



Серия индивидуальных тренировочных стартов по спортивному ориентированию

Ильинское, 2-3-4 мая 2022г.

Цели: повышение мастерства участников в технике езды на маунтинбайках и в навыках велоориентирования в начале спортивного сезона.

Организаторы: клуб Ориента Ski-O

Программа тренировок:

Дата	Место старта	Содержание тренировки
2 мая, понедельник Открытый старт 9.00-9.30	Ст.Яхрома	контрольная тренировка (велогонка) вдоль канала им.Москвы
3 мая, вторник Открытый старт 9.00-9.30	п.Свистуха	МТБО-спринт по новой карте от Р.Грицана
4 мая, среда Открытый старт 9.00-9.30	п.Ильинское	МТБО-классика

Категории участников:

S – простые короткие дистанции

M – средний уровень, примерно как МЖ17

L – МТБО на максималках

Хронометраж

на тренировках используется система отметки SportIdent.

Формат проведения

Серия тренировок проводится в индивидуальном формате.

На старте участники получают карты, на финише – информацию о своем результате и правильности прохождения дистанции.

Участникам доступно повторное преодоление собственной дистанции и(или) дополнительной.

Заявка

до 1 мая 2022 в системе [Sportident.online](https://sportident.online).

Заявочный взнос за 3 мероприятия 1000р.

Отдельный старт 400р.

2 мая
гонка вдоль канала им. Москвы по трассе Вело-1

Старт открытый по стартовой станции с **9.00 до 9.30**.

Параметры: 26км (13+13)

Основные моменты:

- парковка около дома культуры, проход к месту старта по подземному переходу через Дмитровское шоссе
- кафе и туалеты на стадионе
- старт находится снаружи стадиона на трассе Вело-1 ближе к каналу
- разминка от старта до парковки
- участники стартуют в свободном порядке, отмечая станцию старта. Очистка и проверка чипа на старте
- участники **проезжают 26 км (13 + 13 км)**. В разворотной точке участники должны отметить **КП №31**. КП оборудовано призмой.
- финиш фиксируется отметкой в финишной станции
- после финиша участники считывают свои чипы для получения результата

Схема 2 мая на Яндекс Картах: <https://yandex.ru/maps/-/CCUFBZSJGA>



**3 мая
Спринт в п.Свистуха**

Старт открытый по стартовой станции с **9.00 до 9.30.**

Параметры дистанций:

L	6.3км	13КП
M	5км	10КП
S	3.7км	7КП

Карта: масштаб 1:7700, сечение рельефа 5м. Формат А4

Дистанции проходят по поселку и прилегающим территориям.

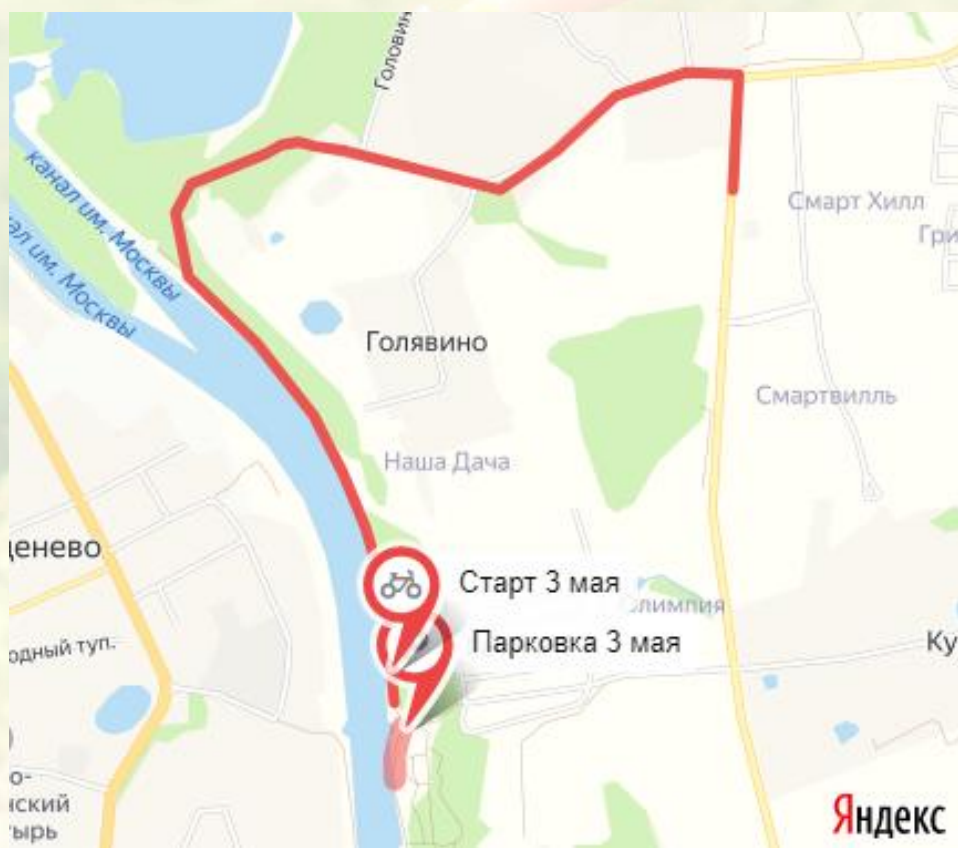
В районе 32КП есть калитка в заборе, которую можно открыть. В карте она показана препятствием. После своего проезда калитку нужно закрыть!

Большая просьба быть вежливыми с местными жителями.

Будьте предельно внимательными на поселковых улицах, притормаживайте на закрытых перекрестках.

Всегда держитесь правой стороны!

Схема 3 мая на Яндекс Картах: <https://yandex.ru/maps/-/CCUFBZd5~D>



4 мая
Классика в с.Ильинское

тарт открытый по стартовой станции с **9.00 до 9.30.**

Параметры дистанций:

L	11.2км	19КП	1:10000
M	7.2км	10КП	1:10000
S	4.3км	8КП	1:7500

Карта: сечение рельефа 5м. Формат А4

Большая просьба быть вежливыми с местными жителями.

Будьте предельно внимательными на поселковых улицах, притормаживайте на закрытых перекрестках.

Всегда держитесь правой стороны!

Схема 4 мая на Яндекс Картах: <https://yandex.ru/maps/-/CCUFJQAK-A>

Дистанция L включает в себя участок кросс-кантрийного круга Glukhov Race (движение против часовой стрелки).

