

**NARVA LINNA MEISTRIVÕISTLUSED MURDMAASUUSATAMISES 2023-  
Suusavahetusega sõit**

**ПЕРВЕНСТВО ГОРОДА НАРВЫ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ 2023-  
Лыжный скиатлон**

**1. KOHT / МЕСТО**

Äkkeküla (Pähklimäe terviserajad)-Narva biathlon Arena

**2. KUUPÄEV JA AEG / ДАТА И ВРЕМЯ**

04.02.Kell 10.00-14:00

**3. PROGRAMM / ПРОГРАММА**

- 04.02.2023 10:00 Ametlik treening /Официальная тренировка  
Sekretariaat /Судейская
- 11:00 300m.
- 11:30 1,3km. Vabatehnika
- 12:30 Duatlon
- 14:00 Autasustamine, Награждение

**4. REGISTREERIMINE / РЕГИСТРАЦИЯ**

Eelregistreerimine kuni 03.02.2022 kella 22.00 / Предварительная регистрация до 03.02.2023 22.00 часов.

<https://forms.gle/JXLZTjPZTBGtEzRf7>

**Registreerimist kohapeal EI TOIMU / Регистрация на месте – НЕ ПРОВОДИТСЯ !!!**

**5. STARDIMAKSUD / СТАРТОВЫЕ ВЗНОСЫ**

MN-MN50 3€

**6. KORRALDAJAD / ОРГАНИЗАТОРЫ**

Peakohtunik - Vladimir Všivtsev - Äkke spordiklubi [vovav@akkesport.net](mailto:vovav@akkesport.net), tel. +372 5348 5279

Ajavõtt / Замер времени: Stepan Podvysotski [support@mvd.ee](mailto:support@mvd.ee)

Rajameister - Mihail Gorlovitš - Äkke spordiklubi tel. 551 4496

**7. VÕISTLUSE DISTSIPLIIN / ДИСЦИПЛИНА СОРЕВНОВАНИЙ**

SUUSAVÕISTLUS SUUSAVAHETUSEGA (SUUSADUATLON) / ЛЫЖНОЕ СОРЕВНОВАНИЕ СО СМЕНОЙ ЛЫЖ (ДУАТЛОН)

**Ühisstart. Esimene pool distantsi läbitakse klassikalises tehnikas ja järgmine uisutehnikas. Suusavahetus toimub selleks eraldatud spetsiaalses alas.**

**Kui osaleja võistleb nii klassika kui uisutehnika distantstil ühe suusakomplektiga, siis vahetuse ala läbimine on samuti kohustuslik. Selleks peab osaleja imiteerima**

**suusakomplekti vahetamist: suusad ära võtma ja kepid maha panema ning tagasi. Alles siis saab ta jätkata võistlust.**

**Общий старт, первая половина дистанции проходится классической техникой и вторая часть коньковой лыжной техникой.**

**Смена лыж проходит в специально для этого зоне. Если участник проходит классическую и коньковую дистанции на одном инвентаре, заход в зону смены инвентаря обязателен, тогда участник должен пройти имитацию смены лыжного комплекта - снять и одеть обратно, как лыжи, так и палки. Только после этого разрешается продолжать дистанцию коньковой техникой.**

## **8. RINGID JA DISTANTSID / КРУГИ И ДИСТАНЦИИ**

- Vabatehnika 300 m, 1,3 km
- Duatlon 1.3km.
- 300m. TP6
- 1,3km. TP8; TP10; TP12
- 5.2km. Duatlon (2X1.3km + 2X1.3км.) MN14, N16, N, N40; N50+; M60; M70+.
- 7.8km. Duatlon (3X1.3км. + 3X1.3км.) M16; M; M40; M50

## **9. VANUSEKLASSID / ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ**

TP6 sündinud 2016 ja nooremad и моложе

TP8 sündinud 2014 - 2015

TP10 sündinud 2012 - 2013

TP12 sündinud 2010 - 2011

MN14 sündinud 2008 - 2009

MN16 sündinud 2006 - 2007

M sündinud 1983 - 2005

N sündinud 1983 - 2005

MN40 sündinud 1973 - 1982

M50 sündinud 1963 - 1972

N50+ sündinud 1972 ja varem sündinud

M60 sündinud 1953 - 1962

M70+ 1952-

## **10. AUTASUSTAMINE / НАГРАЖДЕНИЕ**

Esimesed 3 vanuse grupis meened

Первые 3 в каждой возрастной группе награждаются призами

## **11. MUU INFO**

Igaüks vastutab ise enda varustuse ja tervisliku seisundi eest. Reeglite mittetäitmisel järgnevad karistused: valesti suusavahetuse läbimine - +30 sek; vale tehnikaga distantsi läbimine - diskvalifitseerimine.

Каждый отвечает сам за состояние своего здоровья и инвентаря. Не соблюдения правил наказывается: не правильная смена лыж - +30 сек, прохождение дистанции не правильной техникой - дисквалификация.