

## Виды соревнований и сроки проведения III-го этапа Кубка по легкой атлетике «Самопреодоление»

### Место и время проведения соревнований

- Сроки проведения: **26 января 2019 года**;
- Место проведения: легкоатлетический манеж ЛФК ЦСКА, Ленинградский проспект, д.39, стр.1;
- Время проведения: соревнования Кубка «Самопреодоление» — выдача номеров участникам с 10.00, начало соревнований в 11.00. Подробное расписание появится на сайтах: <http://ru.srichinmoyraces.org/races/russia/moscow> и <http://www.sportspirit.org> за сутки до мероприятия.
- Регистрация только предварительная на сайте reg.place 23 января 2019 г. В день старта регистрации нет, только выдача номеров предварительно зарегистрированным участникам. Участник считается зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и оплатил стартовый взнос. Для получения номера участники должны представить паспорт или свидетельство о рождении и медицинский допуск к старту.  
Индивидуально регистрирующиеся участники любого, возраста, в том числе участники, выступающие в составе клубов любителей бега, **обязаны представить оригинал медицинской справки о допуске к участию на дистанцию равной или превосходящей дистанции соревнований.**  
Детско-юношеские команды допускаются к участию по заявкам с визой врача и печатью соответствующего медицинского учреждения. Образец заявки в Приложении №1.  
Сканированные копии этих заявок должны быть отправлены в адрес организаторов по почте: [srichinmoyraces@sportspirit.org](mailto:srichinmoyraces@sportspirit.org) не позднее, чем за 48 часов до соревнований, а оригиналы этих заявок должны быть представлены в день соревнований (участие в командном зачете возможно только при условии соблюдения этого условия; заявка, принесенная в день старта принимается для допуска участников, но они выступают только в личном зачете)  
**Участники без медицинского допуска к старту не допускаются!**
- Стартовый взнос на II-й этап КУБКА составляет 400 рублей для участников 2011 г.р. и младше; 450 рублей для участников 2001-2010 г. р.; 650 рублей для участников с 2000 г. р до пенсионного возраста; 450 рублей для участников пенсионного возраста;
- Стартовый взнос не взимается с участников КУБКА 1948 г.р. и старше при предъявлении пенсионного удостоверения.
- Информация по телефону по будним дням с 12.00 до 17.00: +79055358262, +79859825101.

### Участники соревнований Кубка «Самопреодоление»

К участию в соревнованиях допускаются все желающие по согласованию с организаторами, выполнившие все условия регистрации. Виды соревнований и возрастные группы участников:

- **двоеборье №1** (бег на дистанцию 60 м и прыжки в длину) – юноши и девушки 2003 г. р. и младше (возрастные группы: 2011 г. р. и младше; 2009-2010 г. р.; 2007-2008 г. р.; 2005-2006 г. р.; 2003-2004 г. р.);
- **двоеборье №2** (бег на дистанцию 60 м и на 500 м) – юноши и девушки 2003-2004 г. р.; 2001-2002 г. р.);
- **бег на дистанцию 2 мили** – мужчины и женщины всех возрастов, а также юноши и девушки (возрастные группы: 1989 г. р. и младше; 1979-1988 г. р.; 1969–1978; 1959-1968; 1949-1958; 1948 г. р. и старше).

Каждый спортсмен имеет право участвовать лишь в одном виде соревнований.

### Награждение

Награждение проводится по видам соревнований в каждой возрастной группе среди мужчин и женщин, юношей и девушек — по три места, за исключением участников 2011 г. р. и младше,

которые все награждаются сладкими призами. Победители и призеры двоеборья №№ 1, 2, а также забегов на 2 мили награждаются медалями и грамотами.



