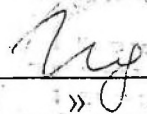
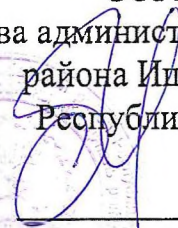


УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АНО ЦНПЭКТ «Геопарк Торатау»


А.М. Идельбаев
«__» _____ 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Глава администрации муниципального
района Ишимбайский район
Республики Башкортостан


А.А. Ишемгулов
«__» _____ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Председатель Республиканской
Федерации спортивного
ориентирования


А.Х. Яушев
«__» _____ 2024 г.



Seal of the Republican Federation of Sportive Orientation (Республиканская федерация спортивного ориентирования) with registration details: ОГРН 1120200000000, ИНН 0278991146, Республика Башкортостан, г. Уфа.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель регионального отделения
Федерации рогейна России


С.В. Федоров
«__» _____ 2024 г.



Seal of the Regional Branch of the Russian Federation of Rogeyn (Региональное отделение Федерации рогейна России) with the hashtag #БашРогейн.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении IV забега по естественному ландшафту
«Горный полу-марафон Кук-караук»
ПРИ ГРАНТОВОЙ ПОДДЕРЖКЕ ФЕДЕРАЛЬНОГО
АГЕНСТВА ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ

Ишимбайский район, РБ
2024 год

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Любительский трейлраннинговый забег – забег по естественному ландшафту «IV Горный полу-марафон Кук-караук» (далее по тексту – Мероприятие) проводится с целью:

- привлечения жителей к здоровому образу жизни посредством проведения мероприятия в экологически чистой зоне;
- привлечение учащейся молодёжи к массовым спортивным мероприятиям;
- популяризация оздоровительного бега;
- выявления 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;
- приобщение участников к природе;
- обучение их правилам поведения в лесу, правил безопасности в чрезвычайных ситуациях;
- воспитание духа патриотизма, коллективизма и взаимовыручки.

2. ОРГАНИЗАТОРЫ

Руководство организацией мероприятия осуществляют

- АНО Центр науки и просвещения экологии, культуры и туризма "Геопарк Торатау",
- Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Башкортостанская республиканская Федерация спортивного ориентирования»,
- Физкультурно-спортивное объединение «Башкирская тропа».

3. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Мероприятие проводится 28 апреля 2024 года на поляне «Таба» в Макаровском ущелье Ишимбайского муниципального района Республики Башкортостан.

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 2006 года рождения и старше.

Группа участников	Пол участников	Дистанция	Набор высоты
М(18–44 лет)	Мужской	~21км.	~1100м.
Ж(18–44лет)	Женский	~21км.	~1100м.
М(45 лет и ст.)	Мужской	~21км.	~1100м.
Ж(45 лет и ст.)	Женский	~21км.	~1100м.
М(18–44лет)	Мужской	~12км.	~750м.
Ж(18–44лет)	Женский	~12км.	~750м.
М(45 лет и ст.)	Мужской	~12км.	~750м.
Ж(45 лет и ст.)	Женский	~12км.	~750м.
М(18–44лет)	Мужской	~5км+3км (хайкинг)*	~250м.
Ж(18–44лет)	Женский	~5км+3км (хайкинг)*	~250м.
М(45 лет и ст.)	Мужской	~5км+3км (хайкинг)*	~250м.
Ж(45 лет и ст.)	Женский	~5км+3км (хайкинг)*	~250м.

**Хайкинг — это пеший маршрут по большой каменной дороге, идущий под гору на спуск к стартовой поляне, на маршруте хайкинга вы проследуете вдоль реки Кук-раук у подножья горы Хауазе и увидите руины старинного Екатерининского моста на пути к стартовой поляне "Таба"*

***Хайкинг не влияет на результат, финишное время определяется на 5КМ.*

Стартовый пакет участника включает:

- медаль финишера
- стальной термос с символикой гонки
- стартовый номер участника с символикой гонки
- пункты питья на трассе, чаепитие на финише

- подарки от партнеров и спонсоров
- 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

28.04.2024	09:00-11:30	Получение стартовых пакетов зарегистрированными участниками
	11:30-11:50	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;
- ветрозащитная куртка, шапочка, перчатки;

- 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, заявочного взноса (взноса со-финансирования - слот) участников, партнерской и спонсорской помощи.

Стоимость слота (руб.)	1800,00
ДАТА ИЗМЕНЕНИЯ ЦЕНЫ	ЦЕНА
2024-01-29	2000,00
2024-03-25	2200,00
2024-04-15	2400,00

Маркировка и указатели (таблички) тропы забега, памятные призы победителям и призерам предоставляет АНО ЦНПЭКТ "Геопарк Торатау".

Регистрация проходит на сайте <https://myrace.info/>

Бесплатная регистрация в рамках проекта Серии забегов «Бегу до Победы» созданного с «Росмолодёжь гранты» для учащейся молодёжи проходит на официальном сайте <http://runtowin.ru/>

Окончательная регистрация осуществляется в день соревнований 28 апреля 2024 года. Предоставляются: медицинская справка допуск с указанием километража дистанции (или большего километража) 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.

Передача возмездная и проходит на сайте <https://myrace.info/>

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 gpx-трек на почту организатору и получить медаль финишера забега по естественному ландшафту «КУК-КАРАУКТРЕЙЛ» транспортной - курьерской компанией или почтой за счет получателя. Почта: 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. 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 или 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 или 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; противопожарный режим; 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, независящие от воли Организатора обстоятельства.

17. АВТОРСКИЕ ПРАВА НА ИЗОБРАЖЕНИЯ

Каждый участник мероприятия отказывается от любых претензий к организаторам, к партнёрам и 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)8076941—Сергей.

19. КОНТАКТЫ

- Официальный сайт: <http://bashtrail.ru/>
- Официальный сайт проекта «Бегу до Победы»: <http://runtowin.ru/>
- Группа в ВК: https://vk.com/karst_trail
- Телеграмм чат: <https://t.me/bashtrail>

*Пояснение к 4 разделу. Хайкинг** - участники стартуют на маршруте трейла, затем через 5 км происходит финиш. Далее участники передвигаются в комфортном темпе пешком (хайкинг) до центра соревнований 3 км.