

<p>«УТВЕРЖДАЮ»          Председатель ТОС «АПРАКСИНО»          _____ Г.П. Курочкина          « _____ » _____ 2026г</p> 	<p>«СОГЛАСОВАНО»          Глава Апраксинского сельского          поселения          _____ О.В. Глухарева          « _____ » _____ 2026г.</p> 
<p>«СОГЛАСОВАНО»          И.о главы Костромского          муниципального района          _____ В.Г. Нагацкий          « _____ » _____ 2026г.</p> 	

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении весеннего забега «Апраксинский Трейл».

## 1. ВВЕДЕНИЕ

Настоящее Положение о проведении соревнования по бегу по пересеченной местности «Весенний забег «Апраксинский Трейл»» (далее - соревнование) ставит условия и правила (далее - Правила), в соответствии с которыми пройдет соревнование. Правила, изложенные в Положении, должны строго соблюдаться всеми участниками. Факт регистрации участника подтверждает его согласие с настоящим Положением и Правилами, изложенными в нем.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Основными целями и задачами соревнования являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение населения к занятию спортом и физической культурой;
- развитие массового спорта;
- популяризация бега по пересеченной местности (кроссового, трейлового, горного);
- привлечение внимания к соревнованиям по пересеченной местности;
- повышение уровня бережного отношения граждан к окружающей среде; привлечение общественного внимания к возможностям активного отдыха и туризма в Костромском районе.

## 3. ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

Организаторы соревнования - ТОС «АПРАКСИНО» при поддержке МУФКС «Спортивный клуб Костромского муниципального района и МКУ «Культура в движении» (далее - Организаторы). Организаторы обеспечивают:

- подготовку места проведения соревнования;
- допуск к участию;
- стартовые номера;
- организацию судейства;
- организацию мер безопасности и медицинское обеспечение;
- разработку, подготовку и разметку трассы;
- работу контрольных пунктов и волонтеров;
- награждение участников;
- публикацию результатов в сообществе Вк;
- медали финишерам, призы победителям и призерам;
- взаимодействие с партнерами и спонсорами;
- организация питания и чаепития для участников;
- оснащение туалетами;
- обеспечение водой участников забега;
- информационное обеспечение участников;
- рассмотрение официальных обращений, протестов и спорных вопросов.

Контакты Организатора: Екатерина Александровна Лебедева +7(910)958-21-29

## 4. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся 23 мая 2026 года, по адресу: Костромской район п. Апраксино, ул. Коммунаров в районе дома №2-Б. Соревнование проходит по

лесным массивам. Покрытие - грунтовые и лесные дороги, песчаники, лесные тропы.

## 5. ОПИСАНИЕ ДИСТАНЦИЙ

№	Дистанция	Набор высоты, м	Контрольное время, мин	Примерное количество участников
1	500м-1000м	До 50	10	80
2	1500м - 5000 км	До 150	50	150
3	7500м-10000 км	До 250	90	70

## 6. ГРУППЫ УЧАСТНИКОВ

Дистанция	Категории участников	Возрастные группы
500м	Мальчики/девочки	2017 г.р. и младше
1000м	Мальчики/девочки	2015-2016г.р. (10-11 лет)
1500м	Мужчины/женщины - ветераны	1966-1957 г.р. (60-69 лет)
1500м	Мужчины/женщины - ветераны	1956 г.р. и ст. (70 лет и ст.)
2000м	Мальчики/девочки	2013-2014 г.р. (до 14 лет)
2000м	Юноши/девушки	2011-2012 г.р. (до 16 лет)
5000м	Юноши/девушки	2009-2010 г.р. (до 18 лет)
5000м	Мужчины/женщины - ветераны	1967-1976 г.р. (50-59лет)
7500м	Мужчины/женщины	1977-1986 г.р. (40-49лет)
10000м	Мужчины/женщины	1997-2008 г.р. (18-29 лет)
10000м	Мужчины/женщины	1987-1996 г.р. (30-39 лет)
2500м	Категория «Абсолют» (все желающие с 2012 г. р и старше, за исключением тех, кто зарегистрировался в свою возрастную категорию)	2012 г.р. и ст.

## 7. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Дата проведения: 23 мая 2026 года

С 10:00 до 15.00 - регистрация участников, выдача стартовых номеров;

11.00 - открытие соревнований;

11.15 - разминка участников.

Время старта	№ забега	Дистанция	Возрастные группы	
11.30	1	500м (1 круг)	Мальчики/девочки	2017 г.р. и младше
11.40	2	1000м (1 круг)	Мальчики/девочки	2015-2016 г.р.
12.00	3	1500м (1,5 круга)	Мужчины/женщины (ветераны)	1966-1957 г.р.
			Мужчины/женщины (ветераны)	1956 г.р. и ст.
12.00	Награждение победителей и призеров 1, 2 забега			
12.20	4	2000м (2 круга)	Мальчики/девочки	2013-2014 г.р.
			Юноши/девушки	2011-2012 г.р.
12.50	5	5000м (2 круга)	Юноши/девушки	2009-2010 г.р.
			Мужчины/женщины (ветераны)	1967-1976 г.р.
13.00	Награждение победителей и призеров 3, 4 забега			
13.20	6	7500м (3 круга)	Мужчины/женщины	1977-1986 г.р.
14:05	7	10000м (4 круга)	Мужчины/женщины	1997-2008 г.р.
			Мужчины/женщины	1987-1996 г.р.
14.30	Награждение победителей и призеров 5, 6 забега			
15.15	8	2500м (1 круг)	Категория «Абсолют»	2012 г.р. и ст.
16.00	награждение победителей и призеров 7, 8 забега и закрытие соревнований			

\* Брифинг для участников каждой дистанции проводится за 5 минут до старта.

\* Если в категории менее 5 участников забега, в таком случае проводится объединение забега.

## 8. ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ И НАГРАЖДЕНИЕ

Финишировавшие участники соревнования награждаются памятными медалями финишера. Победители и призеры (1-3 места) в каждой дистанции и возрастной группе определяются по лучшему времени прохождения дистанции. Награждение проводится раздельно среди мужчин и женщин.

Призы: медали, грамоты и подарки от партнеров и спонсоров.

В случае неявки победителя или призера на награждение Организаторы вправе распорядиться призом на свое усмотрение.

Организаторы могут запросить у победителей и призеров всех дистанций запись дистанции (трек) для решения спорных вопросов, а также паспорт для подтверждения личности. В случае отказа решение принимает Главный судья соревнований.

## 9. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИИ И ДОПУСК

Выдача стартовых номеров заканчивается за 30 минут до начала забега.

К участию в забеге допускаются спортсмены Костромского муниципального района, других муниципалитетов и субъектов Российской Федерации.

Для допуска необходимо предъявить:

- документ удостоверяющий личность (паспорт или свидетельство о рождении),
- оригинал медицинской справки на имя участника с печатью и подписью врача (действительной на момент соревнования);
- для несовершеннолетних – оригинал согласия от родителей (Приложении №2).

При отсутствии необходимых для допуска к участию документов участник к соревнованию не допускается, стартовый комплект не выдаётся.

Совершеннолетние участники при отсутствии справки заполняют Согласие на участие (Приложение 1).

Организатор оставляет за собой право отказать в регистрации участнику в случае обоснованных сомнений в том, что участник физически не способен преодолеть дистанцию, либо если его участие несет угрозу его жизни и здоровью.

## 10. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Расходы на награждение, судейство, полиграфию, медобслуживание, безопасность, питание спортсменов осуществляют ТОС «АПРАКСИНО», МУФКС «Спортивный клуб Костромского муниципального района».

Транспортные расходы - за счет средств сельских поселений или личных средств участников.

## 11. РЕГИСТРАЦИЯ

Участие в соревнованиях является платным. Вступительный взнос для участников с 18 до 59 лет – 1000 руб.

Указанная сумма перечисляется на расчётный счёт ТОС "АПРАКСИНО" с назначением платежа: «Добровольное пожертвование».

(Реквизиты получателя: ТОС "АПРАКСИНО", ИНН: 4400018810, КПП: 440001001, ОГРН: 1244400000943, Расчётный счёт: 40703 810 9 2900 0100137, Банк получателя: КОСТРОМСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ N 8640 ПАО СБЕРБАНК, БИК: 043469623, Корсчёт: 30101 810 2 0000 0000623, ИНН: 7707083893, КПП: 440102001).

**ВАЖНО:** участники 2009 г.р. и младше, а также 1966 г.р. и старше (60 лет и старше) участвуют в соревновании бесплатно.

Для предварительной регистрации необходимо заполнить анкету в социальной сети Вконтакте, в сообществе ТОС «АПРАКСИНО» (ссылка <https://vk.com/club225906665>). После заполнения анкеты необходимо подтвердить оплату, направив чек на электронную почту - [apraksinskoe@mail.ru](mailto:apraksinskoe@mail.ru) в течение суток. В письме необходимо указать фамилию, имя и отчество участника, за которого произведена оплата.

Организаторами соревнования установлен лимит участников - 300 человек. Выдача стартового номера участнику производится только при личном присутствии участника или доверенному лицу участника и при подтверждении оплаты вступительного взноса.

Онлайн регистрация проводится до 23:55 20.05.2026.

Участие спортсменов разрешено только в одной категории. Запрещено участие в своей возрастной группе и в категории «Абсолют» одновременно.

Выполняя регистрацию на соревнование, спортсмен подтверждает ознакомление и согласие с Положением о проведении соревнования и правилами, изложенными в настоящем документе. Соблюдение и принятие данных правил является обязательным условием для участия в соревновании.

## 12. ИЗМЕНЕНИЯ ИЛИ ОТМЕНА ЗАБЕГА

В случае, если участник, оплативший регистрационный взнос примет решение не принимать участие в соревнованиях, то взнос не возвращается. Организатор оставляет за собой право изменять дистанции соревнования, трассы, контрольное время и места расположения контрольных пунктов в любой момент до старта соревнования. Об изменениях Организатор сообщает участникам в социальных сетях ВКонтакте (ссылка: <https://vk.com/club225906665>) или на брифинге. В случае неблагоприятных погодных условий (густой туман, ливень, снег или гроза) Организатор оставляет за собой право вносить изменения на маршруте в последнюю минуту, даже во время соревнования, чтобы исключить потенциальные опасности или условия, которые могут вызвать трудности для участников. Организатор обязуется информировать участников о любых изменениях. Организатор вправе отложить время старта, приостановить или отменить соревнование, если погодные условия таковы, что они ставят участников в опасные условия. Стартовый взнос при этом не возвращается (форс-мажор).

## 13. СНАРЯЖЕНИЕ

Стартовые номера запрещено сгибать, обрезать или наносить на них надписи. Номер должен быть хорошо видим на протяжении всей дистанции.

Рекомендуемая обувь – кроссовки с рельефным протектором.

## 14. СТАРТ, КОНТРОЛЬНОЕ ВРЕМЯ И ШТРАФЫ

Нарушения влекут штрафы или дисквалификацию:

- Участник дистанции не уложившийся в промежуточное контрольное время снимается с маршрута.

- Отклонение от маркированной трассы (срезка) более чем на 50 м, приведшее к сокращению дистанции менее чем на 500 м - штраф 5 минут.

- Отклонение от маркированной трассы (срезка) более чем на 50 м, приведшее к сокращению дистанции более чем на 500 м — штраф 10 минут за каждый километр сокращения дистанции (округление производится по арифметическим правилам).
- У участника отсутствует номер (потерял, забыл надеть) - дисквалификация.
- Судьям не виден номер пробегающего участника (в кармане, под курткой, на спине) - штраф 10 минут.
- Участник оставлял мусор на трассе - штраф 20 минут.
- Неуважительное отношение к другим участникам или организаторам - штраф 25 минут.
- Участник бежал под зарегистрированным номером другого участника - дисквалификация.
- Участник использовал подручное средство передвижения (велосипед, самокат, авто средство для передвижения, животных и др.) - дисквалификация.
- Участник начал забег не из зоны старта — дисквалификация.
- Участник не прошел одну или несколько обязательных отметок (чек-пойнт) - дисквалификация.
- Участник проигнорировал решение судей о снятии с дистанции (грубые нарушения правил, несоблюдение временных лимитов) — дисквалификация. В случае дисквалификации участник обязан прекратить забег. Организатор не несет ответственности за дисквалифицированного участника. Все временные штрафы прибавляются к результату участника после финиша.

## 15. БЕЗОПАСНОСТЬ УЧАСТНИКОВ

Соревнование проводится на пересеченной местности и является потенциально небезопасным. Заявляясь на соревнование, участники принимают на себя ответственность за свое здоровье и все возможные риски, связанные с участием в соревновании, и освобождают организаторов от любой материальной, гражданской или уголовной ответственности в случае физического или материального ущерба, понесенного ими в процессе непосредственного участия в соревновании. Участники гарантируют, что осведомлены о состоянии своего здоровья на момент старта, о пределах собственных физических возможностей и уровне своих технических навыков. Участники (законные представители несовершеннолетних участников) подтверждают, что снимают с Организатора любую уголовную и/или гражданскую ответственность в случае смерти, причинения ущерба здоровью, телесных повреждений, материального ущерба, полученных ими во время участия в соревновании. Участники соревнования лично несут ответственность за свою безопасность, жизнь и здоровье. Организатор не несёт ответственность за жизнь и здоровье участников соревнования. Организатор делает всё возможное, чтобы обеспечить безопасность маршрута, однако участник должен рассчитывать на собственные навыки и силы. В случае использования участником лекарственных, болеутоляющих или противовоспалительных средств на дистанции, он берет на себя ответственность за их использование. Волонтеры и представители Организатора на контрольных пунктах и в стартовом городке имеют полномочия снять участника с дистанции, если наблюдают у участника-признаки нездоровья или крайней усталости, а также при подозрении на ситуацию, грозящую здоровью участника. Участники забега могут обращаться за помощью,

если почувствуют себя плохо или заметили, что стало плохо другому участнику. В экстренном случае участник забега обращается к волонтерам или судьям, привлекает внимание окружающих и вызывает медицинскую помощь по телефону.

Участник забега сообщает представителям Организатора или в ближайшем контрольном пункте, что произошло, номер участника, имя, место расположения пострадавшего, время происшествия.

Трасса забега обозначается маркировкой, которая имеет яркую расцветку. Участник забега несет ответственность за то направление, в котором он бежит. Участнику, отклонившемуся от курса (если участник не видит разметку на протяжении более 200 метров), необходимо следовать в обратном направлении до предыдущей маркировки, дожидаться с из гонки в любой точке, кроме установленных контрольных пунктов или пунктов питания, должен следовать к ближайшему контрольному пункту.

## 16. БЕГОВОЙ ЭТИКЕТ

Участникам соревнований при обгоне необходимо просить дорогу справа или слева обгоняемого, прежде чем обогнать. Столкновения участников на дистанции могут привести к травмам. Участники, движущиеся медленно, не должны препятствовать обгону. На трассе соревнования запрещается выбрасывать мусор и причинять любой вред окружающей среде. Весь мусор (в том числе упаковку от использованного питания, гелей, конфет) участники должны оставлять только на пунктах питания. Организатор соревнования обязуется очистить пункты питания, зоны стартового городка от мусора, а также снять разметку после соревнования.

## 17. ПРОТЕСТЫ И ПРЕТЕНЗИИ

Участник вправе подать протест, который рассматривается Главным судьей соревнований. К протестам могут относиться: - протесты, влияющие на распределение призовых мест; - протесты, касающиеся неточности в измерении времени, за которое участник преодолел дистанцию; - протесты, касающиеся дисквалификации участника за неспортивное поведение. Протесты принимаются только от участников соревнования или от третьих лиц, являющихся официальными представителями участников. Протесты, влияющие на распределение призовых мест в абсолютном первенстве, принимаются в письменной или устной форме с момента объявления победителей и до официальной церемонии награждения. Распределение призовых мест после церемонии награждения может быть пересмотрено только при выявлении фактов нарушения победителем действующих Правил, если выявление нарушений было невозможно до церемонии награждения. Решение о пересмотре призовых мест принимается Главным судьей соревнования. По остальным вопросам участник вправе подать протест или претензию в течение суток с момента окончания соревнования. При подаче претензии необходимо указать следующие данные: — фамилия, имя (анонимные претензии не рассматриваются); - суть претензии (в чем состоит претензия); - материалы, доказывающие ошибку (фото, видео материалы). - каждый участник соревнования отказывается от любых претензий к Организатору, к партнёрам Организатора или к тем, кто делает информационное освещение соревнований, относительно авторских прав на фото

- и видео материалы, снятые во время соревнований, без каких-либо ограничений во времени, по типу носителя, по количеству или по средству распространения.

#### 18. АВТОРСКИЕ ПРАВА НА ФОТО И ВИДЕОМАТЕРИАЛЫ

Организаторы осуществляют фото и видеосъемку забега «Апраксинский трейл» без ограничений и оставляют за собой право использовать полученные ими во время забега материалы по своему усмотрению.

Положение является официальным вызовом на соревнования следующего участника и следовать за ним.

РАСПИСКА ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ участника мероприятия за жизнь и  
здоровье

Я,

\_\_\_\_\_

(Ф.И.О. полностью)

дата рождения «\_\_» \_\_\_\_\_ г.р., паспорт серия \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_ выдан  
как совершеннолетний гражданин РФ, находясь в здравом уме, осознаю все  
возможные опасности, связанные с моим участием в забеге «Апраксинский трейл»  
и несу полную личную ответственность за свои действия, свою жизнь и здоровье.  
В случае несчастного случая или получения травмы я не буду иметь претензий к  
организаторам мероприятия. С положением и регламентами мероприятий  
ознакомлен(а) и обязуюсь выполнять.

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Дата подпись расшифровка подписи

Настоящая расписка предоставляется на осуществление любых действий в  
отношении моих персональных данных, которые необходимы или желаемы для  
достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор,  
систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение),  
использование, распространение (в том числе передачу третьим лицам - в  
соответствии с действующим законодательством), обезличивание, блокирование, а  
также осуществление любых иных действий с персональными данными,  
предусмотренных Федеральным законом РФ от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О  
персональных данных».

дата

подпись

расшифровка подписи

В организационный комитет Забега «Апраксинский трейл» Апраксинского сельского поселения

Расписка об ответственности за несовершеннолетнего

Я, \_\_\_\_\_

(Ф.И.О полностью)

(дата рождения) являясь родителем (законным представителем)

несовершеннолетнего \_\_\_\_\_

(Ф.И.О, дата рождения)

полностью осознаю риск, связанный с участием несовершеннолетнего в забеге «Апраксинский трейл», который проходит «23» мая 2026 года и настоящим выражаю, что я, без каких-либо исключений принимаю на себя всю ответственность за жизнь, здоровье и возможные травмы, которые могут произойти с несовершеннолетним во время участия в забеге «Апраксинский трейл». С регламентом соревнований ознакомлен(а).

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Подпись