



**Положение о проведении  
трейлового (кроссового) забега по пересеченной местности  
«ПЯТЮНЯ КОСМИЧЕСКАЯ»  
(12 апреля 2026 года)**

## **1. ВВЕДЕНИЕ**

Настоящее Положение о проведении второго трейлового (кроссового) забега по пересеченной местности под названием «Пятюня» (далее - Соревнование) описывает условия и правила (далее – Правила), в соответствии с которыми пройдет Соревнование.

Правила, изложенные в положении должны строго соблюдаться всеми участниками. Настоящие правила могут быть дополнены, изменены или улучшены до момента выдачи стартовых комплектов. Обо всех изменениях Организатор обязуется информировать участников через социальные сети и на сайте Соревнования.

Равенство, уважение к другим людям и окружающей среде, взаимопомощь и солидарность являются основополагающими принципами Соревнования.

Правила применяются одинаково ко всем. Все участники имеют одинаковые условия, и у них одинаковые права и одинаковые обязанности. Организаторы гарантируют принцип справедливости, осуществляя необходимый контроль и предлагая одинаковые условия всем участникам

Факт регистрации участника подтверждает его согласие с настоящим Положением и Правилами, изложенными в нем.

Соревнование является спортивным, с возможностью участия граждан с различными уровнями подготовки.

## **2. ЗАДАЧИ**

Основными задачами Соревнования являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение населения к занятию спортом и физической культурой;
- развитие массового спорта;
- популяризация бега по пересеченной местности (кроссового, трейлового, горного бега);
- привлечение внимания к соревнованиям на длинные дистанции по пересеченной местности;
- повышение уровня бережного отношения граждан к окружающей природной среде и заповедным территориям;

### **3. ОРГАНИЗАЦИЯ И РУКОВОДСТВО МЕРОПРИЯТИЕМ**

- Организаторы Соревнования — Спортивно-оздоровительный Клуб Prosneg.
- Организатор отвечает за:
  - информационное обеспечение участников;
  - подготовку места проведения;
  - допуск к участию;
  - обеспечение судейства;
  - организацию мер безопасности и медицинское обеспечение;
  - разработку и разметку трассы;
  - взаимодействие с партнерами и спонсорами;
  - рассмотрение официальных обращений, протестов и спорных вопросов;
  - награждение участников;
- Контакты :
  - e-mail: [sls-dhl@mail.ru](mailto:sls-dhl@mail.ru)
  - телефон:
    - +7 910 240 38 38 — Просветов Руслан
    - +7 920 218 24 96 — Слепухова Людмила
- Судейская коллегия: главный судья — Божко Екатерина, секретарь – Сапрыкина Людмила

### **4. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

12 апреля 2026 года Воронежская область. Московский пр-кт, 150, СОК Олимпик

### **5. ОПИСАНИЕ ДИСТАНЦИЙ**

#### **Дистанции:**

Маршрут дистанций пролегает по Воронежской Нагорной дубраве в один круг для дистанции 500м бег, в один круг для дистанции 1 км бег, в один круг для дистанции 5 км бег, в один круг для дистанции 10 км бег, 10 км скандинавская ходьба.

### **6. РАСПИСАНИЕ**

**12 апреля 2025 года**

- 10:30 - Открытие центра мероприятия, начало регистрации и выдачи стартовых номеров
- 10:40 - детский забег
- 10:50 – Брифинг на дистанции 5 км, 10 км и 10 км скандинавская ходьба
- 11:00 – Старт дистанций 5 км, 10 км и 10 км скандинавская ходьба
- 11:10 – Старт дистанций 1 км
- 13:30 – Награждение дистанций 5 км, 10 км
- 14:00 – Закрытие мероприятия

### **7. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИИ И ДОПУСК**

К участию в Соревновании на 5 км, 10 км и 10 км ходьба допускаются участники, старше 18 лет, на дату проведения Соревнования 12 апреля 2025 года за исключением детей-спортсменов, заявленных под ответственность родителями, при наличии, заполненного согласия и медицинской справки, допускающей к соревнованиям оригинала и копии (копия остается у организатора).

- Для несовершеннолетних участников, достигших 12 летнего возраста: оригинал согласия от родителей на участие в Соревновании.

При регистрации все участники Соревнования соглашаются с тем, что организаторы могут использовать, публиковать, транслировать, включать в публикации посредством сети интернет и т.д. все фото и видео материалы с их участием, которые были получены в ходе Соревнования, будь то на месте или в движении, без каких-либо территориальных или временных ограничений.

## 8. РЕГИСТРАЦИЯ

- Участник считается зарегистрированным, если он заполнил заявку на странице Соревнования на сайте [https:// russiarunning.com/](https://russiarunning.com/) и оплатил стартовый взнос.
- Регистрация может быть закрыта досрочно при достижении суммарного лимита количества участников на всех дистанциях.
- Заявка участника может быть аннулирована модератором при предоставлении ложных или неверных сведений. Денежные средства в этом случае не возвращаются.
- Перерегистрация на другое лицо правилами Соревнований предусмотрена в срок до 31 марта 2026 года.
- Добровольная регистрация и последующее участие в Соревновании свидетельствует о согласии с настоящими Правилами и любыми последующими изменениями в них.

## 9. СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

Стоимость стартового взноса для участников Соревнования:

Период регистрации	500 м	1 км	5 км	10 км	10км ходьба
До 31.12.2025	800 Р	1000 Р	1500	2000	1500
До 28.02.2026	1000 Р	1200 Р	2000	2500	1800
С 01.03.2026	1200 Р	1500 Р	2500	2800	2000

- Оплата стартового взноса участниками осуществляется онлайн на сайте при регистрации.
- Возврат денежных средств, оплаченных в счет регистрационного взноса, осуществляется в случаях отмены Соревнования по инициативе или вине Организатора. В иных случаях возврат денежных средств, оплаченных в счет регистрационного взноса, не осуществляется.
- Если участник оплатил стартовый взнос, но по каким-либо причинам не может принять участие в Соревновании, он может перенести участие на следующий год. Для переноса участия необходимо не позднее чем за 14 календарных дней до даты соревнования (30 марта 2025 года) уведомить организатора любым удобным способом.

## 10. ВРЕМЕННЫЕ РАМКИ И КОНТРОЛЬНОЕ ВРЕМЯ

Дистанция	Максимальное время прохождения
5 км	1 час
10 км	1,5 часа
10 км ходьба	2,5 часа

Участник, не уложившийся в отведенный лимит прохождения дистанции, считается не финишировавшим.

### Выдача стартовых комплектов.

**Стартовый комплект можно получить только в дни выдачи.** Выдача стартовых комплектов будет производиться 11 апреля 2026 года на территории стадиона Олимпик с 12-00 до 15-00.

Иногородние участники и те, которые по тем или иным причинам не имеют возможность получить стартовые комплекты в день выдачи могут получить в день старта с 9-30 до 10-30.

## 11. РЕГИСТРАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Результат участников Соревнования фиксируется:

- Электронной системой хронометража, ручной записью судьями.
- Итоговые результаты участников Соревнования, публикуются на странице сообщества в вк: [https://vk.com/pyatyunya\\_prosneg](https://vk.com/pyatyunya_prosneg).
- Оргкомитет Соревнования не гарантирует получение личного результата в следующих случаях:
  - участник неправильно прикрепил номер;
  - участник бежал с чужим номером;
  - утрата номера;
  - неспортивное поведение, алкогольное и иное опьянение;
  - неправомерные действия в отношении организаторов и волонтеров;

- непрохождение контрольных пунктов;
- неявка на старт.
- На всех дистанциях Соревнования строго запрещено принимать участие без официального номера.

## **12. КОНТРОЛЬНЫЕ ПУНКТЫ И ПУНКТЫ ПИТАНИЯ**

### **Дистанция 10 км**

- 5 км- контрольный пункт и пункт питания;

## **13. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ**

- Победители и призеры определяются по лучшему времени.
- Участникам, занявшим призовые места после завершения соревнования, вручаются медали и подарки от организаторов и спонсоров соревнования.
- Церемония награждения победителей на всех дистанциях будет проходить на стартово-финишной площадке в 14-00.

Все участники Соревнования, закончившие дистанцию, награждаются памятной медалью.

## **14. БЕЗОПАСНОСТЬ УЧАСТНИКОВ**

- Все участники Соревнования лично несут ответственность за свою безопасность, жизнь и здоровье.
- Организаторы не несут ответственность за жизнь и здоровье участников Соревнования.
- Для каждого участника важно осознать потенциальные физические и психические факторы риска, а также стрессы, которые могут возникнуть в результате участия в этом Соревновании.
- Все участники должны иметь полное представление о рисках, связанных с участием в Соревновании, и принять эти риски на себя.
- Отправляя заявку на участие в Соревновании, участники гарантируют, что осведомлены о состоянии своего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.
- Отправляя заявку на участие, участники (законные представители) подтверждают, что снимают с организаторов любую уголовную и/или гражданскую ответственность в случае смерти, причинения ущерба здоровью, телесных повреждений, материального ущерба, полученных ими во время участия в Соревновании.
- Организаторы делают все возможное, чтобы обеспечить безопасность маршрута, но в конечном итоге участник должен рассчитывать на собственные навыки и силы. Если Вы чувствуете недомогание, откажитесь от начала Соревнования. «Лучше следовать голосу своего тела, а не вашим амбициям!»
- Если участник использует лекарственные, болеутоляющие или противовоспалительные средства на дистанции, он берет на себя ответственность за их использование.
- Маркировка трасс Соревнования имеет голубую расцветку. Команда организаторов делает все возможное, чтобы сделать маркировку максимально заметной, но для участников необходимо быть внимательными на протяжении всего Соревнования. Иногда бывает, что лица, не связанные с Соревнованием, срывают разметку, или Организатор не может ее размещать в некоторых точках ввиду определенных обстоятельств. Импорт маршрута трассы в телефон / часы поможет следовать правильному курсу в условиях неопределенности и экономит время. Но помните, в конечном счете именно участник несет ответственность за то направление, куда бежит.
- Участнику, отклонившемуся от курса, если не видна разметка на протяжении более 200 метров, необходимо следовать в обратном направлении до предыдущей маркировки. Далее, проверить маршрут по карте, в телефоне / на часах, или дождаться следующего участника и следовать за ним.
- Участник, выбывший из гонки в любой точке, кроме установленных контрольных пунктов или пунктов питания, должен следовать к ближайшему контрольному пункту или пункту питания. Если участник принял решение прекратить гонку и самостоятельно двигаться к финишному городку или месту проживания, он немедленно должен сообщить об этом Организаторам Соревнования по номеру для экстренной связи.
- В случае получения участником травмы, не позволяющей продолжить движение, он незамедлительно

должен сообщить на номер экстренной связи Организаторов о случившемся (сообщить свой соревновательный номер и примерное местоположение). Организаторы постараются организовать транспортировку или экстренную помощь.

- Участникам настоятельно рекомендуется заблаговременно зарядить / сменить батарейки на необходимых для Соревнования устройствах: телефон, часы, фонарик.
- Если участник хочет использовать наушники для прослушивания музыки при прохождении дистанции, ему рекомендуется отказаться от наушников или использовать только один из них. Участник, увлеченный прослушиванием музыки, может не услышать звуков приближающейся опасности, призывов о помощи, либо рискует быть сбитым другим участником, который будет двигаться быстрее.
- На сайте регистрации объявлены дистанции и общая информация. Знание маршрута предоставляет как физические, так и умственные преимущества во время его прохождения.
- В ходе Соревнования участник может попасть в непредвиденную ситуацию, не описанную в Положении.

## **15. БЕГОВОЙ ЭТИКЕТ**

- Пожалуйста, будьте любезны с организаторами, туристами, другими участниками и волонтерами.
- Столкновения участников на узких тропах могут быть травмоопасными. Если вы хотите обогнать участника, отчетливо попросите дорогу справа или слева, прежде чем обгонять. Медленные участники должны уступать, желающим обогнать.
- Большое количество волонтеров участвуют в работе над организацией и проведением Соревнования. Они поистине фанаты трейлов и сделают все возможное, чтобы помочь участникам гонки. Пожалуйста, относитесь к их работе с уважением. Без волонтеров данное Соревнование было бы невозможно.

## **16. ПРОТЕСТЫ И ПРЕТЕНЗИИ**

- Участник вправе подать письменные протест или претензию, которые рассматриваются судьейской коллегией, в состав которой входят главный судья, старший судья стартовой-финишной зоны и главный секретарь.
- К протестам и претензиям могут относиться:
  - протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест;
  - протесты и претензии, касающиеся неточности в измерении времени, за которое участник пробежал дистанцию;
  - протесты и претензии, касающиеся дисквалификации участника за неспортивное поведение.
- Остальные претензии могут быть проигнорированы коллегией в силу их незначительности (сюда относятся опечатки, некорректные анкетные данные и иное).
- При подаче претензии необходимо указать следующие данные:
  - фамилия и имя (анонимные претензии не рассматриваются);
  - суть претензии (в чем состоит претензия);
  - материалы, доказывающие ошибку (фото, видео материалы).
- Данные индивидуальных измерителей времени к рассмотрению не принимаются.
- Претензии принимаются **только от участников Соревнования** или от третьих лиц, являющихся официальными представителями участников.

### ***Сроки подачи протестов и претензий, а также способ их подачи:***

- Протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест в абсолютном первенстве, принимаются судьейской коллегией в письменной или устной форме с момента объявления победителей и

до официальной церемонии награждения. Распределение призовых мест после церемонии награждения может быть пересмотрено судьейской коллегией только при выявлении фактов нарушения победителем действующих правил, если выявление нарушений было невозможно до церемонии награждения. Решение о пересмотре призовых мест принимается Директором Соревнования (Руслан Просветов).

- По остальным вопросам участник вправе подать протест или претензию в период с момента окончания Соревнования до момента награждения.

## **17. ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ И ШТРАФЫ**

На пунктах питания и контрольных пунктах (чек-пойнтах) дистанции 5 км и 10 км будут присутствовать

волонтеры-чекеры, ответственные за фиксацию прохождения отметки.

В целях охраны здоровья участника, волонтер имеет право запретить продолжить гонку.

Дополнительная помощь на контрольных пунктах или пунктах питания, а тем более на протяжении дистанции, запрещается.

**Индивидуальное сопровождение участника (Пейсер) с целью повышения спортивных результатов запрещено.**

**Все участники должны находиться в равных условиях.**

## ***18. ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ***

- Трассы Соревнования пролегают по заповедникам, являющиеся природно-охраняемой зоной.
- На трассе Соревнования запрещается выбрасывать мусор и причинять любой вред окружающей среде. Весь мусор оставляется на пунктах питания или специально отведенных для этого местах. Организаторы уверены, что участники проявят заботу об окружающей среде и будут в состоянии доставить до пунктов питания или специально отведенных для этого мест упаковку от использованного питания. Пожалуйста, уважайте природную красоту и право каждого наслаждаться ею.
- Для контроля соблюдения требований об охране окружающей среды обязательна маркировка питания (гели, напитки, батончики и т.д.) и средств гигиены.
- Организаторы Соревнования обязуются очистить пункты питания, зоны стартового-финишного городка от мусора и разметки на дистанции.

## ***19. ФОРС-МАЖОР***

- При отмене Соревнования по причине возникновения чрезвычайных, непредвиденных и непредотвратимых обстоятельств, которые нельзя было разумно ожидать, либо избежать или преодолеть, а также события, находящиеся вне контроля Организатора, плата за участие не возвращается.
- К форс-мажорным обстоятельствам относятся: стихийные бедствия, опасные метеорологические условия, иные обстоятельства, события, явления, которые Главное управление МЧС России по субъекту РФ признает экстренными и предупреждает о их возможном наступлении; пожар; массовые заболевания (эпидемии); 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; другие, не зависящие от воли Организатора обстоятельства.
- Окончательное решение об отмене, приостановке, переносе времени старта и возобновлении Соревнования при наступлении форс-мажорных обстоятельств принимает организатор Соревнования.