ПРОГРАММА
«РУТ-вставай на лыжи!»

1 марта 2025 г. (суббота)
ЮВАО г. Москвы, Окружной биатлонно-лыжный комплекс «Юго-Восток»

13:00 – приезд участников, начало регистрации (выдачи номеров)
14:20 – построение участников
14:30 – официальная церемония открытия
15:00 – первый старт, начало работы интерактивной программы
16:45-17:00 – церемония награждения
17:15 – закрытие соревнований

РЕГЛАМЕНТ

Стиль передвижения – свободный. Вид старта – групповой.

Выдача электронных транспондеров производится в стартовой зоне: за 3-10 минут до своего старта. После финиша необходимо сдать стартовый номер и электронный транспондер.

№ забега	Группа	Стартовое время	Стартовые номера	Дистанция
ПЕРВЫЙ БЛОК УЧАСТНИКОВ – ДЕТИ				
1	Мальчики 5-7 лет Девочки 5-7 лет	15:00		400 м (1 круг)
2	Мальчики 8-10 лет Девочки 8-10 лет	15:03		800 м (2 круга по 400 м)
3	Мальчики 11-13 лет Девочки 11-13 лет	15:06		800 м (2 круга по 400 м)
ВТОРОЙ БЛОК УЧАСТНИКОВ – ЗАБЕГ «ПРОФЕССИОНАЛЫ»				
4	Мужчины	15:15		4,5 км (3 круга по 1,5 км)
5		15:18		
ТРЕТИЙ БЛОК УЧАСТНИКОВ – ЗАБЕГ «ЗДОРОВЬЕ»				
6	Женщины	15:30		1,5 км (1 круг)
7		15:33		
8		15:36		
9		15:39		
10		15:42		
ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК УЧАСТНИКОВ – ЗАБЕГ «ПРОФЕССИОНАЛЫ»				
11	Женщины	15:50		3 км (2 круга по 1,5 км)
ПЯТЫЙ БЛОК УЧАСТНИКОВ – ЗАБЕГ «ЗДОРОВЬЕ»				
12	Мужчины	16:10		1,5 км (1 круг)
13		16:13		
14		16:16		
15		16:19		
16		16:22		
17		16:25		
18		16:28		
19		16:31		
20		16:34		