



Положение о проведении мероприятия

«RAGE RACE»

Общие положения. Организация

- **Общее руководство:** организаторы гонки Rage Race
- **Название мероприятия:** гонка с препятствиями Rage Race
- **Формат мероприятия:** гонка с препятствиями (дистанция 8 км+ и 20+ препятствий)
- **Формат участия:** индивидуальный, командный (4 человека, минимум один противоположного пола) и фановый.
- **Дата и время проведения соревнования:** **10.09.2023 г. с 14:00 до 18:00**
- **Участие в мероприятии для лиц строго от 18 лет и старше!**

Цели и задачи

Соревнования проводятся в целях:

- Оздоровления и приобщения к систематическим занятиям спортом различных возрастных и социальных категорий населения
- Развития и популяризации гонок с препятствиями
- Пропаганда здорового образа жизни.

Время. Место. Программа мероприятия

- Дата проведения: 10.09.2023 года
 - Место проведения: Московская область, Шаховской р-н, населённый пункт Вишенки
 - **Начало регистрация с 13:00 до 14:00**
 - Брифинг для индивидуального забега в 13:50
 - **Старт индивидуального забега в 14:00 (волнами по 5 человек)**
 - Брифинг для командного забега на результат в 14:20
 - **Старт командного забега в 14:30 (волнами по 2 команды)**
 - **Старт фанового забега в 15:00 (волнами по 10 человек)**
 - Награждение победителей индивидуального забега в 16:00
 - Награждение победителей командного забега в 16:30
 - 18:00 закрытие стартового городка, окончание мероприятия.
- * В зависимости от количества участников расписание может быть скорректировано!**

Регистрация

Для участия в соревновании участник должен приобрести билет на сайте **ragerace.ru** с указанием необходимых для этого данных из документа удостоверяющего личность (паспорт) и форматом участия. При указании заведомо неверных данных участнику может быть отказано в участии в мероприятии.

Онлайн регистрация **закрывается 8.09 в 23.59** и списки участников фиксируются.

В день мероприятия участники прибывают в зону проведения мероприятия к началу регистрации.

Для регистрации необходимо при себе иметь:

- **паспорт**
- **копию или оригинал действующей медицинской справки**
- **соглашение об освобождении от ответственности (приложение 1)**

После регистрации участник забега получает свой **стартовый номер и браслет (в индивидуальном забеге девушки получают два браслета)** и, в

соответствии со своим форматом участия, должен прийти к указанному выше времени в стартовую зону для прохождения брифинга.

Передача стартового номера иным лицам до и во время забега запрещается!

Ответственность

Участник несет полную ответственность за состояние своего здоровья и фактом регистрации на соревнование, подтверждает, что полностью осведомлен о рисках, связанных с бегом, силовыми нагрузками, а также с тем, что не имеет медицинских или иных противопоказаний для участия в соревнованиях данного формата.

При регистрации на сайте и подписании **соглашение об освобождении от ответственности** в день мероприятия участник подтверждает, что он полностью снимает с организаторов ответственность за возможный ущерб здоровью, полученный им во время соревнований.

Форматы

В мероприятии предусмотрено три формата участия: «индивидуальный», «командный» и «фановый».

Старт/Финиш

Мероприятия проходит в массовом формате. Старт в рамках одного формата может быть разделен на волны в соответствии с количеством участников. **К участию в забеге допускаются только те участники, которые имеют стартовый номер, браслет** (если его наличие предусмотрено форматом забега).

После объявления ведущим о старте, участники забега приступают к преодолению трассы. Окончанием участия в забеге является прибытие участника к финишу в стартовой зоне. Если участник по каким-либо причинам покидает трассу, то он дисквалифицируется и автоматически завершает забег.

На финише участник должен сдать чип электронного хронометража (если его наличие предусмотрено) и только после этого имеет право на получение жетона участника.

Индивидуальный

Участнику необходимо преодолеть всю дистанцию и пройти все препятствия. Если участник не в состоянии преодолеть какое-либо из препятствий, то он обязан подойти к судье, назвать свою фамилию и номер, после чего судья срезает браслет и далее участник забега проходит трассу вне зачёта.

Участники с браслетом имеют приоритет при прохождении препятствия над участниками без браслета, а именно при наличии очереди возле препятствия **участники без браслетов должны пропустить участников с браслетами вперёд.**

Если по каким-либо причинам на препятствии возникает **очередь из участников с браслетами, то в случае неудачной попытки прохождения препятствия участник очереди переходит в конец этой очереди.**

За правильностью прохождения препятствий следят волонтеры и судьи мероприятия. Участники **обязаны внимательно слушать требования судей и волонтеров.**

Есть лимит времени на прохождение трассы (1 час для мужчин и 1 час 15 минут для женщин). При выходе за временной лимит не добравшиеся до финиша участники автоматически дисквалифицируются и завершают забег вне зачёта.

При составлении итогового рейтинга учитывается наличие браслета участника и времени прохождения трассы. Наличие браслета имеет приоритет над временем прохождения.

Командный

Участникам командного формата необходимо преодолеть всю дистанцию и пройти все препятствия в составе 4-х человек (минимум один участник противоположного пола). Команды приступают к прохождению препятствия только **если находятся в полном составе возле препятствия.** Команда покидает препятствие только после завершения преодоления его последним участником

команды. Если препятствие предусматривает несколько линий, то команда занимает только **одну линию**.

Все члены команды с браслетами должны сделать самостоятельно **минимум одну полноценную попытку** прохождения препятствия.

При наличии браслета участник команды **обязан самостоятельно преодолеть препятствие**. Если хотя бы **один** член команды с браслетом не способен преодолеть какое-либо препятствие, тогда **по решению команды с одного (любого) участника команды судья/волонтер срезает 1 браслет, т. е. на одном препятствии команда может потерять не более 1 браслета**. В дальнейшем участники без браслетов могут пользоваться помощью других членов команды в преодолении следующих препятствий.

Команды, в которых имеется хотя бы один браслет имеют приоритет при прохождении препятствия над командами без браслетов, а именно при наличии очереди возле препятствия команды без браслетов должны пропустить команды с браслетами вперёд.

Если все члены команды лишились браслетов, то команда участвует в забеге вне зачёта.

Команды без браслетов обязаны пропускать вперёд команды с браслетами.

За правильностью прохождения препятствий следят волонтеры и судьи мероприятия. Участники **обязаны внимательно слушать требования судей и волонтеров**.

Есть лимит времени на прохождение трассы (1 час 30 минут). При выходе за временной лимит не добравшиеся до финиша команды автоматически дисквалифицируются и завершают забег вне зачёта.

Участники команд финишируют **одновременно**.

При составлении итогового рейтинга количество браслетов у участников команды имеют приоритет над временем прохождения трассы другими командами с меньшим количеством браслетов, а также без браслетов.

Фановый

Участники фанового забега необходимо преодолеть всю дистанцию. Участникам разрешается пропускать препятствия, однако они должны сделать **минимум одну полноценную попытку** прохождения препятствия.

Все участники фанового забега могут помогать друг другу в прохождении трассы.

За правильностью прохождения препятствий следят волонтеры и судьи мероприятия. Участники **обязаны внимательно слушать требования судей и волонтеров.**

Временного лимита на прохождению трассы нет. Время прохождения трассы ограничивается только временем проведения мероприятия.

Определение победителя

Построение рейтинга и определение победителя забега идёт по следующим признакам и приоритету:

- наличие браслета (или количества браслетов у команды)
- время завершения трассы

Награждение

Первый участник мужского и первый участник женского индивидуального забега, а также первая команда командного забега награждаются призами от организаторов старта.

Индивидуальный забег:

Первое место в мужском зачёте: призовой кубок.

Первое место в женском зачёте: призовой кубок.

Командный на результат:

Первое место в командном зачёте. Призовой кубок.

Техническая информация

Схема трассы

Схема трассы в день старта может быть изменена!

Общий вид трассы 10 сентября представлен ниже.



Препятствия

Порядок препятствий, их конструкция и количество может на день старта может быть изменено!

1. **Низкий барьер.** Каждый участник должен самостоятельно преодолеть барьер.
2. **Высокий барьер.** Каждый участник должен самостоятельно преодолеть барьер.
3. **Перенос груза (Мешок).** Каждый участник должен самостоятельно пронести груз (мешок 20-30 кг) по определённой траектории и вернуть на прежнее место. В командном формате участники могут помогать друг другу, т. е. один участник команды может одновременно переносить 2 и более мешков. На дистанции можно делать перерыв положив груз на землю. **Волочение, броски или иные способы переноса груза не допускаются.**



4. Сетка 1. Сетка 6 м и высотой 1 м. Необходимо проползти под сеткой от начала и до конца вместе с грузом. Запрещается вставать в полный рост. **Волочение груза допускается.**



5. Баланс. Участнику необходимо пройти по доске вместе с грузом не касаясь земли.



6. Спортивный моргенштерн. Участник должен самостоятельно перенести спортивный снаряд (металлическая труба с гирей 16 кг) по определённой траектории и вернуть в начальное положение. **Для мужчин.** Перенос производится за счёт подъёма и удержания трубы в руках в указанных зонах. **Хват за цепь, гирию или иные элементы снаряда не допускаются.** **Для женщин.** Перенос спортивного снаряд может быть произведён хватом за любой элемент. **Для всех.** Перенос осуществляется только при отсутствии контакта гири с землёй. На дистанции можно делать перерывы положив спортивный снаряд на землю. **Перебрасывания, волочения не допускаются.**



7. Слэक्лайн. Участнику необходимо с помощью рук и ног преодолеть горизонтальный слэक्лайн от одной отметки до другой. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.

8. Вертикальная сетка. Участнику необходимо с помощью рук и ног преодолеть вертикальную сетку.

9. Сетка 2. Сеть 12 м. Необходимо проползти под сеткой от начала и до конца. Запрещается вставать в полный рост.



10. Штурмовой молот. Доска 3 м с деревянным брусом и кувалдой в 3 кг. Каждый участник должен самостоятельно с помощью ударов кувалдой по торцевой части бруса переместить брус от начала и до конца доски. Хват за кувалду производится руками на отмеченных участках рукоятки. После завершения упражнения участник возвращает брус в исходное положение.



11. Лес. Участник должен преодолеть препятствие, начиная с первой доски и заканчивая последней, не касаясь земли. Хвататься за доску выше отметки запрещено. Хвататься за две и более доски стоя на земле запрещено. После того, как участник полностью переместился на последнюю доску, он может завершить прохождение препятствия ударом рукой в колокольчик. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



12. Зацепы. Участник должен преодолеть препятствие с помощью рук, начиная с первого и второго зацепа и завершить его ударом рукой в колокольчик. Запрещается хвататься за другие элементы конструкции, кроме зацепов. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



13. Канаты. Участник должен преодолеть препятствие начиная с первого до последнего каната не касаясь телом земли. После того, как участник забрался на первый канат и не касается земли, он может перейти на второй и последующие канаты. Когда участник полностью переместился на последний канат, он может завершить прохождение препятствия. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



14. Цепная лестница. Конструкция 6 м с 3 полосами и 3 горизонтальными лестницами на цепи. Участник должен преодолеть препятствие с помощью рук начиная с первого элемента лестницы и заканчивая последним, после чего может завершить прохождение препятствия. Запрещается хвататься руками за цепь и иные элементы конструкции.



15. Подвал. Конструкция 6 м, высотой в 1.5 м с 3 полосами и набором различных навесных элементов. Участник должен преодолеть препятствие с помощью рук и ног начиная с первого навесного элемента и заканчивая прохождением ударом рукой в колокольчик. Запрещается хвататься за другие элементы конструкции, кроме навесных элементов. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



16. Мастер черенков. Участник с помощью рук и ног должен преодолеть препятствие используя 3 колышка, переставляя их от начала и до конца. Препятствие считается пройденным если участник переместил все 3 колышка в последние три отверстия. Запрещается хвататься за иные элементы конструкции, кроме черенков. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение препятствия заново.



17. Нунчаки. Конструкция 6 м с 2 полосами. Участнику необходимо преодолеть рукоход с использованием двух колышков на цепи от начала и до конца. Запрещается хвататься руками и ногами за иные элементы конструкции. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



18. Микс. Конструкция 9 м с 3 полосами и набором различных навесных элементов. Участник должен преодолеть препятствие с помощью рук начиная с первого навесного элемента и до последнего, после чего завершает прохождение ударом в колокольчик. Запрещается хвататься руками и ногами за цепи и верёвки навесных элементов, а также за несущие элементы конструкции. Если участник при прохождении препятствия коснулся земли, то он начинает прохождение заново.



Фотографирование и прочее

- Организаторы имеют право использовать сделанные ими во время забега фотографии по своему усмотрению. Участники могут бесплатно скачать фотографии из страниц забега https://vk.com/rage_race_ocr

Отзывы и предложения

- Все отзывы и предложения, касающиеся проведения забега, принимаются через официальный аккаунт в социальных сетях:

VK https://vk.com/rage_race_ocr

Telegram https://t.me/ragerace_ocr

Телефон для связи: +7(967)137-74-07

Приложение №1

СОГЛАШЕНИЕ ОБ ОСВОБОЖДЕНИИ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

Отказ от претензий/освобождение от ответственности для принимающих участие в соревнованиях
Rage Race 10.09.2023

ФИО: _____

Серия и номер паспорта, дата выдачи _____

Телефон: _____

Номер участника в забеге _____

В связи с моим участием в функциональном соревновании «Rage Race» 10.09.2023, которая будет проводиться на территории Московской области, Шаховского р-на, населённого пункта Вишенки, для предоставления мне допуска к участию я, нижеподписавшийся, подтверждаю, признаю и от своего имени соглашаюсь с нижеследующим:

1) На дату проведения «Rage Race» 10.09.2023 мне есть полных 18 лет.

2) Указанные мероприятия предполагают наличие существенных рисков получения травм, включая возможный постоянный паралич и смерть. Несмотря на то, что соблюдение определённых правил, технических норм, использование специального оборудования и личная дисциплина могут снизить эти риски, тем не менее, опасность получения серьезных травм остаётся. Я осознаю, что функциональное соревнование, которым является «Rage Race», является тем видом спорта, который может повлечь получение травм.

3) Я СОЗНАТЕЛЬНО И ДОБРОВОЛЬНО БЕРУ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ЭТИ РИСКИ, как известные, так и неизвестные, В ТОМ ЧИСЛЕ РИСКИ, ВОЗНИКШИЕ ПО ПРИЧИНЕ ХАЛАТНОСТИ СО СТОРОНЫ ЛИЦ, ОСВОБОЖДЁННЫХ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ, или иных лиц, и принимаю на себя полную ответственность за мое участие в «Rage Race».

4) Я добровольно соглашаюсь соблюдать все общепринятые требования и условия участия.

5) Я, от своего имени и имени своих наследников, правопреемников, личных представителей и ближайших родственников **НАСТОЯЩИМ ОСВОБОЖДАЮ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И СУДЕБНОГО ПРЕСЛЕДОВАНИЯ**, их служащих, должностных лиц, агентов, и/или сотрудников, других участников, финансирующие организации, спонсоров, рекламодателей, и в соответствующих случаях владельцев и арендодателей помещений, в которых проводятся мероприятия, **В СЛУЧАЕ ПРИЧИНЕНИЯ ЛЮБОЙ ТРАВМЫ, НЕТРУДОСПОСОБНОСТИ, СМЕРТИ, ущерба или повреждения, причиняемого лицу или ИМУЩЕСТВУ ПО ПРИЧИНЕ ХАЛАТНОСТИ ЛИЦ, ОСВОБОЖДЁННЫХ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ, ИЛИ ПРИЧИНЕ** в полной мере, разрешённой законом.

6) Настоящим я даю согласие **ОРГАНИЗАТОРАМ МЕРОПРИЯТИЯ** на фотосъемку и запись моего голоса и выступлений, а также использование моих фотографий, силуэтных изображений и других материалов, предполагающих воспроизведение моего внешнего облика и голоса, для маркетинговых целей в рамках данного мероприятия и мероприятий, которые будут проводиться в последующие годы.

7) Я признаю, что может проводиться аудио-, видео-, кино - и/или фотосъемка моего участия, и, давая согласие на фотосъемку и/или видеосъемку, я безвозмездно и бесплатно передаю права, перечисленные в п.6 выше, **ОРГАНИЗАТОРАМ МЕРОПРИЯТИЯ**.

С НАСТОЯЩИМ СОГЛАШЕНИЕМ ОБ ОТКАЗЕ ОТ ПРЕТЕНЗИЙ/ОСВОБОЖДЕНИИ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И ПРИНЯТИИ РИСКОВ ОЗНАКОМЛЕН. Я ПОЛНОСТЬЮ ПОНИМАЮ СМЫСЛ И ЗНАЧЕНИЕ ВСЕХ УСЛОВИЙ И ОСОЗНАЮ, ЧТО, ПОДПИСЫВАЯ ДАННЫЙ ДОКУМЕНТ, Я ОТКАЗЫВАЮСЬ ОТ ОСНОВНЫХ ПРАВ. Я ПОДПИСЫВАЮ НАСТОЯЩИЙ ДОКУМЕНТ ДОБРОВОЛЬНО И БЕЗ КАКОГО-ЛИБО ПРИНУЖДЕНИЯ.

ФИО: _____

ПОДПИСЬ: _____ ДАТА: _____