Лыжные Марафоны России @ 2017

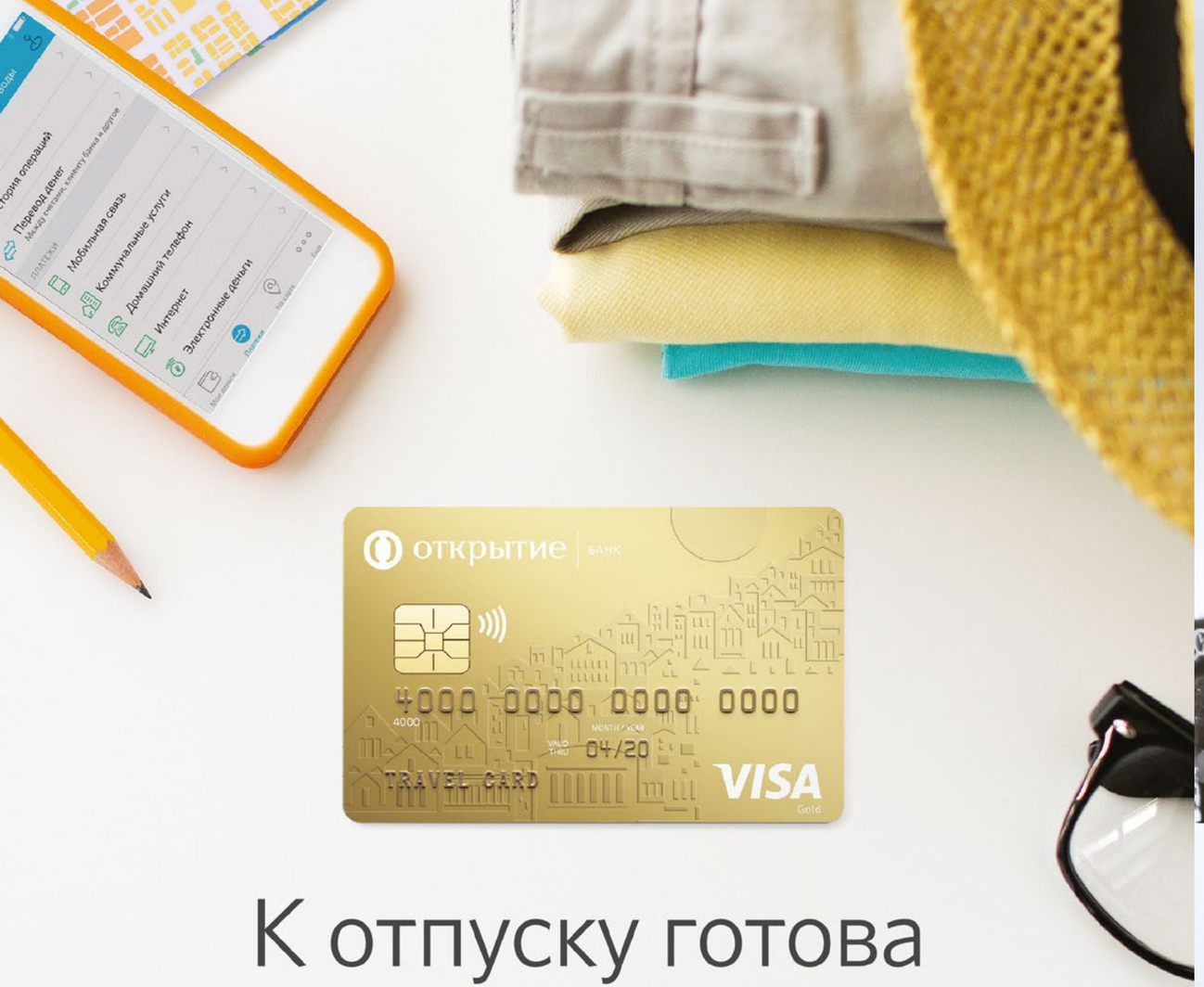
22.1@Москва > МКМ 50/30 КЛ
28.1@Ст.Петербург > Невская Классика 50/30 КЛ
04.2@Казань> Казанский 50/30 СВ *
11.2@Талдом-Дубна > Николов Перевоз 50/25 СВ *
18.2@Ст.Петербург > Тохсово 50/25 СВ
18.2@Красногорск > Красногорский 50 СВ
19.2@Москва > Гонка МВТУ 50 КЛ
19.2@Воронеж > Воронеж 50/38 СВ
4/5.3@Рыбинск > Демино Worldloppet 50СВ / 25КЛ *
04.3@Тольятти > Тольятти 50/30 СВ
04.3@Екатеринбург > Европа-Азия 53/35 СВ
05.3@Южно-Сахалинск > Сахалин 50/35 СВ *
11.3@Новоуральск > Азия-Европа-Азия 50/25 КЛ
18.3@Красногорск > Марафон МГУ 50 СВ
19.3@Ст.Петербург > Двигатель 51/34 СВ
19.3@Иркутск > БАМ 50/36 КЛ
1/2.4@Мурманск > Праздник Севера 50/25 СВ / 50/25 КЛ *
01.4@Малиновка > Кубок Устьи 50 СВ
02.4@Комсомольск-на-Амуре > Мяо-Чан 50/25 СВ
08.4@Ханты-Мансийск > Югра.ХС.Ски FWLC 50/25 СВ *
16.4@Петропавловск-Камчатский > Авача 60/30 СВ *
22.4@Максимиха > Байкал 50/30 СВ *

**марафоны, на которых присваиваются пункты FIS*

russialoppet

#тамгдетыникогданебыл

www.russialoppet.ru
fb.com/russialoppet
vk.com/russialoppet
instagram.com/russialoppet
youtube.com/russialoppet



К отпуску готова

Карта «Travel» — легко копить, приятно тратить

открытие
БАНК

VISA везде, где вы стремитесь быть

В жизни всегда есть место открытию

open.ru

Карта «Travel» — банковская карта в рублях, долларах США, евро по Тарифным планам «Базовый» (Visa Classic), «Оптимальный» (Visa Gold) и «Премиум» (Visa Signature). Travel (англ.) — путешествие. Полный перечень документов и условия оформления указаны в Сборнике тарифов банка «Открытие», а также на сайте open.ru. ПАО банк «ФК Открытие» (по тексту — банк «Открытие»). Генеральная лицензия Банка России № 2209 от 24.11.2014. 115114, г. Москва, ул. Летниковская, д. 2, стр. 4. Указанные условия действительны на декабрь 2016 года и не являются офертой или приглашением делать оферты. Реклама.

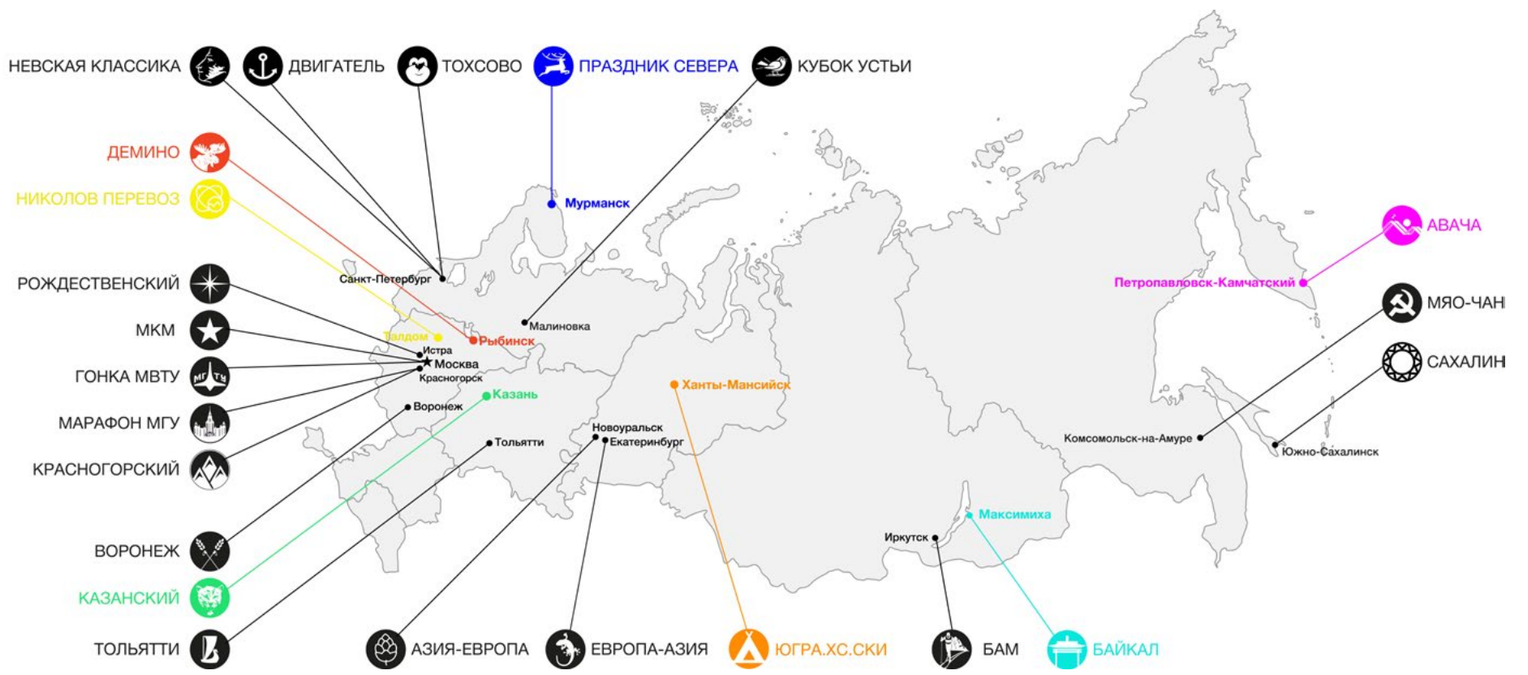
russialoppet

#тамгдеты никогда небыл

фото (с) Мария Шальнева

russialoppet

карта лыжных марафонов России



Всероссийская серия лыжных марафонов russialoppet была образована в 1997 г. организаторами ведущих гонок России с целью популяризации занятий лыжным спортом через развитие существующих региональных массовых соревнований.
russialoppet объединяет 22 крупнейшие лыжные гонки в 6 федеральных округах и представляет межународное марафонское движение в России.
Каждое соревнование серии имеет свою уникальную историю, традиции, программу и проходит каждый год в один и тот же период. Регулярность и постоянство являются основными принципами Серии.
Среди 22 марафонов Russialoppet 8 включены в календарь FIS, 2 гонки являются членами **Euroloppet,** одно соревнование входит в **Worldloppet** и один марафон – **финал Кубка FIS Worldloppet.**

russialoppet | марафоны

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

- НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ — Талдом-Дубна
- ДЕМИНО — Рыбинск
- МКМ — Московский Классический Марафон, Москва
- МАРАФОН МГУ — Красногорск
- ГОНКА МВТУ — Москва
- КРАСНОГОРСКИЙ — Красногорск
- РОЖДЕСТВЕНСКИЙ — Истра
- ВОРОНЕЖ — Воронеж

СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ОКРУГ

- ПРАЗДНИК СЕВЕРА — Мурманск
- НЕВСКАЯ КЛАССИКА — Санкт-Петербург
- ДВИГАТЕЛЬ — Санкт-Петербург
- ТОХСОВО — Санкт-Петербург
- КУБОК УСТЬИ — Малиновка

ПРИВОЛЖСКИЙ ОКРУГ

- КАЗАНСКИЙ — Казань
- ТОЛЬЯТТИ — Тольятти

УРАЛЬСКИЙ ОКРУГ

- ЮГРА.ХС.СКИ — Ханты-Мансийск
- ЕВРОПА-АЗИЯ — Екатеринбург
- АЗИЯ-ЕВРОПА — Новоуральск

СИБИРСКИЙ ОКРУГ

- БАЙКАЛ — Максимиха
- БАМ — Большой Альпинистский Марафон, Иркутск - Ангарск

ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ОКРУГ

- АВАЧА — Петропавловск-Камчатский
- МЯО-ЧАН — Комсомольск-на-Амуре
- САХАЛИН — Южно-Сахалинск

russialoppet стремится дать возможность каждому участнику стать победителем и предлагает форматы зачета дистанций для лыжников разного уровня подготовки.

рейтинг.финишеров**@rl**

Рейтинг создан, чтобы вызвать желание у любого человека встать на лыжи и попробовать раз в своей жизни пройти лыжный марафон. Будущий финишер может выбрать «свой марафон» по месту проведения, длине дистанции, стилю прохождения и ландшафту трассы.

супер.кубок**@rl**

Суперкубок russialoppet создан, чтобы зажечь стремление лыжников к преодолению марафонской дистанции. Каждый участник серии имеет возможность стать элитой марафонов, принять вызов чемпионов мира и олимпийских игр, познакомиться со звездами лыжных гонок и биатлона.

кубок.**мастеров@rl**

Кубок Мастеров создан, чтобы вызвать желание у каждого лыжника быть лучшим среди своих ровесников и участвовать в как можно большем числе марафонов. В Серии мастеров можно выбрать два марафона в различных Федеральных Округах РФ и получить зачет в розыгрыше кубка.

кубок.**команд@rl**

Кубок среди команд, в составе которых могут быть спортсмены из любых городов, любого пола и возраста. Это время, когда друзья могут отправиться в совместное путешествие по крупнейшим марафонам страны от Москвы до Камчатки.

марш.**малышей@rl**

Марафон малышей создан нами с главной целью приобщения россиян к спорту и здоровому образу жизни с раннего возраста посредством проникновения лыжного спорта в культуру россиян через взаимодействие нового поколения с их героями.

Организаторы марафонов делают соревнования доступными для всех любителей лыжного спорта, чтобы событие привлекало не только профессиональных лыжников, а также спортсменов с ограниченными возможностями, детей, подростков и жителей региона.

кубок.**Духа@rl**

Соревнования, трасса которых позволяет лыжникам с ограниченными возможностями принять участие в марафонской дистанции. Это дни, когда лыжня не ставит границ и объединяет всех спортсменов.

марафон юниор

Специаиальные дистанции для молодых гонщиков, цель которых – вызвать интерес молодого поколения к лыжным гонкам и формату масс-старт.

открытая дистанция

Открытый старт для любителей лыжных прогулок любого возраста и уровня подготовки, которые могут с комфортом пройти подготовленную трассу с зачетом времени.

Елена Вяльбе

Президент Федерации лыжных гонок России
3-х кратная олимпийская чемпионка
14 кратная чемпионка мира

Уважаемые друзья, коллеги, лыжники-марафонцы!

Начиная с 22 января и заканчивая 22 апреля 2017 года в разных уголках нашей великой лыжной Родины состоятся 22 марафона, на которых всех любителей лыжных гонок ожидает необыкновенное зрелище. География стартов крайне обширна – от Мурманска до Сахалина и от Камчатки до Воронежа.

Постоянно растет авторитет наших лыжных марафонских гонок на международной арене в рамках «Worldloppet» – «Деминский марафон» в Рыбинске (Ярославская область), в системе «Euroloppet» – «Праздник Севера» в Мурманске и «Югорский марафон» в Ханты-Мансийске. Отметим, что в этом году в рамках «Югорского марафона» состоится и финал серии «FIS WorldLoppet Cup».

В стране набирает силу движение «Спорт для всех», традиционные лыжные мероприятия «Лыжня зовет» и многие другие. Всероссийские соревнования «Лыжня России», проводимая в сотнях городов и поселков, одновременно собирает на лыжне около 2 миллионов человек. Отметим и пополнение в серии российских марафонов, включенных в серию «Russialoppet», – «Казанский лыжный марафон».

Главным же международным стартом нынешнего сезона является чемпионат мира по лыжным видам спорта в финском Лахти с 23 февраля по 5 марта 2017 года.

От имени ФЛГР и себя лично желаю всем спортсменам, любителям лыжных гонок крепкого здоровья, удачи в личной жизни и на лыжне!

Георгий Кадыков-Орбелиани

Президент Всероссийской Серии лыжных марафонов России Russialoppet
Председатель комитета по марафонам Федерации лыжных гонок России
Представитель подкомитета FIS массовых соревнований по лыжным гонкам

19 лет назад осенью 1997 года в выпуске №6 журнала «Лыжные гонки» в рубрике «Подсказала жизнь» я впервые опубликовал предложение организовать Кубок «Лыжные марафоны России / Russialoppet».

В календарь первого сезона, завершившегося 5 апреля 1998 года в Мурманске вошли Лыжня России, Воронежский марафон, Тольяттинский марафон, Николов Перевоз, Азия-Европа-Азия (Миасс), Новосибирский марафон, Европа-Азия, Ухтинский марафон и Праздник Севера.

Наступающий год станет юбилейным сезоном для Russialoppet - серии объединеняющей 22 марафона, в которых могут участвовать лыжники любого уровня подготовки от новичков до профессионалов.

Зима 2017 обещает стать уникальной. Появившиеся в последние 3 года сообщества бегунов планируют участие в наших лыжных стартах, чему мы очень рады.

Марафоны Russialoppet – это спорт для каждого, зачеты для лыжников всех возможностей: кубок мастеров – для активно тренирующихся любителей, суперкубок – для профессионалов, кубок команд – для поездок с друзьями, кубок духа – для паралимпийцев и марш малышей – для дошкольников.

Желание участвовать в серии подкрепляется радостью от путешествий по России, возможностью узнать, как живут люди на Камчатке и в Бурятии, увидеть Байкал и Сибирскую тайгу, добраться до берегов Тихого океана.

Поздравляю всех лыжников с наступлением нового зимнего сезона!

Федерация лыжных гонок России

В спортивных целях лыжи стали использовать в России в конце XIX века. Первые лыжные спортивные клубы появились в Москве и Петербурге. Первым 16 декабря 1895 г. был открыт Московский клуб лыжников (МКЛ), который стал организатором и пропагандистом лыжного спорта. Эту дату принято считать днем рождения лыжного спорта в нашей стране.

МКЛ впервые были учреждены призы за победы в соревнованиях и за прохождение на лыжах наибольшего расстояния за сезон. В 1896 г. клуб провел на Ходынском поле первые официальные соревнования за звание лучшего лыжника на дистанции 3 версты. В 10-е гг. организованные к этому времени общества лыжников в 32 городах России были объединены во Всероссийский союз лыжебежцев (ВСЛ), который был упразднен в 1923 г. в связи с образованием Высшего совета физической культуры (ВСФК), как единого координатора спортивной работы по всем видам спорта. Деятельность всесоюзной Федерации лыжного спорта возобновилась в 1947 г. и продолжалась до 1992 г.

Существующая общероссийская общественная организация «Федерация лыжных гонок России (ФЛГР)» была образована в 1992 г. Федерация является членом Олимпийского Комитета России и признана им единствен- ной общественной организацией, обладающей эксклюзивными правами по руководству развитием лыжных гонок на территории страны, а также правом представлять данный вид спорта от лица Российской Федерации в международном спортивном и олимпийском движении.

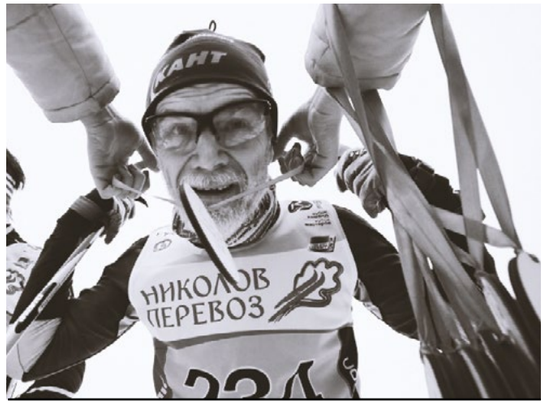
Целями ФЛГР являются развитие лыжных гонок на территории Российской Федерации, их пропаганда, организация и проведение спортивных мероприятий, подготовка спортсменов — членов сборных команд по лыжным гонкам. Федерация осуществляет свою деятельность на территории 67 субъектов Российской Федерации через аккредитованные региональные спортивные федерации, являющиеся членами и (или) структурными подразделениями ФЛГР.

В составе российской Федерации лыжных гонок с 2000 г. действует **Комитет по марафонам**, целями которого являются разработка программы развития популярности массовых лыжных марафонов, формирование календаря всероссийских лыжных марафонов, составление рейтинга лыжников-любителей, проведение мероприятий по повышению квалификации организаторов, представление России в Подкомитете массовых соревнований по лыжным гонкам FIS.

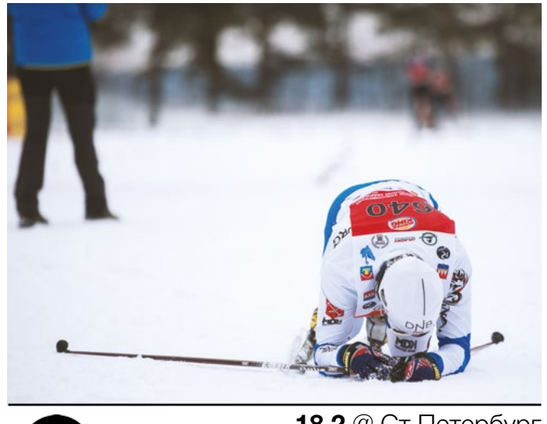
22.1 @ Москва
МКМ 50/30 КЛ
стр. 34

28.1 @ Ст.Петербург
НЕВСКАЯ КЛАССИКА 50/30 КЛ
стр. 36

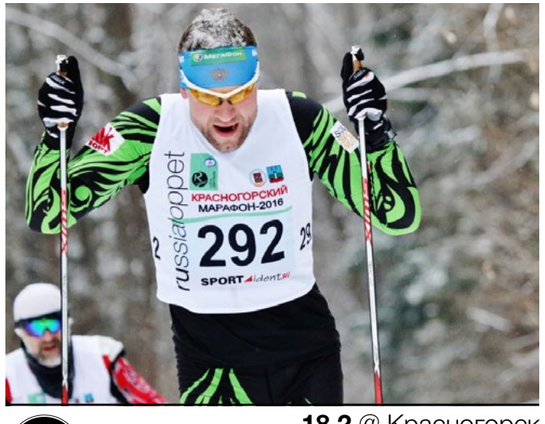
4.2 @ Казань
КАЗАНСКИЙ 50/30 СВ
стр. 38



11.2 @ Талдом-Дубна
НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ 50/25 СВ
стр. 40



18.2 @ Ст.Петербург
ТОХСОВО 50/25 СВ
стр. 42



18.2 @ Красногорск
КРАСНОГОРСКИЙ 50 СВ
стр. 44

19.2 @ Москва
ГОНКА МВТУ 50 КЛ
стр. 46

19.2 @ Воронеж
ВОРОНЕЖ 50/38 СВ
стр. 48

4/5.3 @ Рыбинск
ДЕМИНО WORLDLOPPET 50 СВ
стр. 50

4.3 @ Тольятти
ТОЛЬЯТТИ 50/30 СВ
стр. 52

4.3 @ Екатеринбург
ЕВРОПА-АЗИЯ 53/35 СВ
стр. 54

11.3 @ Новоуральск
АЗИЯ-ЕВРОПА-АЗИЯ 50/25 КЛ
стр. 55

5.3 @ Южно-Сахалинск
САХАЛИН 50/35 СВ
стр. 56

18.3 @ Красногорск
МАРАФОН МГУ 50 СВ
стр. 58

19.3 @ Ст.Петербург
ДВИГАТЕЛЬ 51/34 СВ
стр. 60

19.3 @ Ангарск-Иркутск
БАМ 50/36 КЛ
стр. 62

1.4 @ Малиновка
КУБОК УСТЬИ 50 СВ
стр. 64

1/2.4 @ Мурманск
ПРАЗДНИК СЕВЕРА 50/25 СВ/КЛ
стр. 66

2.4 @ Комсомольск-На-Амуре
МЯО-ЧАН 50/25 СВ
стр. 68

8.4 @ Ханты-Мансийск
ЮГРА.ХС.СКИ FWLC 50/25 СВ
стр. 70

16.4 @ П.-Камчатский
АВАЧА 60/30 СВ
стр. 72

22.4 @ Максимиха
БАЙКАЛ 50/30 СВ
стр. 74

Самая длинная в мире лыжная гонка возвращается!

15 апреля 2017 года Red Bull Nordenski Idsloppet, самая сложная в мире лыжная гонка возвращается в Йокмокк (Швеция). Трасса протяжённостью 220 км будет пролегать по бескрайним территориям заполярья. Мастер преодоления длинных дистанций Йон Кристиан Даль (Норвегия) стал победителем соревнования в 2016 году, когда оно проводилось впервые после 132-летней зимней спячки; до этого гонка, чьим организатором был полярный исследователь Адольф Эрик Норденшельд, проходила лишь единожды.

Red Bull Nordenski Idsloppet - это соревнование по бегу на лыжах по пересечённой местности с использованием классической техники. В гонке могут принять участие представители элиты лыжного спорта со всего мира, а также исключительно талантливые новички, желающие преодолеть этот сложнейший вызов. Старт гонки состоится в 6:00 утра в пасхальную субботу; с этого момента у участников, которых не может быть более 500, есть 30 часов на прохождение экстремальной дистанции. Специальные грузовики будут указывать маршрут от Йокмокка в Квикйокк и обратно.
– Дистанция была кошмарно длинной, и бежать на лыжах так долго было настоящим вызовом, особенно с психологической точки зрения – но я очень хочу вновь принять участие в гонке. После изменений в трассе, введённых из-за тёплой погоды в этом году, будет здорово, если мы сможем пройти оригинальную дистанцию полностью, - заявил действующий чемпион Йон Кристиан Даль (Норвегия), который выиграл гонку протяжённостью 200 км с учётом изменений. Даль прошёл дистанцию за 08:35:17, обогнав своих соотечественников Андерса Эуклана и Эйвинда Моэна Фьельда. Среди женщин лучший результат показала Лина Корсгрен из Швеции (09:23:55).

ТРИУМФАЛЬНОЕ ВОЗВРАЩЕНИЕ СО СТРАНИЦ ИСТОРИЧЕСКИХ КНИГ

До возрождения в качестве супер-гонки в 2016 году, об этом соревновании не вспоминали с 1884 года – в этом году Адольф Эрик Норденшельд, учёный и полярный исследователь, провёл его в первый и единственный раз. Норденшельд придумал соревнование в качестве испытания для членов своей экспедиции, чтобы проверить их способность проходить большие расстояния за короткий промежуток времени, после того, как его обвинили в преувеличении собственных достижений во время Гренландской экспедиции. Победителем гонки стал Пава-Лассе Нильсон Туорда, прошедший требуемое расстояние по неподготовленной местности за 21 час и 22 минуты – буквально на пару секунд опередив своего главного соперника по имени Пер-Улоф Ланта.
Сейчас Red Bull Nordenski Idsloppet считается самой длинной и сложной гонкой в лыжном спорте, и международный интерес к ней со стороны всех причастных к бегу на лыжах по пересечённой местности с момента объявления о её проведении неуклонно растёт. Для участия в соревновании зарегистрировались более 300 спортсменов из 17 стран.

ВСЕМИРНОЕ ЛЫЖНОЕ ДВИЖЕНИЕ НЕ ОСТАНАВЛИВАЕТСЯ

Регистрация участников на гонку 2017 года, которую уже прошли спортсмены из 15 стран (в том числе 23 участника из Норвегии), подтверждает этот повышенный интерес.
- Мы ожидаем, что все 500 мест на старте будут заполнены. Впрочем, на данный момент места ещё есть, - прокомментировал Вольфганг Мель, инициатор и вдохновитель возрождения гонки.
Для того, чтобы предоставить спортсменам наилучшие условия, спортивным директором гонки был назначен трёхкратный победитель знаменитого Васалоппета.
- Гонка, прошедшая в этом году, была одной из самых классных, в которых мне доводилось принимать участие. Немногие верили, что 200-километровую трассу можно пройти за 8,5 часов, закончив её спринтом! Кроме того, было здорово видеть радость на лицах спортсменов, принявших тяжелейший вызов своим способностям, и с честью выдержавших это испытание. Это была гонка победителей!

Более подробная информация о Red Bull Nordenski Idsloppet и регистрация доступны на сайте:
www.redbullnordenskioldsloppet.se

Не дай шанса своему организму сказать «нет»!

1. ПЕРВОЕ ПРАВИЛО — НЕ ПОЗВОЛЯЙ УГЛЕВОДАМ ЗАКОНЧИТЬСЯ!

Человеческий организм является сложной структурой, с множеством взаимосвязанных процессов, органов и систем. Можно провести аналогию с автомобилем —он будет эффективно работать тольков случае исправности всех составляющих. Так же, как и автомобилю, человеческому телу нужна энергия, нужно топливо для жизни, то есть для движения.

Практически все знают: чем качественнее топливо, тем быстрее и эффективнее оно становится энергией движения автомобиля.
С организмом так же. Углеводы являются для нас наиболее любимым источником энергии — именно они позволяют перемещаться с должной интенсивностью заданное количество времени. Естественно, при условии, что они своевременно поступают в организм —ведь своих запасов любому человеку обычно хватает не более чем на 60–70 минут работы средней интенсивности.
Для восполнения запасов углеводов чаще всего используются углеводные напитки и гели, максимально быстро усваивающиеся организмом и позволяющие поддерживать должную интенсивность. Можно использовать и углеводы в твердой форме, но их применение имеет ряд ограничений.

УГЛЕВОДЫ ИЗ ТВЕРДОЙ ПИЩИ

Для продолжительных соревнований («железный» триатлон, бег на 100 км, суточный бег) твердые продукты питания являются хорошими источниками энергии — так что фрукты, спортивные батончики и мучные изделия могут стать хорошим подспорьем углеводным напиткам и гелям.

Однако следует учитывать, что для их усвоения требуется достаточно много времени и энергии.

ЖИДКИЕ УГЛЕВОДЫ

Углеводные напитки особенно в сочетании с гелями, содержащими «длинные» углеводы, во время длительных соревнований являются наиболее эффективной комбинацией. Необходимо отметить, что именно во время подобных стартов лимитирующим фактором может стать не только исчерпание запасов углеводов, но и психоэмоциональная усталость, бороться с которой можно применяя известный любому человеку с детства кофеин. Причем максимально

эффективное количество кофеина (2–3 мг на кг/массы тела) является абсолютно безопасным и не приводит ни к каким нежелательным последствиям.

В соответствии с позициями EFSA* и Министерства здравоохранения РФ, единовременное количество кофеина до 200 мг (около 3 мг/кг в расчете на 70-кг взрослого человека) из всех источников пищи не вызывает опасений по поводу здоровья у взрослого здорового населения. Следует учитывать, что потребление кофеина не рекомендуется лицам, имеющим повышенную чувствительность к данному компоненту пищи. Следует протестировать индивидуальное влияние кофеина на организм во время тренировки.

К основным плюсам «жидких» углеводов можно отнести их хорошую усвояемость и быстрое усвоение даже на фоне тяжелых для организма нагрузок.

ИСТОЧНИКИ УГЛЕВОДОВ

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ?

— Для спортивных мероприятий, длящихся от 1,5 до 2,5 часов, и для высокоинтенсивных видов спорта: рекомендуется потреблять от 30 до 60 грамм углеводов каждый час.

— Для спортивных мероприятий длящихся более 2.5 часов (например, марафоны): рекомендуется потреблять до 90 грамм каждый час.

2. СЛЕДИ ЗА ВОДОЙ!

Важность адекватного восполнения потерь жидкости (гидратации) и электролитов во время длительных соревнований невозможно переоценить. Иначе существует риск возникновения обезвоживания (дегидратации) и нарушений электролитного состава крови — что может не только привести к снижению работоспособности, но и угрожать здоровью и даже жизни спортсмена.

ПРИЗНАКИ ОБЕЗВОЖИВАНИЯ:

— затрудненная концентрация
— чрезмерные усталость и слабость
— головокружение
— тошнота
— спазмы, судороги

КОНТРОЛЬ ОБЕЗВОЖИВАНИЯ

Организм любого человека в течение суток теряет около 2400 мл жидкости для осуществления всех жизненно важных функций: дыхания, выделения (мочеиспускание и дефекация), потоотделения.

Повышение температуры окружающей среды на 5 градусов диктует увеличение потребления жидкости до 15 %. Количество выделяемого пота у разных людей разнится и зависит от множества факторов:

— температуры окружающей среды
— используемой экипировки
— интенсивности нагрузки
— индивидуальных особенностей.

Поэтому универсальной формулы по восполнению водного баланса не существует, но следует помнить, что потеря 1–2 %уже ведет к снижению работоспособности, а потеря 6–7 % может угрожать жизни!

В ИДЕАЛЕ:

ЭЛЕКТРОЛИТЫ

Такие электролиты, как натрий, магний, калий и хлор, необходимые для поддержания важнейших функций организма, тоже расходуются в процессе потоотделения. Натрий (чаще в форме хлорида натрия — привычной нам соли) является основным расходуемым электролитом. Его потери могут составлять от 200 до 1500 мг на каждый литр выделяемого пота. При этом его значительное снижение может стать причиной смерти человека. Снижение уровня калия может приводить к сбоям в работе сердца, а магния — скелетных мышц.

Для максимальной эффективности во время гонки или соревнования рекомендуется потреблять жидкости маленькими количествами каждые 10–20 минут, не дожидаясь чувства жажды! Если оно наступило, то значит обезвоживание, пусть и в легкой форме, но уже началось. В зависимости от того, нужно ли вам восполнение электролитов или нет, легко пополнять запасы жидкости с помощью спортивных напитков или простой воды.

ЧТО ПИТЬ?

Вода — это жидкость, в норме не содержащая калорий и электролитов, которую лучше потреблять «как есть» на относительно коротких по времени дистанциях. Для длительных и/или высокоинтенсивных мероприятий, а также при повышенной температуре воздуха следует комбинировать воду с другими источниками энергии и электролитов. Подходящим решением могут быть спортивные напитки (комбинация воды, углеводов и электролитов) или энергетические напитки (комбинация воды, углеводов, витаминов, бодрящего кофеина, таурина), разведенные с водой не менее чем на 50 %.

3. ВОССТАНОВЛЕНИЕ

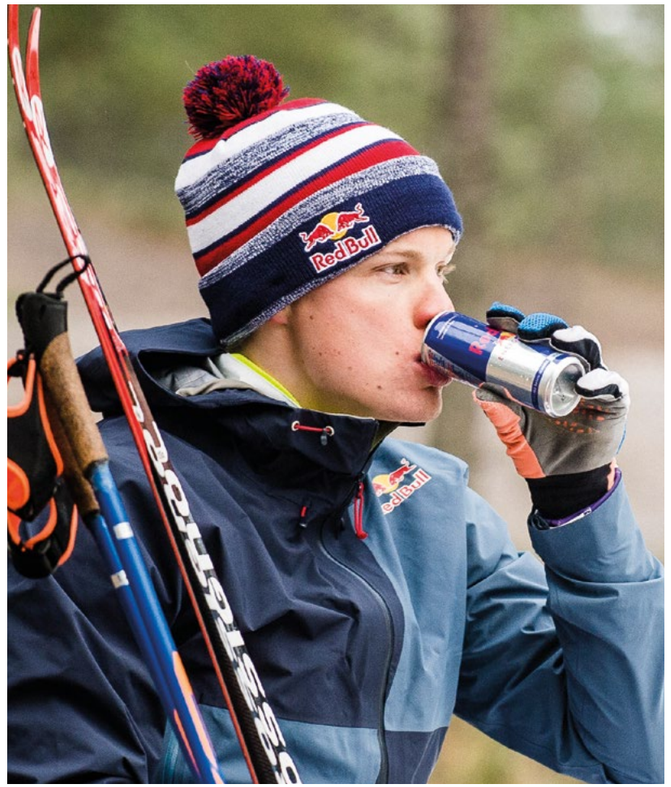
При планировании тренировочного процесса и соревнований нужно помнить, что принципиально важной частью ваших тренировок является восстановление. Именно его полноценность и адекватность по объему позволяют достичь результата максимально быстро и безопасно.

Одним из наиболее важных восстановительных мероприятий (наряду со сном, криотерапией, компрессией, электромиостимуляцией) по праву считается «питание по времени» — восполнение запасов углеводов, протеина и жидкости в первые 30 минут после окончания интенсивной физической нагрузки.

Если тренировки относительно короткие и относятся к среднеинтенсивным,то нормальной и привычной диеты вполне достаточно для восстановления.В то же время, при наличии двух и более тренировок в течение суток, а также в случаях маленького промежутка времени между стартами своевременное восстановление является ключевым фактором для сохранения физической формы и профилактики мышечных повреждений.

Следует потреблять 1–1,2 грамма углеводов на килограмм веса в дополнение к 15–25 граммам протеина для полно-ценного мышечного восстановления.

При этом в первый час после окончания физической нагрузки стоит выпивать до 700 мл жидкости на каждый килограмм потерянного веса или ориентируясь на цвет мочи — он должен быть соломенно-желтым.



4. СОСТАВЬ СВОЙ ПЛАН

При подготовке к любым стартам принципиально важно соблюдать график тренировок и контролировать свое питание. При этом слепое копирование тренировочных программ других спортсменов в подавляющем большинстве случаев может губительно сказаться на результате и даже здоровье.

То же самое можно сказать и о питании — оно должно быть индивидуальным и подходящим именно вам. При этом оно меняется в зависимости от фазы тренировочного цикла и поставленных задач. Только на первый взгляд разработка схем применения спортивного питания и спортивной диеты дело относительно несложное. Поверьте — это самое опасное заблуждение! Заниматься этим должны только специалисты, которые имеют опыт работы со спортсменами разных уровней. Таких врачей и тренеров мало, но они естьи вы их при желании всегда найдете.

5. АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ИСТОЧНИКИ ЭНЕРГИИ

БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ НАПИТКИ

Безалкогольные энергетические напитки обеспечивают организм углеводами во время длительных спортивных мероприятий или могут использоваться в низкокалорийной форме (без содержания углеводов, так называемые Sugarfree версии) при менее длительных дистанциях и видах спорта, при которых истощение запасов гликогена не является проблемой.
Кроме того, энергетические напитки содержащие кофеин и витамины, не только обеспечивают организм энергией, но и улучшают индивидуальные спортивные показатели. К тому же, кофеин обостряет фокус и реакцию, уменьшает восприятие усталости мозгом, повышает выносливость.

Для большинства людей всего 75 мг кофеина оказывают позитивный эффект на физические показатели, такое количество (около 75 мг) содержится в большинстве безалкогольных энергетических напитков объемом жидкости 250 мл.

В то же время в разных напитках содержание кофеина разнится и необходимо внимательно читать этикетку. Кофеин всасывается в желудочно-кишечном тракте в течение 30–45 минут после его потребления и достигает своей максимальной концентрации в крови в течение 1–2 часов.

Не существует специальных рекомендаций, когда именно атлету следует потреблять кофеин, так как это зависит от индивидуальных особенностей организма — просто прислушивайтесь к своему телу. Безалкогольные энергетические напитки содержат и витамины, которые способствуют оптимизации энергетического обмена и умственной деятельности, а также уменьшают усталость.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОТРЕБЛЕНИЮ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ:

— Протестируйте влияние кофеина на свой организм до того, как использовать его во время соревнований — единовременное количество потребляемого кофеина из всех источников пищи(в т. ч. из энергетических напитков) не должно превышать 200 мг.

— Потребление кофеина не рекомендуется лицам, имеющим повышенную чувствительность к данному ингредиенту — Так как энергетические напитки не призваны восполнять водно-солевой баланс организма — при высокоинтенсивных соревнованиях (а также при высоких температурах) пейте дополнительные количества воды, спортивных напитков или непосредственно смешивайте энергетические напитки с водой.

SMART RECOVERY

рейтинг.финишеров@**rl**

Рейтинг финишеров Всероссийской серии лыжных марафонов России – это единый зачет для каждого финишировавшего в марафоне Russialoppet. Рейтинг дает возможность каждому лыжнику, финишировавшему в марафоне, получить зачет во Всероссийский рейтинг марафонцев-любителей.

Целью Рейтинга Финишеров Russialoppet является пробуждение желания у каждого россиянина встать на лыжи и пройти один раз в жизни лыжный марафон.

Календарь Рейтинга включает все основные дистанции для мужчин и женщин действующих марафонов серии, различающихся по длине, стилю прохождения и ландшафту трассы. Гонки объединяют лыжников любого возраста и разной степени подготовки и каждый год привлекают на старт несколько тысяч участников.

В сезоне 2017 Календарь Рейтинга состоит из 23-х этапов, проводится зачет у мужчин и женщин. Лидеры и последующие места в Рейтинге определяются по сумме 5-ти результатов в течение текущего и двух предыдущих сезонов.

ПОЛОЖЕНИЕ О ВСЕРОССИЙСКОМ РЕЙТИНГЕ ФИНИШЕРОВ ЛЫЖНЫХ МАРАФОНАХ RUSSIALOPPET

РЕЙТИНГ ФИНИШЕРОВ RUSSIALOPPET (RLFINR) 2017

УЧАСТНИКИ

Участником Рейтинга Russialoppet считается спортсмен, закончивший дистанцию в любом марафоне в течение текущего и двух предыдущих сезонов.

russialoppet**.календарь@2017**

@2017	марафон	дистанция	город
22.1	**МКМ**	50/30 КЛ	Москва
28.1	**НЕВСКАЯ КЛАССИКА**	50/30 КЛ	Санкт-Петербург
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	50 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	50 СВ	Талдом-Дубна
18.2	**ТОХСОВО**	50/25 СВ	Санкт-Петербург
18.2	**КРАСНОГОРСКИЙ**	50 СВ	Красногорск
19.2	**ГОНКА МВТУ**	50 КЛ	Москва
19.2	**ВОРОНЕЖ**	50/38 СВ	Воронеж
04.3	**ДЕМИНО WORLDLOPPET**	50 СВ	Рыбинск
04.3	**ТОЛЬЯТТИ**	50/30 СВ	Тольятти
04.3	**ЕВРОПА-АЗИЯ**	53 СВ	Екатеринбург
05.3	**САХАЛИН**	50 СВ	Южно-Сахалинск
11.3	**АЗИЯ-ЕВРОПА-АЗИЯ**	50/25 КЛ	Новоуральск
18.3	**МАРАФОН МГУ**	50 СВ	Красногорск
19.3	**ДВИГАТЕЛЬ**	51/34 СВ	Санкт-Петербург
19.3	**БАМ**	50 КЛ	Ангарск-Иркутск
01.4	**КУБОК УСТЬИ**	50 СВ	Малиновка
01.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 СВ	Мурманск
02.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 КЛ	Мурманск
02.4	**МЯО-ЧАН**	50 СВ	Комсомольск -на-Амуре
08.4	**ЮГРА.ХС.СКИ FWLC**	50 СВ	Ханты-Мансийск
16.4	**АВАЧА**	60 СВ	П.-Камчатский
22.4	**БАЙКАЛ**	50/30 СВ	Максимиха

РЕЗУЛЬТАТЫ

Зачетными для мужчин и женщин являются дистанции, указанные в Календаре Рейтинга. Дистанции для мужчин и женщин обозначены через **/** (мужчины/женщины).

Лидер Рейтинга определяется по наименьшей сумме рейтинговых пунктов Russialoppet, набранных в 5-ти зачетных этапах в течение текущего и двух предыдущих сезонов.

Финиширующим участникам начисляются гоночные пункты Russialoppet по представленной формуле:

RL участника = 35 + [(tx / to) -1] x 2800

где
tx - время участника,
to - время лидера марафона,
35 – единое значение штрафа, принятое для массовых марафонов календаря международной федерации лыжного спорта (FIS).

Рейтинговые пункты Russialoppet (RLFINR) рассчитываются, как среднее арифметическое 5-ти лучших гоночных пунктов Russialoppet участника в течение текущего и двух предыдущих сезонов.

В случае если участник имеет менее чем 5 результатов, рейтинговые пункты Russialoppet рассчитываются следующим образом:

- Среднее арифметическое 4 гоночных пунктов Russialoppet * 1,1 = рейтинговые пункты Russialoppet
- Среднее арифметическое 3 гоночных пунктов Russialoppet * 1,2 = рейтинговые пункты Russialoppet
- Среднее арифметическое 2 гоночных пунктов Russialoppet * 1,3 = рейтинговые пункты Russialoppet
- Только 1 гоночный пункт Russialoppet * 1,4 = рейтинговые пункты Russialoppet

В случае равенства рейтинговых пунктов Russialoppet между несколькими участниками, лидер и последующие места участников Рейтинга определяется:

- по наибольшему количеству побед на этапах соревнования;
- по наибольшему числу завоеванных 2-х, 3-х мест и т.д.;
- в случае равенства по всем этим показателям лидер и последующие места участников определяется по лучшему месту, завоеванному в последней очной гонке.

фото (с) **Мария Шальнева**

кубок.**мастеров@rl**

Календарь Кубка Мастеров Russialoppet включает основные дистанции для мужчин и женщин 10 этапов серии, различающихся по длине, стилю прохождения и ландшафту трассы, и не пересекающиеся по дате проведения. Гонки объединяют лыжников любого возраста и разной степени подготовки и каждый год привлекают на старт несколько тысяч участников. Кубок дает возможность каждому лыжнику, финишировавшему в не менее, чем в двух этапах получить место в общем зачете.

Целью Кубка мастеров является привлечение к участию в марафонах сильнейших в своих возрастных группах лыжников-мастеров.

В сезоне 2017 Кубок состоит из 10-ти этапов, зачет проводится в 13-ти возрастных группах у мужчин и женщин. Победители Кубка и последующие места в рейтинге определяются по сумме 4-х результатов.

ПОЛОЖЕНИЕ О ВСЕРОССИЙСКОМ МАССОВОМ МНОГОЭТАПНОМ СОРЕВНОВАНИИ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

КУБОК МАСТЕРОВ RUSSIALOPPET (RLXCMC) 2017

RLXCMC.**календарь@2017**

@2017	марафон	дистанция	город
28.1	**НЕВСКАЯ КЛАССИКА**	50/30 КЛ	Санкт-Петербург
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	50 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	50 СВ	Талдом-Дубна
19.2	**ВОРОНЕЖ**	50/38 СВ	Воронеж
04.3	**ДЕМИНО WORLDLOPPET**	50 СВ	Рыбинск
19.3	**БАМ**	50 КЛ	Ангарск-Иркутск
01.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 СВ	Мурманск
02.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 КЛ	Мурманск
08.4	**ЮГРА.ХС.СКИ FWLC**	50 СВ	Ханты-Мансийск
16.4	**АВАЧА**	60 СВ	П.-Камчатский
22.4	**БАЙКАЛ**	50/30 СВ	Максимиха

ТАБЛИЦА ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

код	мужчины	женщины	год рождения
ЮД20	М 19 – 20	Ж 19 – 20	1998 – 1997
ЮД23	М 21 – 23	Ж 21 – 23	1996 – 1994
МЖ0	М 24 – 29	Ж 24 – 29	1993 – 1988
МЖ1	М 30 – 34	Ж 30 – 34	1987 – 1983
МЖ2	М 35 – 39	Ж 35 – 39	1982 – 1978
МЖ3	М 40 – 44	Ж 40 – 44	1977 – 1973
МЖ4	М 45 – 49	Ж 45 – 49	1972 – 1968
МЖ5	М 50 – 54	Ж 50 – 54	1967 – 1963
МЖ6	М 55 – 59	Ж 55 – 59	1962 – 1958
МЖ7	М 60 – 64	Ж 60 – 64	1957 – 1953
МЖ8	М 65 – 69	Ж 65 – 69	1952 – 1948
МЖ9	М 70 – 74	Ж 70 – 74	1947 – 1943
МЖ10-12	М 75 +	Ж 75 +	1942 -

УЧАСТНИКИ

Участником розыгрыша считается спортсмен:

- закончивший дистанцию минимум в 2-х этапах Кубка Мастеров;
- имеющий Паспорт Russialoppet;
- достигший 19-летнего возраста к 31.12.2017*

пример расчёта для участника 1982 г. р.:
>> возраст = 2017 – 1982 = 35 лет = группа 35-39, код 2

РЕЗУЛЬТАТЫ

Победитель Кубка в каждой возрастной группе определяется по наибольшей сумме очков, набранной **в 4-х зачетных этапах.**

Зачетными для мужчин и женщин являются дистанции, указанные в Календаре Кубка. Дистанции для мужчин и женщин обозначены через **/** (мужчины/женщины).

Финиширующим участникам начисляются гоночные пункты Russialoppet по представленной формуле:

R участника = [2 – (tx / to)] x 1000

где tx - время участника
to - время лидера в возрастной группе.

В случае равенства зачетных очков между несколькими участниками в одной возрастной группе, лидер и последующие места участников соревнования определяется:

- по наибольшему количеству побед в группе на этапах соревнования;
- по наибольшему числу завоеванных 2-х, 3-х мест и т.д.;
- в случае равенства по всем этим показателям лидер и последующие места участников определяется по лучшему месту, завоеванному в последней очной гонке.

НАГРАЖДЕНИЕ

Кубками награждаются спортсмены, занявшие 1-3 места в каждой возрастной группе.

Награждение проводится в рамках ежегодной церемонии награждения Мастеров Russialoppet после завершения сезона.

В случае неявки спортсмена на церемонию награждения призы остаются в распоряжении организаторов.

кубок.**команд@rl**

Кубок Команд Russialoppet разыгрывается среди коллективов, членами которых могут являться в количестве не более 20 чел. участники из любых городов, любого возраста и пола.

Кубок Команд призван сформировать у любителей марафонов дополнительную мотивацию к участию в марафонах Серии Russialoppet и совместным поездкам друзей и коллег.

Победитель Кубка Команд и последующие места в рейтинге определяются по сумме очков, набранной командой в 10-ти этапах. На каждом этапе в зачет идут 10 лучших результатов по количеству очков, показанных членами команды. В итоговый зачет включаются очки только тех членов команды, которые финишировали не менее чем в двух этапах.

ПОЛОЖЕНИЕ О ВСЕРОССИЙСКОМ МАССОВОМ МНОГОЭТАПНОМ СОРЕВНОВАНИИ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

КУБОК КОМАНД RUSSIALOPPET (RLXCTC) 2017

RLXCTC.**календарь@2017**

@2017	марафон	дистанция	город
28.1	**НЕВСКАЯ КЛАССИКА**	50/30 КЛ	Санкт-Петербург
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	50 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	50 СВ	Талдом-Дубна
19.2	**ВОРОНЕЖ**	50/38 СВ	Воронеж
04.3	**ДЕМИНО WORLDLOPPET**	50 СВ	Рыбинск
19.3	**БАМ**	50 КЛ	Ангарск-Иркутск
01.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 СВ	Мурманск
02.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 КЛ	Мурманск
08.4	**ЮГРА.ХС.СКИ FWLC**	50 СВ	Ханты-Мансийск
16.4	**АВАЧА**	60 СВ	П.-Камчатский
22.4	**БАЙКАЛ**	50/30 СВ	Максимиха

УЧАСТНИКИ

Участником розыгрыша считается спортсмен:

- закончивший дистанцию минимум в 2-х этапах Кубка;
- имеющий Паспорт Russialoppet;
- достигший 19-летнего возраста к 31.12.2017*

пример расчёта для участника 1982 г. р.:
>> возраст = 2017 – 1982 = 35 лет = группа 35-39, код 2

ТАБЛИЦА ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

код	мужчины	женщины	год рождения
ЮД20	М 19 – 20	Ж 19 – 20	1998 – 1997
ЮД23	М 21 – 23	Ж 21 – 23	1996 – 1994
МЖ0	М 24 – 29	Ж 24 – 29	1993 – 1988
МЖ1	М 30 – 34	Ж 30 – 34	1987 – 1983
МЖ2	М 35 – 39	Ж 35 – 39	1982 – 1978
МЖ3	М 40 – 44	Ж 40 – 44	1977 – 1973
МЖ4	М 45 – 49	Ж 45 – 49	1972 – 1968
МЖ5	М 50 – 54	Ж 50 – 54	1967 – 1963
МЖ6	М 55 – 59	Ж 55 – 59	1962 – 1958
МЖ7	М 60 – 64	Ж 60 – 64	1957 – 1953
МЖ8	М 65 – 69	Ж 65 – 69	1952 – 1948
МЖ9	М 70 – 74	Ж 70 – 74	1947 – 1943
МЖ10-12	М 75 +	Ж 75 +	1942 -

КОМАНДА

Участницей Кубка Команд считается команда, удовлетворяющая следующим критериям:

- максимальное число участников команды составляет 20 чел. любого пола и возраста;
- наличие заявки на участие от команды в Оргкомитет Russialoppet по эл.почте **info@russialoppet.ru** по установленной форме не позднее **25.01.2017** (скачать форму можно на сайте ww.russialoppet.ru);
- в случае дозаявки спортсменов после указанного срока заявка на очередной этап должна быть отправлена за 3 дня до старта.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Победителем соревнования определяется команда, набравшая **наибольшую сумму очков во всех этапах** Кубка Команд.

Зачетными для мужчин и женщин являются дистанции, указанные в Календаре Кубка. Дистанции для мужчин и женщин обозначены через **/** (мужчины/женщины).

- Командный зачет на каждом этапе производится по сумме 10 лучших результатов по количеству очков, показанных отдельными членами команды.
- В итоговый зачет включаются очки только тех членов команды, которые финишировали не менее чем в двух этапах.
- Результат каждого участника команды на отдельном этапе оп ределяется в рамках соответствующей возрастной группы.

Финиширующим участникам начисляются гоночные пункты Russialoppet по представленной формуле:

R участника = [2 – (tx / to)] x 1000

где tx - время участника
to - время лидера в возрастной группе.

В случае до-заявки участника, ранее им показанные результаты не учитываются.

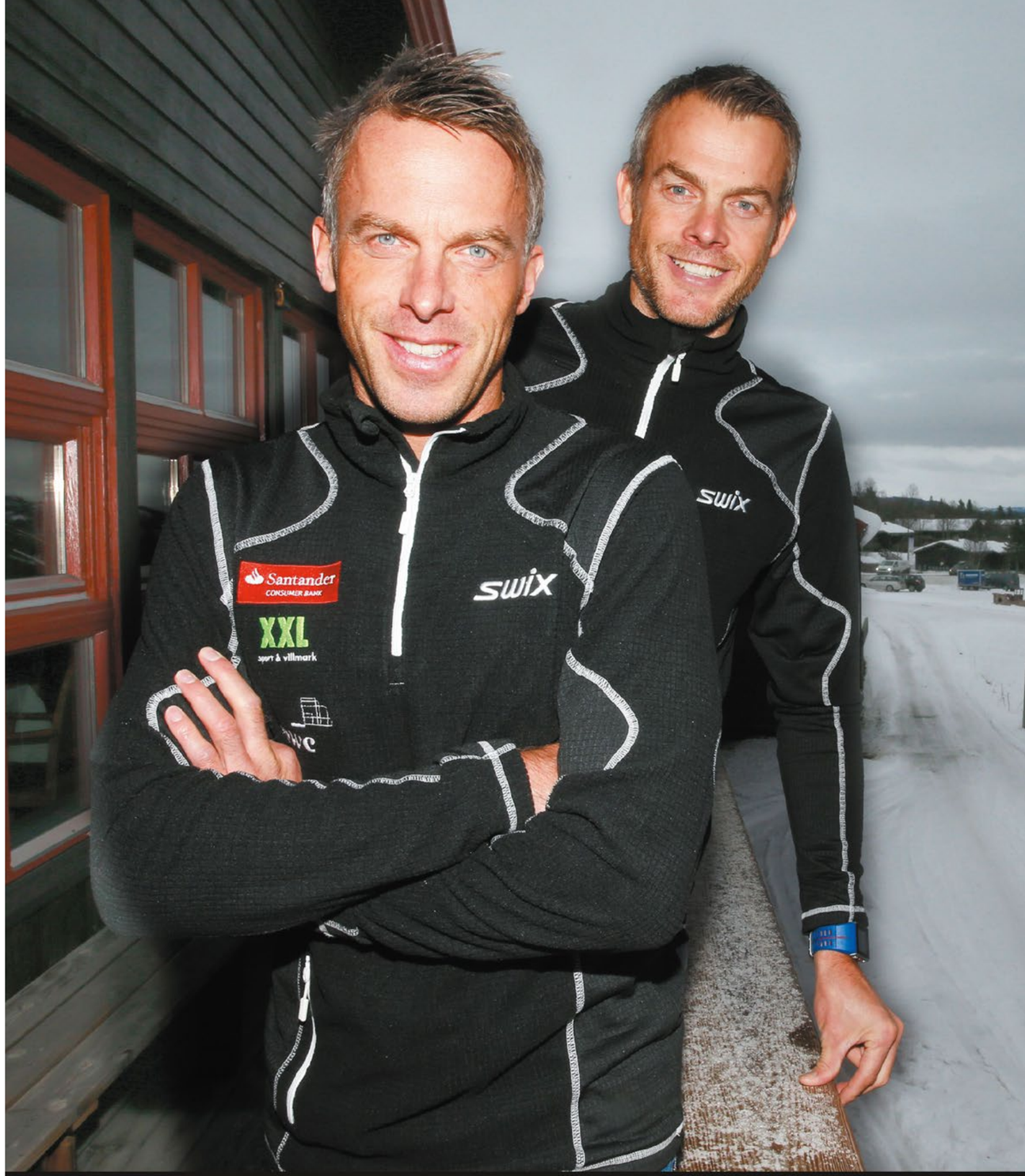
В случае равенства зачетных очков между несколькими командами-участниками лидер и последующие места команд-участников соревнования определяется:

- по наибольшему количеству побед в группе на этапах соревнования;
- по наибольшему числу завоеванных 2-х, 3-х мест и т.д.;
- в случае равенства по всем этим показателям лидер и последующие места команд-участников соревнования определяется по лучшему месту, завоеванному в последней очной гонке.

НАГРАЖДЕНИЕ

Кубками награждаются команда-победитель и команды-призеры.

Награждение проводится в рамках церемонии награждения Байкальского марафона.



Официальный представитель SWIX компания ФИШЕР:
129343 Россия, Москва, ул. Уржумская, 4,
тел.: +7 (495) 937-31-93, факс: +7 (495) 221-83-27,
sales@fischersports.com

swix®
YOUR WINNING MARGIN

супер.кубок@rl

Суперкубок Russialoppet – хрустальный трофей для элитных лыжников. Его розыгрыш позволяет спортсменам национальной сборной продлить свою профессиональную карьеру, а молодым талантливым спортсменам стать известными.

Принцип присвоения зачетных очков за первые 50 мест дает возможность лыжникам-мастерам пробиться в зачет с сильнейшими марафонцами России.

Участники Суперкубка имеют возможность стать элитой лыжных марафонских гонок, принять вызов чемпионов мира и олимпийских игр, познакомиться со звездами лыжных гонок и биатлона.

ПОЛОЖЕНИЕ О ВСЕРОССИЙСКОМ МАССОВОМ МНОГОЭТАПНОМ СОРЕВНОВАНИИ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

СУПЕРКУБОК RUSSIALOPPET (RLXCSC) 2017

УЧАСТНИКИ

Участником розыгрыша считается спортсмен:

- финишировавший **в двух** этапах Суперкубка;
- достигший **19-летнего возраста** к 31.12.2017*

**пример расчёта возраста участника 1998 г. р.*
>> возраст = 2017 – 1998 =19 лет

РЕЗУЛЬТАТЫ

Итоги Суперкубка подводятся по наибольшей сумме очков, набранной спортсменом в этапах соревнования.

Очки начисляются первым 50-ти финиширующим по приведенной таблице 1.

Участник, финишировавший с отставанием от времени победителя более, чем на 20%, не получает очков в зачет Суперкубка.

В случае одновременного финиша двух и более участников, очки за занятые ими места складываются и делятся поровну.

**пример расчета при «ничье» между 1-м и 2-м местом, где оба участника получают по (200 + 170) / 2 = 185 очков.*

В случае равенства зачетных очков между несколькими участниками, лидер и последующие места участников соревнования определяется:

- по наибольшему количеству побед на этапах соревнования;
- по наибольшему числу завоеванных 2-х мест, 3-х и т.д.
- в случае равенства по всем этим показателям, лидер и последующие места участников соревнования определяется по лучшему месту, завоеванному в последней очной гонке.

НАГРАЖДЕНИЕ

Кубками и призами награждаются спортсмены, занявшие 1 – 3 места у мужчин и женщин.

Церемония награждения Суперкубка состоится на заключительном этапе после окончания цветочного награждения абсолютных победителей.

В случае неявки спортсмена на церемонию призы остаются в распоряжении организаторов.

RLXCSC.календарь@2017

@2017	марафон	дистанция	город
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	50 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	50 СВ	Талдом-Дубна
04.3	**ДЕМИНО WORLDLOPPET**	50 СВ	Рыбинск
01.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	50 СВ	Мурманск
08.4	**ЮГРА.ХС.СКИ**	50 СВ	Ханты-Мансийск
16.4	**АВАЧА**	60 СВ	П.-Камчатский

таблица 1

место	очки	место	очки	место	очки
1	200	18	44	35	16
2	170	19	41	36	15
3	140	20	38	37	14
4	120	21	35	38	13
5	100	22	33	39	12
6	95	23	31	40	11
7	90	24	29	41	10
8	85	25	27	42	9
9	80	26	25	43	8
10	75	27	24	44	7
11	70	28	23	45	6
12	66	29	22	46	5
13	62	30	21	47	4
14	58	31	20	48	3
15	54	32	19	49	2
16	50	33	18	50	1
17	47	34	17		

открытие | БАНК

Отличная карта с бесплатной заправкой

open.ru

ЛУКОЙЛ

Карта «ЛУКОЙЛ» – банковская карта в рамках Тарифных планов «Базовый», «Оптимальный», «Премиум». Начисление баллов осуществляется за совершение операций по оплате товаров и услуг, в том числе на АЗС «ЛУКОЙЛ», за исключением операций по снятию наличных денежных средств и операций на сторонних АЗС. Накопленные баллы возможно использовать в сети АЗС «ЛУКОЙЛ» из расчета 1 балл = 1 рубль. Заправка может считаться бесплатной при наличии достаточного количества баллов для обмена на эквивалент стоимости заправки в рублях, при этом клиенту необходимо заплатить за данную заправку минимум 1 рубль. Полный перечень документов и условия обслуживания банковской карты указаны в Сборнике тарифов банка «Открытие» по банковским картам и на сайте банка open.ru. Указанные условия не являются офертой или приглашением делать оферты. ПАО Банк «ФК Открытие» (по тексту – банк «Открытие»). Генеральная лицензия Банка России № 2209 от 24.11.2014. 115114, г. Москва, ул. Летниковская, д. 2, стр. 4. Сдано в печать: декабрь 2016 г. Реклама.

кубок.**Духа@rl**

Гонки Russialoppet объединяют паралимпийцев и здоровых лыжников любого возраста и разной степени подготовки и каждый год привлекают на старт несколько тысяч участников.

Календарь Кубка Духа Russialoppet включает специальные дистанции для паралимпийцев мужчин и женщин, различающихся по длине, стилю прохождения и ландшафту трассы, и не пересекающиеся по дате проведения

Целью Кубка Духа является привлечение к участию в марафонах лыжников-паралимпийцев.

В сезоне 2017 Кубок Духа состоит из 10-ти этапов для классов LW 2-9 / B 1-3, и 6-ти этапов для классов LW 10-12, зачет проводится у мужчин и женщин. Победители каждого этапа определяются по результатам, показанным участниками и пересчитанными в процентном соотношении согласно правил вида спорта.

Кубок Духа дает возможность каждому лыжнику-паралимпийцу, финишировавшему в не менее чем 2-х марафонах, получить место в общем зачете. Победители Кубка и последующие места в рейтинге определяются по сумме 6-ти результатов в классах LW 2-9 / B 1-3 и 4-х результатов в классах LW 10-12.

ПОЛОЖЕНИЕ О ВСЕРОССИЙСКОМ МАССОВОМ МНОГОЭТАПНОМ СОРЕВНОВАНИИ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

КУБОК ДУХА RUSSIALOPPET (RLSPC) 2017

RLSPC.**календарь@2017**

КЛАССЫ LW 2-9 / B 1-3

@2017	марафон	дистанция	город
28.1	**НЕВСКАЯ КЛАССИКА**	30 КЛ	Санкт-Петербург
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	25 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	25 СВ	Талдом-Дубна
19.2	**ВОРОНЕЖ**	38 СВ	Воронеж
05.3	**САХАЛИН**	35 КЛ	Южно-Сахалинск
19.3	**БАМ**	36 КЛ	Ангарск-Иркутск
02.4	**ПРАЗДНИК СЕВЕРА**	25 КЛ	Мурманск
08.4	**ЮГРА-ХС-СКИ FWLC**	25 СВ	Ханты-Мансийск
16.4	**АВАЧА**	30 СВ	П.-Камчатский
22.4	**БАЙКАЛ**	30 СВ	Максимиха

КЛАССЫ LW 10-12

@2017	марафон	дистанция	город
28.1	**НЕВСКАЯ КЛАССИКА**	30/10 КЛ	Санкт-Петербург
04.2	**КАЗАНСКИЙ**	25/5 СВ	Казань
11.2	**НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ**	25/10 СВ	Талдом-Дубна
05.3	**САХАЛИН**	35/10 КЛ	Южно-Сахалинск
08.4	**ЮГРА-ХС-СКИ FWLC**	25/5 СВ	Ханты-Мансийск
22.4	**БАЙКАЛ**	30/20 СВ	Максимиха

УЧАСТНИКИ

Участником розыгрыша считается спортсмен:

- закончивший дистанцию не менее, чем в 2-х этапах Кубка;
- имеющий Паспорт Russialoppet;
- имеющий классификацию LW 2-9 / LW 10-12 / B 1-3;
- достигший 16-летнего возраста к 31.12.2017*

РЕЗУЛЬТАТЫ

Зачетными для мужчин и женщин являются дистанции, указанные в Календаре Кубка.

Дистанции для мужчин и женщин классов LW 10-12 обозначены через ***/***.

Победитель Кубка в каждом классе определяется по наибольшей сумме очков в 6-ти этапах для классов LW 2-9 / B 1-3 и в 4-х этапах для классов LW 10-12.

Финиширующим участникам начисляются очки Russialoppet по представленной формуле:

R участника = [2 – (tx / to)] x 1000

где tx - время участника после пересчета по правилам вида спорта,
to - время лидера в классе после пересчета.

В случае равенства зачетных очков между несколькими участниками в одном классе лидер и последующие места участников соревнования определяется:

- по наибольшему количеству побед в группе на этапах соревнования;
- по наибольшему числу завоеванных 2-х, 3-х мест и т.д.;
- в случае в случае равенства по всем этим показателям лидер и последующие места участников определяется по лучшему месту, завоеванному в последней очной гонке.

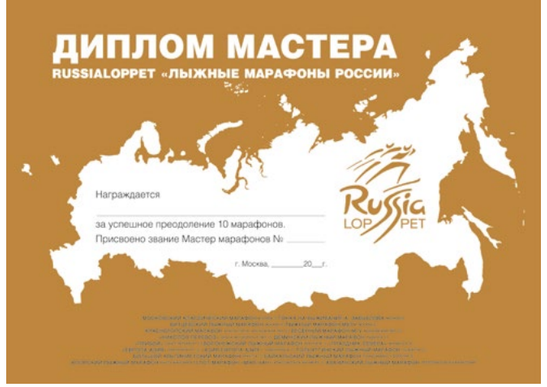
НАГРАЖДЕНИЕ

Кубками и призами награждаются спортсмены, занявшие 1 – 3 места в каждом классе.

Награждение проводится в рамках церемонии награждения Байкальского марафона.

В случае неявки спортсмена на церемонию призы остаются в распоряжении организаторов.

Как стать **мастером** russialoppet



Финиш в Серии марафонов Russialoppet является персональным достижением любого спортсмена и достоин награды и увековечивания.

Участие в марафонах Russialoppet засчитывается с момента включения соревнования в календарь Russialoppet.

мастер@russialoppet

Спортсменам, преодолевшим за свою лыжную карьеру марафоны Russialoppet в **10 различных Субъектах РФ и в 5 Федеральных округах**, присваивается звание Мастер Russialoppet.

Спортсменам, **финишировавших в марафонах в 5 различных Субъектах РФ,** присваивается **звание Кандидата в Мастера** Russialoppet.

почетный.мастер@rl

Звание Почетный Мастер Russialoppet спортсмены получают при прохождении всех гонок Серии.

Завершении **любых 50 марафонов** спортсмен становится членом клуба **#rl_50**. При завершении **любых 100 марафонов** участник вступает в клуб **#rl_100.**

паспорт@russialoppet

Паспорт Russialoppet
– **это персональный документ спортсмена**, в котором регистрируется каждая завершенная гонка.

Паспорт включает специальную страницу каждого марафона, входящего во Всероссийскую Серию.

Получить Паспорт можно в Офисе соревнований на месте проведения марафона или в **Оргкомитете Russialoppet**, выслав предварительно заявку по **e-mail**

info@russialoppet.ru

фото (с) **Мария Шальнева**

Бежать
со всем миром!

7 мая 2017 года в подмосковной Коломне снова пройдет международный благотворительный забег Wings for Life World Run. Ровно в 14:00 по московскому времени десятки тысяч бегунов в 23 странах одновременно выйдут на старт, чтобы внести свой вклад в развитие исследований травм спинного мозга и изменить к лучшему жизни миллионов людей по всему миру. Регистрация уже открыта на сайте wingsforlifeworldrun.com

В 2016 году забег объединил более 130 000 участников в разных странах на шести континентах, которые вместе пробежали 1 255 000 километров в 12 часовых поясах, собрав рекордные 6,6 миллионов евро для помощи благотворительному фонду Wings for Life. Все вместе участники съели более 28 тонн бананов и выпили более 140 000 литров воды. В организации забега помогали 16 000 волонтеров, а бегунов догоняли 68 машин-кетчеров.

«Наша цель – собрать средства на исследования травм спинного мозга, которые помогут сделать подобные травмы излечимыми, подчеркивает спортивный директор забега, британский легкоатлет и призёр Олимпийских игр Колин Джексон. Это проект исключительной важности. Учёные, которые над ним работают, говорят, что со временем средство лечения обязательно будет найдено».

Формат забега Wings for Life World Run, когда вместо финишной черты участников догоняет специальный автомобиль-финиш, позволяет принять участие всем желающим: и профессиональным ультрамарафонцам, и бегунам-любителям, и людям в инвалидных колясках. Каждый бежит, сколько сможет, до тех пор пока его не догонит специальный автомобиль, оборудованный считывающим устройством.

В 2016 году победителями Wings for Life World Run стали итальянский спортсмен Джорджио Калькатерра (88,44 км) и японка Каори Йошида (65,71 км). В России лучший результат среди мужчин показал москвич Иван Моторин с результатом 67,37 км, а победительницей среди женщин стала жительница Перми Елена Нургалиева (55,39 км). В забеге в Коломне приняли участие чемпион мира в барьерном беге Сергей Шубенков, олимпийский чемпион по академической гребле Алексей Свирин, семикратный победитель ралли-марафона «Дакар» Владимир Чагин, чемпион России по паракарате Сергей Семайкин, паратриатлет Ярослав Святославский и многие другие, а за рулем автомобиля-финиша более пяти часов ехал известный российский дрифтер Никита Шиков. Победителями среди колясочников стали двукратный паралимпийский чемпион по лыжным гонкам москвич Владимир Киселев (22,19 км) и Янина Серенко из Ростова-на-Дону (10,15 км). Также на старт вышли шесть бегунов старше 75 лет, мамы с колясками и несколько студенческих команд, самую многочисленную из которых собрала Российская академия народного хозяйства и госслужбы.

До 1 марта 2017 года взнос за участие в забеге составляет 1950 рублей. Затем стоимость регистрации повысится до 2450 руб. Зарегистрироваться в последние два дня до забега можно будет за 3000 руб. 100% пожертвований, сделанных участниками, направляются на исследования травм спинного мозга и делают фонд на шаг ближе к поставленной цели.

НЕКОТОРЫЕ ИЗ 24 ТРАСС WINGS FOR LIFE WORLD RUN:

ДУБАЙ, ОАЭ Всего за несколько десятилетий эта некогда мало кому известная рыбацкая деревушка превратилась в один из важнейших торговых и финансовых центров на Ближнем Востоке. Самое интересное, что буквально в нескольких километрах от роскошных яхт и дорогущих автомобилей и сейчас господствует первозданная пустыня, побывать в которой любят и местные жители, и работающие здесь иностранцы. Как говорил Маленький Принц в повести Антуана де Сент-Экзюпери, пустыня хороша тем, что «где-то в ней скрываются родники». В Дубае находится самая жаркая трасса Wings for Life World Run.

МЕЛЬБУРН, АВСТРАЛИЯ Второй по величине город Зеленого континента (в Мельбурне проживает больше 4,4 млн. человек) отчаянно борется с Сиднеем за звание культурной и спортивной столицы Австралии. И пусть в Мельбурне нет всемирно известного оперного театра, зато он возглавляет рейтинг городов мира по уровню качества жизни – да и для бега подходит куда лучше. В Мельбурне забег начинается в девять часов вечера по местному времени, и участники бегут в темноте.

ЗАДАР, ХОРВАТИЯ Древние римляне облюбовали (и основали) этот город еще в первом веке до нашей эры. Стоит ли удивляться, что Задар – это самый настоящий памятник архитектуры. От материка его отделяет узкий пролив – надо полагать, что в стародавние времена он использовался римлянами для обороны города. А в наше время Задар – одно из лучших мест для приятной пробежки на юге Европы.

КОЛОМНА, РОССИЯ Очарование этого города с населением 140 000 человек, находящегося всего в 120 километрах к юго-востоку от Москвы, трудно передать словами. Основанная в 1177 году Коломна всего на 30 лет моложе российской столицы и в свое время становилась ареной важнейших исторических событий. Дмитрий Донской собирал здесь свою рать перед битвой на Куликовом поле. Марина Мнишек прятала под створками Пятницких ворот легендарные сокровища, создатель русского исторического романа Лажечников придумывал свой «Ледяной дом», а Веничка Ерофеев служил в магазине грузчиком. Кремль - ровесник и архитектурный брат Московского, самый старый храм Московской области, псевдоготические башенки монастырей, спланированные главным архитектором допожарной Москвы Матвеем Казаковым, резные деревянные ворота и наличники окон – этот самый интересный город Московской области, безусловно, стоит того, чтобы увидеть его своими глазами. Забег стартует в самом центре города, проходит вдоль стен Коломенского кремля, а дальше трасса уводит участников за пределы города, проходя среди живописных полей и перелесков.

ФОНД WINGS FOR LIFE

Миллионы людей по всему миру прикованы к инвалидной коляске из-за травм спинного мозга, в основном вследствие дорожно-транспортного происшествия или падения. Благотворительный фонд Wings for Life занимается поиском средств лечения травм спинного мозга и с 2004 года тщательно отбирает и финансирует самые передовые проекты и клинические исследования, которые в перспективе смогут изменить жизнь людей по всему миру. Хотя средство еще на найдено, фонд уже добился немалых успехов.

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ЗАБЕГ WINGS FOR LIFE WORLD RUN

Wings for Life World Run - одно из самых массовых, вдохновляющих и необычных по формату беговых мероприятий. Особенность забега заключается в том, что это забег без финишной черты, и все участники соревнуются сами с собой и со всем остальным миром. Каждый бежит, сколько сможет, до тех пор пока его не догонит специальный автомобиль, оборудованный считывающим устройством. Автомобиль-финиш начинает движение через 30 минут после старта одновременно на всех трассах мира и постепенно наращивает скорость. Когда такой автомобиль равняется с бегуном, забег для него заканчивается. Мероприятие проводится благотворительным фондом Wings for Life при поддержке PUMA и BFGoodrich. Регистрация на забег открыта на сайте **wingsforlifeworldrun.com**

Federation **Internationale** de Ski

Federation Internationale de Ski (FIS) — международная организация, курирующая все дисциплины лыжного спорта.

Ежегодно в рамках работы подкомитета FIS по массовым соревнованиям, его членами составляется **календарь марафонов**, которые проводятся согласно утвержденным правилам.
В Календаре марафонов FIS 2017 от России заявлены 8 гонок.

FIS Popular XC Skiing Races 2017 / Russia

дата	марафон	дистанция	место	страна
04.2.2017	КАЗАНСКИЙ	50 СВ	Казань	RUS
11.2.2017	НИКОЛОВ ПЕРЕВОЗ	50 СВ	Талдом-Дубна	RUS
04.3.2017	ДЕМИНО WORLDLOPPET	50 СВ	Рыбинск	RUS
05.3.2017	САХАЛИН	50 СВ	Южно-Сахалинск	RUS
01.4.2017	ПРАЗДНИК СЕВЕРА	50 СВ	Мурманск	RUS
08.4.2017	ЮГРА.XC.СКИ FIS WL CUP FINAL	50 СВ	Ханты-Мансийск	RUS
16.4.2017	АВАЧА	60 СВ	Петропавловск-Камчатский	RUS
22.4.2017	БАЙКАЛ	50 СВ	Максимиха	RUS

FIS Worldloppet Cup

Самым статусным международным соревнованием по массовым лыжным гонкам считается **Кубок Марафонов FIS**, который ежегодно проходит в сотрудничестве с международной ассоциацией марафонов Worldloppet. Кубок состоит из серии каждый год чередующихся лучших марафонов мира.

В сезоне 2015 впервые в истории лыжных гонок в России Финалом Кубка Марафонов FIS стал Югорский марафон в Ханты-Мансийске.

Осенью 2016 по предложению ассоциации марафонов Worldloppet совет FIS утвердил новое название Кубка Марафонов – **FIS WORLDLOPPET CUP (F.WL.C.)**, в календарь которого вошли 8 этапов с финалом в Ханты-Мансийске, который уже традиционно является заключительным этапом серии соревнований.

date	race	distance	place	c-try
15.1.2017	LA FOULEE BLANCHE	42 FT	Autrans	FRA
22.1.2017	DOLOMITENLAUF	60 FT	Obertilliach	AUT
29.1.2017	MARCIALONGA	70 CT	Val di Fiemme e Fassa	ITA
05.2.2017	KOENIG-LUDWIG-LAUF	50 CT	Oberammergau	GER
12.2.2017	LA TRANSJURASSIENNE	68 FT	Les Rousses Lamoura Mouthe	FRA
26.2.2017	TARTU MARATON	63 CT	Otepaa-Elva	EST
12.3.2017	ENGADIN SKIMARATHON	42 FT	Samedan	SUI
08.4.2017	**UGRA.XC.SKI** FIS WORLDLOPPET CUP FINAL	**50 FT**	**Khanty-Mansiysk**	**RUS**

Worldloppet
International Ski Marathon Federation

Международная федерация лыжных марафонов была основана в 1978 году с целью популяризации лыжных гонок по всему миру. Только одна гонка страны может стать членом Worldloppet. В настоящее время Worldloppet объединяет 20 марафонов из Европы, Северной и Южной Америки, Азии и Австралии. Россию в календаре WL представляет **Деминский марафон**, вошедший в состав Федерации в 2012.

Worldloppet — это союз лучших марафонцев мира.
Чтобы стать участником международной серии, лыжник должен приобрести Паспорт Worldloppet. Спортсмены, финишировавшие за свою лыжную карьеру в 10 странах, получают звание Мастера Worldloppet, а финишировавшие во всех гонках серии Worldloppet, получают звание «Global Worldloppet Skier».
В настоящее время в мире более 14 тысяч обладателей паспортов из 50 стран мира и более 3 тысяч Мастеров Worldloppet.

В России 1 390 лыжника имеют паспорт Worldloppet, **258 из них являются Мастерами.**
Список российских мастеров публикуется на сайте russialoppet.ru

season 2017	race	distance	country
13.08.16	USHUAIA LOPPET	42 FT	ARG
03.09.16	MERINO MUSTER	42 FT	NZL
27.08.16	KANGAROO HOPPET	42 FT	AUS
04.01.17	VASALOPPET CHINA	50 CT	CHN
21/22.01.17	DOLOMITENLAUF	42 CT/ 60 FT	AUT
29.01.17	MARCIALONGA	70 CT	ITA
04/05.02.17	KENIG LUDWIG LAUF	50 CT/ 50 FT	GER
05.02.16	SAPPORO INT. SKI MARATHON	50 FT	JPN
11/12.02.17	LA TRANSJURASSIENNE	56 CT/ 48 FT	FRA
19.02.17	JIZERSKI PADESATKA	50 CT	CZE
25.02.17	AMERICAN BIRKEBEINER	50 CT/ 50 FT	USA
26.02.17	TARTU MARATON	63 CT CT	EST
8/19.02.17	GATINEAU LOPPET	51 CT/ 51 FT	CAN
04/05.02.17	FINLANDIA- HIIHTO	50 CT/ 50 FT	FIN
04.03.17	BIEG PIASTOW	50 CT	POL
05.03.17	VASALOPPET	90 CT	SWE
04.03.17	**DEMINO**	**50 FT**	**RUS**
12.03.17	ENGADIN SKIMARATHON	42 FT	SUI
18.03.17	BIRKEBEINERRENNET	54 CT	NOR
29.04.17	FOSSAVATN SKI MARATHON	50 CT	ISL

WorldLoppet

SKIING AROUND THE WORLD

MAINRACES 2016/2017

DATE	RACE NAME	DISTANCE	TECHNIQUE	COUNTRY
03.08.16	USHUAIA LOPPET: MAIN	50 Km	FT	ARG
27.08.16	KANGAROO HOPPET: MAIN	42 Km	FT	AUS
03.09.16	MERINO MUSTER: MAIN	42 Km	FT	NZL
04.01.17	VASALOPPET CHINA: MAIN	50 kM	CT	CHN
15.01.17	AMERICAN BIRKEBEINER: OPEN TRACK	50 Km	CT	USA
21.01.17	DOLOMITENLAUF: CLASSIC CL	42 Km	CT	AUT
22.01.17	DOLOMITENLAUF: MAIN - FIS WORLDLOPPET CUP	60 Km	FT	AUT
29.01.17	MARCIALONGA: MAIN - FIS WORLDLOPPET CUP	70 Km	CT	ITA
04.02.17	FINLANDIA- HIIHTO: FT 100	100 Km	FT	FIN
04.02.17	FINLANDIA- HIIHTO: MAIN C	50 Km	CT	FIN
04.02.17	KÖNIG LUDWIG LAUF: MAIN F	50 Km	FT	GER
05.02.17	FINLANDIA- HIIHTO: F	50 Km	FT	FIN
05.02.17	KÖNIG LUDWIG LAUF: MAIN - FIS WORLDLOPPET CUP	50 Km	CT	GER
05.02.17	SAPPORO INT. SKI MARATHON: MAIN	50 Km	FT	JPN
11.02.17	LA TRANSJURASSIENNE: TRANSJU'CLASSIC	56 Km	CT	FRA
12.02.17	LA TRANSJURASSIENNE: TRANSJU'MARATHON	50 Km	FT	FRA
12.02.17	LA TRANSJURASSIENNE: MAIN - FIS WORLDLOPPET	68 Km	FT	FRA
18.02.17	GATINEAU LOPPET: MAIN CL	51 Km	CT	CAN
19.02.17	GATINEAU LOPPET: MAIN F	51 Km	FT	CAN
19.02.17	JIZERSKÁ PADESATKA: MAIN	50 Km	CT	CZE
19.02.17	TARTU MARATON: OPEN TRACK	63 Km	CT	EST
25.02.17	AMERICAN BIRKEBEINER: MAIN	51 Km	FT	USA
25.02.17	AMERICAN BIRKEBEINER: MAIN C	55 Km	CT	USA
26.02.17	TARTU MARATON: MAIN - FIS WORLDLOPPET CUP	63 Km	CT	EST
26.02.17	VASALOPPET: OPPET SPAR SUN	90 Km	CT	SWE
27.02.17	VASALOPPET: OPPET SPAR MON	90 Km	CT	SWE
03.03.17	VASALOPPET: NATTVASAN	90 Km	FT	SWE
04.03.17	BIEG PIASTOW: MAIN	50 Km	CT	POL
04.03.17	DEMINO SKI MARATHON: MAIN	50 Km	FT	RUS
05.03.17	VASALOPPET: MAIN	90 Km	CT	SWE
12.03.17	ENGADIN SKIMARATHON: FIS WORLDLOPPET CUP	42 Km	FT	SUI
17.03.17	BIRKEBEINERRENNET: FREDAGSBIRKEN	54 Km	CT	NOR
18.03.17	BIRKEBEINERRENNET: MAIN	54 Km	CT	NOR
29.04.17	FOSSAVATNSGANGAN: MAIN	50 CT	CT	ISL

WWW.WORLDLOPPET.COM

#WORLDLOPPET

Euroloppet
European Ski Marathon Federation

Euroloppet стал последователем серии #Alpentris, основанной в 1973 г. тремя альпийскими марафонами #Dolomitenlauf, #Marcialonga и #KonigLudwigLauf, к которым затем присоединились марафоны других стран Европы.

В 2006 году серия Euroloppet была преобразована в Союз лыжных марафонов Европы со своими уставом организации, правилами общего зачета и маркетинговой стратегией. Согласно правилам Euroloppet, только две гонки от одной страны могут стать главными членами Euroloppet.

В настоящий момент Euroloppet — это около 40 лыжных марафонов в 11 европейских государствах. В основной календарь входят 17 марафонов из 10 стран, , 23 имеют партнерское соглашение.
Весной 2014 Конгресс Euroloppet заключил соглашение с

Всероссийской серией Russialoppet, в рамках которого было решено включить 2 российских марафона в основной календарь Евролоппет. Марафоны **#ПраздникСевера** и **#ЮграХСки** стали полноправнями членами Euroloppet,

Пяти марафонам ежегодно присваивается статус Партнера. В 2017 году партнерами Союза стали Николов Перевоз, Европа-Азия, Авача и Байкал.

season 2017	race	distance	country
07-08.1.2017	MARATHON DE BESSANS	30 CT / 42 FT / 21 FT	FRA
28-29.1.2017	BIELA STOPA	25 FT / 45 FT / 30 CT	SVK
03-05.2.2017	MARCIA GRAN PARADISO	25 FT / 45 FT / 25 CT / 45 CT	ITA
11-12.2.2017	ENGELBREKTSLOPPET	60 CT / 30 CT	SWE
11-12.2.2017	TIROLER KOASALAUF	50 CT /28 CT / 50 FT /28 FT	AUT
18-19.2.2017	GSIESER TAL LAUF	42 CT / 30 CT / 42 FT / 30 FT	ITA
18-19.2.2017	7-MILA	74 CT / 40 CT / 24 CT	SWE
25-26.2.2017	GOMMERLAUF	21 CT / 42 FT / 21 FT	SUI
25-26.2.2017	SUMAVSKY	46 FT / 23 FT / 45 CT / 23 CT	CZE
04-05.3.2017	GANGHOFERLAUF	42 FT / 20 FT / 50 CT / 25 CT	AUT
11-12.1.2017	KAMMLAUF	26 FT / 26 CT / 43 CT	GER
18-19.3.2017	SKADI LOPPET	17 FT / 32 FT / 24 CT / 42 CT	GER
25-26.3.2017	VUOKATTI HIIHTO	60 FT / 45 FT + 30 CT / 120 CT/FT	FIN
01.4.2017	**PRAZDNIK SEVERA**	**50 FT / 25 FT**	**RUS**
08.4.2017	**UGRA.XC.SKI** FIS WL CUP FINAL	**50 FT / 25 FT**	**RUS**
26.8.2017	ALLIANSLOPPET	16 CT / 32 CT / 48 CT	SWE

EURO LOPPET
Your World of Ski Marathon

2017				2018
07.01.2017 -! 08.01.2017		Marathon de Bessans - FRA www.marathon-de-bessans.com	30 km C, 21 km, 42 km F	13.01.2018 -! 14.01.2018
28.01.2017 - 29.01.2017		Biela Stopa - SVK www.bielastopa.eu	25 km F, 50 km F, 30 km C	27.01.2018 - 28.01.2018
03.02.2017 -! 05.02.2017		Marcia Gran Paradiso- ITA www.marciagranparadiso.it	25 km F, 45 km F! 25 km C, 45 km C	02.02.2018 -! 04.02.2018
11.02.2017 -! 12.02.2017		Int. Tiroler Koasalauf - AUT www.koasalauf.at	28 km C, 50 km C! 28 km F, 50 km F	10.02.2018 -! 11.02.2018
11.02.2017 -! 12.02.2017		Engelbrektsloppet - SWE www.engelbrektsloppet.se	30 km C (lady race),! 30 km, 60 km C	10.02.2018 -! 11.02.2018
18.02.2017 - 19.02.2017		Gsieser Tal Lauf - ITA www.gsiesertal-lauf.com	30 km, 42 km C,! 30 km, 42 km F	17.02.2018 - 18.02.2018
19.02.2017		7-Mila - SWE www.7-mila.se	40 km C, 24 km C, 74 km C	18.02.2018
25.02.2017 - 26.02.2017		Sumavsky Skimarathon - CZE! www.skimaraton.cz	23 km F, 46 km F! 23 km C, 45 km C	24.02.2018 - 25.02.2018
25.02.2017 - 26.02.2017		Int. Gommerlauf - SUI www.gommerlauf.ch	21 km C,! 21 km F, 42 km F	24.02.2018 - 25.02.2018
04.03.2017 - 05.03.2017		Int. Ganghoferlauf - AUT www.ganghoferlauf.at	20 km F, 42 km F,! 25 km C, 50 km C	03.03.2018 - 04.03.2018
11.03.2017 - 12.03.2017		Int. Kammlauf - GER www.kammlauf.de	26 km F, 26 km C, 50 km C,	10.03.2018 - 11.03.2018
18.03.2017 - 19.03.2017		Int. Skadi Loppet - GER www.skadi-loppet.de	17 km F, 32 km F 24 km C, 42 km C!!	17.03.2018 - 18.03.2018
25.03.2017 - 26.03.2017		Vuokatti Hiihto - FIN www.vuokattihiihto.fi	50 km F, 30 km F/C, 20 km F/C, 100 km (50 km F + 50 km C) 30 km/C 50 km/C	17.03.2018 - 18.03.2018
01.04.2017 - 02.04.2017		Murmansk Ski Marathon! Prazdnik Severa - RUS www.marathon51.ru	25 km F, 50 km F 25 km C, 50 km C	31.03.2018 - 01.04.2018
08.04.2017		Ugra Ski Marathon - RUS www.ugraloppet.ru	25 km F, 50 km F	07.04.2018
26.08.2017		Alliansloppet - SWE www.alliansloppet.se	16 km/32 km/48 km C	25.08.2018

www.euroloppet.com

Euroloppet RACER 3+1 Action
Стартуй бесплатно
Акция для Racer EL
3 Гонки Euroloppet
!
1 Старт бесплатно
supported by START
+

EUROPEAN CHAMPIONSHIPS
of cross-country skiing marathons
25./26.03.2017
Vuokatti Hiihto
Finland
50 km free + 30 km classic
www.skimarathon.eu

Твой паспорт Euroloppet
Твои привилегии
Euroloppet Champion
Passport
!!!!39 !€ Уникально!
– паспорт действителен 10 лет!
- Старт не далее 2-го блока на всех! ! гонках EL
- Скидка 20% на стартовый взнос - ! гарантия!!!!!
!!!!!!минимального стартового взноса
- Добро пожаловать за подарками!
- Используй Программу поддержки
- Недорогой шоппинг!
!!!!!с программой Euroloppet Поддержки
- и многое другое
shop.euroloppet.com

МАРАФОН

#МосковскийКлассическийМарафон #МКМ организован в честь ЗМС СССР первых советских чемпионов мира и Олимпийских игр Любови Барановой и Владимира Кузина.

Владимир Кузин стал первым советским чемпионом мира, выиграв в 1954 году в Фалун (Швеция) гонки на 30км и 50км и став «Королем лыж». А Любовь Баранова победила на дистанции 10км и в эстафете.

Первое участие советской команды лыжников в VII зимних Олимпийских играх 1956 г. в Кортина д'Ампеццо (Италия) увенчалось 2 золотыми, 2 серебряными и 3 бронзовыми медалями.

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

СТАРТ @ 11.00

МАРАФОН 50кл

1/2 МАРАФОН 30кл

ПРИЗ СМИРНОВА 10кл

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Олимпийский Учебно-Спортивный Центр "Планерная" находится в Химкинском районе в 10 км от МКАД по Ленинградскому шоссе. Центр расположен на обширной территории, в окружении смешанного леса на берегу реки Сходня. ОУСЦ "Планерная" — это многофункциональный круглогодичный центр подготовки олимпийского резерва. В состав центра входят лыжная база с трассами различной протяжённости, конно-спортивный комплекс с ипподром, бассейн и крытый зал для командных игр.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Департамент по физической культуре и спорту г.Москвы

Федерация лыжных гонок г. Москвы (ФЛГМ)

Олимпийский Учебно-спортивный центр «Планерная»

КАК ДОЕХАТЬ

ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР «ПЛАНЕРНАЯ»

Планерная мкр., вл. 1
23км Ленинградского ш.
г. Химки, Московская обл.

Электропоездом с **Ленинградского Вокзала** до станции **Планерная**, далее пешком до ОУСЦ «Планерная».

От метро Речной вокзал на маршрутном такси 105 до остановки «Спортивная база».

От метро Планерная на маршрутном такси 154 до остановки «Спортивная база».

РЕЙС ОФИС

T: +7 (985) 905-11-04
E-MAIL: **flgm@mail.ru**

директор соревнований
ИРИНА АРТАМОНОВА

главный судья
АЛЕКСЕЙ БАТАЛОВ

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 6.1.2017 на сайте flgm.ru**

размер стартового взноса составляет:

на период **до 6.1.2017**

марафон 50 км	— 1 000 р.
1/2 марафон 30 км	— 1 000 р.
дистанция 10 км	— 500 р.

при наличии слотов в дни проведения соревнования **8.1.2017**

марафон 50 км	— 1500 р.
1/2 марафон 30 км	— 1 500 р.
дистанция 10 км	— 700 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в день старта в офисе соревнований в **судейском корпусе ОУСЦ «Планерная» 8.1.2017 с 8:15 до 10:30**

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая или получить страховку в день соревнований у страховой компании-партнера соревнований.

ВУОКАТТИ МАРАФОН

В рамках марафона
ВУОКАТТИ ХИИХТО 2017 состоится ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ ПО ЛЫЖНЫМ МАРАФОНАМ
25-26.3.2017 ВУОКАТТИ ФИНЛЯНДИЯ

ВЫ ГОТОВЫ?

Вуокатти является частью коммуны Соткамо- это круглогодичный курорт в Финляндии, предоставляющий более 8000 спальных мест, а также разнообразные виды услуг и активного отдыха для туристов.
В Вуокатти находится первый в мире туннель для сноубординга, а также лыжный туннель. Подробная информация на сайте **www.vuokatti.fi**

Leverage from the EU

VUOKATTI HIIHTO

ФАКТЫ О МАРАФОНЕ ВУОКАТТИ ХИИХТО

- Проводится ежегодно с 2002 года
- Дистанции варьируются от 20км до ультра марафонов

Офис и стартовая поляна соревнований расположены на территории Спортивного Института Вуокатти. Вам потребуется около 10 минут, чтобы дойти до центра соревнований от близлежащих отелей.

ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ ПО ЛЫЖНЫМ МАРАФОНАМ

Категории:

- Женщины (дополнительные возрастные группы; Юниорки, D21, D31, D36, D41, итд.)
- Мужчины (дополнительные возрастные группы; Юниоры, H21, H31, H36, H41, итд.)
- Командные соревнования (4 члена команды – 3 лучших результата идут в зачет)

Дистанции:

Суббота 25 марта 2017	50км свободный стиль
Воскресенье 26 марта 2017	30км классический стиль

Стартовый взнос (включает оба дня соревнований):

1.5.2016-31.1.2017	100,00 €
1.2.2017-19.3.2017	110,00 €
Поздняя Регистрация 24.3.2017	120,00 €

ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ И ВУОКАТТИ ХИИХТО НА САЙТЕ WWW.ENDURANCEKAINUU.FI

Контактная информация:
Marita Kaipainen / Kainuun Liikunta ry, Kisatie 28, 87250 Kajaani, Finland.
Tel: +358 44-5325916, email: tapahtumat@kainuunliikunta.fi

KAINUU ENDURANCE EXPERIENCE

НЕВСКАЯ КЛАССИКА
лыжный марафон

МАРАФОН

#НевскаяКлассика самый молодой, но быстро ставший популярным лыжный марафон Санкт-Петербурга, впервые состоялся в 2012 году.

Марафон проходит в два круга по 25км. Трасса привлекательна разнообразным рельефом, сложность трассы средняя, более 95% проходит по лесной местности.

В 2017 году Невская Классика станет первым этапом серии Russialoppet.

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

МАРАФОН 50кл КМ
@ 12.00

1/2 МАРАФОН 30кл КМ
@ 12.15

ДИСТАНЦИЯ 10кл КМ
@ 12.25

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

#Санкт-Петербург — второй по величине город России. Основан Петром I в 1703 году. **#Токсово** — самый крупный и известный лыжный курорт в окрестностях Санкт-Петербурга, на сегодняшний момент включающий в себя более 100 км лыжных трасс, 3 биатлонных стрельбища, 3 трамплина и более 10 лыжных баз для лыжников различного уровня. До недавнего времени здесь ежегодно проводились этапы Кубка Мира, другие всероссийские и международные соревнования по лыжным гонкам и биатлону.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Комитет по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга (КФКиС СПб)

РОО «Санкт-Петербургская спортивная федерация лыжных гонок» (СПбФЛГ)

Администрация МО «Всеволожский муниципальный район»

Администрация МО «Токсовское городское поселение»

РЕЙС ОФИС

БАЗА СКА
ФУТБОЛЬНЫЙ СТАДИОН

п. Токсово, ул.Санаторная, 36
Ленинградская обл.

GPS координаты
60°09'43.29" C
30°33'22.79" B

T: + 7 931 202 00 97
E-MAIL: **info@ski-spb.ru**
Часы работы с 10.00 до 19.00
Местное время MSK +0

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются

до 24.1.2017 на сайте o-time.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса для всех дистанций зависит от возраста участника и составляет:

на период **до 16.1.2017**
1956 г.р. и старше — 1 500 р.
1999 г.р. и младше — 400 р.

на период **до 24.1.2017**
1956 г.р. и старше — 2 000 р.
1999 г.р. и младше — 600 р.

при наличии слотов в дни проведения соревнования **27-28.1.2017**
1956 г.р. и старше — 2 500 р.
1999 г.р. и младше — 1 500р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате на базе СКА

27.1.2017 с 12.00 до 22.00
28.1.2017 с 8.00 до 11.00

внимание!
При получении номера необходимо предоставить документ, удостоверяющий личность и оригинал справки о допуске к соревнованиям по лыжным гонкам на выбранную дистанцию, выданную не ранее, чем за 6 месяцев до дня соревнований и действительную на день соревнований

КАК ДОЕХАТЬ

От Аэропорта «Пулково»

автобусом № 39. Маршрутка № К39 до остановки "ст. метро "Московская" (около 30 мин в пути), далее ехать на метро до станции «Девяткино» (около 15 мин.)

От «Московского Вокзала»

перейти на станцию метро «Площадь Восстания», далее ехать до станции «Девяткино» (около 30 мин. в пути).

На ст. «Девяткино» перейти на платформу Ж/Д станции **Финляндского вокзала**. Электрички по направлениям Сосново, Васкелово или Приозерск до «Ж/Д ст. Токсово».

От остановки «Ж/Д ст. Токсово».
Автобусы №№ 205, 413, 621 или маршрутки №№ К674, К674, К674.
до остановки «Токсово, магазин "Шапито».

от а/ст пешком по указателям до «Базы СКА».

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Спортивная база СКА-5
(Филиал ЦСКА "СКА г. Санкт-Петербург")
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Санаторная, 36
T: (81370) 56-133
www.toksov.spb.ru/HOTEL/ska_base.htm

Гостиница "Кавголово" (Буревестник)
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Санаторная, 35а
T: (81370) 57-592
www.toksov.spb.ru/HOTEL/kavgotel.htm

Комплекс отдыха "Северный склон"
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Офицерская, д.17б
Te: (81370) 57-138
www.sevsklon.spb.ru

кубок.духа@rl • кубок.мастеров@rl • кубок.команд@rl

ТАРТУСКИЙ МАРАФОН
tartumaraton

Впечатления в зимней Эстонии!

Открытая лыжня и Марафонская эстафета
Команда на эстафету – 4 гонщика
(друзья, коллеги, родственники)
19 Февраля 2017

Детские лыжные гонки
От 400м до 4км
25 Февраля 2017

Тартуский Марафон
63/31км, классический стиль/СТ
26 Февраля 2017

Трасса Тартуского марафона открыта в течении всего лыжного сезона, а в летнее время она хорошо подходит для бега и прогулок на велосипеде. Трасса ждет всех желающих насладиться активными выходными круглый год!

Организатор:
Клуб Klubi Tartu Maraton
tartumaraton@tartumaraton.ee
www.tartumaraton.ee

KLUBI TARTU MARATON

visitestonia.com

European Union
European Regional Development Fund

Investing in your future

4.2.2017 @ Казань • **Казанский Марафон**

МАРАФОН

Старт первому лыжному марафону на приз Казанского государственного педагогического института был дан 24 марта 1968 года в сосновом бору около озера Лебяжье. Его организовали декан факультета физвоспитания Ш.Х. Галеев и старшие преподаватели по лыжному спорту С.П. Ляпахин и Ю.В.Козлов. Так было положено начало Казанскому лыжному марафону, самой популярной лыжной гонке в Республике. С тех пор марафон не раз менял место своего проведения. Возрождая традиции, в 2017 году 50-й юбилейный марафон пройдет в поселке Юдино на старом добром и ныне возрожденном стадионе Локомотив.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН 50СВ **КМ**
@ 11.30

1/2 МАРАФОН 25СВ **КМ**
@ 11.30

ДИСТАНЦИЯ 5СВ **КМ**
@ 10.00 получившими зачет ГТО по лыжным гонкам становятся все финишировавшие на данной дистанции

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Казань — «третья столица России», столица Республики Татарстан, расположена в самом сердце России, на берегу реки Волги, в 800 километрах от Москвы. Река Казанка делит Казань на две части — историческую к югу от реки и более новую заречную к северу. Историческим символом Казани является мифическое драконоподобное существо Зилант. В 2017 году городу исполнится 1012 лет, здесь бок о бок живут когда-то непримиримые татары и русские, на одной улице соседствуют православные церкви и мусульманские мечети, из одних и тех же уст можно услышать и татарскую речь и русские крепкие выражения.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Комитет по физической культуре и спорту Исполнительного комитета г. Казани

http://www.kzn.ru
Instagram: sportkomitetkazan

Федерация лыжных гонок и биатлона Республики Татарстан

http://ski-tatarstan.ru
Instagram: ski_tatarstan_team

РЕЙС ОФИС

Р. Татарстан, г. Казань
ул. Бондаренко, д. 3

+7 912 743 18 93
mail@kazanxcski.ru
Местное время MSK +0

www.kazanXCski.ru
Instagram: kazan_ski_marathon

Директор марафона
АРТУР САБИТОВ

Главный судья
АЛЕКСЕЙ ИОНОВ

Менеджер
ОЛЬГА ХОХРЯКОВА

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 3.2.2017 на сайте**

www.kazanXCski.ru

От оплаты освобождаются:
- сурдолимпийцы;
- паралимпийцы;
- ветераны ВОВ и труда (при наличии удостоверения).

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса при предварительной регистрации:

на период **до 31.12.2016**
марафон 50 км — 1 000 р.
1/2 марафон 25 км — 1 000 р.
дистанция 5 км — 500 р.

с 1.1.2017 до 31.1.2017
марафон 50 км — 1 200 р.
1/2 марафон 25 км — 1 200 р.
дистанция 5 км — 700 р.

при наличии слотов в дни проведения соревнования **1-3.2.2017**
марафон 50 км — 1 500 р.
1/2 марафон 25 км — 1 500 р.
дистанция 5 км — 1 000 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в гостинице «Регина» по адресу

г. Казань, ул. Петербургская, 11
2-3.2.2017 с 9.00 до 20.00

Возможно также пройти регистрацию и оплатить стартовый взнос в офисе выдачи стартовых пакетов в порядке живой очереди.

Зарегистрировавшиеся и оплатившие взнос спортсмены могут получить стартовый пакет
на стадионе Локомотив в день старта 4.2.2017 с 9.00 до 11.30

КАК ДОЕХАТЬ

СТАДИОН «ЛОКОМОТИВ»

Р. Татарстан, г. Казань
п. Юдино, ул. Футбольная, д.1

От ж/д вокзала Казань-1 автобусом №72

От аэропорта Казань на такси через приложение «Uber такси" или «Такси Татарстан» +7(843)567-1-567

В день марафона будет организован трансфер участников марафона от гостиницы «Регина» на ул. Петербургская, 11 до стадиона «Локомотив».

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Сеть отелей «Регина», партнер Казанского марафона, предоставляет гостям удобные и комфортабельные номера, расположенные на территории исторического центра города по оптимальным цене и качеству.

Отели предоставляют дополнительные услуги, такие как организация аудиогидов, экскурсий, трансфер и многое другое.

Единый номер для бронирования:
+7 (843) 203-3-203.

кубок.**духа@rl** • кубок.**команд@rl** • **супер**.кубок@rl

Талдом-Дубна • **Николов Перевоз**

11.2.2017 @ Талдом-Дубна • **Николов Перевоз**

МАРАФОН

#НиколовПеревоз обязан своим названием одноименному селению, располагавшемуся на реке Дубна много веков назад.

В XVI веке на погосте была построена деревянная церковь "Николая Чудотворца" на реке Дубна, а в середине XIX века на ее месте возведен **храм «Святителя Николая»** (Николо-Перевоз). Трасса марафона пролегает по ледовому руслу **реки Дубна,** что делает соревнование общим лыжным праздником всего северного Подмосковья.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРШ МАЛЫШЕЙ 1СВ @11.00

ДЕТСКАЯ ГОНКА 3СВ @ 11.15

МАРАФОН 50СВ @ 12.00

1/2 МАРАФОН 25СВ @ 12.00

ДЕСЯТКА10СВ @ 12.15

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Жизнь подождет — всё лишнее отбросив,
Приду в Дубну — и всё мне ни по чем!
Где по реке-Дубне промчаться просит
Никола Перевозом с ветерком!

Николов Перевоз — как веха в жизни
Бороться здесь — не поле перейти.
В мороз и солнце — пусть отныне в мысли:
Побольше Перевозов нам в пути!

Расписанная белым-белым следом,
Река-Дубна автографом сполна,
Усыпанная белым-белым снегом,
Под лыжами застывшая волна.

Пропарусив над стылым льдом,
Где встречный ветер, жаль, не в спину,
Николу вспомню я потом,
Хорошим словом за полтину.

Игорь Пензюк, Сергиев-Посад, 8.02.2014

ОРГАНИЗАТОРЫ

Правительство Московской области

Управление по физической культуре и спорту Администрации Талдомского района

Управление по физической культуре и спорту Администрации г. Дубны

Федерация лыжных гонок г. Дубны

Клуб лыжных марафонов России Russialoppet

РЕЙС ОФИС

АРТ-УСАДЬБА «ВЕРЕТЬЕВО»

дер. Веретьево, Талдомский район
www.artveretevo.ru

тел. +7 496 203 33 25
taldom.sport@yandex.ru
info@russialoppet.ru

Директор соревнований
ТАТЬЯНА РОМАНЕНКОВА

Главный судья
АЛЕКСЕЙ ЧЕРЕДИЛОВ

Главный секретарь
МАРИЯ ЗАРУБИНА

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 7.2.2017 на сайте**

reg.russialoppet.ru/schedule

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса **до 20.1.2017**

марафон 50 / 25 км	— 1 500 р.
дистанция 10 км	— 1 000 р.
дистанция 1 / 3 км	— 500 р.

на период **до 7.2.2017**

марафон 50 / 25 км	— 2 000 р.
дистанция 10 км	— 1 500 р.
дистанция 1 / 3 км	— 500 р.

на период **до 10.2.2017**

марафон 50 / 25 км	— 2 500 р.
дистанция 10 км	— 1 500 р.
дистанция 1 / 3 км	— 500 р.

в день соревнований **11.2.2017**

марафон 50 / 25 км	— 4 000 р.
дистанция 10 км	— 2 000 р.
дистанция 1 / 3 км	— 500 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в офисе соревнований при условии регистрации и оплаты стартового взноса в следующие дни:

10.2.2017 с 10:00 до 20:00
11.2.2017 с 08:30 до 11:00

ЭКСПО

Открытая выставка-продажа спортивной экипировки организуется на территории Арт-усадьбы «Веретьево» **11.2.2017 с 9:00 до 16:00**

Допуск автотранспорта участников ЭКСПО на территорию Арт-усадьбы «Веретьево» осуществляется только для выгрузки-погрузки и при предъявлении пропуска.

Предварительные заявки для участия в ЭКСПО и оформления пропусков для въезда автотранспорта принимаются в офисе соревнований **до 7.2.2017**

КАК ДОЕХАТЬ

АРТ-УСАДЬБА «ВЕРЕТЬЕВО»

дер. Веретьево, Талдомский район
Местное время MSK +0

из Москвы на автотранспорте
105 км от МКАД, по Дмитровскому ш. до деревни Веретьево

на электричке с Савеловского вокзала
или рейсовом автобусе до города Талдом, далее заказным автобусом до места старта.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Размещение участников производится в апартаментах Арт-усадьбы «Веретьево» по предварительным заявкам через официальный сайт **www.artveretevo.ru**

Также для размещения рекомендуются:
Гостиница «Бомонд», Талдом
Загородный отель «Лепота», Талдом
Отель «Country Resort», Вербилки

кубок.**духа@rl** • кубок.**мастеров@rl** • кубок.**команд@rl** • **супер.**кубок@rl

МАРАФОН

#ToXCово лыжный марафон проводился с 1994 по 2011 год классическим стилем и входил в серии #Euroloppet и Russialoppet. В 2015 году было принято решение возродить Токсовский марафон, но провести его свободным стилем. Дистанция марафона состоит из 2х кругов по 25 км. Трасса привлекательна разнообразным рельефом, сложность трассы средняя, более 95% дистанции проходит по лесной местности.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН **50**СВ @12.00

1/2 МАРАФОН **25**СВ @12.15

ДИСТАНЦИЯ **10**СВ @12.25

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

«Город белых ночей» или «Северная Венеция» — так часто называют один из самых красивых городов мира **#СанктПетербург.**

#Токсово — самый крупный и известный лыжный курорт в окрестностях Санкт-Петербурга, на сегодняшний момент включающий в себя более 100 км лыжных трасс, 3 биатлонных стрельбища, 3 трамплина и более 10 лыжных баз для лыжников различного уровня. До недавнего времени здесь ежегодно проводились этапы Кубка Мира, другие всероссийские и международные соревнования по лыжным гонкам и биатлону.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Комитет по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга (КФКиС СПб)

РОО «Санкт-Петербургская спортивная федерация лыжных гонок» (СПбФЛГ)

Администрация МО «Всеволожский муниципальный район»

Администрация МО «Токсовское городское поселение»

РЕЙС ОФИС

БАЗА СКА
ФУТБОЛЬНЫЙ СТАДИОН

п. Токсово, ул.Санаторная, 36
Ленинградская обл.

GPS координаты
60°09'43.29" С
30°33'22.79" В

T: + 7 931 202 00 97
E-MAIL: **info@ski-spb.ru**
Часы работы с 10.00 до 19.00
Местное время MSK +0

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются

до 14.2.2017 на сайте o-time.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса для всех дистанций зависит от возраста участника и составляет:

на период **до 6.2.2017**
1956 г.р. и старше — 1 500 р.
1999 г.р. и младше — 400 р.

на период **до 14.2.2017**
1956 г.р. и старше — 2 000 р.
1999 г.р. и младше — 600 р.

при наличии слотов в дни проведения соревнования **17-18.2.2017**
1956 г.р. и старше — 2 500 р.
1999 г.р. и младше — 1 500р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате на базе СКА

17.2.2017 с 12.00 до 22.00
18.2.2017 с 8.00 до 11.00

внимание!
При получении номера необходимо предоставить документ, удостоверяющий личность и оригинал справки о допуске к соревнованиям по лыжным гонкам на выбранную дистанцию, выданную не ранее, чем за 6 месяцев до дня соревнований и действительную на день соревнований

КАК ДОЕХАТЬ

От Аэропорта «Пулково»

автобусом № 39. Маршрутка № К39 до остановки "ст. метро "Московская" (около 30 мин в пути), далее ехать на метро до станции «Девяткино» (около 15 мин.)

От «Московского Вокзала»

перейти на станцию метро «Площадь Восстания», далее ехать до станции «Девяткино» (около 30 мин. в пути).

На ст. «Девяткино» перейти на платформу Ж/Д станции **Финляндского вокзала**. Электрички по направлениям Сосново, Васкелово или Приозерск до «Ж/Д ст. Токсово».

От остановки «Ж/Д ст. Токсово».
Автобусы №№ 205, 413, 621 или маршрутки №№ К674, К674, К674.
до остановки «Токсово, магазин "Шапито».

от а/ст пешком по указателям до «Базы СКА».

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Спортивная база СКА-5
(Филиал ЦСКА "СКА г. Санкт-Петербург")
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Санаторная, 36
T: (81370) 56-133
www.toksov.spb.ru/HOTEL/ska_base.htm

Гостиница "Кавголово" (Буревестник)
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Санаторная, 35а
T: (81370) 57-592
www.toksov.spb.ru/HOTEL/kavgotel.htm

Комплекс отдыха "Северный склон"
Ленинградская область, пос. Токсово, ул. Офицерская, д.17б
Te: (81370) 57-138
www.sevsklon.spb.ru

SPINE
398
CARRERA
CARBON PRO
Concept Skate
Classic
Новогодний подарок от SPINE - скидка 20%
на модели Concept Skate и Classic
участникам Russialoppet
в период с 25.12.2016 по 25.02.2017
www.spine-sport.ru
WWW.SPINE.RU

МАРАФОН

#КрасногорскийХСмарафон — молодое соревнование, но с давней историей. Традиционно, в честь Дня защитников Отечества в Красногорском районе проводился лыжный поход, собиравший большое число профессиональных спортсменов и любителей лыжного спорта. Несколько лет назад особую популярность приобрел Рождественский марафон, который проводила группа энтузиастов. В 2009 году было решено объединить эти гонки, сделав их интересными и доступными, как для сильнейших спортсменов, так и для жителей района и области.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН 50СВ @11.00

- к соревнованиям допускаются участники 1998 г.р. и старше
- группы определяются для 1997-1999 г.р., 1994-1996 г.р., и в градации по 5 лет для 1943-1993 г.р. ,1942 г.р. и старше

победителями дистанции становятся участники, занявшие в абсолютном зачете 1-6 места, а также 1-3 места в каждой группе.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

#Красногорск — крупный лыжный центр России, организатор этапов Кубка мира мастеров в 2005.

Ежегодно в Красногорске проводится Красногорская лыжня — Кубок восточной Европы FIS.

ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН «ЗОРКИЙ»
143400, г.Красногорск,
Московская обл., ул. Речная, д. 37

СТАРТ: дамба пруда Старый затон

ОРГАНИЗАТОРЫ

Правительство Московской области
Администрация Красногорского района

ОФИС СОРЕВНОВАНИЙ
ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН «ЗОРКИЙ»
E-mail: **dmitry@sportident.ru**

Директор Соревнований
АЛЕКСАНДР ЗАХАРОВ

Главный Судья
ДМИТРИЙ НАЛЕТОВ

Главный Секретарь
ОЛЬГА НАЛЕТОВА

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются

до 16.2.2017 на сайте krmar.ru

размер стартового взноса составляет:

при условии заявки до 17.2.2017
марафон 50 км — 1 000 р.

при наличии слотов
в день старта 18.2.2017
марафон 50 км — 2 000 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате в Офисе соревнований

16/17.2.2017 с 13.00 до 18.00
18.2.2017 с 8.00 до 10.30

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, допуск к соревнованиям из медицинского учреждения, личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая, а также заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН «ЗОРКИЙ»
143400, г.Красногорск,
Московская обл., ул. Речная, д. 37

На автомобиле по Волоколамскому шоссе до г. Красногорск.

На общественном транспорте:
от м. Тушинская на маршрутном такси №566, от м. Митино маршрутном такси №878 до остановки «Лыжный стадион» или на электричке до станции Павшино (Рижское направление) и на автобусе №833 до остановки «Лыжный стадион».

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Гостиница «Зенит»
Речная ул. д.39
+7 495 563 47 14

Гостиница «Академия»
ул. Октябрьская д.4
+7 495 563 65 11

Гостиница «Крошка Енот»
Волоколамское ш. д.6
+7 495 971 20 03

КОМПАНИЯ БОНАНЗА ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ ШВЕЙЦАРСКИХ БРЕНДОВ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИИ, БЕЛОРУССИИ И КАЗАХСТАНА

KV+

- Лыжные палки и аксессуары
- Одежда и аксессуары
- Сумки и рюкзаки
- Палки для ски-тура

TOKO

- Смазка для беговых лыж, горных лыж, сноубордов
- Инструменты
- Стирки, пропитки
- Все для сервиса

Подарок от компании TOKO!
Всем участникам RUSSIALOPPET-подготовка порошком JET STREAM 2.0
1099руб.
www.shop-kvplus.ru/company/service/

BONANZA СПОРТ
Дистрибьютор в России Компания БОНАНЗА,
тел.: +7 (495) 780 58 20
Опт: sport@bonanzacom.ru
www.bonanzacom.ru

МАРАФОН

#ГонкаМВТУ — один из старейших лыжных марафонов в России. Первый официальный розыгрыш открытого чемпионата МВТУ на 50 км состоялся 21 марта 1962 г. Тогда Бауманцы стали инициаторами в СССР новой формы спортивно-массового движения – лыжных марафонов. Организатором гонки с 1962 г. и по настоящее время является Георгий Алексеевич Смирнов, заслуженный работник физической культуры РФ, к.п.н., доцент МВТУ. В марафоне МВТУ не раз стартовали члены сборной команды страны. В 1974 г. в гонке принял участие Олимпийский чемпион Саппоро-72 Вячеслав Веденин, а в 1978 году – Олимпийский чемпион Инсбрука-76 биатлонист Александр Елизаров.

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

МАРАФОН **50**кл @11.30

- к соревнованиям допускаются мужчины 19 лет (1998г.р.) и старше, женщины 20 лет (1997г.р.) и старше
- группы определяются для 1998-1988, 1987-1978, 1977-1968, 1967-1958, 1957 г.р. и старше, а также для категории «Студенты»

Победителями и призерам становятся участники, занявшие 1-3 места в абсолютном зачете, 1-3 места в возрастных группах, а также 1-3 места в группе «Студенты». Специальные призы вручаются лидерам 1-3 места на промежуточных отметках Круг1 и Круг2, а также финишировавшим за свою карьеру в 5-м, 10-м, 15-м, 20-м и т.д. марафоне МВТУ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Спортивный клуб «Альфа-Битца»
GPS: 55°35'6.59"N, 37°32'47.02"E

Клуб создан 1986 году и в настоящий момент объединяет сотни единомышленников - людей различного возраста, профессий и сословий, приверженцев активных занятий спортом на открытом воздухе.

На территории зоны отдыха "Битца" ежегодно проводятся тренировки и десятки соревнований по лыжным гонкам, легкоатлетическому кроссу, маунтинбайку, гребному слалому, спортивному ориентированию и другим видам спорта на открытом воздухе.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Председатель Попечительского Совета Марафона МВТУ,
Президент ФПК «Гарант-Инвест»
АЛЕКСЕЙ ПАНФИЛОВ

Почетный председатель
Попечительского Совета Марафона МВТУ, к.п.н., доцент МГТУ им. Баумана
ГЕОРГИЙ СМИРНОВ

Председатель
Организационного комитета
ПЕТР НЕМИЛОВ

РЕЙС ОФИС

Оргкомитет
46-го лыжного марафона МВТУ

Тел. +7 495 647 75 18

Факс. +7 495 647 75 19

www.skimvtu.ru

РЕГИСТРАЦИЯ

Предварительная онлайн регистрация принимается **18.02.2017 до 15.00**

www.bitza-sport.ru/reg

Размер стартового взноса при условии предварительной регистрации
до 18.02.2017 составляет для мужчин:
марафон 50 км — 1 000 р.

при наличии слотов в день старта 19.2.2017 — 2 000 р.

Для женщин стартовый взнос не взимается!

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии предварительной регистрации в административном здании «Альфа-Битца»

19.02.2017 - с 08.45 до 11.15

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, медицинский допуск к участию в соревнованиях, личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая. При регистрации участники подтверждают личной подписью персональную ответственность за свое здоровье, физическую и техническую подготовку и осознание возможных рисков, связанных с участием в лыжном марафоне, а также выполнение Правил соревнований по лыжным гонкам, утвержденным ФЛГР и положением соревнования.

КАК ДОЕХАТЬ

Мультиспортивный парк «Альфа-Битца»
Москва, Юго-западный округ, 36 км МКАД
www.bitza-sport.ru

Общественным транспортом
до ост. "Зона отдыха Битца":

от платформы "Битца" Курской ж/д

м."Бульвар Дитрия Донского" авт. 962
м."Теплый стан" авт. 37
м."Ясенево" авт. 202, 165
м. "Новоясеневская"авт. 262 до ост. "Проезд Карамзина"

19.2.2017 @ Воронеж • Воронежский Марафон

МАРАФОН

Марафон **#Воронеж памяти Юрия Лопатина** проводится с 1983 года и назван в честь основателя лыжной секции завода им. «Коминтерна». Организаторы первого марафона подготовили лыжную трассу в живописном пригороде на берегу водохранилища. На этом месте сейчас построен спортивный комплекс. Хорошо подготовленная, проходящая в лесном массиве трасса, удобно расположенные пункты питания позволят участникам показать достойный результат.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН 50СВ **@11.00**

1/2 МАРАФОН 38СВ **@11.00**

ЮНИОР 12СВ **@11.00**

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

В Воронеже самые красивые девушки. Есть легенда, что в Петровские времена, когда в Воронеже начали строить флот, Петр I, чтобы удержать мастеров в этом регионе, привез со всей России самых красивых девушек. Воронеж – это «колыбель» русского военно-морского флота, Родина военно-воздушного десанта, город воинской славы. Родина Самуила Маршака и Ивана Бунина, Алексея Кольцова ,Ивана Никитина. Город памятников известным домашним животным – котенку Василию с улицы Лизюкова и преданной собаке Белый Бим Черное Ухо.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Управление физической культуры и спорта Администрации городского округа г. Воронежа

Федерация лыжных гонок Воронежской области

РЕЙС ОФИС

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС «ОЛИМПИК»

г. Воронеж, Московский пр-т, 150
СДЮСШОР No12

Т. +7 473 253 87 18
E-MAIL. **sdusshor12@yandex.ru**

Директор Соревнований
ГЕОРГИЙ АСНИН

Главный Судья
АЛЕКСЕЙ МАНАНКОВ

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 12.2.2017**

sdusshor12.ru
www.russialoppet.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса составляет:

на период **до 12.2.2017**
марафон 50 км — 1 000 р.
дистанция 38 км — 1 000 р.
дистанция 12 км — не взимается.

на период **до 14.2.2017**
марафон 50 км — 1 500 р.
дистанция 38 км — 1 500 р.
дистанция 12 км — не взимается.

при наличии слотов в день проведения соревнования **19.2.2017**
марафон 50 км — 2 000 р.
дистанция 38 км — 2 000 р.
дистанция 12 км — не взимается.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты стартового взноса в Офисе соревнований

17.2.2017 — с 14.00 до 18.00
18.2.2017 — с 14.00 до 19.00
19.2.2017 — с 08.00 до 10.00

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить договор о страховании жизни и справку из медицинского учреждения о состоянии здоровья и заявление о персональной ответственности за здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Воронежа на самолете:
аэропорт Домодедово S7 от 7 000 р. в обе стороны
аэропорт Внуково Utair от 5 000 р. в обе стороны
время в пути 1 ч. 15 мин.

из Москвы до Воронежа на поезде:
Казанский Вокзал, поезд №046 «Москва – Воронеж (двухэтажный)»
билеты от 650 р. в одно направление, время в пути 6 ч. 35 мин.
Павелецкий Вокзал, поезд №025 «Воронеж»
билеты от 1 200 р. в одно направление, время в пути 10 ч. 44 мин.

Трансопрт до места старта:
от аэропорта автобусы 120, 120а,
от ж/д вокзала «Воронеж-1» автобусы: 75, 120
от центрального автовокзала автобусы: 64, 80, маршрутное такси 49
до остановки «Олимпик»

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Общежитие Лесотехнического университета
ул. Докучаева, д.7,
+7 473 253-78-62

Санаторий им. М. Горького
+7 473 253-79-27
+7 920 420-76-47

Хостел Кешью
Московский пр-т, 114 (ост. Кафе «Рай»)
т.+7473 243-46-34
8-960-130-97-98

www.airbnb.ru
Дом/квартиры целиком в Воронеже
2 кровати, 4 гостя от 1 200 р. в сутки

кубок.духа@rl • кубок.мастеров@rl • кубок.команд@rl

SQUEEZY® SPORTS NUTRITION
UPGRADE YOURSELF

ЛЫЖНЫЙ МАРАФОН
рекомендации по питанию на дистанциях

@ Рыбинск • **Демино Worldloppet**

4-5.3.2017

МАРАФОН

Большая гонка большой России – марафон #ДеминоWL впервые состоялся в 2007. За 5 лет марафон стал самым крупным лыжным событием в России.

С 2012 г. Деминский марафон входит в **элитную международную серию #worldloppet.**

В сезоне 2016 в нем приняли участие более 3 тысяч человек со всего мира и посмотрели более 10 тысяч зрителей.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

4.3.2017 @11.00

МАРАФОН WL 50СВ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

5.3.2017

БЭБИ МАРАФОН 1КЛ @10.00

ДЕТСКАЯ ГОНКА 5КЛ @10.20

ДЕТСКАЯ ГОНКА 10КЛ @10.40

1/2 МАРАФОН 25КЛ @11.00

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Рыбинск - красивый старинный город на Волге, известный своими традициями и богатой тысячелетней историей. Его часто называют Малый Петербург, т.к. город был построен петербуржскими архитекторами. Город расположен в самом сердце центральной России на Рыбинском водохранилище, которое скрывает город-призрак Мологу, затопленный во времена строительства ГЭС и привлекающего много туристов своими церквями, проявлявшимися в зеленых водах как призраки. **Центр лыжного спорта «Демино»** - известный в лыжном мире брэнд, место, где было проведено 7 этапов Кубка мира по лыжным гонкам FIS, Чемпионат мира среди железнодорожников по лыжным гонкам, более 100 Всесоюзных и Всероссийских соревнований по лыжным гонкам, среди которых Чемпионаты, финалы Кубка и первенства СССР и России.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Агентство по физической культуре и спорту Ярославской области

Департамент по физической культуре, спорту и молодежной политике Администрации городского округа город Рыбинск **rybinsk.ru**

Спортивное Некоммерческое Партнерство "Дёминские марафоны" **marathon.demino.com**

ООО Многофункциональный центр "Демино" **demino.com**

МОАУ ДОД СДЮСШОР № 4 г. Рыбинска **sdusshor4.ru**

РЕЙС ОФИС

ЦЕНТР
ЛЫЖНОГО СПОРТА
ДЕМИНО

152 965 Россия
Ярославская обл., Рыбинский район
Шашковский с.о., д. Демино

marathon.demino.com
T. +7 (4855) 23 97 14/20
F. +7 (4855) 23 97 10
E-MAIL. **worldcup@demino.com**

технический делегат FIS
МАРКО ЛУШТРЕК (Словения)

главный судья
ОЛЕГ КОНДРАТЕНКО

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 23.2.2017 marathon.demino.com**

Стартовый взнос для спортсменов с ограниченными возможностями на дистанции 50/25 км не взимается
Регистрация пара-спортсменов производится до 3.3.2017 (включительно) при обязательном наличии справки ВТЭК.

Стартовый взнос для дистанции 1 КЛ во время электронной регистрации и на месте старта 1-5 марта 2017 г. не взимается.

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 31.12.2016
50 СВ — 1 700 р.
25 КЛ — 1 200 р.

при наличии слотов с 1.1 до 23.2.2017
50 СВ — 2 000 р.
25 КЛ — 1 500 р.

при наличии слотов с 1.3 до 3.3.2017
50 СВ — 2 500 р.
25 КЛ — 2 000 р.

участники, регистрирующиеся **в день старта 4/5.3.2017** оплачивают взнос в размере 5 000 р.

Стартовый взнос **для дистанций 10 и 5 КЛ** во время электронной регистрации — 100 р., 1-3.3.2017 — 300 р., 4-5.3.2017 — 500 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в Офисе Соревнований с 1.3.2017

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, с печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

GPS координаты: N 58.02.168 E 39.06.883

из Москвы на автотранспорте
330 км от МКАД, по Ярославскому ш. через Переславль, Петровск, Ростов Великий.

из Москвы на поезде:
с Белорусского вокзала поезд №602 “Москва - Рыбинск” каждый вт, чт, сб
с Ярославского вокзала любой поезд направления Москва - Ярославль.
Далее на такси от вокзала “Ярославль - Главный” до Центра спорта и отдыха “Дёмино”.

Для корпоративных клиентов по предварительной заявке
будет организован трансфер на комфортабельном автобусе.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Официальные партнеры Деминского марафона туристическая компания “Вокруг света” (Ярославль) и “Рыбинский центр туризма” (Рыбинск) предлагают различные варианты размещения в гостиницах и санаториях г. Ярославля и г. Рыбинска, а также разнообразные туристические программы, как для российских, так и для иностранных участников соревнований:

Рыбинский центр туризма (Рыбинск)
Тел.: +7 (4855) 22-22-00; (4855) 221-000
Моб.: +7 915 962-74-12 Ирина Гараева
e-mail: marathon2013@mail.ru
www.rybinsktur.ru

Вокруг света (Ярославль)
+7 (4852) 25-75-00 Кудряшов Антон
e-mail: nv_kovaleva@mail.ru
www.voksveta.ru

кубок.**мастеров@rl** • кубок.**команд@rl** • **супер**.кубок@rl

МАРАФОН

Лыжный марафон **#Тольятти** — это визитная карточка не только Тольятти, но и всего Самарского региона. Популярный старт проводится с 1987 года всегда в первое воскресенье марта. Рельефная трасса позволяет гонщикам продемонстрировать свои возможности на сто процентов, обеспечивает участникам борьбу на дистанции и, порой, неожиданную развязку событий. В то же время её можно назвать демократичной — пройти 50 км мужчинам и 30 км женщинам вполне по силам. Последние несколько лет в рамках Тольяттинского марафона стартует «марафон-юниор». В нём участвуют подрастающие лыжники, которые в день основного старта выходят на трассу в качестве группы поддержки.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

4.3.2017@12.00
МАРАФОН 50СВ
1/2 МАРАФОН 30СВ

5.3.2017@11.00
ЮНИОР 20СВ
ЮНИОР 10СВ
ЮНИОР 5СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Тольятти, или по-другому — **#Автоград** — второй по величине город Самарской области. Находясь в центре Приволжского федерального округа, он является привлекательным для многих поклонников физической культуры и спорта всей России. Характерный для средней полосы умеренно-континентальный климат позволяет в зимнее и весеннее время проводить множество лыжных соревнований, в том числе традиционный Тольяттинский лыжный марафон. Кроме участия в ежегодной гонке гости города автостроителей могут ознакомиться с инфраструктурой крупнейшего производителя легковых автомобилей в России — АВТОВАЗ, экспонатами технического музея имени Константина Сахарова и окунуться в самое сердце Волжских просторов и Жигулевских гор, красота которых впечатляет даже ранней весной.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Министерство спорта Самарской области

Управление физической культуры и спорта мэрии городского округа Тольятти
tltsport.ru

Федерация лыжных гонок Самарской области
ski63.ru

МБУДО СДЮСШОР № 1 «Лыжные гонки» городского округа Тольятти
tltski.ru

РЕЙС ОФИС

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ЛЫЖНЫЙ КОМПЛЕКС
г.о. Тольятти, ул. Маршала Жукова 49
Автозаводский район, Самарская обл.

СПОРТИВНАЯ БАЗА
Т. +7 8482 76 65 40
E-MAIL. **t-sdushor1@mail.ru**

РЕГИСТРАЦИЯ

Предварительная регистрация
с 10.2.2017 до 28.2.2017
по e-mail **t-sdushor1@mail.ru**

Официальная регистрация и оплата стартового взноса принимаются:

с 10.11.2016 по 15.2.2017 онлайн регистрация и заказ именного номера на сайте **www.russialoppet.ru**

с 1.3.2017 по 4.3.2017 в Рейс Офисе.

Стартовый взнос не взимается
с жителей г.о. Тольятти и спортсменов 70+ и на дистанциях 20/10/5/3/1 км.

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса составляет:

через онлайн регистрацию
с 10.11.2016 по 15.2.2017
марафон 50 км — 700 р.
дистанция 30 км — 400 р.

при наличии слотов в Рейс Офисе
с 1.3.2016 по 3.3.2017
марафон 50 км — 900 р.
дистанция 30 км — 500 р.

в день старта 4.3.2017 в Рейс Офисе строго до 10.00!
марафон 50 км — 1 200 р.
дистанция 30 км — 800 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в Офисе Соревнований

50/30 км — 4.3.2017 с 10.00 до 11.00
20/10/5 км — 5.3.2017 с 09.00 до 10.00

внимание!
Для участие в соревнованиях участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья от несчастного случая и заполнить карточку участника, заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Самары на самолете:
аэропорт Внуково Utair от 4 000 р. в обе стороны
аэропорт Домодедово S7 от 7 000 р. в обе стороны
время в пути 1 ч. 45 мин.

из Москвы до Тольятти на поезде:
Казанский Вокзал, поезд №066 «Москва – Тольятти»
билеты от 950 р. в одну сторону, время в пути 17 ч. 22 мин.

Трансопрт в Тольятти до места старта:
Ж/Д вокзал «Тольятти»
ул. Вокзальная, ул. Маршала Жукова
№ 35, 27 автобусы и маршртное такси.

Городское такси: 999999, 666666, 505505, 555555, 702702.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Пансионат «Звездный»

Тольятти, Лесопарковое шоссе 85
+7 (8482) 78-83-31

Расстояние до старта — около 1,5 км.
Проживание в комнате от 600 р. в сутки,
3-х разовое питание от 600 р.

База отдыха «Зеленый берег»

Тольятти, Лесопарковое шоссе 81
www.zelen-bereg.ru
office@zelen-bereg.ru
+7 937 218 19 19

Расстояние до старта — около 2,5 км
Проживание от 1200 р. в сутки,
3-х разовое питание от 500 р.

Гостиница «Вега», VIP

Тольятти, ул. Юбилейная 40
+7 (8482) 40 83 61

Расстояние от аэропорта: 57.3 км
Расстояние от ж/д вокзала: 4.7 км
Расстояние до старта — около 1 км

Проживание от 5 000 р. в сутки,
завстрак включен в стоимость номера.

www.airbnb.ru
Дом/квартиры целиком в Тольятти
2 кровати, 2 гостя от 1 200 р. в сутки

Tradition and hospitality – this is what the Dolomitenlauf race in East Tyrol offers. The event will yet again set the pulses of thousands of cross-country runners racing from 19 to 33 January 2017.

The Dolomitenlauf in East Tyrol represents tradition, style and a special flair. Whether for professionals or amateurs – there is a competition available to present every ability and age group with a sporting challenge - and all before an impressive natural backdrop! As a founding member of the Worldloppet, the Dolomitenlauf race has been linked with the Vasaloppet for over 30 years. The Dolomitenlauf highlights the diversity of cross-country sports in East Tyrol based on a particularly attractive supporting programme. The starting shots are first fired with the lighting of the 'Dolomitenlauf fire' on the main square in Lienz and the 'City-Cross Sprint'. The oldest cross-country sprint in the world has given cross-country sports a new burst of life across the globe and enriched the image of cross-country with speed and drama. The 42 km Dolomiten Classic Race has been impressing cross-country runners from all over the world for over 10 years with its perfect trails leading through a dreamy winter landscape. This competition has been assessed as a long distance race as part of the Worldloppet for the last 6 years. Snow is guaranteed thanks to the location of the event in the northern stronghold of Obertilliach. The traditional Dolomitenlauf race will take place in the freestyle discipline on Sunday at the foot of the romantic Dolomites. The route leads over 60 km to the destination, the main square in Lienz, where all of the participants will be celebrated as true winners. The enthusiasm of the crowds along the route and the perfect organisation will ensure that the Dolomitenlauf is yet again a cross-country event to remember.

Info: Tel. +43 (0)4852 65999
www.dolomitensport.at

SINCE 1970 – HISTORY AND TRADITION
DOLOMITEN LAUF

PROGRAMME

19/01/2017
Romantic Race in Lavant

20/01/2017
Opening ceremony for the 43. Dolomitenlauf

20/01/2017
Dolomitensprint in Lienz

21/01/2017
Dolomiten Classic Race in Obertilliach 42 km/20 km CL

22/01/2017
Bambini Marathon Obertilliach

22/01/2017
43. Dolomitenlauf in Lienz (60 km) FT

40. Kleine-Zeitung Race in Lienz (25 km) FT

DOLOMITENLAUF PREPARATION WEEK
14./15.-21./22.1.2017

- 7 nights (BB, HB, self catering)
- entry fee for the "Dolomitenlauf" or "Classic Race"
- entry fee for "Romantic Race"
- VIP-Position in the stands of famous opening ceremony and at the "Dolomiten Sprint Race"
- 1 curling evening with mulled wine

Price / Person: ab EUR 289,00

Information and Booking:
Touristinformation Lienz
Tel. +43 (0)50 212 400
lienz@osttirol.com

МАРАФОН

Марафон #ЕвропаАзия был впервые проведен в 1984 году по инициативе Владимира Лузина и при поддержке завода Уралмаш. Это единственный марафон в России, старт которого дается в одной точке, дистанции 53 км - у **#ОбелискаЕвропаАзия** в #Первоуральске, дистанции 35 км - у турбазы #Хрустальная, а финиш на Учебно-спортивной базе «Динамо» Биатлон в #Екатеринбурге.

Своей уникальностью марафон привлекает любителей и сильнейших гонщиков страны. В разные годы в нем принимали участие призеры Чемпионатов мира и Олимпийских Игр: Иван Алыпов, Сергей Чепиков, Игорь Бадамшин, Андрей Кириллов, Николай Панкратов, Владимир Юрин, Наталья Фурлетова, Ирина Складнева, Григорий Меньшенин, Роман Виролайнен, Андрей Кондрышев.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

1/2 МАРАФОН 35СВ @ 10.30

МАРАФОН 53СВ @ 11.00

БЭБИ МАРАФОН
1/2/3СВ @ 11.00

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

СТАРТ
53 СВ @ обелиск «Европа-Азия»
35 СВ @ т/б «Хрустальная»
1/2/3 СВ @ УСБ «Динамо» Биатлон

ФИНИШ
@ Екатеринбург, УСБ «Динамо» Биатлон

Для всех гостей и участников марафона предложен удобный трансфер
туда и обратно от УСБ «Динамо» Биатлон до турбазы Хрустальной и Обелиска Европа-Азия.

По условиям размещения
гостей и участников марафона просьба обращаться на эл.почту
info@timingpro.ru

ОРГАНИЗАТОРЫ

Екатеринбург, детище Петровских реформ, расположен на границе Европы и Азии. Названный в честь императрицы Екатерины, город-завод основан в 1723 г. в период промышленного освоения Урала и Сибири. Главный центр металлургии и машиностроения известен печальной историей Дома Ипатьева и возрождением новой России, здесь начал свою политическую карьеру первый Президент Российской Федераций #БорисЕльцин.

- Правительство Свердловской области
- Администрация г. Екатеринбурга
- Администрация г. Первоуральска
- Федерация лыжных гонок Свердловской области

РЕЙС ОФИС

TIMINGPRO timingpro.ru

620026 г. Екатеринбург
ул. Радищева, 6а, оф. 308
Т. + 7 (343) 271 53 11
Т. + 7 912 21 535 75
E-MAIL: **info@timingpro.ru**

Директор Соревнований
ВИТАЛИЙ МЕЛЬНИКОВ

Главный Судья
ТАТЬЯНА МУЗИПОВА

Главный Секретарь
АЛЕКСАНДР ИЗИЛАНОВ

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются
до 28.2.2017
timingpro.ru/reg

в дни проведения соревнования регистрация производится в

SkiClub Клуб Чемпионов
ЦПКиО имени В.В. Маяковского
г. Екатеринбург, ул. Мичурина, 230

1-3.3.2017 — с 10.00 до 20.00
4.3.2017 — с 8.00 до 9.00

местное время MSK +2

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 15.1.2016
53 СВ — 1 300 р.
35 СВ — 1 300 р.

размер стартового взноса до 28.2.2017
53 СВ — 1 600 р.
35 СВ — 1 600 р.

при наличии слотов 1-3.3.2017
50 СВ — 2 000 р.
35 СВ — 2 000 р.

при наличии слотов
в день старта 4.3.2017
50 СВ — 2 500 р.
35 СВ — 2 500 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты стартового взноса

SkiClub Клуб Чемпионов
ЦПКиО имени В.В. Маяковского
г. Екатеринбург, ул. Мичурина, 230

1-3.3.2017 — с 10.00 до 20.00
4.3.2017 — с 8.00 до 9.00

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить допуск к соревнованию из медицинского учреждения установленного образца. Страхование жизни, здоровья и несчастного случая получают все участники из стартового протокола от партнера мероприятия АСТРОМЕД.

МАРАФОН

#АзияЕвропаАзия проводится с 1979 года. Его уникальность в том, что, стартовав на равнине, участники поднимаются на вершины Уральского хребта, несколько раз пересекая границу двух континентов, возвращаются к месту старта. Трасса марафона начинает готовиться специальной техникой с установлением снежного покрова, что позволяет любителям лыжного спорта заранее готовиться к марафону.

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

МАРАФОН 50КЛ @11.30
1/2 МАРАФОН 25КЛ @11.50

СТАРТ @ 12.00
СЕМЕЙНЫЙ МАРАФОН 1СВ
ОТКРЫТАЯ ДИСТАНЦИЯ 5СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

СТРЕЛКОВЫЙ ТИР
г. Новоуральск, ул. Ольховая, 69

#Новоуральск – один из крупнейших индустриальных, культурных и спортивных центров Свердловской области. Его история началась в 1941 году со строительства завода легких сплавов. Сегодня - это градообразующее предприятие атомной отрасли. На территории округа проводятся крупнейшие российские соревнования по лыжным гонкам, спортивному ориентированию, шорт-треку и чемпионаты Европы и Мира по натурбану. Город имеет хорошо развитую спортивную инфраструктуру, транспортную и торговую сети, систему общественного питания, наличие гостиниц вблизи спортивных (лыжных) объектов, имеет прямое сообщение с областным центром – г. Екатеринбург.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Администрация Новоуральского городского округа

Комитет по делам молодежи, семьи, спорту и социальным программам Администрации Новоуральского городского округа

Муниципальное бюджетное учреждение «Спортивный клуб «Кедр» Новоуральского городского округа (МБУ «СК «Кедр» НГО)

РЕЙС ОФИС

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «КЕДР»
Новоуральского городского округа
sportkedr.ru

Ф: +7 34370 9 50 34, 9 89 43
E-mail: sport-kedr@yandex.ru

Директор Соревнований
АЛЕКСЕЙ КОВЯЗИН

Главный Судья
НИКОЛАЙ БОНДАРЬ

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация
и оплата стартового взноса
принимаются до 6. 3.2017
ski66.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 6.3.2017
50 ХС — 800 руб.
25 ХС — 500 руб.

размер стартового взноса
с 7.3.2017 до 11.3.2017
50 ХС — 1 000 руб.
25 ХС — 800 руб.

От уплаты стартового взноса освобождаются пенсионеры и учащиеся средних общеобразовательных и специальных учебных заведений.

Реквизиты обязательные при перечислении денежных средств

Назначение платежа:
Стартовый взнос за участие в XXXVIII Всероссийском лыжном марафоне «Азия – Европа – Азия».

Получатель: УФК по Свердловской области (Горфинуправление, МБУ «СК «Кедр» НГО л/с 20915296330)

сч.№ 40701810100001176229 в Уральское ГУ Банка России г. Екатеринбург

ИНН 6629018532 КПП 662901001

БИК 046577001

КБК 91500000000000000130 (поле 104 в платежном поручении),

ОКТМО 65752000 (поле 105 в платежном поручении)

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате на месте проведения соревнований

10.3.2017 с 14.00 до 19.00
11.3.2017 с 08.30 до 10.00

внимание!
При получении стартового номера участник должен обязательно предоставить личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заверенную врачом медицинскую справку с печатью учреждения. Страхование участников также возможно на месте регистрации.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Екатеринбурга на самолете (а/п Кольцово) :
аэропорт Шереметьево, а/в Победа или Norwind airlines
билеты от 5 000 р. в обе стороны, время в пути 2 ч. 30 мин.

из Москвы до Екатеринбурга на поезде:
Казанский Вокзал, поезд №016Е «Москва – Екатеринбург»
билеты от 2 500 р. в одну сторону, время в пути 25 ч. 26 мин.

из г. Екатеринбурга или г. Нижнего Тагила
На поезде до ст. Верх-Нейвинск.
Автотранспортом: Серовский тракт, своротка на Верх-Нейвинский, по поселку 1 км до г. Новоуральск.

В связи с необходимостью оформления пропуска в режимный город, необходимо обязательно направить данные участников и сопровождающих лиц на эл. адрес офиса соревнований до 24.2.2017

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Гостиница “Новоуральск”
г.Новоуральск, ул. Фрунзе,15 А.
+7 (34370) 9-04-33, +7 965 532-31-39,
reception@hotel-novouralsk.ru.

Санаторий «Зеленый мыс»
за городом, ул. Загородное шоссе, 12.
+7 (34370) 9-46-46, 9-47-47
greenmys@yandex.ru.

Заказ и бронирование мест осуществляется участниками самостоятельно.

МАРАФОН

Сахалинский Международный Лыжный Марафон был организован в 1987 году по инициативе комитета по физической культуре и спорту Сахалинской области. В 2000 году распоряжением администрации Сахалинской области Сахалинский лыжный марафон получил статус «Международного» и с этого времени проводится под патронажем губернатора. Большой вклад в Сахалинский марафон сделал **Игорь Фархутдинов**, в котором он сам принимал участие 8 раз. После его гибели было принято решение назвать Сахалинский марафон памяти Игоря Фархутдинова. В 2017 году Сахалинский лыжный марафон пройдет в 18 раз.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

старт @ 12.00

МАРАФОН **50**СВ
1/2 МАРАФОН **35**СВ
МАРШ МАЛЫШЕЙ **1**СВ
ОТКРЫТАЯ ДИСТАНЦИЯ **5**СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

ЛЫЖНЫЙ КОМПЛЕКС
ГБУ ДОД СДЮСШОР ЗВС
г. Южно-Сахалинск, ул. Венская, д. 5

История Южно-Сахалинска началась в 1882 году, когда на юг Сахалина стали свозить ссыльных каторжников для создания поселения, которое назвали Владимировка. В период с 1905 по 1945 годы южный Сахалин был передан Японии, и поселок Владимировка был переименован в Тойохару. За 40 лет Тойохара из маленького поселка разрослась до размеров административного центра всего японского Сахалина. После освобождения Сахалина в конце августа 1945 года, город, сильно пострадавший в войну, начали отстраивать заново. В июне 1946 года город получил свое последнее имя — Южно-Сахалинск. Южный — шестой по величине город.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Марафон проводиться с 1987 года по инициативе комитета по физической культуре и спорту Министерства спорта, туризма и молодежной политики Сахалинской области
sport.mos.ru

Специализированная Детско-Юношеская Спортивная Школа Олимпийского Резерва Зимних Видов Спорта

Федерация лыжных гонок Сахалинской Области

РЕЙС ОФИС

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ДЮСШ
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
ЗИМНИХ ВИДОВ СПОРТА»
ГБОУ ДОД СДЮСШОР ЗВС

693000, Сахалинская обл.,
г. Южно-Сахалинск, Ул. Горького, д. 7/1

Т. +7 4242 734 574
E-MAIL: **sdyusshor_zvs@mail.ru**

Директор Соревнований
АНДРЕЙ ЯКОВЛЕВ

РЕГИСТРАЦИЯ

предварительные заявки на участие принимаются по эл. почте до **3.3.2016**
www.russialoppet.ru

размер стартового взноса составляет
50 СВ — 1 000 руб.
35 СВ — 1 000 руб.

5 СВ — не взимается
1 СВ — не взимается

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации

4.3.2017 с 10:00 до 17:00
в Офисе соревнований

5.3.2017 с 9:00 до 12:00
в главном здании
ГБУ ДООД СДЮСШОР ЗВС

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, допуск к соревнованиям из медицинского учреждения, личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая, а также заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Ближайшие гостиницы к месту соревнований:

Спортивная
в непосредственной близости от школы зимних видов спорта и старта 50 км
ул. Горького 7/1
+7 (4242) 72 07 96

Юбилейная
пер. Алтайский, 10
+7 (4242)49-83-00

Санта Ризот отель
ул. Венская, 3
+7 (4242) 51 10 00, 50 51 50

кубок.духа@rl

BIEG PIASTÓW
POLAND
CROSS COUNTRY SKIING FESTIVAL
25.02-05.03.2017
9 DAYS - 8 RACES
DETAILS AND REGISTRATION
WWW.BIEG-PIASTOW.PL
Berlin
350 km
Wrocław
130 km
Szklarska Poręba
Jakuszyce
Prague
120 km
Main races - Worldloppet
3.03.2017 30 km FT
4.03.2017 50 km CT
5.03.2017 25 km CT
BIEGPIASTOW
Bank Polski
KGHM POLSKA MIEDŹ
salomon
ENERVIT Science in Nutrition
DOLNY ŚLĄSK

18.3.2017 @ Красногорск • Марафон МГУ им. М.В. Ломоносова

МАРАФОН

#МарафонМГУ проводится с 2006 года и традиционно приглашает лыжников закрыть подмосковный сезон на красивой лесной трассе. В рамках соревнований проводится первенство сотрудников и студентов #МГУ на марафонской дистанции 50км.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН 50СВ @11.00

К соревнованиям допускаются участники 1999 г.р. и старше.

победителями дистанции становятся участники, занявшие в абсолютном зачете 1-6 места, а также 1-3 места в каждой группе..

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Марафон МГУ проводится в Московской области на лесной части одной из самых популярных подмосковных лыжных трасс – идущей от лыжного стадиона в городе #Красногорск. Часть петель были подготовлены к Кубку мира среди Мастеров в 2005 году лыжниками-выпускниками МГУ.

ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН «ЗОРКИЙ»
143400, г.Красногорск,
Московская обл., ул. Речная, д. 37

СТАРТ: дамба пруда Старый затон

ОРГАНИЗАТОРЫ

КЛУБ ЛЫЖНИКОВ МГУ

ОРГКОМИТЕТ / РЕЙС ОФИС
marafon_mgu@mail.ru
skimsu.ru/marathon

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 16.3.2017 на**

ski-festival.ru

размер стартового взноса составляет:

при условии заявки до 16.3.2017
марафон 50 км — 1 000 р.

при наличии слотов
в день старта 18.3.2017
марафон 50 км — 1 500 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате в день проведения марафона в стартовом городке **лыжного стадиона "Зоркий"**

внимание! При регистрации участники подтверждают личной подписью персональную ответственность за свое здоровье, физическую и техническую подготовку и осознание возможных рисков, связанных с участием в лыжном марафоне, а также выполнение Правил соревнований по лыжным гонкам, утвержденных Федерацией лыжных гонок России. Участники должны иметь при себе удостоверение личности.

КАК ДОЕХАТЬ

ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН «ЗОРКИЙ»
143400, г.Красногорск,
Московская обл., ул. Речная, д. 37

На автомобиле по Волоколамскому шоссе до г. Красногорск.

На общественном транспорте:
от м. Тушинская на маршрутном такси №566, от м. Митино маршрутном такси №878 до остановки «Лыжный стадион» или на электричке до станции Павшино (Рижское направление) и на автобусе №833 до остановки «Лыжный стадион».

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Гостиница «Зенит»
Речная ул. д.39
+7 495 563 47 14

Гостиница «Академия»
ул. Октябрьская д.4
+7 495 563 65 11

Гостиница «Крошка Енот»
Волоколамское ш. д.6
+7 495 971 20 03

Оргкомитет марафона не связан с данными гостиницами и не несет ответственность за качество предоставляемых ими услуг.

ВСЁ ДЛЯ ПОБЕДЫ!
ЮС
ЮВЕНТА СПОРТ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЭКИПИРОВОЧНЫЙ И СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР
FISCHER NORDIC RACING CENTER

Беговые лыжи для спорта – самый главный наш товар. Мы представляем лыжи лучших производителей, зарекомендовавшие себя в соревнованиях, Atomic, Fischer, Salomon – не только модели из каталогов, но и овеянный легендами «спортцех» – лыжи, выпускаемые малыми тиражами для спортсменов, по заказу, на разные погодные условия, Верхние модели лыж можно подобрать индивидуально под рост и вес спортсмена. Так же у нас представлена широкая линейка беговых ботинок и лыжных палок.
В наших магазинах всегда широкий выбор парафинов, мазей и порошков, как и полный набор инструментов и сервисного оборудования.
Компания "ЮВЕНТА СПОРТ" является официальным и эксклюзивным представителем торговой марки START в России.
Мы предлагаем функциональное бельё, носки, перчатки, разминочную одежду, комбинезоны, ветрозащиту, пуховки от ведущих мировых производителей: Löffler, KV+, Fischer, Swix Briko, Odlo, Salomon, Bjørn Dæhlie.
В Сервис-центре "ЮВЕНТА СПОРТ" установлена машина MANTEC WORLD CUP для нанесения структуры на лыжи от итальянской фирмы SVECOM. Уникальные структуры под все погодные условия, которые раньше были доступны только спортсменам - профессионалам, теперь доступны и Вам!
В нашем велосипедном магазине Вас приятно удивят новинки от фирмы TACX.
TACX - ведущий мировой производитель тренажеров для велосипедистов. Тренажеры для дома, для зала, для разогрева перед соревнованиями.
Эффективные велотренажеры этой марки - это оптимальное решение для тех, кто старается вести здоровый образ жизни. Практичные в использовании и очень надежные тренажеры TACX гарантированно будут служить вам не один десяток лет, давая вам возможность день ото дня совершенствовать свое тело.

ВНИМАНИЕ! С МАРТА 2016
ЛЫЖНЫЙ магазин работает по адресу:
Москва, ул. Маршала новикова д. 9
Телефон: (499) 728-5555

ВЕЛОСПОРТ
Москва, ул. Маршала Новикова д. 7
Телефон: (499) 728-6165

"ЮВЕНТА СПОРТ" Пермь
Пермь, ул. Орджоникидзе д. 14
Телефон: (342) 257-0945, 257-0951

www.uventasport.ru

МАРАФОН

Лыжный марафон завода #Двигатель проводится с 1967 г. на лыжной базе Прибой, расположенной в курортном районе Санкт-Петербурга, городе #Зеленогорск. Лыжная трасса проложена по живописному лесу, имеет длину круга 17 км со сложным рельефом.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

18.3.2017

КАДЕТ 17СВ @11.00

1/2 МАРАФОН 34СВ @12.45

19.3.2017

ЛЕДИ 34СВ @11.00

МАРАФОН 51СВ @11.30

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ОАО ЗАВОД «ДВИГАТЕЛЬ»

Небольшой шведский рыбацкий посёлок #Териоки у места впадения Жемчужного ручья в Финский залив вблизи от Санкт-Петербурга известен с XVI века. В 1721 г., после завершения Северной войны, земли Старой Финляндии, где находилось Териоки, отошли к Российской Империи. В 1918 г. поселение перешло в состав Финляндии и только в 1940 г. окончательно вошло в состав СССР под новым названием Зеленогорск. Один из известных людей города - советский актер театра и кино Георгий Вицин, родившийся в период «Териоки».

ОРГАНИЗАТОРЫ

Спортивно-оздоровительный комплекс ОАО «Завод Двигатель»

Отдел по физической культуре и спорту Администрации Курортного района г.Санкт-Петербурга

Санкт-Петербургское Государственное бюджетное учреждение «Центр физической культуры ,спорта и здоровья Курортного района Санкт-Петербурга»

Спортивный клуб «Атлетико»

РЕЙС ОФИС

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ОАО ЗАВОД «ДВИГАТЕЛЬ»
ЛЫЖНАЯ БАЗА «ПРИБОЙ»

Санкт-Петербург, Зеленогорск г.,
просп. Ленина, 63 а

dvigatel.o-time.ru
https://vk.com/dvigatelski

T: +7 921 938 33 94
T: +7 911 919 78 19
T: +7 911 241 79 38 (Юлия Кургузкина)

E-MAIL: 9383394@gmail.com
E-MAIL: sportunited@mail.ru

Директор Марафона
АЛЕКСАНДР ТЕЛЯТНИКОВ

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются
до 14.3.2017

dvigatel.o-time.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 6.3.2017
51 СВ — 1 000 руб.
34 СВ — 1 000 руб.
17 СВ — 500 руб.

при наличии слотов до 14.3.2017
51 СВ — 1 500 руб.
34 СВ — 1 500 руб.
17 СВ — 700

при наличии слотов 18/19.3.2017
51 СВ — 2 000 руб.
34 СВ — 2 000 руб.
17 СВ — 1 000 руб.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты в Офисе соревнований в главном корпусе Лыжной базы «Прибой»
18/19.3.2017 с 9.00 до 11.00

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Санкт-Петербурга на самолете:
аэропорт Шереметьево, а/в Norwind airlines
билеты от 3 000 р. в обе стороны, время в пути 1 ч. 20 мин.

из Москвы до Ст. Петербурга на поезде:
Ленинградский Вокзал, поезд №756А «Сапсан»
билеты от 2 200 р. в одну сторону, время в пути 4 ч.

Электричкой до Зеленогорска:
с Финляндского вокзала (Санкт-Петербург, ст. метро «Пл. Ленина»)
до ж/д платформы Зеленогорск (Выбогское направление)

Маршруткой до Зеленогорска:
от ст. метро «Проспект Просвещения» № 680
от ст. метро «Старая деревня» № 305
от ст. метро «Финляндский вокзал» № 400
от ст. метро «Дыбенко» № 827

пешком до л/б «Прибой»

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

База «Прибой»
при наличии свободных мест.

База «Азимут»
Санкт-Петербург, Курортный р-н
Зеленогорск, просп. Ленина, 86/88
+7 800 250-15-40, +7 931 237-65-89
baza-azimut.ru

Гелиос отель
Санкт-Петербург, Курортный р-н
Зеленогорск г., Приморское ш., 593, литера Б
gelios-otel.ru

СЕТЬ СПОРТИВНЫХ МАГАЗИНОВ
СПОРТИВНАЯ ЛИНИЯ

ЛЫЖИ ДЛЯ ВСЕХ ВСЁ ДЛЯ ЛЫЖ

6·444·111

ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН
WWW.SKILINE.RU

ТЦ ЭКОПОЛИС
812·336·96·60
812·6·444·111 (доб. 330)
Выборгское шоссе 13
м. Озерки

ЛИТЕЙНЫЙ 51
812·579·47·08
812·6·444·111 (доб. 310)
в центре города
м. Маяковская

ОПТ ОФИС
812·6·444·111
info@skiline.ru
Тихорецкий пр. 9, корп 5
м. Политехническая

МАРАФОН

37-й Большой Альпинистский Марафон берет свое начало в 70-х годах, когда сильнейшие альпинисты Иркутска решили испытать себя на выносливость на лыжне, проложенной прямо по тайге. Изначально было две дистанции: малая — 21 км и большая — 35 км. В 1981 г. марафон назвали «Большим Альпинистским», а основная дистанция #СкиБАМ увеличилась до 50 км.

#СкиБАМ #XCskiBAM

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

СТАРТ @12.00

МАРАФОН 50КЛ

1/2 МАРАФОН 36КЛ

ЮНИОР 22КЛ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

#Иркутск — город-музей, сумевший сохранить романтический облик старины. Название города произошло от имени реки Иркут, на которой в 1661 г. был основан сибирский острог. В XIX веке Восточная Сибирь была основным местом политической ссылки декабристов, просвещенных людей, русских интеллигентов. Горожане именуют свой город Серединой земли, столицей Восточной Сибири. В 60км от Иркутска находится уникальное озеро Байкал.

СТАНЦИЯ «ОГОНЬКИ»
Восточно-Сибирской Железной Дороги
Ангарск - Иркутск

ОРГАНИЗАТОРЫ

Фонд «Содействие развитию лыжного спорта в городе Ангарске»

alpmarathon.ru

Генеральный спонсор ЗАО «Стройкомплекс»

stroikom.ru

РЕЙС ОФИС

665806 РФ, г. Ангарск,
Иркутская область,
16 квартал, д.3

alpmarathon@mail.ru

alpmarathon.ru

Директор Соревнований
ОЛЕГ НАУМОВ

Главный Судья
СЕРГЕЙ ВОЙТЕНКО

РЕГИСТРАЦИЯ

Онлайн регистрация и оплата стартового взноса принимаются до **14.3.2017**

alpmarathon.ru

размер стартового взноса при предварительной регистрации до 14.3.2017
50 КЛ — 700 р.
36 КЛ — 700 р.
22 КЛ — 500 р.

пройти регистрацию и оплатить стартовый взнос можно в день проведения марафона **19.3.2017**, на месте старта в порядке живой очереди
50 КЛ — 1 000 р.
36 КЛ — 1 000 р.
22 КЛ — 700 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится на месте старта

19.3.2017 с 9.00 до 11.45

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

на электричке
от г. Иркутск до ст. Огоньки: на восток, в сторону г.Слюдянка, пятая остановка после ст. Большой Луг.

На авто или такси от г. Иркутск 40 км . Начало движения по М55, направление движения в сторону г. Шелехов (10км). Перед г. Шелехов, свернуть с главной дороги в сторону ст. Большой Луг (15км), далее по грунтовой дороге до ст. Огоньки.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

17-19.3.2017 будет организовано размещение в комфортабельных деревянных домиках в 500 метрах от места старта марафона.

alpmarathon@mail.ru

кубок.мастеров@rl • кубок.команд@rl • кубок.духа@rl

www.euroloppet.com

7-8 January 2017

7 JAN 2017
30-15 km
TEAM NORDIC CROSS

8 JAN 2017
42-21 km
10-5-2,5 km
JUST FOR FUN

MARATHON INTERNATIONAL
Bessans
Haute Maurienne
Vanoise

MARATHONDEBESSANS.COM

1-2.4.2017 @ Малиновка • Кубок Устьи

МАРАФОН

Первый лыжный марафон #КубокУстьи состоялся в 1998 году. Свое название марафон получил в честь одноименной реки #Устья, по льду которой и прошел впервые свободным стилем. В последующие годы марафон начал проводиться по лыжным трассам, расположенным в сосновом бору. Традиционно стиль соревнований – классический, но каждый юбилейный старт (10й, 20й и т.д.) проходит свободным стилем. Рельеф местности достаточно сложный и дистанция 50 км становится серьезным испытанием для всех участников.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

1.4.2017

МАРАФОН 50СВ @10.00

БЭБИ МАРАФОН 1СВ @10.10

2.4.2017@12.00

УСТЬЯНСКАЯ ПЯТЕРОЧКА 5СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

СПОРТИВНО-ТУРИСТИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС МАЛИНОВКА

д. Малиновк, Устьянский район
Архангельская обл.

Устьянский район расположен на юге Архангельской области. Свое название район получил от реки Устья, одной из самых живописных северных рек, которая впадает в приток Северной Двины - реку Вагу. В бассейне рек Устьи и Ваги и расположено экологически чистое место - Устьянская Земля! Именно здесь ежегодно в апреле месяце проводится старт Кубка Устьи.

ОРГАНИЗАТОРЫ

Администрация Устьянского района

Федерация лыжных гонок
Архангельской области

МБОУ ДОД Устьянская СДЮСШОР

РЕЙС ОФИС

МБОУ ДОД
УСТЬЯНСКАЯ СДЮСШОР

165230 Архангельская обл.,
Устьянский район, д. Малиновка

malinovka-nord.ru

Директор Соревнований
НИКОЛАЙ СЧАСТЛИВЫЙ

Главный Судья
АЛЕКСАНДР ПЕНЬЕВСКОЙ

Главный Секретарь
НАДЕЖДА НОВОСЕЛОВА

ystdush@rambler.ru

РЕГИСТРАЦИЯ

Предварительные заявки на участие в марафоне необходимо выслать по эл.почте в Офис соревнований, указав в письме персональные данные и дистанцию.

ystdush@rambler.ru
Срок подачи заявок до 31.3.2017

Размер стартового взноса
для всех возрастных групп
50 XC – 1 000 р.
1 и 5 XC – не взимается

Регистрация и оплата стартового взноса принимаются в Офисе соревнований на месте проведения марафона 31.3.2017

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и наличии квитанции об оплате в Офисе соревнова ний в следующие дни:

30.3.2017 с 10.00 до 18.00
31.3.2017 с 08.00 до 09.00
1-2.4.2017 с 08.00 до 11.00

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

Северные железные дороги
до станции Костылево.

Автодорога: Трасса М8 Москва – Архангельск, до г. Вельск, далее по указателям на Центр лыжного спорта «Малиновка».

Из Санкт – Петербурга по трассе А114 до г. Вологда, далее по трассе М8 до г. Вельск.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Гостиничный комплекс «Круча»
Центр лыжного спорта «Малиновка»
д. Кононовская
www.malinovka-ski.com
+7 911-872-97-95

МАРАФОН

Марафон **#ПраздникСевера** проходит с **1974 г.** в рамках **Полярной олимпиады** и долгое время оставался единственным марафоном в СССР. Тот первый год собрал на старте более 600 спортсменов. Для многих участие в марафоне было уже победой. Выдающиеся лыжники и олимпийские чемпионы Советского Союза и России принимали участие и побеждали в полярных соревнованиях, такие как **Николай Зимятов, Александр Завьялов, Вячеслав Веденин, Сергей Савельев, Владимир Смирнов, Николай Бажуков, Василий Рочев, Евгений Беляев, Алексей Прокуроров, Елена Вяльбе, Юлия Чепалова, Светлана Нагейкина, Анна Богалий, Алексей Петухов** и многие другие.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

1.4.2017

МАРШ МАЛЫШЕЙ 1СВ @10.45

1/2 МАРАФОН 25СВ @11.00

МАРАФОН 50СВ @11.00

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

2.4.2017

1/2 МАРАФОН 25КЛ @11.00

МАРАФОН 50КЛ @11.00

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

«Мурманами» русские называли норвежцев и норманнов. #Мурманск - город, расположенный на Кольском полуострове, за северным Полярным кругом. Один из последних городов Романовых, основан в 1916, как Романов-На-Мурмане. Это самый крупный в мире незамерзающий порт за Полярным кругом, на месте которого прошло три ледника, оставившие после себя множество озер и родников.

СПОРТ КОМПЛЕКС
ДОЛИНА УЮТА
г. Мурманск, Первомайский район,
ул. Долина Уюта 3,

ОРГАНИЗАТОРЫ

Правительство Мурманской области

Комитет по физической культуре и спорту Мурманской области

Федерация лыжных гонок Мурманской области

ООО «Руссиалоппет»

РЕЙС ОФИС

Государственное автономное учреждение Мурманской области «ЦЕНТР СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ»
183052, г. Мурманск, ул. Долина Уюта, 4

marathon51.ru

T: +7 8152 24 46 18
T: +7 8152 24 59 48
E-MAIL: **sport@csp51.ru**
Часы работы с 10.00 до 17.00
Местное время MSK +3

Директор Соревнований
ВЛАДИМИР БОГДАНОВ

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются **до 27.3.2017 marathon51.ru**

стартовый взнос для дистанции 1 СВ КМ не взимается

все участники марафона будут застрахованы в **САО «МЕДЭКСПРЕСС»**

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 28.2.2017
51 КМ — 1 400 р.
25 КМ — 1 000 р.

при наличии слотов с 1.3 до 27.3.2017
51 КМ — 1 900 р.
25 КМ — 1 500 р.

для всех участников, регистрирующихся и оплачивающих свое участие в офисе соревнований **29-31.3.2017**
51 КМ — 2 000 р.
25 КМ — 1 600 р.

при наличии слотов в день старта 1-2.4.2017
51 КМ — 2 500 р.
25 КМ — 2 000 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты стартового взноса в Офисе соревновании

СК «Долина Уюта»
29-31.03.2017 с 10.00 до 17.00
1 -2.04.2017 с 8.30 до 10.00

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и от несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Мурманска на самолете:

аэропорт Шереметьево
Аэропорт от 8 000 р. в обе стороны
Победа от 6 000 р. в обе стороны
время в пути 2 ч. 20 мин.

из Москвы до Мурманска на поезде:

Ленинградский Вокзал
поезд 016 «Арктика» или №092 «Мурманск»
билеты от 2 000 р. в одно направление,
время в пути 35 ч. 14 мин.

Трансопрт до места старта:

Общественным транспортом до остановки «Улица Морская»:
автобусы № 5, 10, 18, 27, 106, 120;
троллейбусы №4, 6, 10

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

В центре города
AZIMUT Отель Мурманск

azimuthotels.com/Russia
183038, Мурманск, пр. Ленина 82
Тел. +7 (8152) 55 03 50
Факс. +7 (8152) 55 03 50
E-mail: murmansk@azimuthotels.com

2-х местные номера от 4 000 р.

Около старта
Гостиница 69 Параллель

www.69parallel.ru
183032, Мурманск, проезд Лыжный 14
Тел. +7 ((8152) 25 37 00
E-mail: reserv@69parallel.ru

2-х местные номера от 2 500 р.

www.airbnb.ru
Дом/квартиры целиком
2 кровати, 2 гостя от 1 000 р. в сутки

МАРАФОН

Лыжный марафон #МяоЧан проводится с 1990 г. Марафон назван в честь горного хребта, на котором он зародился. Старт марафона расположен на стадионе в шахтерском поселке Солнечный. С 1998 г. в названии марафона появилась фамилия Юлии Чепаловой – первой олимпийской чемпионки из Комсомольска, которая поддерживает организаторов Мяо-Чан и сейчас.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

МАРАФОН 50СВ @10.00

1/2 МАРАФОН 25СВ @10.10

ОТКРЫТАЯ ДИСТАНЦИЯ 10СВ @10.20

МАРШ МАЛЫШЕЙ 0.5СВ @10.30

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Среди северных территорий Дальневосточного региона #Комсомольск является одним из самых крупных центров расселения. По совокупности климатических и социально-экономических факторов он резко отличается от других регионов Дальнего Востока. Его положение на стыке дискомфортной и экстремально-дискомфортной климатических зон характеризует территорию как относительно дискомфортную для проживания. С 1976 г. территория города приравнена к территориям Крайнего Севера. В то же время Комсомольск находится в своеобразном оазисе – амурской пойме. В черте города находятся горнолыжные базы и спортивно-оздоровительные комплексы, а в 30-и км от Комсомольска один из крупнейших в стране – горнолыжный комплекс #Холдоми.

ЛЫЖНЫЙ СТАДИОН П. СОЛНЕЧНЫЙ
Комсомольск-на-Амуре, Хабаровский Край

ОРГАНИЗАТОРЫ

XXVIII ЛОТ Марафон Мяо-Чан
на призы олимпийской чемпионки
Юлии Чепаловой

Управление по физической культуре
и спорту Администрации
г. Комсомольска-на-Амуре

Администрация Солнечного района
Хабаровского края

Федерация спортивного ориентирования
г. Комсомольска-на-Амуре

РЕЙС ОФИС

СТАДИОН «АВАНГАРД»

681000 г. Комсомольск-на-Амуре
Хабаровский край,
Ул. Комсомольская, д. 24

T: +7 914 185 7274
E-MAIL: **krutkzd@mail.ru**

Директор Соревнований
ЮРИЙ КОЗАДАЕВ

Главный Судья
ВЯЧЕСЛАВ ЮРАКОВ

Главный Секретарь
АЛЕКСАНДР ПЕТРОВ

РЕГИСТРАЦИЯ

Предварительные заявки на участие принимаются по эл. почте
krutkzd@mail.ru

В заявке необходимо указать персональные данные и дистанцию.

Срок подачи заявок до 31.3.2017

Оплата стартового взноса принимается в Офисе соревнований и на месте проведения марафона
с 1.3 до 2.4.2017

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 1.2.2017
50 СВ — 1 000 р.
25 СВ — 1 000 р.
10 СВ — 500 р.
0.5 СВ — 200 р.

при наличии слотов до 12.3.2017
50 СВ — 1 200 р.
25 СВ — 1 200 р.
10 СВ — 600 р.
0.5 СВ — 300 р.

при наличии слотов с 13.3 до 2.4.2017
50 СВ — 1 500 р.
25 СВ — 1 500 р.
10 СВ — 700 р.
0.5 СВ — 400 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты стартового взноса

в Офисе соревнований
31.3/1.4.2017 с 10.00 до 17.00

на месте проведения марафона
2.4.2017 с 09.00 до 10.00

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Хабаровска на самолете:
Аэрофлот от 22 000 р. в обе стороны, время в пути 2 ч. 20 мин.
далее 400 км автобусом (5 часов) или поездом (9 часов) до Комсомольска.

До места соревнований организован заказной автобус.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

в гостиницах Комсомольска от 300 до 2 500 р. за 2х местный номер
в хостеле о т 300 р., квартирах посуточно от 1 000 др 1 500 р.

в гостинице п.Солнечный от 800 до 3 000 р. за 2х местный номер

МАРАФОН

Одно из самых ярких спортивных соревнований года **#ЮграXCки** уже стало традиционным событием всего Округа. Ежегодно несколько тысяч человек выходят на массовый старт, чтобы проверить силу своего духа. В марафоне принимают участие именитые спортсмены, олимпийские чемпионы, сурдолимпийцы, паралимпийцы, лыжники-любители, для которых лыжныйспорт стал неотъемлемой частью жизни.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

СТАРТ @ 11.00

МАРАФОН 50СВ

1/2 МАРАФОН 25СВ

ОТКРЫТАЯ ДИСТАНЦИЯ 5СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

#ХантыМансийск стоит у слияния Оби и Иртыша, но, в отличие от большинства городов на великих реках, его судьбу определили реки черного золота. Летоисчисление города ведется «со времен Князя Самара» 1582 г., и до недавнего времени город назывался Остяко-Вогульск из-за исторических названий хантов и манси. Туристов привлекает своеобразная красота города и гармоничное сочетание современных зданий с нетронутыми оазисами вечнозеленых кедров и культурой коренных народностей.

CRONWELL RESORT ЮГОРСКАЯ ДОЛИНА

ОРГАНИЗАТОРЫ

НП «ЮГРАЛОППЕТ»

Департамент физической культуры и спорта ХМАО-Югры

АУ «ЮграМегаСпорт»

Федерация лыжных гонок ХМАО-Югры

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрациии и наличии квитанции об оплате

в офисе соревнований
2-7.4.2017 с 10.00 до 19.00

На месте старта
Cronwell Resort «Югорская Долина»
Ханты-Мансийск, ул. Тобольский тракт 4, корпус «Атриум», 1-й этаж
8.4.2017 с 07.30 до 09.00

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

Застраховаться участники могут у страхового агента при получении стартового номера в Офисе соревнований.

РЕЙС ОФИС

ГОСТИНИЦА «ОЛИМПИЙСКАЯ»
Ханты-Мансийск, ул. Энгельса, 45, 1эт.

Тел.: +7 (3467) 33-12-24
E-MAIL: ugraloppet@mail.ru

Директор соревнований
СЕРГЕЙ КРЯНИН

Главный судья
ВЛАДИСЛАВ ЗАИКИН

Главный секретарь
ЗИННУР АЙНУЛИН

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация принимается до 1.4.2017 на сайтах
www.ugraloppet.ru
www.russialoppet.ru

Стартовый взнос можно оплатить банковской картой при электронной регистрации или через устройства ПАО «Ханты-Мансийский банк – Открытие», а также по платежному поручению в любом банке России

От уплаты взноса освобождаются
- дети до 12 лет (г.р. после 1.1.2006)
- паралимпийцы и сурдолимпийцы;
- ветераны ВОВ и труда при наличии удостоверения.

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 26.3.2017
50 СВ — 1 300 р.
25 СВ — 700 р.
5 СВ — 400 р.

при наличии слотов 27.3-7.4.2017
50 СВ — 1 900 р.
25 СВ — 1 000 р.
5 СВ — 500 р.

при наличии слотов
в день старта 8.4.2017
50 СВ — 2 500 р.
25 СВ — 2 000 р.
5 СВ — 1 000 р.

КАК ДОЕХАТЬ

Самый удобный способ добраться до Ханты-Мансийска – на самолете. Прямые рейсы в Ханты-Мансийск производятся из Москвы, Санкт-Петербурга, Екатеринбурга, Тюмени, Уфы, Казани, а также городов ХМАО – Белоярского, Березово, Игрима, Когалыма, Кондинска, Нижневартовска.

Прямое железнодорожное сообщение с Ханты-Мансийском отсутствует. Ближайшие ж/д станции находятся в Нягани, Приобском, Демьянке, Сургуте, Пыть-Яхе. Поездом можно доехать до одной из этих станций, затем пересесть на маршрутное такси либо рейсовый автобус до Ханты-Мансийска.

В Ханты-Мансийск также ходят междугородние автобусы из Тюмени, Екатеринбурга, Челябинска, Кургана, Омска, а также из всех городов ХМАО.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

Cronwell Resort «Югорская Долина» 4*
в нескольких метров от старта
Ханты-Мансийск, ул. Тобольский тракт, 4
+7 (3467) 35-10-58, 35-10-18, 35-10-00
ud-bron@cronwell.com

Гостиница «Олимпийская»
Ханты-Мансийск, ул. Энгельса, 45
Бронирование мест будет доступно через сайт «Югорского лыжного марафона» с марта 2017 года.

Гостиница КСК «Мустанг»
Ханты-Мансийск, п.Горный, ул.Еловая, 34
+7 (3467) 35-74-05

Специальные цены для гостей «Югорского лыжного марафона» будут опубликованы на сайте марафона в конце февраля – начале марта.

МАРАФОН

Впервые марафон #Авача был проведен в 1984 и уже на протяжении девяти сезонов является завершающим этапом Суперкубка #Russialoppet. Трасса марафона проходит в живописных местах у подножия действующего вулкана Авачинская сопка и ежегодно привлекает многих звезд российского и мирового лыжного спорта и биатлона. Важная задача соревнования привлечь не только профессионалов, а всех желающих - простых любителей лыж, которые по выходным регулярно преодолевают свои километры, и которые готовы **«Добежать до Вулкана»** в одной компании вместе с чемпионами мира и Олимпийских Игр.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

14.4.2017

«Авачинский спринт-2017»
на призы Губернатора Камчатского края

СПРИНТ 1.5СВ @15.00

16.4.2017

МАРАФОН 60СВ @10.30

1/2 МАРАФОН 30СВ @10.30

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

На границе огромной России, на самом краю мира, полуостров Камчатка выступает на полторы тысячи километров в Тихий океан. Петропавловск является одним из старейших городов России на Дальнем Востоке, находится на одной параллели с Манчестером и Дублином. На Камчатке много интересных и незабываемых мест, которые могут посетить спортсмены в период проведения марафона.

ЛЫЖНАЯ БАЗА «ЛЕСНАЯ»
ЛЫЖЕ-БИАТЛОННЫЙ КОМПЛЕКС
ИМ. В. ФАТЬЯНОВА
Северо-восточное шоссе, 50

ОРГАНИЗАТОРЫ

КАМЧАТСКИЙ ЛЫЖНЫЙ КЛУБ
«АВАЧИНСКАЯ ЛЫЖНЯ»

при содействии
Правительства Камчатского края

РЕЙС ОФИС

КАМЧАТСКИЙ ЛЫЖНЫЙ КЛУБ
«АВАЧИНСКАЯ ЛЫЖНЯ»

г. Петропавловск-Камчатский
ул. Тушканова д. 9, к. 43
kamchatkaloppet.ru

T: +7 914 781 80 33
E-MAIL: mirona.v@rambler.ru
часы работы с 10.00 до 18.00
местное время MSK +9

Директор Соревнований
АЛЕКСАНДР МИРОШНИЧЕНКО

Главный Судья
ВИКТОР МАРИКОВ

Главный Секретарь
ВИКТОРИЯ РЕЙНАСТЕ

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются до 1.4.2017
www.kamchatkaloppet.ru
www.russialoppet.ru

Участники могут застраховаться у страхового агента на месте регистрации при получении стартового номера.

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 1.4.2017
60 СВ — 1 500 р.
30 СВ — 1 000 р.

при наличии слотов с 11.4 до 15.4.2017
60 СВ — 2 000 р.
30 СВ — 1 500 р.

при наличии слотов в день старта 16.4.2017
60 СВ — 2 500 р.
30 СВ — 2 000 р.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты на месте проведения соревнований

ЛЫЖЕ-БИАТЛОННЫЙ КОМПЛЕКС
ИМ. В. ФАТЬЯНОВА
11-15.4.2017 с 10.00 до 18.00
16.4.2017 с 8.30 до 9.30

Выдача стартовых номеров спринта
14.4.2017 с 10.00 до 15.00

внимание! При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до П.-Камчатский на самолете:
Аэрофлот от 22 000 р. в обе стороны, время в пути 8 ч. 30 мин.

От аэропорта рейсовым автобусом до автостанции г. П-К.
Далее рейсовыми автобусами или (на такси) до остановки «Областная библиотека».
Далее пешком гост. «Гейзер» — 450 метров, гост. «Петропавловск» — 250 метров.

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

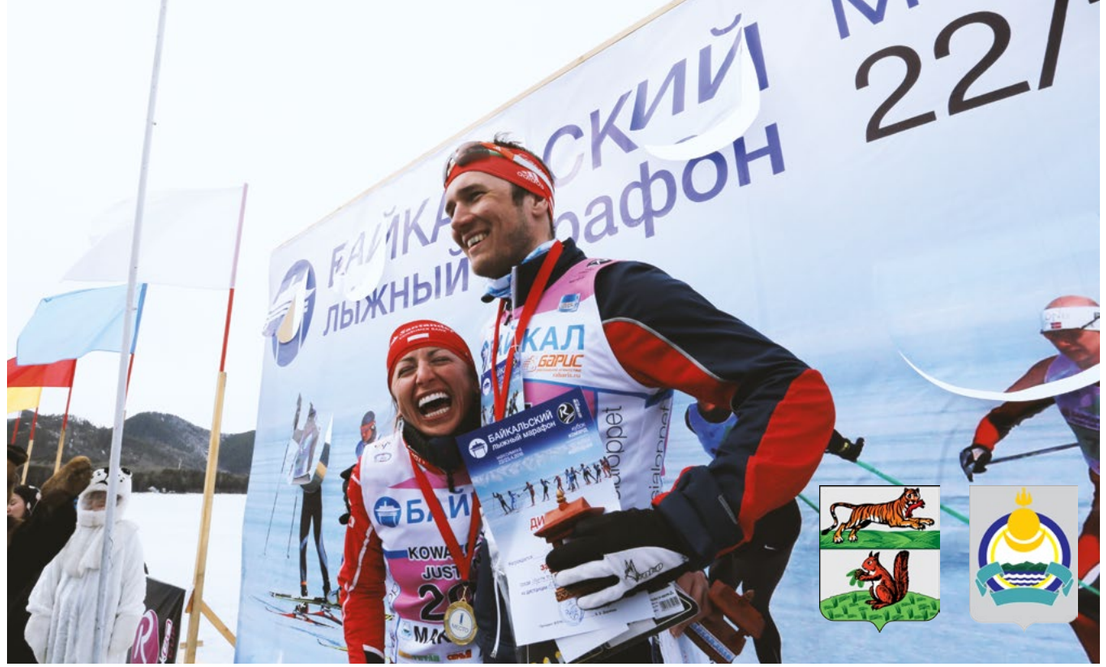
по предварительной заявке

Гостиница «Гейзер»
www.geyser-hotel.ru
+7 (415-2) 228-229, +7 (415-2) 41-95-70
E-mail: kam-gejzer@yandex.ru
2-х местный номер от 5 500 р./сутки

Гостиница «Петропавловск»
www.petropavlovsk-hotel.ru
+7 (4152) 25-25-25
E-mail: hotel@hotel.petropavlovsk.ru
одноместный номер от 3 500 р./сутки

Профилакторий «Жемчужина Камчатки» расположен в Паратунской курортной зоне. (30 мин на автобусе)

кубок.духа@rl • кубок.мастеров@rl • супер.кубок@rl



МАРАФОН

Уникальность марафона #БАЙКАЛ в том, что он проходит по льду самого глубокого озера на Земле. Баргузинский залив, в акватории которого проходит марафон - жемчужина Байкала. Глубина воды под трассой достигает около 200 м. Верхний слой байкальского льда подтаивает и образует крупные кристаллы – по нему можно двигаться со скоростью почти 30 километров в час, такой лед местные лыжники называют «шах». Уникальная, захватывающая дух природа, яркое солнце, сверкающий чистотой снег открываются перед взорами спортсменов.

ДИСТАНЦИИ

СВОБОДНЫЙ СТИЛЬ (СВ)

21.4.2017

СПРИНТ 1.5СВ @10.30

ДЕТСКАЯ ГОНКА 1.5СВ @11.30

ДЕТСКАЯ ГОНКА 5СВ @11.45

22.4.2017@10.30

МАРАФОН 50СВ

1/2 МАРАФОН 30СВ

ЮНИОР 20СВ

ОТКРЫТАЯ ДИСТАНЦИЯ10СВ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Марафон проводится в Баргузинском заливе озера Байкал, рядом с побережьем в с. Максимиха. Баргузинский залив сформирован выдающимся в Байкал полуостровом Святой Нос, горы которого достигают высоты 1877 метров над уровнем моря. Как правило, погода в день марафона не подводит.

У Байкала существует особая энергетика. Люди, которые побывали здесь хоть один раз, хотят вернуться снова.

С. МАКСИМИХА, БАРГУЗИНСКИЙ РАЙОН
РЕСПУБЛИКА БУРЯТИЯ

ОРГАНИЗАТОРЫ

Правительство Республики Бурятия
egov-buryatia.ru

Министерство спорта и молодежной политики Республики Бурятия
msmrb.ru

Федерация лыжных гонок Республики Бурятия
flgrb.ru

РЕЙС ОФИС

ФЕДЕРАЦИЯ ЛЫЖНЫХ ГОНОК
РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ

670013, г. Улан-Удэ
ул. Ключевская, 4Б

Т.+7 (924) 390 05 55
Т.+7 (983) 421 57 06

E-MAIL: **skilife@mail.ru**
E-MAIL: **barisadv@yandex.ru**

Директор Соревнований
ЮРИЙ КУЛИКОВ

Главный Судья
АНДРЕЙ ФАДЕЕВ

Главный Секретарь
ИРИНА СОБОЛЕВА

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата принимаются до 16.4.2017

www.russialoppet.ru

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 16.4.2017

50 / 30 / 20 СВ	— 1 000 р.
10 СВ	— 500 р.
5 и 1.5 СВ	— не взимается

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится при условии регистрации и оплаты в Офисе соревнований в с. Максимиха в следующие дни:

20-21.4.2017 с 10.00 до 17.00
22.4.2017 с 8.00 до 10.00

внимание!
При получении стартового номера участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья и несчастного случая и заполнить заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Улан-Удэ на самолете:
S7 от 30 000 р. в обе стороны, время в пути 5 ч. 55 мин.

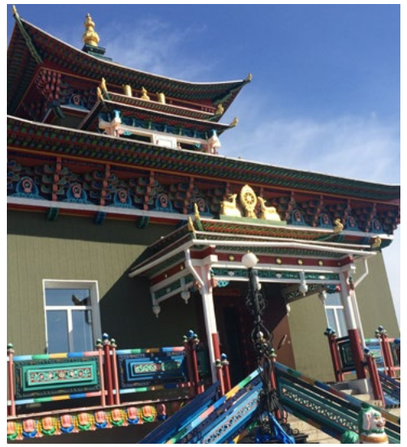
От аэропорта до автовокзала можно доехать на автобусе №77.
От ЖД вокзала до автовокзала можно доехать на автобусе №36.
С автовокзала Улан-Удэ до Максимихи ежедневно отправляются рейсовые автобусы.
Расстояние - 236 км, время в пути – 3 часа, цена - 500 рублей.

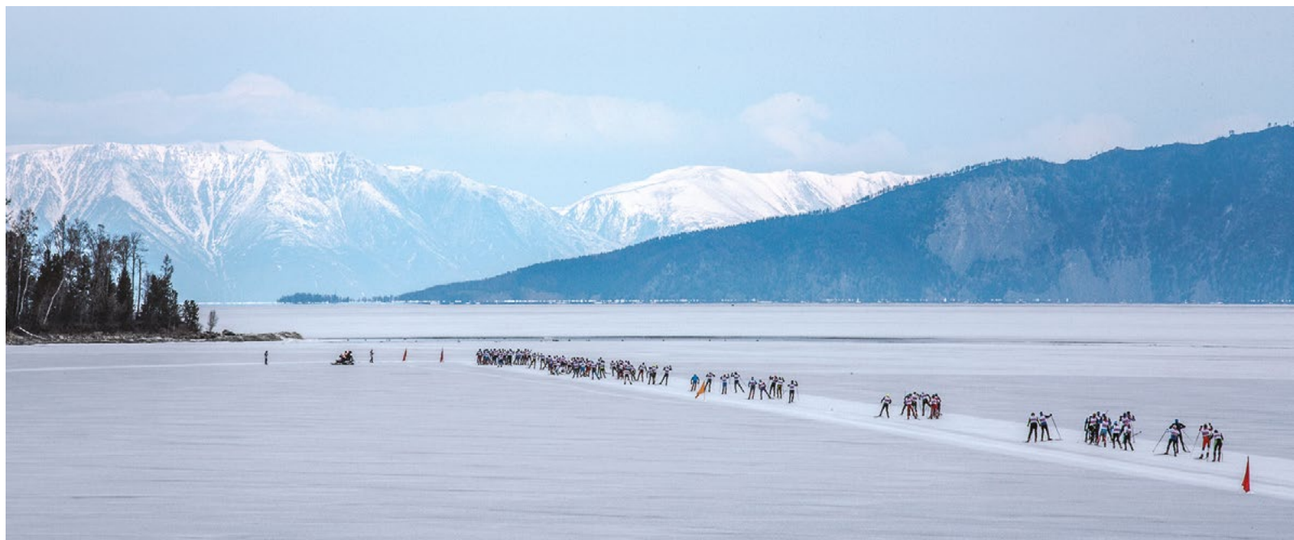
ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

СТЦ «МАКСИМИХА»
+7 983 436 03 61
dprb@mail.ru

Т/Б «КУМУТКАН»
www.kumutkan.ru
+7 3012 21 5711, 8+7 9021 66 11 54
kumutkan@mail.ru

При размещении на турбазе «Кумуткан» или спортивно-туристическом центре «Максимиха» предлагаются пакетные туры, в которые входят трансфер от ЖД вокзала или аэропорта до Максимихи и обратно.





28.1.2017 @ Самара • **Сокольи Горы**

кандидат
russialoppet

МАРАФОН

«Сокольи Горы», благодаря уникальному природному рельефу, это лучшее место в Самаре для прогулок на лыжах и соревнований. Сокольи горы вместе со знаменитыми Жигулевскими горами составляют так называемые Жигулёвские ворота, между которыми проходит основное русло Волги. Сокольи горы названы в честь наблюдавшегося ранее гнездования птиц семейства соколиных. Вершинами являются горы Тип-Тяв, Кузнецова, Барсук и Лысая гора.

ДИСТАНЦИИ

КЛАССИЧЕСКИЙ СТИЛЬ (КЛ)

28.1.2017 @11.00

МАРАФОН 50КЛ

1/2 МАРАФОН 30КЛ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Самара была основана в 1586 году, как сторожевая крепость. Не случайно, по прошествии четырех столетий, в годы Великой отечественной войны, город Куйбышев (Самара) являлся запасной столицей СССР. Самара - лучший город Поволжья. Известные бренды: ракета-носитель «Союз» (ЦСКБ «Прогресс»), конфеты и шоколад «Россия - щедрая душа» - шоколадной фабрики «Россия», пиво «Жигулевское» - АО «Жигулевское пиво», река Волга и Самарская набережная длиной 5 км с прекрасными песчаными пляжами, природный заповедник «Самарская Лука».

ОРГАНИЗАТОРЫ

Открытый Самарский классический лыжный марафон «Сокольи Горы 2017»
www.ski63.ru

Департамент физической культуры и спорта Администрации г.о. Самара

Самарская областная Федерация лыжных гонок

РЕЙС ОФИС

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ
ГАУ СО УЧЕБНО-СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР «ЧАЙКА»
г. Самара, п. Управленческий
www.chaikasamara.ru

Т. +7 846 950 19 73
Т. +7 917 944 40 82 Сергей Васильев
СМИ:+7 927 260 78 48 Алексей Жирухин
Email: skimarafon@ski63.ru
Местное время MSK +1

Главный Судья
СЕРГЕЙ ВАСИЛЬЕВ

Главный Секретарь
ЕЛЕНА АБАШКИНА

РЕГИСТРАЦИЯ

Электронная регистрация и оплата стартового взноса принимаются

до 22.01.2017 на www.ski63.ru

ЛЬГОТЫ:
50% от стоимости в соответствующий период оплаты:

- мужчины 60-64, 65-69 лет, 70 лет и старше
- женщины 55-59 лет, 60 лет и старше

Для участников с ограниченными возможностями по справке ВТЭК взнос:

50 КЛ — 500 р.

30 КЛ — 400 р.

СТАРТОВЫЙ ВЗНОС

размер стартового взноса до 31.12.2016:

50 КЛ — 1 400 р.

30 КЛ — 1 200 р.

при наличии слотов до 22.01.2017:

50 КЛ — 1 800 р.

30 КЛ — 1 600 р.

при наличии слотов до 28.01.2017:

50 КЛ — 2 400 р.

25 КЛ — 2 000 р.

В день старта, заявки на участие в соревновании, принимаются только при наличие свободных стартовых номеров.

БИБЫ

Выдача стартовых номеров производится в Офисе соревнований

26-27.1.2017 с 10.00 до 18.00
28.1.2017 с 8.30 до 10.30

внимание!
Для участия в соревновании участник должен предоставить удостоверение личности, оригинал медицинской справки с датой оформления не ранее 6 месяцев до даты соревнований, печатью выдавшего учреждения, подписью врача и указанием на допуск к соревнованию на выбранную дистанцию, а также личную страховку жизни, здоровья от несчастного случая и заполнить карточку участника, заявление о персональной ответственности за свое здоровье.

КАК ДОЕХАТЬ

из Москвы до Самары на самолете:
Utair, Победа, Уральские Авиалинии от 4 500 р. в обе стороны, время в пути 1 ч. 45 мин.

из Москвы до Самары на поезде:
Казанский Вокзал, поезд №050М
билеты от 1 500 р. в одно направление, время в пути 14 ч.

от Международного аэропорта «Курумоч» г. Самары:
маршрутные такси № 392, 78 до остановки «7 участок», далее пешком около 12 мин.

от Центрального ж/д вокзала Самары маршрутное такси №50
от Центрального автовокзала маршрутное такси № 392

ГДЕ ОСТАНОВИТЬСЯ

ГАУ СО Учебно-спортивный центр «Чайка»
www.chaikasamara.ru
Самара, п. Управленческий
Т.+7 846 950 19 73, +7 917 119 97 25
Мишукова Елена Анатольевна

Парк отель «Дубрава»
Самара, п. Управленческий,
67 квартал Самарского лесничества
Т. +7 846 312 34 12; +7 846 312 34 24
www.parkhoteldubrava.ru

«У Сокольих гор»
Самара, п. Управленческий, ул. 8 марта 8
+7 (846) 998 59 81, + 7 (846) 998 58 96,
+7 (846) 312 74 88

«Ангел Отель»
Самара,п. Управленческий,
Красноглинское шоссе 92,
+7 846 202-15-88, www.angelhotel.ru

Отель «Дубки»
Самара, ул. Демократическая д.45А к1
+7 846 300 21 66, www.hotel-dubki.ru

Самая длинная в мире

лыжная гонка возвращается!

ЛЫЖИ FISCHER DOUBLE POLING

Компания Fischer идет в ногу со временем и чутко реагирует на изменения, происходящие в лыжном спорте. Ни для кого не секрет, что последние годы не только сильнейшие гонщики, но и лыжники любители активно используют новую технику классического хода Double poling. В этом случае лыжник не использует традиционные мази держания, а проходит дистанцию отталкиваясь только руками. Мы рады представить вам в этом сезоне новую классическую модель Speedmax Double Poling, разработанную именно для этого.

«Мне очень нравится новая конструкция. На этих лыжах очень легко использовать технику Double Poling, как на равнине, так и в подъем. Когда вы устаете к концу гонки, это ощущается при каждом отталкивании руками».

Petter Eliassen неоднократный победитель международных лыжных марафонов, двухкратный обладатель Кубка Ski Classic

fischersports.com