

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении легкоатлетического забега и соревнований по северной ходьбе
«Хороший старт. Екатеринбург»

Санкт-Петербург
2025 г.

1. Общие положения

Легкоатлетический забег (далее - забег) и соревнования по северной ходьбе (далее - северная ходьба) «Хороший старт. Екатеринбург» (далее - Мероприятие) проводится в соответствии с Правилами соревнований по легкой атлетике, утвержденными Приказом Минспорта №153 от 9 марта 2023 года (далее - Правила соревнований), а также согласно правилам вида спорта «спортивный туризм», утвержденными приказом Минспорта России от 22 апреля 2021 г. №255 в соответствии с разделом 4 Спортивная дисциплина «северная ходьба» (далее - Правила соревнований по северной ходьбе).

Мероприятие проводится с целью развития массового любительского бега и северной ходьбы в Санкт-Петербурге и Ленинградской области.

Задачами проведения мероприятия являются:

- Популяризация оздоровительного бега и бега на длинные дистанции;
- Популяризация северной ходьбы;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Привлечение населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- Повышение спортивного мастерства бегунов на короткие, средние и длинные дистанции;
- Повышение спортивного мастерства спортсменов-североходцев;
- Патриотическое воспитание молодежи;
- Повышение туристической привлекательности Санкт-Петербурга (беговой туризм, северная ходьба).

Участники северной ходьбы должны быть самостоятельно экипированы специальным снаряжением (специальными палками; использование BungeePump и треккинг палок запрещено) и соблюдать технику передвижения. Требования к снаряжению и технике передвижения указаны в Приложении 1. Система судейства бесштрафовая.

2. Организаторы мероприятия

Общее руководство проведением Мероприятия осуществляет общество с ограниченной ответственностью «СПОРТКРЕАТИВ» (далее - Организатор). Непосредственное проведение забега возлагается на главную судейскую коллегию (далее ГСК).

3. Место и сроки проведения

Мероприятие проводится по адресу:

Санкт-Петербург, ул. Лифляндская, д. 12, СПб ГКУ «Парк культуры и отдыха «Екатерингоф».

Дата проведения: 01 февраля 2025 г.

Выдача стартовых пакетов проводится по адресу: Санкт-Петербург, ул. Лифляндская, д. 12, СПб ГКУ «Парк культуры и отдыха «Екатерингоф».

Вся информация об изменениях публикуется в официальной группе мероприятий <https://vk.com/goodtrail> и на сайте <https://goodtrail.ru/>

Дата и время выдачи стартовых пакетов:

01.02.2025 с 10.00 до 11.50

Старт и финиш Мероприятия у Эстрады.

Дистанции:

10 км - личный зачет (забег)

10 км - личный зачет (северная ходьба)

5 км - личный зачет (забег)

5 км - личный зачет (северная ходьба)

2,5 км - личный зачет (забег)

Детские забеги на дистанции 400 м и 800м

4. Обеспечение безопасности участников и зрителей, медицинское обеспечение

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 №353 (ред. 17 мая 2022 г. №892).

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020г. №1144н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятий».

Каждый участник должен иметь действующий медицинский допуск спортивного диспансера, который является основанием для допуска к участию в мероприятии, либо медицинскую справку о допуске к мероприятию.

Обеспечение медицинской помощью участников осуществляется за счет средств Организатора.

5. Программа мероприятия

10:00 Открытие стартового городка, выдача стартовых пакетов

11:00 Старт для юных участников на 400м

11:10 Старт для юных участников на 800м

11:40 Награждение юных участников

11:50 Разминка для всех участников

12:00 Старт для участников дистанции 2,5км, 5км

12:10 Старт для участников дистанции (северная ходьба) 10км, 5км

13:00-14.00 Награждение участников

15:00 Закрытие соревнований

6. Условия подведения итогов

К участию в Мероприятии допускаются все желающие, имеющие медицинский допуск, прошедшие онлайн регистрацию и оплатившие стартовый взнос.

Зачет проводится среди мужчин и женщин на личное первенство в абсолютном зачете. Участники с инвалидностью обязаны дополнительно предъявить документ, подтверждающий инвалидность. Участники до 18 лет обязаны дополнительно предъявить разрешение от родителей на участие в забеге и северной ходьбы. Участникам при выдаче стартового пакета необходимо предъявить медицинскую справку, заверенную подписью врача и печатью медицинского учреждения по установленному образцу. Гражданам иностранных государств рекомендуется иметь медицинскую страховку, покрывающую участие в мероприятиях. Медицинские документы, предоставленные в комиссию по допуску участников к мероприятию, не возвращаются. Ксерокопии медицинских справок принимаются только при предъявлении оригинала.

Общее контрольное время (ОКВ) прохождения дистанции 10 км – 1 час 30 мин, северная ходьба - 1 час 45 мин.

- дистанция 10 км - 4 круга по 2.5 км;

Общее контрольное время (ОКВ) прохождения дистанции 5 км – 50 мин, северная ходьба - 60 мин.

- дистанция 5 км - 2 круга по 2.5 км;

- дистанция 2.5 км - 1 круг.

Участники забега

Дистанция 10 км: допускаются участники от 18 и старше;
Дистанция 5 км: допускаются участники от 18 и старше;
Дистанция 2,5 км: допускаются участники от 14 и старше;
Дистанция 800 м: допускаются участники от 8 до 13 лет;
Дистанция 400 м: допускаются дети от 4 до 7 лет;

Участники по северной ходьбе

На дистанции по северной ходьбе 5км, 10 км допускаются участники от 18 лет и старше;

7. Заявки на участие

Онлайн регистрация проводится на сайте
<https://reg.russiarunning.com/event/ekaterinhof>

Онлайн регистрация может быть закрыта раньше срока по достижению лимита участников (300 человек на все дистанции). При наличии слотов, возможна регистрация непосредственно в день забега. Участникам, прошедшим онлайн регистрацию и по каким-либо причинам, не имеющим возможности принять участие в мероприятии, стартовый взнос не возвращается.

В день Мероприятия **01.02.2025 г.**, согласно программе, участники представляют в комиссию по допуску участников следующие оригиналы документов:

- паспорт;
- медицинский допуск к участию.

Каждый участник, заявляющийся на забег, даёт согласие на обработку персональных данных, использование фотографий и видеоматериалов, сделанных во время подготовки и участия в забегах и северной ходьбы, публикации их в сети Интернет, а также передаче третьим лицам.

8. Регистрация результатов

Результат участников забега на дистанции 400м, 800м, 2,5км, 5км и 10км фиксируется системой электронного хронометража. Итоговые результаты мероприятия на дистанции будут опубликованы на сайте <https://goodtrail.ru/>. Оргкомитет забега не гарантирует получение личного результата участником в случае, если:

- электронный чип был размагничен, поврежден;
- участник неправильно прикрепил номер;
- участник бежал с чужим номером;
- участник утратил номер;
- участник был дисквалифицирован.

9. Определение победителей и призеров, награждение

Определение победителей и призеров забега проводится по действующим правилам соревнований по легкой атлетике и северной ходьбе (с применением бесштрафовой системы оценки нарушений, Приложение 2). Определение победителей и призеров соревнований происходит по факту прихода на финиш. На дистанциях 10км, 5км, 2,5км, 800м, 400м дипломом и ценными призами награждаются мужчины и женщины, занявшие 1-3 места в абсолютных зачетах. На дистанциях северная ходьба 10км, 5км, дипломом и ценными призами награждаются мужчины и женщины, занявшие

1-3 места в абсолютных зачетах. Все финишировавшие и уложившиеся во временной лимит участники соревнований получают медаль финишера.

10. Протесты и претензии

10.1. Участник вправе подать письменные протест или претензию, которые рассматриваются ГСК, в состав которой входят главный судья, рефери по бегу или судья по спортивному туризму в дисциплине «северная ходьба», главный секретарь. Претензии подаются в течение 30 минут после объявления результатов. Претензии участников соревнований по северной ходьбе подаются в течение 30 минут после опубликования результатов с учетом штрафных санкций. Результаты публикуются в режиме реального времени на сайте <https://goodtrail.ru/>

10.2. 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.

10.3. Претензии могут быть проигнорированы коллегией в силу их незначительности (опечатки, некорректные анкетные данные и иное).

10.4. При подаче претензии необходимо указать следующие данные:

- инициалы и стартовый номер участника (анонимные претензии не рассматриваются);
- суть претензии (в чем состоит претензия);
- материалы, доказывающие ошибку (фото, видеоматериалы).

10.5. Данные индивидуальных измерителей времени к рассмотрению не принимаются.

10.6. Претензии принимаются только от участников соревнования или от третьих лиц, являющихся официальными представителями участников.

10.7. Протесты и претензии, влияющие на распределение призовых мест в абсолютном первенстве, принимаются судейской коллегией в письменной форме с момента объявления победителей и до официальной церемонии награждения. Распределение призовых мест после церемонии награждения может быть пересмотрено судейской коллегией только при выявлении фактов нарушения победителем действующих правил, если выявление нарушений было невозможно до церемонии награждения.

11. Дисквалификация и штрафы, статусы участников.

11.1. Судейская коллегия оставляет за собой право дисквалифицировать участника в случае нарушения им правил Мероприятия.

11.2. При рассмотрении вопроса о нарушении правил Мероприятия будет учитываться наличие умысла участника и степень влияния нарушения на занятую им позицию:

- участник стартовал без официального номера соревнования – Дисквалификация;
- участник стартовал не из зоны старта – Дисквалификация;
- участник изменил стартовый номер – Дисквалификация;
- участник сократил (срезал) дистанцию – Дисквалификация;
- участник стартовал до официального старта соревнования или после закрытия старта – Дисквалификация;
- участник использовал механические средства передвижения (велосипед, самокат и др.) – Дисквалификация;
- участник вышел на старт под зарегистрированным номером другого участника или на другую дистанцию – Дисквалификация;
- участник проигнорировал решение врача о снятии с дистанции по состоянию здоровья (на участке дистанции, пунктах освежения) – Дисквалификация;

- участник проигнорировал решение судей о снятии с дистанции (грубые нарушения правил, несоблюдение временных лимитов) – Дисквалификация;
- отсутствие электронного чипа или его повреждение - На усмотрение организаторов;
- неуважительное отношение к другим участникам или организаторам (нецензурная брань и грубое отношение к другим участникам, волонтерам и организаторам, неспортивное поведение в отношении участников, умышленное нарушение правил) – Дисквалификация;

Участнику присваивается статус:

- участник не вышел на старт, пересек линию старта до официального старта соревнования или после закрытия старта - Не стартовавший;
- участник стартовал, но не пересек линию финиша или пересек линию финиша после ее официального закрытия - Не финишировавший;
- участник не уложился в лимит прохождения дистанции за отведенное время - Не финишировавший.
- по решению врача о снятии участника с дистанции по состоянию здоровья (на участке дистанции, пунктах освежения) - Не финишировавший.

12. Условия финансирования

Расходы по организации и проведению Мероприятия:

Расходы по организации и проведению Мероприятия осуществляются за счёт средств Организатора, спонсоров и привлечённых ресурсов. Расходы по участию в забеге несут участники. Расходы по командированию иногородних участников (проезд, проживание, питание, суточные) несут командирующие организации.

Требования к снаряжению участников соревнований по северной ходьбе
(п.4.2. Раздела 4 Правил соревнований по северной ходьбе).

4.2. Специальные требования

4.2.1 К основным элементам снаряжения (специальных палок) относятся: трубка (древко, стержень), рукоятка, темляк, наконечник. Трубка может быть цельной (фиксированной длины), телескопической, складной. Темляк может быть выполнен в форме перчатки (полуперчатки).

4.2.2 Спортсмены должны использовать палки с темляками, застёгивающимися на запястье. Во время движения спортсмена по дистанции темляки должны быть застёгнуты, темляки/перчатки с системой быстрой фиксации должны быть пристёгнуты к ручкам палок.

4.2.3 Палки спортсмена должны быть одинаковой длины. Длина палок определяется формулой « $0,7$ от роста спортсмена ± 5 сантиметров». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленной на опорную поверхность, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому. Контроль длины палок производится во время предстартовой проверки. При использовании телескопических палок спортсменам запрещается менять их длину во время прохождения дистанции.

4.2.5 Использование палок, имеющих повреждение (отсутствие) основных элементов, запрещено.

4.2.6 Использование палок с темляком типа «петля», с помповым или пружинным механизмами трубки (древка, стержня) запрещено.

Требования к технике передвижения.
(п.5.Раздела 4 Правил соревнований по северной ходьбе)

5.1. Спортсмены-участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.

5.2. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.

5.3. На каждый шаг должно производиться акцентированное отталкивание палкой от опорной поверхности. При завершении отталкивания палка не должна отрываться от опорной поверхности, раньше находящейся сзади ноги. Волочение палок запрещено.

5.4. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания.

5.5. Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом. Наклон корпуса вперёд не должен быть больше наклона передней палки. Излишний подъём наконечников палок вверх и разброс в стороны запрещены.

**Бесштрафовая система оценки нарушений.
(п.10 Раздела 4 Правила по северной ходьбе).**

Для контроля прохождения на дистанции устанавливается 5 точек контроля (место расположения судьи, оценивающего правильность действий участников на дистанции).

Нарушения фиксируются судьями на дистанции и/или устройствами фото- и видеофиксации и записываются в протокол контроля.

Участники должны быть проинформированы о нарушении устным замечанием с указанием нарушения и показом красной карточки при переходе на бег или прыжки.

Название нарушения	Штрафная санкция
Малая амплитуда движения рук -отсутствие выноса локтя впереди корпуса при постановке палки	Устное замечание
Малая амплитуда движения рук -отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания	Устное замечание
Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног	Устное замечание
Движение без отталкивания -волочение палок	Устное замечание
Переход на бег или прыжки	Красная карточка

При получении участником красной карточки применяется следующая санкция - назначение штрафного времени, равного ОКВ (получение участником нескольких красных карточек считается за одну). В этом случае итоговый результат участника считается как сумма реального времени прохождения дистанции и штрафного времени.