

**8 января 2020 г.**  
**Лыжная гонка – лонг – общий старт.**

Масштаб карты 1:10000.

**Сведения о трассах (указаны для одного этапа).**

| Группа | Кол-во кругов | Длина км. | Кол-во пунктов | Набор высоты, м |
|--------|---------------|-----------|----------------|-----------------|
| М -Э   | 3             | 19,3      | 42             | 390             |
| Ж-Э    | 3             | 14,6      | 35             | 290             |
| М -17  | 2             | 10,7      | 23             | 220             |
| Ж-17   | 2             | 7,5       | 18             | 145             |
| М -14  | 2             | 5,8       | 12             | 110             |
| Ж-14   | 2             | 4,7       | 12             | 80              |

На всех дистанциях применяется рассеивание.

Расстояние от места старта до точки начала ориентирования – 200 м.

Расстояние от последнего КП до финиша -110 м

Контрольное время М,Ж-Э – 180 мин.

М,Ж-17 – 140 мин.

М,Ж-14 – 100 мин.

**Процедура старта.**

На старте участник получает карты двух кругов напечатанных с обеих сторон листа.

Карты 3-го круга групп МЖ-Э будут находиться на пункте выдачи карт.

**Участник обязан сдать карту первых двух кругов перед пунктом выдачи карт.**

В зоне старта подготовлено 10 лыжней. Спортсмены, соответственно, выстраиваются в линии по 10 человек. Возрастные номера в линии – слева-направо. Стартующий участник получает карту в правую руку и держит ее у бедра. За 15 сек. до старта дается команда судьи «Закрепить карту». После линии старта все спортсмены должны пройти **обязательный участок движения классическим ходом** (30 м, до оранжевых конусов). **Обгонять участника, стоящего впереди разрешается только после пересечения первой линии старта.**

**Замена инвентаря и питание участников разрешается в транзитной зоне.**  
**Организаторы обеспечивают теплым чаем**

**Пункт выдачи карт 3 круга.**

Карты участников скручены в рулон и прикреплены к сетке с помощью резинок. Положение карты – вертикальное. Дополнительно, сверху, закреплен номер участника. Возрастные номера на пункте выдачи карт – против хода движения. (Меньшие номера – в конце пункта выдачи.)

Номер участника напечатан и на лицевой стороне карты.

**Предварительное расписание стартов.**

|         | Выход в зону старта | Старт |
|---------|---------------------|-------|
| Мужчины | 10.25               | 10.30 |
| Женщины | 10.35               | 10.40 |
| М-17    | 11.40               | 11.45 |
| Ж-17    | 11.50               | 11.55 |
| М-14    | 12.20               | 12.25 |
| Ж-14    | 12.30               | 12.35 |

8 января Лыжная гонка - лонг - общий старт

