

# Положение трейла «Песчаный трейл»

## 1. Цели и задачи трейла

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризация бега по пересеченной местности;
- выявление сильнейших бегунов на трейловых дистанциях.

## 2. Организаторы старта

Общее руководство осуществляет команда Нижегородского рогейна.

## 3. Дата проведения

23 апреля 2023 года.

## 4. Место проведения и размещение участников

К северо-востоку от г. Дзержинск Нижегородской области.

Границы, в которых будет проходить трейл показаны на схеме.

Размещение участников полевое. В стартовом лагере будет судейская палатка, в которой можно будет переодеться и оставить личные вещи.



## **5. Участники трейла**

К трейлу допускаются только совершеннолетние участники.

Все участники предоставляют организаторам расписку о своей готовности к трейлу и о снятии с организаторов ответственности за жизнь, здоровье, возможные травмы, повреждение снаряжения, обмундирования и экипировки, полученные во время прохождения трейла. Расписка сдается организаторам при получении стартового пакета.

Медицинская справка не требуется.

## **6. Программа трейла**

9.00 – 11.00 заезд участников, получение стартовых пакетов.

11.00 – 11.10 проведение предстартового брифинга.

11.15 – старт первых участников трейла.

11.15 – ~11.30 старт остальных участников (**время старта каждого участника определяется в соответствии с п.11**).

12.45 закрытие финиша.

13.15 подведение итогов и награждение участников.

## **7. Описание дистанции**

Участникам предлагается дистанция протяженностью чуть больше 10 км. Дистанция проходит по грунтовым дорогам, заросшим тропинкам.

Трек дистанции:

<https://nakarte.me/#m=15/56.28949/43.51487&l=E&nktl=dwqtg6KM5H8GyVMUrtl79A>

## **8. Оборудование дистанции, отметка**

Трасса промаркирована сигнальной лентой.

Контроль прохождения участниками дистанции будет осуществляться судьями визуально и с помощью фото и видео фиксации. При наличии возможности будет организована электронная система отметки.

Дистанция полностью автономная. Участники должны самостоятельно обеспечить себя водой и питанием на дистанции.

На финише оргкомитет обеспечивает участников горячей и холодной водой, чаем, печеньем и конфетами.

## **9. Стартовый пакет участника**

- стартовый номер участника;
- булавки для крепления номера;
- питание;
- медаль финишера (выдается на финише).

## **10. Обязательное и рекомендуемое снаряжение**

Обязательное снаряжение:

- телефон для экстренной связи;
- одежда по погоде, головной убор.

Рекомендуемое снаряжение:

- часы или телефон с записанным треком маршрута трейла;
- питье в объеме не менее 0,5 литра.

## 11. Определение результатов, победителей и призеров

Разделение на возрастные категории не проводится. Все участники соревнуются в общем зачете с учетом возрастных коэффициентов. Для мужчин и женщин определение результатов производится отдельно.

Место участника в итоговом протоколе определяется временем пересечения линии финиша. Первый пересекший линию финиша занимает итоговое 1-е место, второй пересекший – 2-е место и т.д.

**Время старта каждого участника определяется индивидуально**, зависит от возраста как самого участника, так и других участников соревнования, и определяется по следующей методике:

1. Определяется предполагаемое время преодоления дистанции победителем предполагая, что средний темп у мужчин 4 мин/км, а у женщин 4,5 мин/км ( $t_{min}$ ).
2. Для каждого участника определяется **возрастной коэффициент ( $k_i$ )**, соответствующий дистанции и возрасту участника на момент проведения соревнования. Возраст определяется с точностью до месяца.  
В таблицах ниже приведены коэффициенты для некоторых возрастов.

Возраст	30	35	40	45	50	55	60	65	70
Мужчины	1	0,9909	0,9636	0,9261	0,8886	0,8511	0,8136	0,7761	0,7386
Женщины	0,998	0,9857	0,9623	0,9278	0,8822	0,8325	0,7828	0,7331	0,6834

Подробнее об определении возрастного коэффициента можно ознакомиться по ссылке:

- a. <https://github.com/AlanLyttonJones/Age-Grade-Tables>
  - b. <http://howardgrubb.co.uk/athletics/mlrroad20.html>
  - c. <http://howardgrubb.co.uk/athletics/data/MLDRRoadFactors2020.xlsm>
3. Определяется предполагаемое время преодоления дистанции участником делением предполагаемого времени победителя на возрастной коэффициент участника:  $t_i = t_{min} / k_i$ .
  4. Находится максимальное предполагаемое время преодоления дистанции участниками:  $t_{max} = \max\{t_i\}$ .
  5. Определяется время старта участника:  $t_{start,i} = t_{max} - t_i$ .

Пример определения времени старта участников.  
(предполагаемое время преодоления дистанции победителем:  $t_{min}=40$  мин.)

Участник	Возраст, лет	Возрастной коэффициент, $k_i$	$t_i = t_{min} / k_i$ , мин:с	$t_{start,i} = t_{max} - t_i$ , мин:с
Петров	55	0,8511	47:00 ( $t_{max}$ )	0:00
Иванов	40	0,9636	41:31	5:29
Сидоров	30	1	40:00	7:00

В данном примере участник Петров стартует первым одновременно со стартом трейла. Участник Иванов стартует через 5 мин 29 секунд после старта трейла. Сидоров через 7 минут после старта трейла. Однако победителем становится участник, который первым пересечет линию финиша.

Стартовый протокол с указанием времени старта каждого участника будет опубликован после окончания онлайн заявки.

Время старта каждого участника будет написано на стартовом номере. Участник самостоятельно отслеживает время, прошедшее со старта трейла по часам, установленным в стартовом створе, и отправляется на дистанцию не раньше своего времени старта. Судья в стартовом створе лишь контролирует, чтобы участник отправился на дистанцию не раньше своего времени старта. Если участник стартует раньше своего времени старта, то немедленно дисквалифицируется.

## 12. Подача протестов

Протесты принимаются организаторами с момента финиша первого участника. Прием протестов завершается за 15 минут до времени награждения. После указанного времени публикуется окончательный протокол и подводятся итоги трейла.

## 13. Награждение

Все преодолевшие дистанцию участники получают медали финишера.

Медальями и призами награждаются первые 7 участников, пересёкших линию финиша, в случае если количество участников 15 и более.

Если количество участников меньше 15, но больше 4, то награждаются первые  $(N-1)/2$  участников (округление до целого производится в меньшую сторону), где N – количество участников.

Если количество участников меньше 5, то награждается только победитель.

Возможны дополнительные призы, учрежденные спонсорами соревнований.

Награждение победителей и призеров проводится после окончания контрольного времени дистанции в соответствии с программой трейла.

Организаторы оставляют за собой право не награждать победителей и призеров, не присутствовавших на награждении.

Результаты подводятся организаторами после финиша всех участников и публикуются на сайте [nn.rogaine.ru](http://nn.rogaine.ru) и группе ВК <https://vk.com/nntrail>.

## 14. Заявка и финансирование

Заявки принимаются с помощью электронной формы, размещенной на странице регистрации <https://iorient.ru/Register.aspx?FormatId=3391>.

Заявившимся считается участник, зарегистрировавшийся в электронной форме и оплативший стартовый взнос. **Заявившиеся участники согласны с настоящим положением и получением от организаторов актуальной информации по трейлу.**

Стартовый взнос не является коммерческим и идет на компенсацию расходов по организации трейла, организацию питания участников и формирование призового фонда.

Размер стартового взноса при условии подачи и оплаты заявки:

- 700 рублей - до 12.04.2023 включительно.
- 1000 рублей - до 18.04.2023 включительно.
- 1200 рублей – после 18.04.2023 и на месте старта, при наличии возможности у организаторов. Для регистрации необходимо связаться с главным судьей по электронной почте [l-lem@mail.ru](mailto:l-lem@mail.ru).

Для пенсионеров по возрасту, членов многодетных семей, ветеранов боевых действий и студентов очной формы обучения предоставляется скидка в размере 25% от стартового взноса при оплате до 18.04.2023. Для получения скидки необходимо зарегистрироваться (но не оплачивать стартовый взнос) на странице регистрации. После регистрации отправить запрос и подтверждающие документы на почту [l-lem@mail.ru](mailto:l-lem@mail.ru). После подтверждения оплатить стартовый взнос.

В период до 18.04.2023 (включительно) стартовый взнос может быть возвращен участнику за вычетом комиссии, собираемой платежной системой или перенесен в качестве стартового взноса за следующий этап трейлов, проводимых командой Нижегородского рогейна.

С 18.04.2023 стартовый взнос не возвращается. Если участник оплатил стартовый взнос, но не смог принять участие в трейле, он имеет право получения стартового пакета (вопрос выдачи обсуждается с организаторами в индивидуальном порядке).

Перерегистрация на другое лицо возможна заранее, путем направления соответствующего уведомления организаторам, а также на месте старта. Комиссия и дополнительная оплата за перерегистрацию на другое лицо не взимается.

## **15. Специальные условия**

В случае ухудшения ситуации с пожароопасностью, либо эпидемиологической обстановки, либо других обстоятельств, не зависящих от организаторов, дата или условия проведения трейла могут быть скорректированы.

В этом случае актуальная информация по трейлу будет доводиться до заявившихся участников путем рассылки писем по электронной почте (по адресам указанным в заявке), а также размещаться в группе Вконтакте <https://vk.com/nntrail>.

## **16. Охрана окружающей среды**

Участники должны уважать природу и не допускать замусоривание трассы. Нарушившие данное требование, могут быть дисквалифицированы.

Контакты:

E-mail: [l-lem@mail.ru](mailto:l-lem@mail.ru), тел. +7(920)0130734 Любимов Евгений - главный судья.