**Регламент соревнований 20 октября 2024 г. д. Ивановское**

Соревнования проводятся **20 октября 2024 года** в д.Ивановское, Волосовского района. Начало соревнований (старт) в 12.00, окончание 14.00. Порядок старта определяется после окончания приема заявок, в зависимости от количества участников.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мужчины:** | | |
| **Возраст:** | **Дистанция:** | |
| 2015-2016 г.р. | 400 метров | 1 круг 400 метров |
| 2013-2014 г.р. | 400 метров | 1 круг 400 метров |
| 2011-2012 г.р. | 1.3 км | 1 круг 1300 метров |
| 2009-2010 г.р. | 1.3 км | 1 круг 1300 метров |
| 2007 - 2008 г.р. | 2,6 км | 2 круга по 1300 метров |
| 2006-1985 г.р. | 3,9 км | 3 круга по 1300 метров |
| 1984-1973 г.р. | 3,9 км | 3 круга по 1300 метров |
| 1974 и старше | 3,9 км | 3 круга по 1300 метров |
|  | | |
| **Женщины:** | | |
| Возраст: | Дистанция: | |
| 2015-2016 г.р. | 400 метров | 1 круг 400 метров |
| 2013-2014 г.р. | 400 метров | 1 круг 400 метров |
| 2011-2012 г.р. | 1.3 км | 1 круг 1300 метров |
| 2009-2010 г.р. | 1.3 км | 1 круг 1300 метров |
| 2007 - 2008 г.р. | 1,3 км | 1 круг 1300 метров |
| 2006-1983 г.р. | 1,3 км | 1 круг 1300 метров |
| 1984 г.р. и старше | 1,3 км. | 1 круг 1300 метров |
| Время в категориях:  - у женщин старше 40 рассчитывается с учетом гандикапа, из расчета 6 секунд за каждый год.  - у мужчин старше 50, рассчитывается с учетом гандикапа, из расчета 6 секунд за каждый год. | | |

К участию в Соревнованиях допускаются все желающие, имеющие разрешение врача на участие в соревнованиях, подавшие заявки до 11.00 17 октября 2024 года, на электронную почту volosovo\_sport@mail.ru, или в бумажном виде в отдел по культуре, молодежной политике, спорту и туризму Администрации МО Волосовский муниципальный район.

В день соревнований регистрации не будет. Зарегистрированные участники оригинал заявки (команды) или справку с визой врача (лично), о допуске к соревнованиям, сдают в оргкомитет, при получении стартового номера.