

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО «ЦФСит»  
Усть-Цилемского района

Л.С. Попова



## ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении районных соревнований по лыжным гонкам среди юношей и девушек 2005 г.р. и молодежь, мужчин и женщин в зачет круглогодичной спартакиады сельских поселений района и I этапа Спартакиады Республики Коми**

### 1. Цели и задачи

- популяризация и развитие лыжного спорта в районе;
- повышение спортивного мастерства;
- выполнение нормативов ЕВСК;
- сохранение спортивных традиций сельского поселения «Замежная».

### 2. Место и сроки проведения

Соревнования проводятся **05 марта 2023 года** на лыжной базе с. Замежная, начало в 12 часов.

### 3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляют МБУДО «Центр физкультуры, спорта и туризма» Усть-Цилемского района и администрация сельского поселения «Замежная».

### 4. Участники и программа соревнований

К участию в соревнованиях допускаются участники, не имеющие медицинских противопоказаний в следующих возрастных группах:

№ п/п	Возраст	Девушки	Женщины	Юноши	Мужчины
1	2013 г.р. и молодежь	500 м	-	1 км	-
2	2011/2012 г.р.	1 км	-	1 км	-
3	2009/2010 г.р.	1 км	-	3 км	-
4	2007/2008 г.р.	3 км	-	5 км	-
5	2005/2006 г.р.	3 км	-	5 км	-
6	18-25 лет	-	3 км	-	5 км
7	26-34 года	-	3 км	-	5 км
8	35-49 лет	-	3 км	-	5 км
9	50-59 лет	-	2 км	-	3 км
10	60 лет и старше	-	2 км	-	3 км

## **Стиль хода свободный, старт общий по группам.**

В зачёт круглогодичной Спартакиады участвуют команды сельских поселений района в составе 2 мужчины + 1 женщина в возрасте 18 лет и старше. Командное первенство определяется по наименьшей сумме занятых мест участниками команды (при их равенстве суммируется общее время участников).

### **5. Награждение**

Победители и призеры соревнований награждаются медалями и грамотами.

Победители и призеры в зачет круглогодичной спартакиады сельских поселений района награждаются грамотами, медалями и кубками.

### **6. Финансовые расходы**

- медицинское обеспечение – администрация сельского поселения «Замежная».

- проезд к месту соревнований и обратно – общеобразовательные учреждения, администрации сельских поселений.

- награждение победителей и призеров, питание участников 2005 г.р. и моложе – МБУДО «Центр физкультуры, спорта и туризма» Усть-Цилемского района.

### **7. Заявки**

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются до 03 марта 2023 года по тел. 91-6-34 или адрес электронной почты: sport\_u\_c@mail.ru.

МБУДО «Центр физкультуры, спорта и туризма»  
Усть-Цилемского района