


**«Утверждаю»**  
Спортивный директор  
NIKELS CLUB УФА

 Гиззатов А.А.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении лыжных соревнований  
«III BashkirSki Сверхмарафон 100км - 2025»**

**«Россия – лыжная держава, лыжный спорт - достояние здоровых масс»**



**Уфа, 2024 г.**

## **I. Цели и задачи**

Лыжный Сверхмарафон проводится с целью:

- популяризации в Российской Федерации профессионального и любительского лыжного спорта;
- оздоровления и пропаганда здорового образа жизни среди населения;
- развития массового лыжного спорта в г. Уфа и Республике Башкортостан;
- воспитание патриотических чувств, увековечивание памяти о героях и защитниках Отечества, ветеранах Великой отечественной войны, героев Советского союза и Российской Федерации, ветеранах боевых действий, памяти друзей, близких и родных, увековечение памяти советских и российских лыжников;
- вовлечения начинающих и любителей лыж в систематические занятия физической культурной и спортом;
- повышения спортивного мастерства и выявления сильнейших спортсменов среди любителей и профессионалов на длинные марафонские дистанции;
- формирование сборной марафонской команды «Башкирская зима» Республики Башкортостан.
- вовлечение уфимцев и горожан на занятия на свежем воздухе, знакомство с циклическими видами спорта;
- широкий обмен опытом между физкультурными, спортивными организациями, тренерами и спортсменами;
- сохранение спортивных лыжных традиций региона, передача опыта и духа лыжного спорта современному поколению.
- развитие внутреннего спортивного туризма, в том числе в Республику Башкортостан;
- материальная поддержка широкого круга профессиональных спортсменов за счет призового фонда от спонсоров;
- 10% от стартовых сборов направляются на благотворительность в лыжную сферу региона (закупка лыжного инвентаря детским спортивным школам).

## **III. Дистанция, место и сроки проведения соревнования**

Дистанция основная целевая - 100 километров по кругу (8 кругов по 12,5 км по равнине), 50 километров (4 круга), 25 км (2 круга), 12,5км (1 круг), эстафета 100 км (4 этапа по 25 км или 2 по 50км).

Ход - свободный (коньковый). Трасса на всех дистанциях – равнинная. Набор высоты на 12,5км – не более 50м.

Соревнование запланировано на 9 марта 2025г.

Место проведения - лыжная трасса в пос. Цветы Башкирии, город Уфа, Республика Башкортостан (геоточка места проведения в разделе VI).

Начало соревнований (старт) – 10:00, завершение соревнований – 18:00.

Получение стартовых пакетов – 08.03.2025 (15:00-18:00) в кафе «Отдых» (село Лебяжий, улица Центральная 1, корп.4), для иногородних возможно получение 08:30-09:00 09.03.2025 на месте старта. На 12,5 км получение стартовых пакетов 13:00-14:00 09.03.2025 на месте старта.

Официальное ознакомление с трассой возможно 08.03.2024г. самостоятельно в течении дня в светлое время (освещения трассы нет).

## **IV. Руководство проведением соревнования**

Общее руководство по проведению Соревнования осуществляется спортивным клубом «NIKELS CLUB УФА» и привлеченными специалистами.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

## **V. Участники Соревнования**

К соревнованию допускаются представители лыжных и спортивных клубов, ДЮСШ, представители любительских команд и физические лица, не имеющих ограничений по здоровью, оплатившие организационные взносы, имеющие медицинский допуск и спортивную страховку на день соревнований и допущенные организаторами.

Все расходы по проезду до города Уфа, проживанию, размещению спортсменов и трансферу к месту старта несут командирующие организации или сами спортсмены лично.

К участию к соревнованиям на 100км допускаются мужчины и женщины от 21 до 65 лет, строго при наличии соответствующего медицинского допуска, спортивной страховки на день соревнований и соответствующей подготовки (обязательное подтверждение в участии не менее чем в 2 лыжных марафонах на 50км за последние 2 года с финишным временем быстрее 3ч 30 минут).

На 50км допускаются мужчины и женщины от 21 до 65 лет строго при наличии соответствующего медицинского допуска, спортивной страховки на день соревнований и соответствующей подготовки (обязательное подтверждение в участии не менее чем 2 лыжных стартах 25км или 30 км за последние 2 года с финишным временем быстрее 2ч 00 минут и 2ч 30 минут соответственно).

На 25км допускаются мужчины и женщины от 18 до 70 лет строго при наличии соответствующего медицинского допуска и спортивной страховки на день соревнований.

На 12,5км допускаются мужчины и женщины от 16 до 70 лет строго при наличии соответствующего медицинского допуска и спортивной страховки на день соревнований.

Справка, помимо обязательных реквизитов (подпись врача, печать, как правило, треугольной формы «для справок» и др.), должна содержать обязательную фразу: «Допущен к лыжным соревнованиям на дистанцию \_\_\_\_ км (если указана большая дистанция, справка действительна на все меньшие дистанции на весь период действия медицинской справки)». Срок действия справки для участников на 100км не должен превышать 3 (трех) месяцев, т.е. для участия в соревнованиях справка должна быть выдана после 10 декабря 2024 г.

Срок действия справки на 12,5, 25км и 50км не должен превышать 6 (шести) месяцев, т.е. для участия в соревнованиях справка должна быть выдана после 10 сентября 2024 г.

Каждый участник лично несёт ответственность за свое здоровье.

Выдача эстафетных номеров производится 1-му представителю эстафетных команд (капитану команды) и только 08.03.2024 с 15 до 18ч.

Количество участников ограничено (не более 100 участников на личное участие на 100 км, суммарно не более 400 участников на личное участие на 12,5км, 25км и 50км, не более 10 корпоративных эстафетных команд 4\*25км), прием заявок может быть прекращен ранее обозначенных сроков.

Лимитное время на дистанцию – 8 часов (после 8 часов с начала гонки соревнования закрываются).

Участник, не преодолевший первые 50 км за 4 часа 00 минут, завершает марафон на 50 км и получает медаль и грамоту участника на 50км, соответственно. При этом, он не считается участником 50км марафона и в распределении призов на 50км не участвует.

Питание от организаторов волонтерами (тёплый чай, тёплый изотоник, сухофрукты, черный хлеб, специальное питание) на 2 точках: транзитная зона на старт-финише.

Горячее питание (каша с мясом) - после 50км или 3 часов после начала гонки и после финиша для участников соревнований.

Приветствуется приглашение для поддержки и помощи в Вашем питании товарищей и друзей.

Участникам соревнований на 100км (финишерам на 100км) - общая сауна (бесплатно, 2 часа).

Замена лыж разрешена только для участников на 100 км не более 2 раз в специальной транзитной зоне возле старт-финиша при обязательной фиксации замены лыж судьейством. Нарушение количества замен (превышение) или замена не в транзитной зоне – дисквалификация. Замена лыж на 50км, 25км и 12,5км запрещена.

Участникам эстафеты замена лыж на этапе запрещена, нарушение - дисквалификация команды.

Передача эстафеты 4\*25км в специальном коридоре на старт-финише.

## **VI. Программа соревнования**

### **8 марта 2025г. (суббота)**

15:00-18:00 – выдача стартовых пакетов на все дистанции 100км, 50км, 25км, 12,5км и эстафета. Адрес места выдачи будет сообщен позже в телеграмм канале участников Уфа\_Лыжная столица.

### **9 марта 2025г. (воскресенье)**

08.00 – открытие стартового городка.

08:30-09:30 – выдача стартовых пакетов на 100км, 50км, 25км (только для иногородних) в стартовом городке - в начале лыжной трассы пос. Цветы Башкирии.

Геоточка места старт-финиша. От АЗС Лукойл 400 м в сторону г. Уфа, N 54.653422 E 55.917637.

<https://yandex.ru/navi/?whatshare%5Bpoint%5D=55.917637%2C54.653422&whatshare%5Bzoom%5D=18&lang=ru&from=navi>)

09:30 – открытие соревнований.

10.00 – масс-старт на дистанцию 100 км, 50км, 25км, 1 этап эстафеты. Ход свободный. Первая линия старта - профессионалы (1 разряд и выше).

12:00 – награждение победителей соревнований на 25км.

13:00-14:00 – выдача стартовых пакетов на 12,5км в стартовом городке.

15.00 – масс-старт на дистанцию 12,5км. Ход свободный.

15:15 – награждение победителей соревнований на 50км.

17:00 – награждение победителей соревнований на 100км.

18:00 – закрытие трассы.

18:30 – награждение победителей соревнований на 100км.

19:00 – сауна для финишеров 100км в пос. Цветы Башкирии (2 часа). Пос. Цветы Башкирия, ул. Красная,1.

В течении дня соревнований с 10 до 18 часов: бесплатная полевая кухня для участников (с 12 до 17ч.), дежурная скорая медицинская помощь и МЧС (с 10 до 18ч), сервис по смазке лыж (08.03.2025 на выдаче стартовых пакетов оставляете, мы готовим и привозим к старту 09.03.2025), музыка с профи диджеем, веселые ведущие, конкурсы для взрослых и детей с подарками от спонсоров, аниматоры, зона для болельщиков, палатка обогрева и хранения вещей спортсменов и гостей, биотуалеты, зона фотографирования.

## **VII. Порядок старта**

Общий старт для всех участников. Старт на дистанцию только по объявлению судей. Замена участников корпоративной эстафеты только по уведомлению организаторов соревнований и судей при наличии уважительных причин.

## **VIII. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

Ответственность за обеспечение безопасности участников и зрителей несут: тренеры-представители команд за своих учеников и участников, сами участники при личном участии.

Основными принципами соревнований являются справедливость и соблюдение правил. Спортсменам запрещается получать преимущество перед другими спортсменами с нарушением правил. Спортсмены не могут препятствовать или угрожать другим участникам соревнований, либо мешать работе организаторов гонки. Спортсмены должны быть вежливыми по отношению к другим спортсменам, волонтерам, судьям. Спортсмены обязаны следовать указаниям организаторов, судей и работников. Спортсмены должны проявлять уважение к окружающей среде и избегать ее загрязнения.

Участники должны быть физически и технически подготовлены к соревнованиям: каждый участник, выходящий на старт, несет персональную ответственность за свое здоровье.

Каждый спортсмен сам отвечает за состояние и техническую безопасность своего спортивного инвентаря и должен гарантировать, что другие спортсмены, волонтеры и зрители не будут подвержены угрозе его использования. С животными (собаками и др.) бежать дистанции запрещено. В случае, если участник решил прервать соревнование, он должен проинформировать об этом ближайшего судью, волонтера. Организаторы и судьи соревнования вправе отозвать участника с трассы, если они сочтут это необходимым и небезопасным для спортсмена или окружающих. Организаторы и судейская бригада имеют право дисквалифицировать участника, если он не следует установленной трассе, мешает другим участникам или иным образом препятствует проведению соревнований. Протяженность и конфигурация трассы могут быть изменены в связи с погодными или иными условиями.

## **IX. Награждение**

На 100км личный зачет награждаются денежными призами с 1 по 10 места в абсолюте мужчины и женщины. В возрастных категориях награждаются памятными призами 1,2,3 места начиная с 40 лет (40-49 лет, 50-59 лет, 60-65 лет). Награждённые в абсолюте в категориях не награждаются.

На 50км, 25км, 12,5км личный зачет награждаются денежными призами с 1 по 5 места в абсолюте мужчины и женщины. В возрастных категориях награждаются памятными призами 1,2,3 места начиная с 40 лет (40-49 лет, 50-59 лет, 60-70 лет). Награждённые в абсолюте в категориях не награждаются.

Среди корпоративных команд награждаются за 1,2,3 место грамотами и ценными призами.

Отдельный приз самому молодому участнику и самому возрастному без разделения по полу.

Отдельный приз самому последнему участнику мужчине и женщине.

## **X. Условия приема**

Соревнование проводится за счет взносов от спонсоров соревнований и собственных средств спортивного клуба «NIKELS CLUB УФА». Расходы по участию в соревновании несут участники соревнования (стартовый взнос):

1. 100км - 2500 рублей (до 30.06.2024 или до достижения 30 слотов), 3000 рублей (с 01.07.2024 до 31.12.2024 или до достижения 60 слотов), 3500 рублей (после 01.01.2025 или до достижения 100 слотов);

50км - 2000 рублей (до 30.06.2024), 2500 рублей (с 01.07.2024 до 31.12.2024), 3000 рублей (после 01.01.2025);

25км - 1500 рублей (до 30.06.2024), 2000 рублей (с 01.07.2024 до 31.12.2024), 2500 рублей (после 01.01.2025);

12,5км - 1000 рублей (до 30.06.2024), 1500 рублей (с 01.07.2024 до 31.12.2024), 2000 рублей (после 01.01.2025).

2. Корпоративная эстафета – 4 000 рублей от команды.

3. Ветераны (65 лет и старше), ветераны боевых действий и члены их семей, участники СВО и члены их семей - бесплатно. До достижения 10 льготных слотов.

4. Первые 3 места в абсолюте по результатам **II BashkirSki Сверхмарафон 2024** – бесплатно на дистанции 100км и 50км.

## **XI. Заявки**

Регистрация в <https://russiarunning.com> под названием мероприятия «III BashkirSki Сверхмарафон 100км - 2025»

При наличии вопросов обращаться по электронной почте Arni.Giz@rambler.ru.

Дата и время старта может быть изменена организаторами и перенесена на другую дату в случае неблагоприятных погодных условий (температура окружающей среды ниже -20 градусов Цельсия и сильный буран-метель более 15м/с) или иных ограничений (форс-мажор).

В случае переноса соревнований в связи с COVID-ограничениями, резким понижением температуры, погодными условиями и, как следствие, неудовлетворительным состоянием трассы Оргкомитет (Жюри) принимает решение о назначении новой даты соревнований без дополнительной оплаты. Участники, оплатившие стартовый взнос, впоследствии допускаются к перенесенным соревнованиям без дополнительной оплаты. Если спортсмен решает не принимать участие в перенесенных соревнованиях – стартовый взнос не возвращается.