

Регламент проведения Всероссийского дня бега «Кросс Нации»

26 сентября 2026 года

д. Гришкино Большое
Калининский МО (лыжная
база ГБУ ДО «КСШОР №1 имени
олимпийского чемпиона Виктора
Капитонова»)

Участники соревнований и дистанции:

Дистанция	Возрастная группа
1 000 м	девочки 2017 г.р. и младше
1 000 м	мальчики 2017 г.р. и младше
1 000 м	спортивные семьи – трио: папа, мама и ребенок; дуэты: папа и ребенок, мама и ребенок (возраст ребенка 2017 г.р. и младше)
2 000 м	девушки 2013 - 2016 г.р. (1 круг)
2 000 м	юноши 2013 - 2016 г.р. (1 круг)
2 000 м	женщины 55 лет и старше (1 круг)
2 000 м	мужчины 55 лет и старше (1 круг)
4 000 м	девушки 2007-2012 г.р. (1 круг)
4 000 м	юноши 2007-2012 г.р. (1 круг)
4 000 м	женщины 2006 г.р. и старше (1 круг)
4 000 м	мужчины 2006 г.р. и старше (1 круг)

Участники соревнований допускаются только при наличии допуска врача.

Программа проведения соревнований:

10:00 – 11:45 – регистрация участников;
12:00 – 12:15 – торжественное открытие Всероссийского дня бега «Кросс нации»;
12:20 – старт мальчиков 2017 г.р. и младше на дистанцию 1 км
12:30 – старт девочек 2017 г.р. и младше на дистанцию 1 км
12:40 – старт спортивных семей (трио: папа, мама и ребенок 2017 г.р. и младше) на дистанцию 1 км
12:50 – старт спортивных семей (дуэт: папа и ребенок 2017 г.р. и младше) на дистанцию 1 км
13:00 – старт спортивных семей (дуэт: мама и ребенок 2017 г.р. и младше) на дистанцию 1 км
13:10 – старт юношей 2013 - 2016 г.р. на дистанцию 2 км
13:20 – старт девушек 2013 - 2016 г.р. на дистанцию 2 км
13:30 – старт «Активное долголетие» (мужчины, женщины 55 лет и старше) на дистанцию 2 км
13:45 – старт юношей 2007-2012 г.р. на дистанцию 4 км
13:50 – старт девушек 2007-2012 г.р. на дистанцию 4 км
14:00 – старт мужчин 2006 г.р. и старше на дистанцию 4 км
14:05 – старт женщин 2006 г.р. и старше на дистанцию 4 км
14:40 – окончание мероприятия

Награждение победителей и призеров в каждой возрастной группе после завершения забега.