|  |  |
| --- | --- |
| **«Утверждаю»****Руководитель Управления физической культуры и спорта г.Астаны****«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г.****\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Жилкибаев С.С.**  | **«Утверждаю»****Президент****ОО «Федерация****лыжных гонок города Астаны»** **«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г.****\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Джакенов Б.О.** |

 **КУБОК РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ СРЕДИ ЛЮБИТЕЛЕЙ И ВЕТЕРАНОВ.**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

 Соревнования являются некоммерческим мероприятием и проводятся с целью пропаганды занятий физической культурой и спортом.

* Соревнования проводятся с целью популяризации лыжного спорта и здорового образа жизни среди жителей Казахстана, привлечения молодежи к систематическим занятиям лыжными гонками.
* Совершенствование спортивного мастерства
1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

**Город проведения**: г. Астана

**Место проведения**: «Городская лыжероллерная трасса» (Центральный парк).

**Дата проведения:** 27-29 января 2023 года.

 Соревнования проводятся среди спортсменов, любителей по представлению заявок от региональных федераций лыжных гонок, спортивных школ и федераций других стран. Допускается участие спортсменов по индивидуальным заявкам и заявкам от региональных федераций или спортивных школ

 В соревнованиях участвуют взрослые спортсмены мужчины и женщины **не младше 18 лет** на момент старта. Гонки проводится классическим стилем (28 января) с раздельного старта и свободным стилем (29 января) гонка преследования, на следующих дистанциях:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Категория | 28.01.23. Кл. ход. Мужчины | 28.01.23. Кл. ход. Женщины | 29.01.23. Св. ход. преследование Мужчины | 29.01.23. Св. ход. преследование Женщины |
| 1 | Мужчины/женщины 18 – 35 лет | 10 км | 5 км | 10 км | 5 км |
| 2 | Мужчины/женщины 36 – 45 лет | 10 км | 5 км  | 10 км | 5 км |
| 3 | Мужчины/женщины 46 – 55 лет | 10 км  | 5 км  | 10 км | 5 км |
| 4 | Мужчины/женщины 56 - 65 лет | 10 км  | 5 км  | 10 км | 5 км |
| 5 | Ветераны 1957 г.р. и старше | 5 км  | 3 км  | 5 км | 3 км |

 Соревнования проводятся на круге с длина круга 2,5 км. Разминочная зона – петля 1 км.

Награждение призеров и победителей по финишу и результату гонки преследования.

Обязательно иметь допуск врача для участия в соревнованиях.

1. **ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

**27 января 2023 года**

15.00-20.00 – Просмотр трассы, тренировка спортсменов.

**28 января 2023 года (гонка классическим ходом)**

10.00 – Получение номеров (район стартового городка).

10.30 – Парад открытия;

10.45 – Начало соревнований

15.00 – Официальный просмотр трассы

**29 января 2023 года (гонка преследования свободный ход)**

10.00 – Получение номеров (район стартового городка).

10.30 – Начало соревнований, по окончанию всех забегов будет проводится награждение призеров и победителей соревнований.

1. **РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ**

 Заявки **ОБЯЗАТЕЛЬНО** предоставляются в мандатную комиссию не позже **13.00 часов 27 января 2023г.** по электронной почте **E-mail: nbk.12@mail.ru**

**Для допуска на старт ВСЕМ участникам необходимо иметь:**

1) Справку от врача о допуске к соревнованиям.

2) Копию документа, удостоверяющего личность (удостоверение, паспорт, свидетельство о рождении).

1. **МЕДИКО-САНИТАРНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

 Во время проведения соревнований для оказания неотложной помощи будет присутствовать соответствующий медицинский персонал и машина скорой медицинской помощи.

**Организаторы:**

**Aедерация лыжных гонок города Астаны.**

**Управления физической культуры и спорта г.Астана**

**При содействии акимата г. Астаны**

**При поддержке Лыжного клуба**

**«SKI CLUB ASTANA»**

**Контакты:**

**+7 701 526 95 69**

**E-mail: nbk.12@mail.ru**

**E-mail: nikita9ski85@mail.ru**

**SKI CLUB ASTANA**

**8 701 544 66 33**