

УТВЕРЖДАЮ:

Президент МОО «Пойдем ходить !!»



И.А.Марковская

24 апреля 2023 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении фестиваля по северной ходьбе

«Песчаная гонка»

20 мая 2023



Санкт Петербург/Сестрорецк

2023

## I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ФЕСТИВАЛЕ

1. «Песчаная Гонка» или «Sand Race» - ежегодные любительские соревнования по северной ходьбе.  
2. Соревнования проводятся в соответствии с Правилами вида спорта «спортивный туризм», дисциплина Северная ходьба, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 апреля 2021 года № 255 (далее – Правила), настоящим Регламентом, условиями проведения дистанций соревнований (далее – Условия)  
Условия соревнований и регистрация на соревнования опубликованы на сайте [www.пойдемходить.рф](http://www.пойдемходить.рф)

3. В соответствии с п.3 ч.4 ст.26.2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» запрещается оказывать противоправное влияние на результаты Соревнований.

4. При проведении Фестиваля осуществляется обработка персональных данных.

5. Фестиваль состоится 20 мая 2023 года с 10:00 до 16:00, на берегу Финского залива Курортного района.

Стартовый городок расположится на территории пляжа между ж/д станцией Курорт и Купальным переулком (Пляж станции Курорт), напротив парковочной площадки вдоль железнодорожного полотна. Курортный район Санкт-Петербурга, пляж Сестрорецка.

Дистанции 2 км (фановая дистанция, без учета времени), 5 км и 10 км - спортивные дистанции проходят по песку вдоль уреза воды Финского залива .

## II. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

1. Содействие в организации и проведении соревнований осуществляет Комитет по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга (далее – Комитет).

2. Непосредственное проведение соревнований осуществляет МОО "Пойдем Ходить!!"

## III. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

- Популяризация северной ходьбы как доступной и увлекательной формы физических упражнений.
- Приобщение населения к здоровому и активному образу жизни.
- Укрепление дружеских связей спортсменов разных клубов, организаций, городов.

## IV. РЕГЛАМЕНТ СОРЕВНОВАНИЙ

**Программа фестиваля "Песчаная Гонка" открывается стартом Чемпионата Санкт-Петербурга по Северной ходьбе . Вы станете свидетелями спортивной борьбы ведущих спортсменов Санкт-Петербурга.**

Дата Мероприятия	Время Мероприятия	Мероприятия
20.05.2023	10:30 – 12:00	Выдача стартовых номеров.
	11:20	Открытие Фестиваля
	11:30	Общая разминка для участников Фестиваля "Песчаная гонка 2023"
	<b>11:45 -12:00</b>	<b>Раздельный старт участников Чемпионата Санкт-Петербурга по «Северной ходьбе».</b> <i>Дистанция 10 км. Личное первенство среди мужчин и женщин за 1, 2, 3 места.</i>
	12:10	Общий старт участников Фестиваля "Песчаная гонка" на 10 км. <i>Награждение в соответствии</i>

		<i>с п.6 -Возрастные группы.</i>
	12:15	Общий старт участников Фестиваля "Песчаная гонка" на 5 км. <i>Награждение в соответствии с п.6 - Возрастные группы.</i>
	12:20	Общий старт участников на 2 км. без регистрации времени.
	14:00	Награждение победителей.
	15:00	Закрытие соревнований.

## V. УЧАСТНИКИ ФЕСТИВАЛЯ "ПЕСЧАНАЯ ГОНКА"

К участию в Фестивале допускаются все желающие, имеющие необходимую подготовку, допуск врача (медицинскую справку) и зарегистрировавшиеся на выбранную дистанцию на сайте клуба [www.пойдемходить.рф](http://www.пойдемходить.рф)

## VI. ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ

Песчаная Гонка 2023 - возрастные группы							
от		по		группа		год рождения	
						с	по
18	39	М18	Ж18	2005	1984		
40	49	М40	Ж40	1983	1974		
50	59	М50	Ж50	1973	1964		
60	69	М60	Ж60	1963	1954		
70	79	М70	Ж70	1953	1944		

## VII. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм», дисциплина "северная ходьба" , утверждёнными приказом Минспорта России от 22.07.2013 № 571 (с учётом изменений 2020 г.).

Соревнования проводятся на дистанции 5, 10 км.  
Система оценки нарушений штрафная, покрытие на дистанции -- песок.

Соревнования проводятся с постоянной оценкой техники передвижения, количество судей-контролёров на дистанции 20, 2 точки видеофиксации.

Участники соревнования должны передвигаться по всей дистанции, используя технику северной ходьбы.

**Бег, прыжки, имитация лыжного хода и движение на полусогнутых ногах запрещены.**

**Высота палок:** Палки спортсмена должны быть одинаковой длины. Длина палок определяется формулой «0,7 от роста спортсмена ± 5 сантиметров». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленной на опорную поверхность, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому. Контроль длины палок производится во время предстартовой проверки. При использовании телескопических палок спортсменам запрещается менять их длину во время прохождения дистанции.

## VIII. ПРИЕМ ЗАЯВОК :

Электронная регистрация на сайте клуба [www.пойдемходить.рф](http://www.пойдемходить.рф) до 17 мая 2023 включительно.

## **IX. НАГРАЖДЕНИЕ:**

Победители и призеры соревнований на дистанциях **Фестиваля** - 5 и 10 км награждаются дизайнерскими наградными медалями за 1,2,3 место в каждой возрастной группе (см. таблицу П.7).

**\*Участники Чемпионата Санкт-Петербурга занявшие 1, 2, 3 места в спортивных соревнованиях награждаются медалями и грамотами среди мужчин и женщин.**

Каждый участник будет награжден памятной медалью финишера.

## **X. ФИНАНСИРОВАНИЕ:**

Расходы по проезду, питанию, участию спортсменов в соревнованиях несут командирующие организации.

Для участия в Фестивале устанавливается заявочный взнос:

- **Участие в Чемпионате СПб, дистанция 10 км - 1500 руб. с одного человека.**
- Дистанция 10 км. в размере 1500 руб. с одного человека.
- Дистанция 5 км. в размере 1400 руб. с одного человека.
- Дистанция 2 км. в размере 950 руб. с одного человека.

\*Участникам дистанции 5, 10 км. возрастной группы 70 лет до 79 лет с 1953 по 1944 г - скидка на заявочный взнос 20%

\* Участникам дистанции 5, 10 км. с 18 до 24 лет - скидка на заявочный взнос 25%

Заявочный взнос не является эквивалентом оказываемых услуг и не возвращается при снятии спортсменов с соревнований, не допуске к старту или при отказе от участия после подачи заявки и оплаты заявочного взноса.

Заявочный взнос расходуется на организацию и проведение Фестиваля.

Используется электронный хронометраж.

## **АДРЕС И ВАРИАНТЫ ПРОЕЗДА НА МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Электричка с Финляндского вокзала (направление на Белоостров), остановка Курорт. Отправление в 09:47-10:53 .

От станции Курорт идем прямо к заливу по тропе, не заходя на территорию санатория Сестрорецкий курорт.

### **Автобусом:**

автобусом номер 417 от станции метро «Старая Деревня» до ст. Курорт.

### **Автомобилем:**

Из Санкт-Петербурга по Приморскому шоссе до Сестрорецка, далее по схеме проезда до санатория Сестрорецкий Курорт возле которого можно удобно припарковаться.

GPS координаты: Широта: 60°6'40.33"N (60.111202) Долгота: 29°57'26.77"E (29.957436) или занять место на парковке рядом с железнодорожным полотном.

**Данное положение является официальным вызовом на соревнования.**

МОО "Пойдем Ходить!!" - +7(812)6001220 , e-mail: go2walk.ru@gmail.com

### **Орг. комитет соревнований:**

Марковская Ирина Адамовна, +7 921 9162214

Шустров Николай Борисович, +7 921 9162198

**SAND RACE  
2023**

***Пойдем Ходить!! Пойдем Ходить!! Пойдем Ходить!! Пойдем Ходить!! Пойдем Ходить!!***