

# І ЭТАП КУБКА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ

---

## В ДИСЦИПЛИНЕ «СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА»

30 марта 2024 года

Иркутская область,

г.Шелехов

## УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

### 1. Общие условия

**1.1. Дата проведения:** 30 марта 2024 года

**1.2. Место проведения:** Иркутская область, г. Шелехов, 18-й квартал, 44Б (стадион «Металлург»).

**1.3. Состав участников:** мужчины, женщины.

**1.4. Характер маркировки:**

- сигнальная лента, закреплённая на высоте 0,2–0,4 м от поверхности рельефа. Дополнительно повороты будут размечены и стоять волонтеры.

**1.5. Система оценки нарушений:** штрафная.

### 2. Условия прохождения дистанции

**2.1. Класс дистанции:** 1 на 5 км., 2 на 10км.

**2.2. Протяженность дистанции:** 10 км (5 кругов) спортсмены 18-49 лет, 5 км (2,5 круга) спортсмены 50+

**2.3. Перепад высот дистанции:** 10м.

**2.4. Особенности дистанции:** маркированная дистанция проходит по пересеченной местности и включает в себя ровное покрытие с грунтовой поверхностью, с участком 150метров асфальт на котором техника передвижения не будет оцениваться, имеется 3 небольших искусственных подъёма, ширина дистанции 3 м.

**2.5. Общее контрольное время (ОКВ):** 2 часа 30 минут.

**2.6. Предстартовая проверка:** контроль длины палок проводится визуально в соответствии с п.4.2.3 Правил, при необходимости проводится инструментальное измерение длины палок от места присоединения темляка к рукоятке до нижней точки наконечника и роста участника в спортивной обуви.

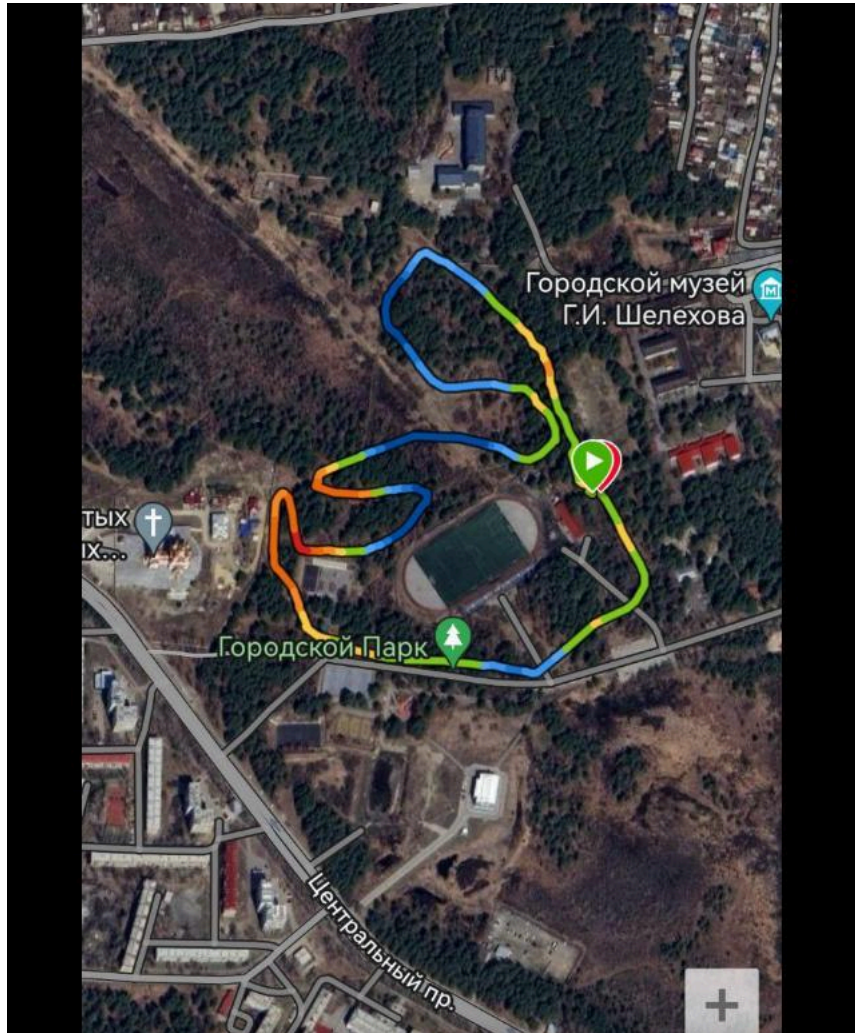
**2.7. Старт:** Общий по возрастным группам. Старт производится в соответствии со стартовым протоколом по сигналу стартера. Временной интервал между группами 15 сек.

**2.8. Хронометраж:** время финиша фиксируется с помощью секундомера.

**2.9. Подведение итогов:** Победитель определяется по лучшему времени финиша.

**2.10. Количество точек контроля:** 25 на дистанции 10км., 12 на дистанции 5 км.

## Схема трассы



Трасса располагается на территории городского парка в г. Шелехов, с набором высоты 10м., ширина тропы 3 м., имеется 3 небольших подъема, длина круга 2090м., поверхность трассы в основном грунтовая, с отдельным участком асфальтового покрытия (150м.)