



# Кросс-триатлон

(спринт, раздельный, 30-ый этап Кубка Тольятти-2014 по триатлону)

**Мужчины:** Плавание 600м + бег 4км + велокросс 12км

**Женщины:** Плавание 300м + бег 2км + велокросс 6км

## 13 сентября 2014 года

**Плавание: Женщины - 300м, Мужчины - 600м**

Место проведения соревнований – **Бассейн с/к “Олимп”**

**Сбор, регистрация - 12.50. Порядок старта (раздельный, через 10с) – с 13.20**

Примечание. Участники, не имеющие абонеента члена клубов плавания или “Тольятти-триатлон” самостоятельно приобретают разовый или месячный абонемент на 13.15 сб (требуется наличие медсправки – допуска в бассейн). Использование гидрокостюмов разрешено (согласно Положению о Кубке триатлетов Тольятти 2014). **Допускается преодоление дистанции плавания участниками самостоятельно с самохронометрированием в период с 11 по 14 сентября 2014г.**

## 14 сентября 2014 года

**Бег: Женщины – Бег 2км, Мужчины – 4км**

**(в рамках соревнований Чемпионатов и Первенств Самарской области и г.о. Тольятти по легкоатлетическому кроссу)**

Место проведения соревнований – **Муниципальный лыжный комплекс**

**Сбор, регистрация – с 10.00 до 10.45, Порядок старта (по возрастным группам) – с 11.00**

**Велокросс: Женщины 6км, Мужчины – 12км**

Порядок старта (раздельный, с учетом времени (плавание + бег) – по окончании бегового сегмента.

**Условия участия в соревнованиях. Риски, связанные с нанесением ущерба здоровью возлагаются на участника. Участник должен иметь на велоэтапе велосипед и исправный велосипед с ободными или дисковыми тормозами.**

**Определение победителей.** Победитель в абсолютном зачете и в возрастных группах определяется по наименьшему времени прохождения дистанции. Возрастные группы в зачет Кубка Тольятти 2014 определяются согласно Правилам Международного Союза Триатлона (ITU) по году рождения (2014 – год рожд.): с градацией через 5 лет по году рождения (18-, 18+, 20+, 25+, 30+, 35+, 40+, 45+, 50+, 55+, 60+, 65+, 70+, 75+, 80+).

## 10. Чемпионат и первенство Самарской области по легкоатлетическому кроссу по легкой атлетике

Соревнования проводятся 14 сентября 2014 года на трассе муниципального лыжного комплекса по адресу: Самарская область, г. Тольятти ул. Жукова, д. 49.

Начало соревнований в 11.00 часов.

Соревнования являются личными.

Участвуют сильнейшие спортсмены городов и районов Самарской области, ветераны спорта.

Чемпионат Самарской области по легкоатлетическому кроссу проводится в следующих возрастных группах:

мужчины и женщины 1991 г.р. и старше;

ветераны-мужчины и ветераны-женщины 35 лет– 44 года;

ветераны-мужчины и ветераны-женщины 45 лет– 54 года;

ветераны-мужчины и ветераны-женщины 55 лет– 64 года;

ветераны-мужчины и ветераны-женщины 65 лет и старше.

Первенство Самарской области по легкоатлетическому кроссу проводится в следующих возрастных группах:

юниоры и юниорки до 23 лет (1992–1994 г.р.);

юниоры и юниорки до 20 лет (1995–1996 г.р.);

юноши и девушки до 18 лет (1997 г.р. и моложе).

Состав команд не ограничен.

### *Программа соревнований*

Девушки до 18 лет (1997 г.р. и моложе)	2000 м
Юноши до 18 лет (1997 г.р. и моложе)	4000 м
Юниорки до 20 лет (1995–1996 г.р.)	4000 м
Юниоры до 20 лет (1995–1996 г.р.)	6000 м
Юниорки до 23 лет (1992–1994 г.р.)	6000 м
Женщины 1991 г.р. и старше	6000 м
Юниоры до 23 лет (1992–1994 г.р.)	10000 м
Мужчины 1991 г.р. и старше	10000 м
Женщины-ветераны (всех возрастов)	2000 м
Мужчины-ветераны (всех возрастов)	4000 м

Заявки на участие в соревнованиях, заверенные руководителями физкультурно-спортивных организаций и врачом, представляются на место проведения соревнований за 1 час до старта.

Приезд команд 13 сентября.