старта и парковки автомобилей: 57.01'15"-40.56'58".

4. Участники соревнований

К соревнованиям допускаются спортсмены и любители спорта не моложе 18 лет; спортсмены моложе 18 лет при допуске врача и родителей - способные самостоятельно проплыть в открытой воде не менее 100 метров, имеющие технически исправный маунтин-байк и велошлем. Нет шлема – нет гонки! При регистрации участникам будут выданы плавательные шапочки и номера.

Перед началом соревнований каждый участник заполняет карточку участника, подтверждающей персональную ответственность за свое здоровье и добровольном участии в соревнованиях.

5. Программа и регламент соревнований

Соревнования по кросс-кантри триатлону проводятся в виде последовательного преодоления трех этапов – плавания, велогонки и бега. С кратким изложением правил соревнований по триатлону можно ознакомиться на <http://triathlonmasters.ru/rules.htm>

Три дистанции:

I Группа - Мужчины от 18 до 44 лет: 700 метров – плавание; 12 км – велосипед; 4,8 км - бег.
- комбинированная эстафета – 3 участника от 18 лет независимо от пола.

(1 этап – плавание 700 м, 2 этап – велогонка 12 км, 3 этап – бег 4,8 км).

II Группа - Мужчины 45 лет и старше, женщины от 18 до 44 лет: 350 метров - плавание; 6 км велосипед; 2,4 км - бег,

III Группа - Женщины 45 лет и старше, фитнес-группа (для желающих первый раз участвовать в триатлоне), комбинированная эстафета семей и трудовых коллективов: 100 метров – плавание; 3 км – велосипед; 1,2 км - бег.

Старт отдельный для всех групп.

В зависимости от погодных условий дистанции могут быть изменены!

Первый этап: Плавание проходит в акватории реки Уводь зоны отдыха Парка культуры и отдыха им. В.Я. Степанова. Первая группа - 700 метров, вторая группа - 350 метров, третья группа - 100 метров (вдоль берега).

Основное правило во время плавания – запрещено препятствовать движению других атлетов, блокировать, топить или хватать их.

Второй этап: Велосипед (маунтинбайк). Парковый велоэтап с перепадом высот до 20 метров на одном склоне. Первая группа - 12 километров (четыре круга по 3 км), вторая группа - 6 километров (два круга по 3 км), третья группа - один круг 3 км.

Основные правила на велоэтапе – во время велогонки номер должен быть сзади на теле атлета, шлем должен быть надет и застегнут до того, как спортсмен прикоснется к велосипеду, шлем может быть снят лишь после того, как спортсмен поставит велосипед на свое место. Запрещается езда на велосипеде в транзитной зоне. Запрещается езда на велосипеде без шлема. Запрещается езда на велосипеде с голым торсом. Запрещено препятствовать движению других атлетов.

Третий этап: Кросс по пересеченной местности. Бег проходит по грунтовым и асфальтовым дорожкам Парка культуры и отдыха им. В.Я.Степанова. Первая группа – 4,8 километров (четыре круга по 1,2 км), вторая группа – 2,4 километра (два круга по 1,2 км), третья группа – один круг 1,2 км.

Основные правила на беговом этапе – во время бега номер должен быть спереди на теле атлета. Запрещается бежать босиком, запрещается бежать с голым торсом.

Программа соревнований:

9.00. Начало регистрации, выдача и маркировка номеров участников.

9.00 – 11.15. Ознакомление участников с трассами велоэтапа и бега.

10.00. Открытие транзитной зоны.

11.15. Закрытие регистрации и маркировки.

11.30. Закрытие транзитной зоны.

11.45 – 11.55. Торжественное открытие соревнований.

12.00 – Старт первой группы

12.15 – Старт второй группы

12.30 – Старт третьей группы

13.30. Награждение победителей.

6. Возрастные группы, зачет

	Возраст	Этапы		
		Плавание	Велогонка	Бег
М-18	Юниоры 18-21 год	700 м	12 км	4,8 км
М-30	Мужчины 22-44 года	700 м	12 км	4,8 км
М-45	Мужчины 45 и старше	350 м	6 км	2,4 км
Ж-18	Юниорки 18-21 год	350 м	6 км	2,4 км
Ж-30	Женщины 22-44 года	350 м	6 км	2,4 км
Ж-45	Женщины 45 лет и старше	100 м	3 км	1,2 км
ФЖ	Фитнес-группа (женщины, юниорки, девушки)	100 м	3 км	1,2 км
ФМ	Фитнес-группа (мужчины, юниоры, юноши)	100 м	3 км	1,2 км
КС	Комбинированная эстафета семей (папа, мама, ребенок)	100 м	3 км	1,2 км
КЭ	Комбинированная эстафета	700 м	12 км	4,8 км
КТ	Комбинированная эстафета трудовых коллективов	100 м	3 км	1,2 км

Возможно объединение возрастных групп. Возраст определяется на день соревнований.

7. Определение победителей и награждение

Победители и призеры соревнований, первые три места, в возрастных группах награждаются дипломами, медалями и памятными призами комитета молодежной политики, физической культуры и спорта Администрации города Иванова. Предусмотрены специальные призы.

8. Финансовые расходы

Основные расходы по обеспечению проведения мероприятий несет комитет молодежной политики, физической культуры и спорта Администрации города Иванова, при участии ОО «Федерация спортивного ориентирования и рогейна г. Иваново и Ивановской области» в рамках субсидий на 3 квартал и средств **стартового взноса согласно регламенту (см. ниже)**.

Расходы по проезду, питанию, размещению и оплате стартового взноса для иногородних участников – за счет командирующих организаций или самих спортсменов.

9. Заявки

Предварительные заявки на участие в соревнованиях принимаются до 08 июля 2017 года на сайте <http://orgeo.ru>.

Дополнительная информация по тел. 53-62-07, по адресу: 153038, г. Иваново, ул. Нижняя, д. 17, МБУ ДО ДЮСТШ, или по электронной почте: y_radist@mail.ru.

Именные заявки с указанием Ф.И.О., города, года рождения, спортивного разряда, группы, допуска врача, договор о медицинском страховании - подаются 09 июля 2017 года не позднее 11.00. на месте старта.

Положение является вызовом на соревнования!

**Выписка из Регламента
VII летнего спринт-кросс-кантри
«Иваново-Вознесенский Триатлон»**

- 1.1 При условии заблаговременной онлайн регистрации: стартовый взнос составляет 600 рублей; для юниоров, юниорок и фитнес-групп - 350 рублей; для каждого участника эстафеты и всей команды трудовых коллективов - 300 рублей; для семьи - бесплатно.
- 1.2 Для участников, не сделавших предварительную заявку, регистрация в день старта 1000 рублей.