



Информация о проведении индивидуальных тренировок Рождественские спринты 2022

январь	Место проведения	Протяженность трасс	Время выхода на трассу. Форма старта, контрольное время.
2	Дендропарк	от 1 до 4,5 километров	12.00-12.30 Индивидуально-свободная, 70 минут
4	Финский парк	от 1 до 4,5 километров	11.30-12.00 Индивидуально-свободная, 70 минут
7	Корытово, теннисный корд	от 1 до 4,5 километров	11.00-11.30 Индивидуально-свободная, 70 минут

Регистрация участников за 30 минут до начала старта. Местность сухая.

Лучший результат определяется 7 января.

Трассы на 2,4 января, дистанции снежинки			
А	В	С	
3,5-4,5 Км	2,5-3,5 км	1,0 км Нет маркировки	
Трассы на 7 января, дистанция рождественская			
М/Ж10 (20011-2012г.р.) Маркировка Протяженность трасс 1,0-1,5 км	М/Ж 12 (2010-2011 г. р.) Протяженность трасс 1,0-1,5 км	М/Ж 14 (2008-2009 г.р.) Протяженность трасс 2,5-3,5 км	
М/Ж 16 (2006-2007г. р.) Протяженность трасс 2,5-3,5 км	М/Ж 21 (1976 - 2005 г.р.) Протяженность трасс 2,5-3,5 км	М/Ж 45 (1961-1956 г.р.) Протяженность трасс 2,5-3,5 км	М/Ж60 (1962 и старше г.р.) Протяженность трасс 2,5-3,5 км

Заявку на трассы необходимо сделать до 17.00 часов дня, предшествующего дню тренировки на эл. почту d7778@mail.ru с указанием трассы А,В или С на 2,4 января и с указанием ГРУППЫ на 7 января.

Расходы за день:

- до 18 лет, пенсионеры по возрасту, студенты очной формы обучения-100;
- остальные - 200 (за три дня 500).

Условия проведения могут быть изменены в связи с изменениями в Указе губернатора Псковской области по противодействию инфекции.