

## **Положение о проведении 129 Некрасовского марафона.**

### **Цели и задачи:**

1. Пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни.
2. Популяризация бега на длинные дистанции.
3. Выявление сильнейших спортсменов.

### **Время и место проведения:**

Пробег проводится 16 мая 2026 года по адресу: г. Москва, ЮВАО, район Некрасовка, ул. 2-ая Вольская, 26. Некрасовский лесопарк

Выдача номеров будет проводиться с 09.00 до 09.50 16 мая 2026 г. на месте старта, для участников 42,2 км – с 8:30 до 8:55).

Старт дистанции 42,2 км (Марафон) в 9 часов, остальных дистанций (5 км, 10 км и 21,1 км) в 10 часов 16 мая 2026 г.

Возможен более ранний старт участников при предварительном согласовании с организаторами.

Если участник опаздывает на забег, он может быть допущен организаторами до соревнования, но его время будет отсчитываться от момента старта всех участников.

Если участник начинает соревнование не со всеми участниками, как указано в Положении, а раньше, он участвует вне конкурса (В/К).

Окончание соревнования 16 мая в 16-00.

Если участник не может преодолеть дистанцию в отведённый лимит времени, он будет считаться не завершившим дистанцию (DNF).

### **Программа и участники:**

В программу соревнований входят дистанции:

42,2 км (марафон)

21,1 км (полумарафон)

10 км

5 км

В соревнованиях принимают участие мужчины и женщины 18 лет и

старше, предварительно зарегистрировавшиеся на сайте [www.russiarunning.com](http://www.russiarunning.com) и оплатившие стартовый взнос.

Участник допускается к старту при наличии личной подписи в карточке участника, подтверждающей, что он ознакомлен с настоящим Положением и несет персональную ответственность за свое здоровье и за свою подготовку к соревнованиям.

Ценные вещи и документы можно оставить у организаторов, предварительно положив в прозрачный пакет с указанием фамилии.

### **Как доехать до места проведения пробега:**

Добраться до места старта удобней от станции метро Некрасовка на автобусах № 722, 893 до остановки «1-ая Вольская улица». Также можно добраться от ст. Люберцы на автобусах № 722, 723, 726, 849. Далее переходим через светофор, заходим в парк и идем по тропинке, держась левее – 300 метров до места старта.

На месте старта для переодевания участников будет установлена палатка.

### **Дистанции:**

марафон (42,2 км),

полумарафон (21,1 км),

10 км,

5 км

### **Трасса:**

Трасса - круговая, длина круга 2,5 км кроссового типа (грунтовое покрытие).

Трасса будет обозначена сигнальными лентами. Через 1 км на дальнем повороте поворачиваем направо под острым углом, пробегаем 150 метров, поворачиваем налево также под острым углом, бежим до дороги и

поворачиваем снова налево, пробегая возле детской площадки с правой стороны, и бежим обратно к месту старта.

Марафон - 17 кругов; Полумарафон – 8,5 кругов; 10 км – 4 круга; 5 км – 2 круга.

Отклонение от трассы более, чем на 5 метров, - дисквалификация (DQ).

### **Стартовый взнос:**

на дистанции 5 км - 800 руб.

на дистанцию 10 км - 1000 руб.

на дистанцию 21,1 км (полумарафон) - 1200 руб.

на дистанцию 42,2 км (марафон) - 1400 руб.

При регистрации в день старта сумма стартового взноса увеличивается на 100 рублей.

### **Награждение:**

Спортсмены, успешно преодолевшие дистанцию, получают диплом с временем прохождения дистанции и медаль финишера.

На дистанции 42,2 км; 21,1 км; 10 км и 5 км победители и призеры среди мужчин и женщин награждаются грамотами, медалями соответствующих степеней и кубками.

### **Питание:**

Вода, кока-кола, мандарины, чай, изюм, курага, финики.

### **Регистрация участников:**

Зарегистрироваться можно на сайте: [www.russiarunning.com](http://www.russiarunning.com)

Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются также на e-mail: [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru), либо по телефону 89166180179 (Алексей Филиппов).

Зарегистрироваться также можно в день старта. При регистрации в день старта стартовый взнос увеличивается на 100 рублей.

Если вы зарегистрированы предварительно, но не успели оплатить заранее, то оплата возможна в день старта по стоимости предварительной регистрации.

При отмене соревнования по независящим от организаторов причинам плата за участие не возвращается. Возврат стартового взноса не предусмотрен. Стартовый взнос может быть перенесён на следующие забеги «Некрасовский

марафон» при невозможности участия в данном соревновании по не зависящим от организаторов причинам.

**Условия финансирования:**

Организаторы соревнований несут расходы, связанные с награждением и питанием спортсменов. Расходы, связанные с командированием участников, несут командирующие организации.

**Хронометраж:**

Ручной.

**Фотографирование**

Организаторы имеют право использовать сделанные ими во время соревнований фотографии по своему усмотрению.

**Протесты:**

Все протесты относительно результатов соревнований, нарушений прохождения трассы и т.д. подаются по электронной почте по адресу [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru) до 24 мая 2026 г. включительно.

**Контакты:**

Электронная почта: [alleviate@yandex.ru](mailto:alleviate@yandex.ru)

+7 916 618 01 79 - Алексей