

Утверждаю
Директор МКУ «КФисС
Рыбинского района»



К.Е. Севостьянов

2024 г.

Утверждаю
И.о. директора МБУ ДО
«Спортивная школа Рыбинского
Района»



О.А. Силюк

2024 г.

Утверждаю
Директор
МБУ ФОК «Победа»



О.В. Сенников

2024 г.

Согласовано
Руководитель
Управления образования
Администрации Рыбинского
района



С.С. Гучигов

2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о муниципальном этапе
Всероссийского дня бега
«Кросс нации»

2024 г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Муниципальный этап Всероссийского дня бега «Кросс нации» (далее - Соревнования) проводится в рамках реализации федерального проекта «Спорт норма жизни» и во исполнение распоряжения Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2015 года № 2390-р «Об утверждении перечня официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, подлежащих обязательному ежегодному включению в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации и муниципальных образований» и в целях:

- привлечения трудящихся и учащейся молодежи Рыбинского района и г. Заозерного к регулярным занятиям физической культурой;
- совершенствования форм организации массовой физкультурно-спортивной работы;
- пропаганды физической культуры и спорта среди населения Рыбинского района и г. Заозерного;
- пропаганды здорового образа жизни.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся **21 сентября 2024 года** в Городском парке Культуры и отдыха по адресу: г. Заозерный, ул. Фабричная, 2А.

3. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на Муниципальное казенное учреждение «Комитет по делам физической культуры и спорта Рыбинского района» и Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа Рыбинского района».

Главный судья – Сенников Олег Владимирович, директор МБУ ФОК «Победа».

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Соревнованиях допускаются все желающие жители Рыбинского района и г. Заозерного. Каждый участник Соревнований должен предоставить документ удостоверяющий личность - паспорт или свидетельство о рождении;

Участники Соревнований допускаются только при наличии допуска врача:

МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ:

- 18 - 30 лет – дистанция 2 км
- 31 - 49 лет – дистанция 1 км
- 50 лет и старше – дистанция 1 км

УЧАЩИЕСЯ (МАЛЬЧИКИ/ДЕВОЧКИ):

- 2007, 2008, 2009, 2010 гг.р. (17-14 лет) – дистанция 1 км
- 2011, 2012, 2013 гг.р. (13-11 лет) – дистанция 1 км
- 2014 г.р. и младше (10 лет и млад.) – дистанция 500м

СЕМЕЙНЫЙ ЗАБЕГ:

семья из 3 человек и более (мама, бабушка, тётя, сестра, папа, дедушка, дядя, брат):

- дистанция 1 км

Все желающие, имеющие УИН (Уникальный идентификационный номер) могут выполнить нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» на след. дистанции (см. таблицу):

Смешанное передвижение по пересеченной местности (м)						
Возраст	мальчики			девочки		
	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак
6-7 лет	200	400	600	180	280	480

Смешанное передвижение по пересеченной местности на 1 км (мин, с)

Возраст	мальчики			девочки		
	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак
8-9 лет	9:15	6:55	5:55	9:44	7:20	6:23

Кросс на 2 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)

Возраст	мужчины/мальчики			женщины/девочки		
	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак
9-10 лет	18:25	15:45	12:45	19:25	17:10	14:45
40-44 лет	-	-	-	17:20	15:40	13:10
45-49 лет	-	-	-	18:20	16:40	14:10
50-54 лет	-	-	-	19:25	17:40	15:10
55-59 лет	-	-	-	21:35	19:40	16:10
Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с)						
60-64 лет	-	-	-	34:40	28:40	25:40
65-69 лет	-	-	-	35:00	30:40	27:40
70 лет и старше				36:45	31:40	29:05

Кросс на 3 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)

Возраст	мужчины/юноши/мальчики			женщины/девушки/девочки		
	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак
10-11 лет	18:55	17:05	15:45	21:30	19:40	17:15
12-13 лет	18:55	17:05	15:45	21:30	19:40	17:15
14-15 лет	16:55	15:45	14:10	19:55	18:05	16:40
16-17 лет	-	-	-	19:25	17:35	16:05

18-19 лет	-	-	-	19:20	17:40	16:10
20-24 лет	-	-	-	19:35	18:10	17:10
25-29 лет	-	-	-	22:30	19:50	17:40
30-34 лет	-	-	-	23:00	20:35	18:05
35-39 лет	-	-	-	24:00	21:05	19:40
40-44 лет	22:30	20:00	16:10	-	-	-
45-49 лет	23:30	20:40	16:40	-	-	-
50-54 лет	24:00	21:00	17:40	-	-	-
55-59 лет	24:30	21:40	18:40	-	-	-
Смешанное передвижение по пересеченной местности на 2 км (мин, с)						
60-64 лет	33:40	29:40	23:40	-	-	-
65-69 лет	35:00	31:00	25:10	-	-	-
70 лет и старше	39:45	34:40	28:40	-	-	-

Кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин, с)

Возраст	мужчины/юноши/мальчики			женщины/девушки/девочки		
	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак	бронзовый знак	серебряный знак	золотой знак
16-17 лет	27:00	25:00	23:00	-	-	-
18-19 лет	27:00	25:00	23:00	-	-	-
20-24 лет	26:30	24:30	21:30	-	-	-
25-29 лет	27:00	25:30	22:00	-	-	-
30-34 лет	28:30	26:00	22:30	-	-	-
35-39 лет	29:30	27:30	24:30	-	-	-

5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

- 11.00 – 12.00 Регистрация участников в день Соревнований
(Распределение участников по стартовым карманам)
- 12.00 – 12.10 Официальная церемония открытия
- 12.10 Старт на дистанцию по возрастным группам (отдельно)
- 13.40 – 14.00 Церемония награждения победителей и призеров

6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Определение победителей и призеров Соревнований осуществляется в соответствии с правилами соревнований по легкой атлетике, утвержденными Минспорта России.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Всем участникам Соревнований вручается сувенирная продукция Минспорта России-нагрудный номер. Призеры и победители всех возрастных категорий награждаются грамотами и медалями соответствующего достоинства. Семья-победительница и призеры награждаются грамотами и денежными призами.

8. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Все финансовые расходы, связанные с проведением и награждением мужчин и женщин, а также с награждением семей за счет средств МКУ «Комитет по делам физической культуры и спорта Рыбинского района».

Финансовые расходы, связанные с награждением учащихся, за счет средств МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района».

Финансовые расходы, связанные с питанием участников в день Соревнований, обеспечиваются за счет собственных средств участников.

9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил соревнований по легкой атлетике.

10. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Заявки на участие в Соревнованиях подаются до 21 сентября 2024 года:

- МКУ «Комитет по делам физической культуры и спорта Рыбинского района», по адресу: г. Заозерный, ул. Калинина, 2, каб. №54 (тел. 2-09-09 или e-mail: ribinskiysport@mail.ru)
- МБУ ДО «Спортивная школа Рыбинского района», по адресу: г. Заозерный, ул. Смирнова, 38а, (тел. 2-02-29 или e-mail: oksana_silyuk88@mail.ru)

Ответственные представители команд обязаны предоставить именные заявки на участие заверенные врачом и руководителем в день проведения соревнований, в мандатную комиссию.

Именная заявка по форме:

ЗАЯВКА

для участия в муниципальном этапе Всероссийского дня бега
«Кросс нации»

от команды _____
(наименование учреждения)

21 сентября 2024 года

№ п/п	ФИО (полностью)	Дата рождения (полных лет)	Паспортные данные или свид- во о рождении	Виза врача

К соревнованию допущено _____ человек

Врач _____ / _____ /

Представитель команды _____ / _____ /

м.п. Руководитель _____ / _____ /