



ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении открытого Чемпионата Костромской области по экстремальному акватлону
«Забег Моржей «ЛЕДЯНАЯ ГОНКА-5»
20.01.2024

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся с целью развития и популяризации здорового образа жизни, закаливания и зимнего плавания.

Задачи соревнований:

- формирование и развитие основ спортивного зимнего плавания и его пропаганда как вида спорта;
- выявление наиболее сильных спортсменов по плаванию в холодной воде;
- повышение роли плавания в холодной воде во всестороннем и гармоничном развитии личности, укреплении здоровья граждан;
- укрепление связей между общественными объединениями закаливания и зимнего плавания Костромской и соседних областей;
- осуществление непрерывности и преемственности физического воспитания граждан, относящихся к различным возрастным группам, в том числе, содействие развитию детско-юношеского спорта, ветеранов.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся **20 января 2024 года по адресу: г. Кострома, парк отдыха «Берендеевка»**

Расписание мероприятия:

09:30 – начало регистрации, выдача стартовых номеров

10:30 – брифинг

10:55 – разминка

11:00 – старт Чемпионата на дистанции Мужчины и Женщины

12:00 – старт фанового Забега Моржей ЛЕДЯНАЯ ГОНКА -5

13:00 – закрытие финиша всех дистанций

13:00 – Подведение итогов награждение победителей

Официальное закрытие соревнований – в 13:10.

3. ФИНАНСИРОВАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Расходы на проезд к месту проведения соревнований осуществляется за счёт командирующей организации или самих участников.

Расходы, связанные с проведением соревнований несёт Региональная Общественная физкультурно-спортивная организация «Федерация зимнего плавания Костромской области «Берендеи».

Участие в соревнованиях платное.

Размер стартового взноса: на Чемпионат – 1000 руб, фановый забег Моржей – 300 руб.

Членам Федерации зимнего плавания Костромской области предоставляется скидка 50%

Оплата стартового взноса осуществляется посредством перевода на карту СберБанка РФ 2202 2069 2832 5211 (Ирина Викторовна К.) с указанием ФИО.

4. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Организаторами соревнований является Региональная Общественная физкультурно-спортивная организация «Федерация зимнего плавания Костромской области «Берендеи».

Главный судья соревнований – Дружков А.Н.

5. ПОРЯДОК ПОДАЧИ ЗАЯВОК

К участию в соревнованиях допускаются индивидуальные заявки, зарегистрировавшиеся до 30.12.2023.

Заявка должна содержать информацию о ФИО, дате рождения, дисциплине, городе, который представляет спортсмен, клубе (если есть принадлежность к определенному клубу), адрес электронной почты, контактный телефон.

Регистрация участника и заполнение заявки производится по ссылке <https://thetime4.net/event/2axgo5uebhmptdn1/> на платформе TheTime4net.

Заявка считается принятой только после полной оплаты стартового взноса.

Каждый участник, заявившийся на соревнования, несет личную ответственность за состояние своего здоровья.

6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

дисциплина	участники
Мужчины «Железный морж» 3км/50м	Мужчины от 18 лет
Женщины «Красавица моржиня» 2км/25м	Женщины от 18 лет
Забег моржей «ЛЕДЯНАЯ ГОНКА-5» 1км/прорубь	Без ограничений

Если температура окружающего воздуха опускается ниже 25*С соревнования переносятся, организаторы оповестят о времени проведения письмом на эл. почту

7. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в соревнованиях на дистанциях Чемпионата допускаются атлеты, занимающиеся зимним плаванием индивидуально или в составе спортивных и физкультурно-спортивных организаций, достигших на момент старта 18 лет.

На дистанции «Забег моржей «Ледяная Гонка-5» к участию допускаются атлеты всех возрастов. Для несовершеннолетних участников необходимо перед регистрацией предоставить письменное разрешение на участие от родителей или опекунов в произвольной форме с указанием дистанции и обеспечить личное присутствие родителей/опекунов.

Условия проведения заплывов: прорубь – 25 метров, дорожка шириной 2 м, глубина от 1.1 до 1.7м

На беговом этапе действуют Правила вида спорта Легкая Атлетика, на плавательном этапе Правила вида спорта «Зимнее плавание»

Место проведения: г. Кострома, парк «Берендеевка»

8. ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

- обязательна заявка на участие;
- медицинская справка/допуск к участию в соревнованиях по зимнему плаванию и мед.страховка (допустима однодневная);
- плавание под воздействием наркотиков и алкоголя категорически запрещено;
- купальные костюмы должны соответствовать спортивному мероприятию (правила вида спорта «Зимнее плавание»);
- каждый участник обязан заблаговременно прибыть в стартовый створ в экипировке, согласно настоящего положения (разрешается до команды «атлеты на старт» находиться в теплой одежде, если это не создаст помех другим участникам);
- стартовый номер должен быть постоянно закреплен на головном уборе и верхней одежде (беговой этап);

- старт бегового этапа разрешается только экипировке согласно данного положения;
- запрещается наносить на тело защищающие от холода субстанции;
- при прохождении транзитной зоны не должны создавать помех для других участников, вещи оставлять на отведенных местах;
- вход в прорубь и выход из нее осуществляется только по лестнице, запрещается нырять в воду, погружаться с головой;
- запрещается создавать помехи другому пловцу при прохождении дистанции;
- атлет считается финишировавшим, если преодолел беговой этап, транзитную зону, плавательный этап, пересек финишную линию и не допустил грубых нарушений;
- за грубое нарушение правил атлет дисквалифицируется, отстраняется от участия, медаль не выдается.

Обязательная экипировка:

Беговой этап:

- обувь для бега (кроме тапочек);
- теплая зимняя шапка;
- плавки, купальник;
- перчатки.

*При температуре окружающего воздуха от -15*С до -25*С допускается наличие спортивного костюма.*

Плавательный этап:

- плавки у мужчин не ниже колена, купальник у женщин с открытыми плечами и не ниже колена, разрешается использовать очки, шапочки.

На дистанциях Чемпионата использование на плавательном этапе какой-либо дополнительной одежды: перчатки, ласты, неопреновые носки, майки, гидрокостюмы, - **запрещено**

- участникам фановой дистанции Забег Моржей разрешается любая дополнительная экипировка.

9. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Соревнования личные.

Победители и призеры в абсолютном зачёте определяются на дистанциях Мужчины и Женщины показавшие меньшее время финиша (прохождения дистанции).

10. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры за 1 - 3 места в абсолютном зачете у мужчин и женщин награждаются памятными трофи и грамотами.

Победители в возрастных категориях (1-3 места) награждаются памятными грамотами.

Мужчины:

18-39 лет, 40-49 лет, 50 и старше

Женщины:

18-39 лет, 40-49 лет, 50 и старше

Остальные атлеты награждаются медалью финишера

Общественный порядок осуществляется силами полиции, безопасность при проведении мероприятий силами Пожарно-спасательной службы Костромской области.

Организаторы соревнований оставляют за собой право вносить изменения в настоящее Положение.

Данное Положение является официальным вызовом на соревнования.