

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор Муниципального  
бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Спортивная школа «Зубренок»

\_\_\_\_\_ Е.Д. Серяков  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник Управления  
молодежной политики, физической  
культуры и  
спорта Администрации  
городского округа Серпухов  
Московской области

\_\_\_\_\_ М.В. Шилова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

**Положение**

**Экстремальный забег - Серпуховская гонка**

Городской округ Серпухов  
2023 год

## **1 Цели и задачи:**

- 1.1 Популяризация здорового образа жизни и приобщение населения к активным занятиям физической культурой и спортом,
- 1.2 Развитие массового спорта среди жителей Серпухова, Пушкино, Протвино,
- 1.3 Формирование здорового образа жизни, привлечение к регулярным занятиям физической культуры и спортом,
- 1.4 Формирование общественного мнения о социальной значимости развития физической культуры и спорта г.о Серпухова, Пушкино, Протвино,
- 1.5 Увеличение граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом г.о Серпухова, Пушкино, Протвино.

## **2. Сроки и место проведения:**

- 2.1 Соревнования проводятся на территории СК «Красные Крылья» деревня Васильевское д 12А, 20 августа 2023 года.
- 2.2 Выдача номеров с 8.30 до 10.00. Инструктаж 10.00 до 10.30
- 2.3 Регистрация участников соревнований строго предварительная по адресу:  
<https://rslt.live/reg/SerpRace23>  
Телефон для справок: 8-925-314-51-22.
- 2.4 Оргкомитет соревнований имеет право на изменение дат, места проведения мероприятия количество и сложность препятствий и обязуется анонсировать их в срок не позднее чем за три рабочих дня до осуществления соответствующих изменений.
- 2.5 Регистрация может быть закрыта досрочно при достижении лимита участников в 500 человек (100 команд)
- 2.6 Заявка участника может быть аннулирована организатором при предоставлении ложных или неточных сведений.
- 2.7 Организатор может аннулировать заявку участника без объяснения причин.

## **3. Руководство проведением мероприятия**

- 3.1 Общее руководство проведением мероприятия осуществляет Управление молодежной политики, физической культуры и спорта Администрации г. о. Серпухов.  
Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на МБУ ДО «СШ«Зубренок», которое назначает судейскую коллегию.  
Главный судья - Фирсова М.Г.

## **4. Организатор отвечает за:**

- 4.1 Подготовку и утверждение трассы соревнований.
- 4.2 Обеспечение безопасности и медицинского сопровождения участников на трассе.
- 4.3 Контроль за подготовкой и проведением соревнований.
- 4.4 Рассмотрение официальных протестов и решение спортивных вопросов.

## **5. Требования к участникам соревнований:**

- 5.1 Допуск участников к соревнованию осуществляется при наличии следующих документов (паспорт, страховка, медицинская справка оригинал + копия справки которая остается у организатора) Расписка об ответственности участника (Приложение 1 настоящего Положения)
- 5.2 К участию допускаются лица возрастной группы от 18 до 55 лет.
- 5.3 Соревнования проводятся в командном зачете.
- 5.4 Участники мероприятия выступают в составе команд: 5 человек (обязательно наличие 2-х женщин в команде)
- 5.5. Команда имеет право менять состав до начала соревнований неограниченное количество раз в случае, если какой-либо участник из основного состава не способен участвовать в соревнованиях по тем или иным причинам при наличии пакета документов.
- 5.6 Каждое задание выполняется всеми членами команды, под контролем судьи на каждом из препятствий.
- 5.7 В случае получения травмы участником команды, судья принимает решение о направлении данного участника к врачу и снятия с соревнования по состоянию здоровья. Замена снятого участника, невозможна и команда обязана будет продолжать соревнования меньшим составом. Судья должен запротоколировать номер участника, сошедшего с дистанции.
- 5.8 Дисквалификация команды во время прохождения трассы может быть осуществлена главным судьей соревнований.
- 5.9 Изменение состава команды в процессе прохождения трассы запрещено.
- 5.10 Команда обязана находиться в зоне старта не позднее чем за 20 минут до выхода к линии старта.
- 5.11 Для участия в соревнованиях каждый участник обязан ознакомиться с регламентом соревнований, нормами техники безопасности, подписать письменный отказ от предъявления претензий и согласиться со всеми правилами соревнований.
- 5.12 Каждый участник команды обязан демонстрировать спортивное поведение. Неспортивное поведение (ссоры, оскорбления и физическое насилие по отношению ко всем присутствующим на соревновании) может наказываться временным штрафом, снятием очков, дисквалификацией команды, удалением команды с соревнований.
- 5.13 Не разрешается использование лямок, крюков, перчаток с крюками, клеящих веществ, шипованной обуви.

## **6. Программа соревнований:**

- 6.1 Программа соревнований включает в себя преодоление естественных преград и искусственных препятствий на протяжении всей трассы.
- 6.2 На каждом из препятствий команды должны выполнить определенные соревновательные задачи.
- 6.3 Соревновательные задачи включают в себя дистанцию 5 км и 14 препятствий:

№	Название	Порядок прохождения	категория	
			лично	команды
1	Перенос груза	300 м со старта перенести на себе автомобильную покрышку	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
2	Перенос груза	Необходимо перенести бревна по руслу ручья до контрольной отметки и вернуться обратно, при этом все бревна связаны друг с другом.	Прохождение строго командное	
3	Альпинистский переход	Необходимо при помощи рук, используя зацепы перелезть с одной стороны на другую сторону препятствия	Прохождение строго самостоятельно	
4	Заячья тропа	Необходимо забежать в гору по тропе, все участники связаны друг с другом веревкой.	Прохождение строго командное	
5	Баллоны	Необходимо преодолеть препятствие на руках, с помощью команды	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
6	Эльбрус	Необходимо разбежаться и дотянуться до каната и с помощью каната забраться на верх	Прохождение строго самостоятельно	
7	Мельница	Необходимо перебросить или перенести мешки с одного берега на другой	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
8	Мышеловка	Необходимо проползти под сеткой	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
9	Пресс	Необходимо сделать 50 скручиваний корпуса.	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
10	Паутина	Необходимо преодолеть препятствие не касаясь веревок	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
11	Головоломка	Необходимо с помощью палок поднять и достать мяч из препятствия	Прохождение строго командное	
12	Джунгли	400 м пробег по густым зарослям.	Прохождение строго	Можно помогать друг

			самостоятельно	другу
13	Лабиринт	Необходимо пробежать полосу не порвав ленту	Прохождение строго самостоятельно	Можно помогать друг другу
14	Иван Поддубный	Необходимо выполнить приседание с бревнами. Бревна связаны друг с другом	Прохождение строго командное	

6.4 Каждая соревновательная задача представляет собой комплексную двигательную задачу, состоящую из различных движений.

6.5 Комплексы упражнений для различных полов, а также возрастных категорий по степени технической сложности не различаются.

6.6 Соревновательные задания, входящие в программу состязаний, будут анонсированы для участников в день соревнований либо раньше по решению оргкомитета.

6.7 При отказе участника продолжить соревнование команда получает количество штрафных минут, равному количеству оставшихся препятствий на трассе.

6.8 Прохождение дистанции засчитывается по финишу последнего участника команды.

### **7. Определение победителей и награждение:**

7.1 Команда с лучшим результатом становится первой и получает 1 место, далее следует команда со следующим результатом.

7.2 Если команды показали одинаковый результат, то каждая из команд присуждается одно место, следующие команды начинаются считаться по порядковому номеру, например 1,1, 3, 4.

7.3 В случае дисквалификации команды ее место присуждается команде, занимающее в таблице лидеров следующую по порядку позицию.

7.4 Результаты соревнований будут опубликованы в течении 7 рабочих дней с даты его проведения на официальном сайте С/К Красные крылья.

### **8. Протесты:**

8.1 подача протестов производится сразу после финиша команды и строго объявления результатов и награждения. Протест рассматривается Оргкомитетом соревнований решение по нему принимается до объявления результатов и награждения.

8.2 Любые протесты относительно судейства стандартов и правил прохождения подаются главному судье соревнований строго в письменном виде.

8.3 Оргкомитет соревнований оставляет за собой право рассмотрения, либо отклонения протестов.

### **9. Условия финансирования:**

9.1 Расходы по организации и проведению Фестиваля, награждению участников осуществляется за счет привлеченных средств.

9.2 Расходы, связанные с медицинским обеспечением и обеспечением безопасности во время проведения Фестиваля, осуществляются за счет средств МБУ ДО «СШ «Зубренок».

### **10. Обеспечение безопасности участников и зрителей:**

10.1 Участники несут персональную ответственность за соблюдение правил техники безопасности в рамках прохождения препятствий/выполнение соревновательных заданий.

10.2 Организаторы оставляют за собой право приостановить мероприятие, если возникли условия, препятствующие его проведению и угрожающие здоровью участников.

**РАСПИСКА**

**об ответственности участника .....**

Я, \_\_\_\_\_

(указать полностью фамилию, имя и отчество)

Дата рождения «\_\_» \_\_\_\_\_ г.,

**ВЫРАЖАЮ ЖЕЛАНИЕ** принять участие в забеге 20 августа 2023 г.

**ПОДТВЕРЖДАЮ**, что:

Я принимаю на себя всю ответственность за возможные травмы, аллергические реакции, в том числе от укусов насекомых, и прочие последствия несчастных случаев, которые могут произойти со мной во время мероприятия, в т. ч. особо тяжкие последствия.

Я физически и морально подготовлен к участию в мероприятии и к возможному связанному с таким участием умственному и физическому напряжению.

Во время мероприятия я никогда и ни при каких обстоятельствах не буду умышленно создавать ситуации, которые могут причинить вред другим участникам, организаторам, посторонним лицам, а также их имуществу.

Я обязуюсь соблюдать все правила.

**ВЫРАЖАЮ СОГЛАСИЕ** с тем, что в случае причинения во время проведения мероприятия или в связи с их проведением вреда имуществу граждан и организаций, вреда, причиненного жизни или здоровью мне и участникам мероприятия или иных лиц, всю ответственность за возможные последствия причинения вреда несет непосредственный причинитель вреда.

*фамилия, имя, отчество, указать полностью*

*подпись*

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.