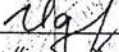


«УТВЕРЖДАЮ»  
Генеральный директор  
АНО ЦНПЭКТ "Геопарк  
Торатау"

  
А.М. Идельбаев  
« 23 » 2023 г.



«СОГЛАСОВАНО»  
Глава администрации  
муниципального района  
Ишимбайский район

  
А.А. Ишемгулов  
« 23 » 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»  
Руководитель Башкирского РО  
Федерации рогейна России

  
С.В. Федоров  
« 23 » 2023



«УТВЕРЖДАЮ»  
Председатель РФСО «Республиканская  
Федерация спортивного ориентирования»

  
А.Х. Яушев  
2023



**III забег по естественному ландшафту,  
горный полу-марафон «КУК-КАРАУК ТРЕЙЛ»  
ПРИ ГРАНТОВОЙ ПОДДЕРЖКЕ ГЛАВЫ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

- Любительский трейлраннинговый забег — забег по естественному ландшафту Горный полу-марафон «Кук-караук трейл» (далее по тексту – мероприятие) проводится с целью привлечения жителей к здоровому образу жизни посредством проведения мероприятия в экологически чистой зоне, популяризация оздоровительного бега, выявление сильнейших спортсменов. Преодоление дистанции осуществляется как бегом, так и ходьбой. Участники приобретают основы естественного бега, получают уникальную возможность испытания организмом перепада высот, повышают скоростную и общую выносливость.
- В задачи проводимого мероприятия входят знакомство с памятниками природы и другими достопримечательностями района проведения мероприятия, приобщение участников к природе, обучение их правилам поведения в лесу, правил безопасности в чрезвычайных ситуациях, воспитание духа коллективизма и взаимовыручки.

**2. ОРГАНИЗАТОРЫ**

- АНО Центр науки и просвещения экологии, культуры и туризма "Геопарк Торатау"
- Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Башкортостанская республиканская Федерация спортивного ориентирования»;
- Башкирское региональное отделение Федерации рогейна России;
- Автономная некоммерческая организация «Физкультурно-оздоровительный центр Партнер», г. Кумертау.

### 3. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Мероприятие пройдет 03-04 июня 2023 г. в Ишимбайском муниципальном районе Республики Башкортостан, Центр мероприятия: поляна «Таба» в Макаровском ущелье.

### 4. ФОРМАТ МЕРОПРИЯТИЯ, ГРУППЫ И ДИСТАНЦИИ УЧАСТНИКОВ

Мероприятие проводится в формате забега по лесной, горной местности. Преодоление дистанции осуществляется как бегом, так и ходьбой. К участию допускаются спортсмены-любители 2005 года рождения и старше. При количестве участников в группе меньше 4, группа ветеранов объединяется с основной группой.

Группа участников	Пол участников	Дистанция	Набор высоты
М (1977-2005 г.р.)	Мужской	~ 21 км.	~ 1100 м.
Ж (1982-2005 г.р.)	Женский	~ 21 км.	~ 1100 м.
М (1976 г.р. и старше)	Мужской	~ 21 км.	~ 1100 м.
Ж (1981 г.р. и старше)	Женский	~ 21 км.	~ 1100 м.
М (1977-2005 г.р.)	Мужской	~ 12 км.	~ 750 м.
Ж (1982-2005 г.р.)	Женский	~ 12 км.	~ 750 м.
М (1976 г.р. и старше)	Мужской	~ 12 км.	~ 750 м.
Ж (1981 г.р. и старше)	Женский	~ 12 км.	~ 750 м.
М (2005 г.р. и старше)	Мужской	~ 6 км.	~ 250 м.
Ж (2005 г.р. и старше)	Женский	~ 6 км.	~ 250 м.

Стартовый пакет участника включает:

- медаль финишера
- бафф с символикой гонки
- пояс для бега с креплением номера и карманами для гелей
- стартовый номер участника с символикой гонки
- пункты питания на трассе, чаепитие на финише
- силиконовый браслеты с символикой гонки
- аренда ЧИПа электронного хронометража
- индивидуальный билет лотереи на розыгрыш ценных призов от партнеров и спонсоров

### 5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ДИСТАНЦИЯХ

Весь маршрут хорошо размечен (промаркирован). Часть дистанции проходит по лесным тропам и дорожкам, часть дистанции по лесному бездорожью (кусты, завалы, чилижник). Девяносто процентов дистанции пролегает по лесной местности.

Интерактивную схему маршрута и треки навигации можно скачать на сайте забега за неделю до старта.

### 6. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

03.06.23	13:00-21:00	Посещение достопримечательностей Ишимбайского района, в том числе территории Макаровского ущелья.
	16:00-21:00	Получение стартовых пакетов зарегистрированными участниками.
	17:00-17:45	Официальная тренировка
04.06.23	09:00-11:45	Получение стартовых пакетов зарегистрированными участниками.
	11:45-11:59	Открытие мероприятия и предстартовый брифинг для участников.
	12:00	Старт забега.
	15:30	Награждение победителей и призеров.
	18:00	Окончание контрольного времени.

### 7. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В центре мероприятия имеется медицинский персонал. Заметив на дистанции человека, попавшего в беду, непременно сообщите об этом судьям на дистанции или организаторам.

## **8. СНАРЯЖЕНИЕ**

Обязательное личное снаряжение для каждого участника забега:

- стартовый номер,
- полностью закрывающие ноги беговые брюки, тайтсы, лосины и т.п.,
- беговые кроссовки, применимые в горной местности,
- свисток для подачи сигнала.

Рекомендуемое снаряжение:

- устройство, поддерживающее прием GPS-сигнала, для возможности навигации в случае ухода с промаркированного маршрута (это может быть смартфон с функцией GPS);
- спортивные очки для защиты глаз от веток.
- фальшфейер для подачи сигнала бедствия.

## **9. ФИНАНСИРОВАНИЕ, УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ И РЕГИСТРАЦИЯ**

Мероприятие проводится за счет энтузиазма организаторов, помощи гранта Главы Республики Башкортостан некоммерческим неправительственным организациям Республики Башкортостан, участвующим в развитии институтов гражданского общества и реализующим социально значимые проекты в 2022-23 году, заявочного взноса (взноса софинансирования) участников, партнерской - спонсорской помощи.

Маркировка и указатели (таблички) тропы забега, памятные призы победителям и призерам предоставляет АНО ЦНПЭКТ "Геопарк Торатау", согласно Приложение №1 данного положения.

Регистрация проходит на сайте ORGEO.RU

Окончательная регистрация осуществляется в центре соревнований 03 и 04 июня 2023 года. Предоставляются: медицинская справка и паспорт. Ксерокопия медицинской справки принимается только при предъявлении оригинала. Оригиналы справок, при отсутствии копии, НЕ возвращаются.

### **9.1 ПРАВИЛА ПЕРЕДАЧИ СЛОТА**

Зарегистрированные участники могут передать свой слот за участие другому участнику, но не позднее, чем за три дня до мероприятия.

Для передачи слота нужно написать на почту [bashtrail@ya.ru](mailto:bashtrail@ya.ru), со своей почты указанной в заявке, данные нового участника (фио, день рождения, команда, место проживания).

Финансовые вопросы по передаче слота участники решают самостоятельно.

### **9.2 ОТКАЗ ОТ УЧАСТИЯ**

В случае отказа от участия слот не возвращается.

Отказавшиеся участники могут совершить забег в «он-лайн» формате, в удобном для них месте и в удобное для них время в течении месяца после забега. Затем отправить grx-трек на почту организатору и получить по почте медаль финишера забега по естественному ландшафту «КУК-КАРАУК ТРЕЙЛ». Почта: [bashtrail@ya.ru](mailto:bashtrail@ya.ru)

## **10. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ И НАГРАЖДЕНИЕ**

На финише все завершившие дистанцию участники получают памятную медаль мероприятия. Результаты определяются согласно правил вида спорта «Легкая атлетика», дисциплина – трейл. Контроль прохождения дистанции участниками осуществляется при помощи комплекта электронного хронометража SportIdent. Результаты формируются согласно длины дистанции и группы участников. Награждение проводится по группам участников.

## **11. КОНТРОЛЬНОЕ ВРЕМЯ И КОНТРОЛЬНЫЕ ПУНКТЫ**

На дистанциях забега будут контрольные пункты (КП), расположение которых будет не известно участникам. В данных КП будет осуществляться контроль прохождения дистанции. Участники, не побывавшие на всех КП (такое возможно только в случае если вы сократили дистанцию либо сошли с неё), не считаются финишерами забега. Контрольное время рассчитывается из средней скорости движения 5 км/ч (быстрый шаг) и для дистанции 21 км. составляет четыре часа и пятнадцать минут. В случае очень плохих метеорологических условий и/или опасных условий лесной безопасности, организаторы оставляют за собой право остановить забег или изменить контрольное время. Участники, не уложившиеся в контрольное время, не считаются финишерами забега.

## **12. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Ответственность за безопасность возлагается на Руководство мероприятия, самих участников и лиц их сопровождающих. Ответственным за соблюдение норм и правил безопасности при проведении мероприятия является главный судья мероприятия. Ответственность за здоровье и сохранность жизни участников возлагается на самих участников и лиц их сопровождающих.

## **13. ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ**

Участники соревнований должны следовать по размеченной (промаркированной) дистанции. Всем участникам будут предложены треки маршрута для навигационных устройств (gps-часы, смартфоны, навигаторы). Все участники могут ознакомиться с подробной картой маршрута. Участники должны доброжелательно относиться друг к другу. При необходимости оказать первую медицинскую помощь и незамедлительно сообщить организаторам о сложившейся ситуации, вне зависимости от текущего результата. Правилами гонки, человеческая взаимопомощь ценится выше спортивного результата. Организатор оставляет за собой право отказать участнику в продолжении соревнования, если представитель организатора наблюдает у участника признаки нездоровья или крайней усталости. Обоснование такого решения не требуется. Организатор может потребовать или рекомендовать обязательное оборудование для безопасности с учетом реальных и ожидаемых условий, с которыми могут столкнуться участники во время бега. Данное оборудование может позволить спортсменам избежать проблемных ситуаций или в случае несчастного случая подать сигнал тревоги и ожидать прибытия помощи в безопасных условиях.

## **14. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ МЕРОПРИЯТИЯ**

- Прочитать и понять данные Правила мероприятия. Регистрация означает полное и безоговорочное принятие настоящих Правил.
- Строго выполнять требования по противодействию COVID-19.
- Участники освобождают организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае телесного повреждения или материального ущерба, понесенного ими в течение забега.
- Участники обязаны иметь действующую медицинскую справку о допуске к забегу.
- Участники осведомлены, что дистанция гонки проходит по лесному району и является потенциально небезопасной.
- Участники осведомлены, что дистанция имеет сложные участки для быстрого передвижения.
- Регистрируясь на забег, Вы гарантируете, что Вы осведомлены о состоянии Вашего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков.
- Организаторы оставляют за собой право дисквалифицировать участников, замеченных в небрежном и грубом отношении к природе. Весь мусор необходимо уносить с собой до мест утилизации в населенных пунктах или центре мероприятия.
- Во время забега стартовые нагрудные номера всегда должны быть на участниках и быть поверх всей одежды.
- Участник, сошедший с дистанции, должен в максимально короткий срок связаться с организаторами и явиться на финиш.

## **15. ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ С МЕРОПРИЯТИЯ**

Организаторы оставляют за собой право дисквалифицировать в следующих случаях: уход с размеченного маршрута дистанции, отсутствие отметки электронного ЧИПа на контрольном пункте (КП), отсутствие обязательного снаряжения, невыполнение требований судей и организаторов, грубое нарушение правил забега и техники безопасности, нарушение спортивной этики (неоказание помощи пострадавшим либо препятствование другим участникам в достижении финиша, снятие маркировки, порча КП и др.), нарушение природоохранной этики. В случае дисквалификации участник обязан прекратить забег. Организатор не несет ответственности за дисквалифицированного участника.

## **16. ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОТМЕНА МЕРОПРИЯТИЯ**

Организатор оставляет за собой право изменять дистанции забега и места расположения контрольных точек в любой момент. В случае слишком неблагоприятных погодных условий старт может быть отложен или мероприятие может быть отменено. В случае плохих метеорологических условий, организаторы оставляют за собой право остановить забег или изменить контрольное время. При отмене мероприятия по причине возникновения чрезвычайных, непредвиденных и непредотвратимых обстоятельств, которые нельзя было разумно ожидать, либо избежать или преодолеть, а также находящихся вне контроля Организатора, плата за участие не возвращается. В частности, к таким обстоятельствам относятся: сильное похолодание, стихийные бедствия (землетрясение, наводнение, ураган); карантинные мероприятия, 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; карантинные мероприятия; акты, действия, бездействия органов государственной власти, местного самоуправления; другие, не зависящие от воли Организатора обстоятельства.

## **17. АВТОРСКИЕ ПРАВА НА ИЗОБРАЖЕНИЯ**

Каждый участник мероприятия отказывается от любых претензий к организаторам, к партнёрам организаторов или к тем, кто делает информационное освещение мероприятия, относительно авторских прав на фото- и видео- материалы, снятые во время мероприятия, без каких-либо ограничений во времени, по типу носителя, по количеству или по средству распространения.

## **18. ВОЛОНТЕРЫ**

Для помощи в организации соревнований приглашаются волонтеры, журналисты и фотографы. Оставляйте, пожалуйста, свои заявки по WhatsApp +7 (917) 807 69 41— Сергей.

## **19. КОНТАКТЫ**

- Официальный сайт: <http://bashtrail.ru/>
- Группа в ВК: [https://vk.com/karst\\_trail](https://vk.com/karst_trail)