



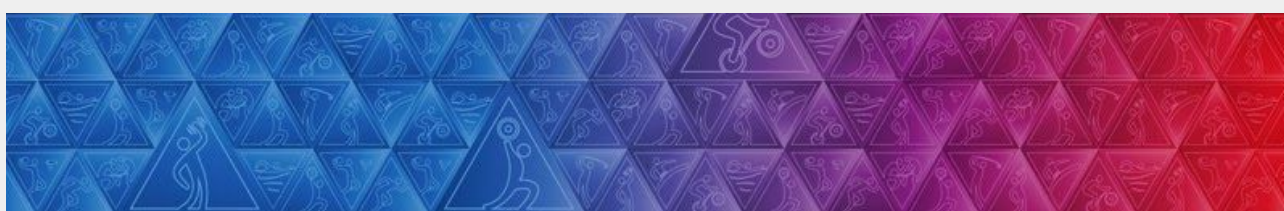
ПАМЯТКА УЧАСТНИКА

Физкульт-привет, участники соревнований!

Осталось совсем немного времени, и мы стартуем на Железногорском Полумарафоне 2020. Это памятка участника, с которой мы просим вас внимательно ознакомиться. Здесь вы найдете всю важную информацию, которая позволит вам комфортно провести время на забеге.

До встречи 20 сентября!

Ваша команда #ВСЕНАСПОРТрф



ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ,

или где всё найти в случае чего

Вся актуальная информация - расписание, схема трассы, **положение** - всегда есть на сайте мероприятия vsenasport.rf.

Мы размещаем важные новости, а также фото и видеоотчеты в социальных сетях проекта #ВСЕНАСПОРТрф:

[ВКонтакте](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Подписывайтесь на удобную соцсеть или на все сразу, тогда вы будете в курсе всех новостей.

Хэштеги забега: #ЖелезногорскийПолумарафон #ВСЕНАСПОРТрф
#ВСЕНАСПОРТ

КАК И ГДЕ ПОЛУЧИТЬ СТАРТОВЫЙ ПАКЕТ

Прежде всего найдите себя в списках участников [здесь](#).

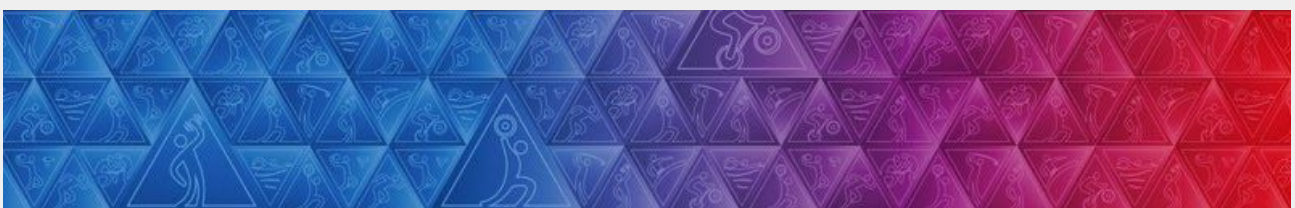
Выдача стартовых пакетов будет производиться:

- 18.09.2020 с 16:00 до 19:00
- 19.09.2020 с 10:00 до 14:00
- 20.09.2020 с 7:40 до 11:00 (**только для иногородних участников!**). Выдача заканчивается за **30 минут до старта забега на каждой отдельной дистанции.**

Где получить стартовый пакет: на территории стартово-финишного городка забега, расположенного по адресу «Дворец горняков», Ленина, д.11.

Что в стартовом пакете:

- памятная футболка
- стартовый номер
- электронный чип для фиксации результата (для 3, 5, 10 и 21 км)
- медаль финишера (вручается на финише)



ВНИМАНИЕ: выдача стартовых пакетов будет организована с мерами безопасности. Всем участникам необходимо иметь маски. На входе будет измеряться температура тела. При превышении температуры тела 37,5 и выше доступ на площадку выдачи стартовых пакетов будет невозможен.

Для получения стартового пакета подготовьте:

- удостоверение личности (паспорт) обязательно для всех участников;
- медицинская справка - допуск для участников на дистанции: 1 км, 3 км, 5 км, 10 км и 21 км. Необходимо предоставить оригинал медицинской справки с печатью выдавшего учреждения, с подписью и печатью врача, в которой должно быть указано, что участник допущен к соревнованию на выбранную им дистанцию;

Либо справка-допуск к выполнению нормативов ВФСК ГТО (подходит только на дистанциях до 5 км включительно);

Допускаются коллективные заявки от организаций с предоставлением медицинского допуска.

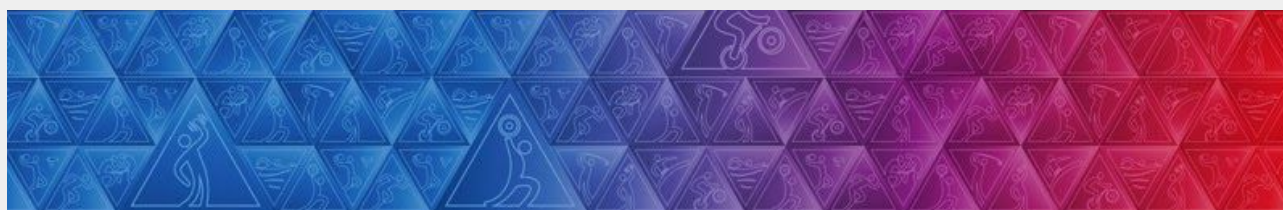
Медицинские документы, предоставленные в мандатную комиссию, не возвращаются. Ксерокопия медицинской справки принимается комиссией только при предъявлении оригинала.

Пример медицинской справки есть на странице мероприятия [ЗДЕСЬ](#).

- для всех участников - подписанное заявление о взятии ответственности за собственное здоровье (приложение 1 положения, скачать [ЗДЕСЬ](#)).



**Пожалуйста,
готовьте и заполняйте все документы заранее!**



РАСПИСАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

07:30 - открытие стартово-финишного городка

07:40-11:00 - выдача памятных футболок участникам соревнований

07:40-11:00 - выдача стартовых номеров участникам соревнований **(только для иногородних участников!)**. Выдача заканчивается за **30 минут до старта забега на каждой отдельной дистанции.**

09:50 - 10:00 построение участников забегов около сцены

10:00 - торжественное открытие соревнований

10:10 – общая разминка перед сценой

10:20 - «забег Памяти» -194,5 м. Ветераны спорта, боевых действий
руководители Администрации и предприятий города

10:30 - «инклюзивный забег» - 194,5 м. участники с ОВЗ и ПОДА

10:40 - забег на 1 км юноши и девушки 14-15 лет

10:50 - забег на 1 км юноши и девушки 16-17 лет

11:00 - забег на 3 км юноши и девушки 14-17 лет

11:00 – забег на 3 км мужчины и женщины 18 лет и старше

11:30 - забег на 5 км, 10 км и 21 км мужчины и женщины 18 лет и старше

НАГРАЖДЕНИЕ:

12:00 - награждение победителей забега 1 км

12:20 - награждение победителей забега на 3 км

12:40 - награждение победителей забега на 5 км

13:00 - награждение победителей забега на 10 км

13:30 - награждение победителей забега на 21 км

14:20 - закрытие дистанции (лимит преодоления 21 км - 3 часа)

14:30 завершение мероприятия

*Расписание может быть изменено.

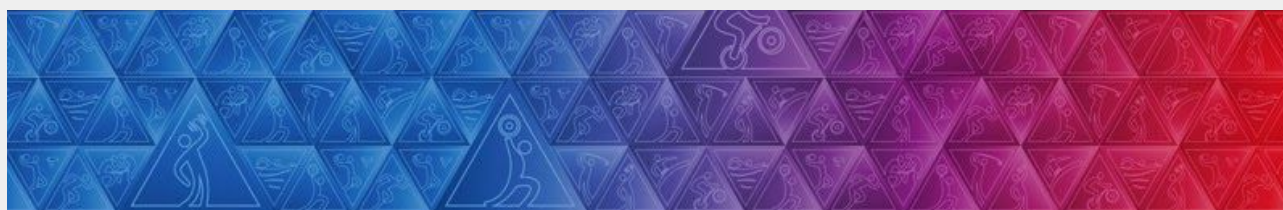


СХЕМА СТАРТОВОГО ГОРОДКА ЖЕЛЕЗНОГОРСКОГО ПОЛУМАРАФОНА 2020

#ВСЕНАСПОРТРОФ

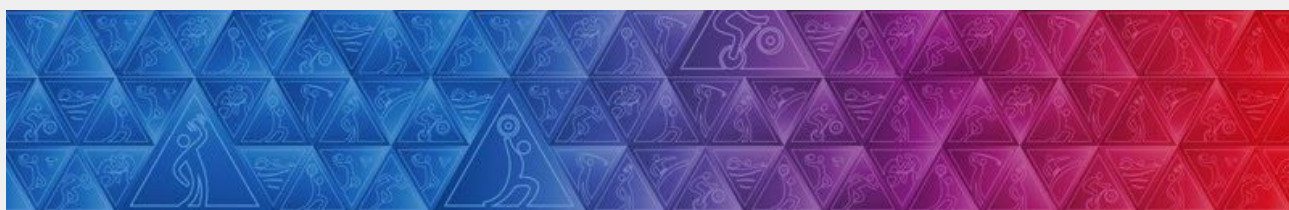
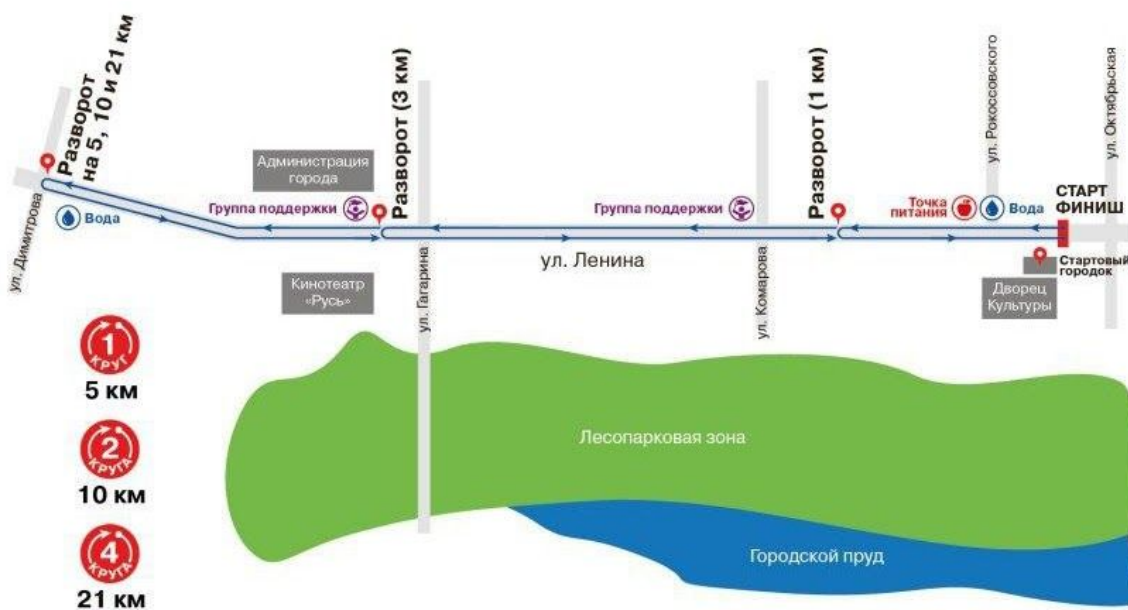
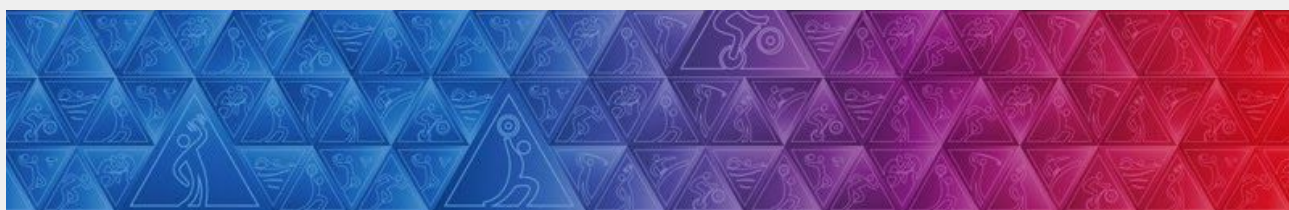


СХЕМА ТРАССЫ ЖЕЛЕЗНОГОРСКОГО ПОЛУМАРАФОНА 2020 #ВСЕНАСПОРТ РФ



Старт и финиш в одном месте:

на территории стартово-финишного городка забега, расположенного по адресу «Дворец горняков», Ленина, д. 11.



ПОСЛЕ ЗАБЕГА

Получите медаль финишёра!

В стартовом городке будут работать фотографы - улыбайтесь им во время забега и после пересечения финишной черты. Все фотографии будут опубликованы в социальных сетях #ВСЕНАСПОРТрф.

Итоговые результаты публикуются на странице соревнования на сайте russiarunning.com.

Примите участие в награждении.

Победители и призеры соревнований определяются в следующих возрастных категориях и награждаются грамотами и призами:

1 км:

Юноши и девушки 14-15 лет, занявшие 1-3 места

Юноши и девушки 16-17 лет, занявшие 1-3 места

3 км:

Юноши и девушки 14-15 лет, занявшие 1-3 места

Юноши и девушки 16-17 лет, занявшие 1-3 места

3 км:

Мужчины и женщины старше 18 лет, занявшие 1-3 места в абсолютном зачете.

5 км, 10 и 21 км:

Мужчины и женщины старше 18 лет, занявшие 1-3 места в абсолютном зачете. А также по возрастным группам: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70 лет и старше.

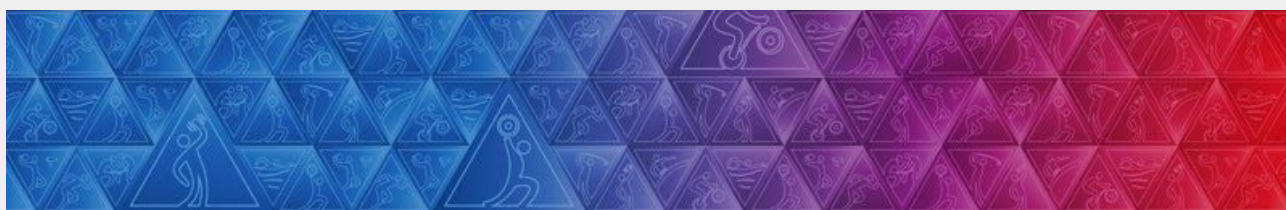
Расчет возрастной группы осуществляется по фактическому возрасту участника на момент проведения соревнования.



COVID - 19 МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

Какие меры мы готовы принять для безопасности наших участников в связи с распространением коронавируса инфекции:

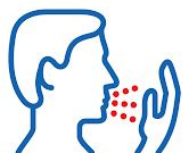
- 1) Измерим температуру тела у всего персонала и волонтеров перед началом рабочей смены. Не допустим к работе людей с температурой 37,5 градусов и выше или признаками респираторных инфекций.
- 2) Проведём инструктаж персонала и волонтеров по мерам предупреждения распространения коронавирусной инфекции.
- 3) Разместим на территории проведения мероприятия санитайзеры для дезинфекции рук.
- 4) Обяжем персонал и волонтеров, участвующих в выдаче номеров и регистрации, находиться в масках. Обеспечим их соответствующими средствами.
- 5) Построим проветриваемые шатры и будем проводить дезинфекцию контактных поверхностей каждые 2 часа.
- 6) Измерим температуру всех посетителей стартового городка. Не допустим к посещению людей с температурой 37,5 градусов и выше или признаками респираторных инфекций.
- 7) Организуем поэтапное заполнение стартовых кластеров.
- 8) На точках питания воду в стаканчиках заменим на бутилированную по 500 мл и будем выдавать только целые фрукты, а не порезанные кусочки. Внимание: для спортсменов на длинных дистанциях мы рекомендуем заранее запастись индивидуальным питанием, гелями.
- 9) Разместим на видных местах памятки по соблюдению мер противодействия распространению инфекции.



COVID-19

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



Закрывайте рот и нос при чихании и кашле



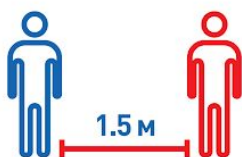
Обрабатывайте антисептиками и мылом с водой руки и поверхности



Закрывайте медицинской маской щеки, рот и нос



Используйте индивидуальные средства личной гигиены



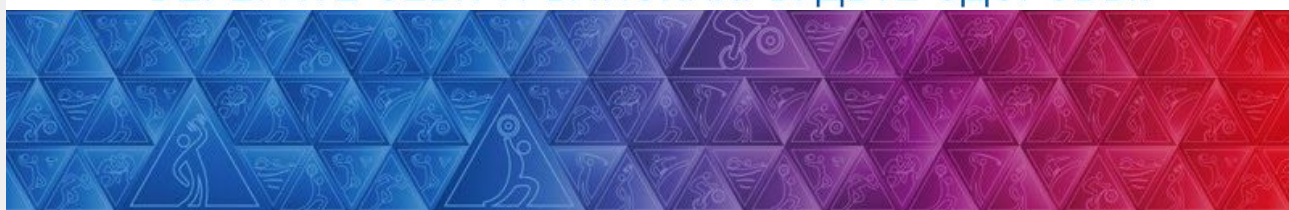
Соблюдайте дистанцию



При первых признаках недомогания, обращайтесь к врачу!

ЗАЩИТИ СЕБЯ

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ! БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



***#ВСЕ
НАСПОРТ.РФ***

www.всенаспорт.рф

[ВКонтакте](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)

