



## Байкальский Ледовый Марафон

«За сохранение чистых вод»

— XI выпуск 01 марта 2015 г. —



XI Байкальский Ледовый Марафон проходит в завершающий год десятилетия, провозглашённого ЮНЕСКО как Международное десятилетие действий «Вода для Жизни».

*«Нашему миру, поглощенному эгоистическими устремлениями, нужно пересмотреть и превзойти все разногласия и антагонистические барьеры. Чтобы добиться оптимистического сценария, каждый будущий гражданин мира должен со школьной скамьи понимать святость **воды** и ценность ее каждой капли, в которой сосредоточены разум и память всего мира»* - профессор В.А. Духовный,

### ПОЛОЖЕНИЕ XI Байкальского Ледового Марафона

#### 1. Цели и задачи

- Популяризация экологически устойчивого развития Байкальского региона;
- Пропаганда активной рекреации на зимнем Байкале, здорового образа жизни;

#### 2. Руководство подготовкой и проведением

Общее руководство подготовкой и проведение XI Байкальского Ледового Марафона (далее по тексту – «БЛМ») осуществляется ООО «Абсолютная Сибирь» при координации с Оргкомитетом Международного Фестиваля Зимних Игр на Байкале «Зимниада-2015».

#### 3. Время и место проведения

БЛМ - беговой марафон по льду Байкала - состоится 01 марта 2015 года на озере Байкал. Старт на льду озера у поселков Танхой/Переменная (восточный берег Байкала) или у пос. Листвянка (западный берег Байкала); финиш – на противоположном берегу от старта. Время старта в случае старта с западного берега – 09:00 местного времени, в случае старта с восточного берега - 10:30.

#### 4. Дистанции

3 дистанции: 42 км 195 м, 21 км, 15 км (для участников, прошедших подготовительный курс-допуск на БЛМ).

#### 5. Участники и регламент регистрации.

5.1. К участию в БЛМ допускаются:

5.1.1. мужчины и женщины не моложе 18 лет, имеющие документально подтвержденный опыт забегов на длинные дистанции (марафон или полумарафон, триатлон, ультра-марафон), прошедшие регистрацию и оплатившие стоимость участия в БЛМ.

5.1.2. мужчины и женщины, имеющие опыт забегов на короткие дистанции по состоянию здоровья физически способные без ущерба здоровью участвовать в беговых соревнованиях, проходящих при минимальных температурах (до -30 по Цельсию) и на высотах выше 460 метров над уровнем моря, прошедшие 3-дневный подготовительный курс-допуск, предшествующий XI-му БЛМ и оплатившие его стоимость (см. п.

5.2. Порядок регистрации на участие в БЛМ.

5.2.1. Для прохождения предварительной регистрации претендент заполняет анкету-заявку на предварительную регистрацию с обязательным указанием предыдущего участия в забегах на длинную дистанцию, которое может быть подтверждено протоколами соответствующих забегов (последнее участие в таких забегах не должно быть раньше, чем 3 года до даты БЛМ). Заполненная форма (прилагается к настоящему Положению) отправляется на электронный адрес: [events@absolute-siberia.com](mailto:events@absolute-siberia.com). В случае обнаружения недостоверности информации, предоставленной участником в такой

анкете, данный участник может быть не допущен к участию в БЛМ. Примечание: в анкете заполняются все графы; неполное или недостоверное заполнение анкеты может послужить причиной отказа в рассмотрении заявки.

**5.2.2.** После рассмотрения заявки п.5.2.1. проверки достоверности ее данных Оргкомитет отправляет заявителю уведомление о прохождении предварительной регистрации или об отклонении такой заявки. В случае отклонения заявки Оргкомитет БЛМ не принимает никаких претензий и дальнейшую переписку с таким заявителем прекращает.

**5.2.3.** Вместе с уведомлением о прохождении предварительной регистрации заявителю выставляется соответственный счет для оплаты за участие в БЛМ с указанием банковских реквизитов и номера счета. Оплата за участие по выставленному счету производится предварительно зарегистрированным участником в течение 10 дней после получения такого счета. В случае неоплаты такого счета заявителем в течение указанного срока Оргкомитет имеет право исключить этого Заявителя из списка предварительно зарегистрированных участников без какого-либо уведомления.

**5.2.4.** Факт оплаты счета п.5.2.3. предварительно зарегистрированным участником X-го БЛМ является подтверждением согласия такого участника с условиями настоящего Положения.

**5.3.** Количество участников в БЛМ ограничено. Регистрация на БЛМ открыта с 25 августа по 25 октября 2014. Заявки, присланные позднее этого срока рассматриваются в отдельном порядке и на усмотрение Оргкомитета БЛМ. В случае достижения предела в количестве участников БЛМ, Оргкомитет БЛМ оставляет за собой право закончить регистрацию в любое время.

## **6. Правила забега XI БЛМ**

**6.1.** Контрольное время прохождения дистанции марафона - 6 часов, полу марафонской дистанции (21 км) – 4 часа, дистанции 15 км – 3 часа.

**6.2.** Участники забега на марафонскую дистанцию (42 км), через 4 часа после старта не дошедшие до отметки 21 км, должны сойти с дистанции БЛМ и будут затем доставляться на соответствующий берег Байкала на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, имеющимся в распоряжении Оргкомитета и допущенном к обслуживанию БЛМ.

**6.3.** В случае если медицинский или другой сотрудник сопровождения БЛМ установит признаки явного физического недомогания участника БЛМ, по первому требованию сотрудника БЛМ данный участник обязан сойти с дистанции, проследовать в указанный транспорт для дальнейшего трансфера на соответствующий берег Байкала.

**6.4.** В условиях старта с западного берега: закончившие свою дистанцию участники БЛМ по первому требованию организаторов обязаны занять место в указанном организаторами транспорте для доставки обратно к месту старта. Участники, в течение 10 минут не выполнившие данное требование, будут дисквалифицированы и доставляются обратно к месту старта в последнюю очередь (результат таких участников в этом случае не учитывается в финальном протоколе БЛМ).

**6.5.** Окончательный допуск на ледовую дистанцию БЛМ производится в день старта и в соответствии с Предстартовым регламентом БЛМ.

**6.6.** Участники БЛМ с явными признаками интоксикации, алкогольного опьянения, неадекватного поведения - «вне рамок здравого рассудка/смысла», находящиеся под воздействием допинга или наркотиков в день старта, перед стартом, во время старта и в течение забегов на дистанции БЛМ дисквалифицируются.

**6.7.** Каждый нарушивший или дисквалифицированный участник БЛМ по причинам п. 6.4, 6.6, автоматически теряет право участвовать в последующих БЛМ или других будущих мероприятиях, связанных с БЛМ.

**6.8.** Во время старта и в течение всего забега в БЛМ стартовый номер стартовой майки участника должен быть расположен на груди участника и хорошо закреплен завязками/липучками. При отсутствии стартового номера или невозможности его разглядеть во время проведения марафона судьи соревнований имеют право не регистрировать результат данного участника, что может привести к дисквалификации такого участника.

## **7. Финансирование, стоимость участия в XI-м БЛМ, условия аннуляции**

**7.1.** Оргкомитет несет расходы по транспортному обслуживанию участников на трассе БЛМ, отслеживанию состояния ситуации в зоне БЛМ, подготовке и разметке трассы, оплате судейскому и обслуживающему персоналу, подпитке участников на трассе марафона, награждению победителей и призеров, изготовлению спортивной атрибутики; трансферы к месту старта, предоставление соответствующего проживания и питания участников.

**7.2.** Стоимость участия в БЛМ для участников-граждан России устанавливается ниже стоимости участия иностранных граждан, разница компенсируется за счет собственных средств Оргкомитета или спонсорских средств, привлекаемых Оргкомитетом БЛМ для поддержки российских участников.

**7.3.** Стоимость участия в БЛМ:

**7.3.1.** для россиян устанавливается в размере стоимости базового пакета участника БЛМ и составляет 390 евро (по курсу в рублях РФ). Данная стоимость включает регистрационный и стартовый взнос, 2 ночи проживания в двухместном номере гостиницы (1 место в номере с завтраками), обед и ужин-паста 28 февраля 2015 г. и торжественный ужин 01 марта 2015 г., групповой трансфер из аэропорта к местам проживания и старту, групповой трансфер 02 марта 2015 г. из гостиниц в аэропорт Иркутска. Доп.плата за проживание в одноместном номере – 70 евро.

**7.3.2.** Стоимость базового пакета участника БЛМ для иностранных граждан – 545 евро.

**7.3.3.** Стоимость для участников 6-дневного подготовительного пакета с допуском на БЛМ: 1235 евро или эквивалент по курсу в рублях РФ (стоимость одинакова для российских и иностранных граждан).

**7.3.4.** Оргкомитет БЛМ приглашает российские компании, предпринимателей выступить спонсорами российских участников БЛМ, оплатив стоимость базового, пакета участника БЛМ. Логотип каждой компании, выступившей спонсором российских участников будет размещаться на всех ресурсах БЛМ, на спонсорском флаге БЛМ во время прохождения марафона, на растяжках на старте и финише, заставках во время награждения, во всех пресс-релизах или отчетах БЛМ, а также – на веб-сайтах БЛМ (на действующем англо-русскоязычном [www.absolute-siberia.com](http://www.absolute-siberia.com), и международном англоязычном - [www.baikal-marathon.org](http://www.baikal-marathon.org), который откроется в конце августа 2014, со ссылками на компании-спонсоров российских бегунов. Соответствующие письма будут подготовлены по запросам участников БЛМ и предоставлены им.

**7.4.** В случае если зарегистрированный участник БЛМ, оплативший участие в БЛМ, по какой-либо причине отказывается от участия в БЛМ, не выйдет или опоздает на старт БЛМ, выше указанная сумма произведенной таким участником оплаты не подлежит возврату, но может быть использована данным участником частично, как регистрационная плата за участие в последующем выпуске БЛМ.

## **8. Пункты питания. Особенности трассы и рекомендуемое снаряжение**

**8.1.** Пункты питания расположены на 10, 15, 21, 27, 32, 37 км. В рацион входит горячий чай, негазированная вода, орехи, сухофрукты, шоколад, сыр. Расположение пунктов подпитки и интервалы между ними могут быть изменены в зависимости от погодно-ледовой ситуации сложившейся к моменту старта БЛМ. В случае изменения расположения пунктов подпитки участники БЛМ будут об этом проинформированы до начала старта БЛМ.

**8.2.** У восточного побережья Байкала стартовый участок трассы Марафона может быть перемерен снегопадом и покрыт снегом (толщиной от 15 до 25 см и длиной до 500 м, а иногда до 1 км), местами, ближе к западному берегу, могут быть большие участки открытого льда длиной до 500 м; в некоторых местах могут отмечаться поля «колобовника» (участки блинчатых или «тарелочных» льдин округлой формы, мутного цвета с утолщенными краями, вмёрзшие в поверхность льда и нередко закрытые снежным покровом), а также неширокие участки остро-игольчатых, тонких ледяных кристаллов на поверхности льда, представляющие определенную трудность и требующие осторожного прохождения на бегу. Во время пробега может меняться погода, дуть ветер, как по направлению движения, так навстречу бегунам или низовой юго-западный ветер (дует в бок бегуна). При низком атмосферном давлении может задуть местный «хиус» - не очень сильный, но резкий, пронзительный, колющий и при температуре -14 обмораживающий лицо зимний ветер, на льду Байкала проникающий к телу через мельчайшие одежные щели. В последние 3 года с отметки 30 км и ближе к западному берегу после 13:00 начинает дуть ровный, но сильный поперечный ветер с долины реки Ангара (ветер встречный, может серьезно «охладить» пыл вспотевшего, утомленного бегуна, сопровождая почти до финиша – в случае, если финишная черта будет в Листвянке, на западном берегу Байкала). Важно: правильно и надежно, для бега по льду и в условиях меняющихся ветров «упаковать» себя. Условия трассы БЛМ всегда зависят от того, как замерзает Байкал в начале зимы, и погоды, которая очень изменчива. Очищенная от снега трасса БЛМ может быть перемерена поземкой в течение 30 минут. Участник БЛМ должен быть морально и физически готов бежать как по открытому льду, так и по следу снегохода или вездехода, проложенному перед самым стартом. Среднестатистические температуры в первой декаде марта у трассы БЛМ: от -14 до -27 по Цельсию (восточный берег), на середине Байкала: от -7 до -14, от -12 до +1 по Цельсию (западный берег) после 14:00.

**8.3.** Участникам соревнований рекомендуется иметь следующие вещи и спортивную экипировку:

- легкоатлетические шиповки на длинные дистанции: кроссовки с карбидовыми шипами типа Icebug или любыми твердосплавными шипами, вкрученными в подошву; либо обычные утепленные кроссовки с надетыми на них накладками типа Yaktrax Pro с усиленными катушками и фиксирующими ремешками - «липучками» для обеспечения максимального сцепления, устойчивости и безопасности при беге по льду.

- солнцезащитные очки, ветрозащитная куртка, перчатки или варежки, спортивная шерстяная шапка, маска для лица, высокий воротник или горнолыжный капор, защитный крем от ветра для лица.

## 9. Награждение. Возрастные группы.

- Победители БЛМ, занявшие 1-ые места на дистанциях марафона, 21 км и 15 км среди мужчин и женщин, награждаются Кубками Байкальского Ледового Марафона и особыми медалями;
- Призеры БЛМ, занявшие 2-ые и 3-ьи места среди мужчин и женщин, награждаются Призовыми медалями,
- Все участники, прошедшие заявленную дистанцию награждаются памятными медалями БЛМ и свидетельствами.

В БЛМ применяется абсолютная возрастная шкала – от 18 лет и старше. Однако участникам, показавшим на своей дистанции лучшее время в одной из двух возрастных групп - 45-55 лет и 56 -66 лет – выдается дополнительное свидетельство, удостоверяющее такой достигнутый результат.

## 10. Сохранение чистых вод Байкала

БЛМ проходит под девизом «За сохранение чистых вод» на озере Байкале - древнейшем, глубочайшем, крупнейшем природном хранилище чистой пресноводной воды,  $\frac{3}{4}$  обитателей которого являются эндемиками. На трассе марафона запрещается выбрасывать бумагу, стаканчики, бутылки, крышки от бутылок и прочие предметы. Весь мусор необходимо оставлять на пунктах подпитки, у группы поддержки либо нести с собой к месту финиша. Данное требование относится ко всем участникам соревнований: бегунам, обслуживающему персоналу/группе поддержки, журналистам и сопровождающим. Участники, замеченные в нарушении этого правила, подлежат дисквалификации.

## 11. Безопасность и страховка

**11.1.** Безопасность участников при прохождении дистанции БЛМ обеспечивается силами МЧС/Аварийно-Спасательной Службы Иркутской области. Участники, пробежавшие полумарафон, а также сошедшие с дистанции, доставляются в Листвянку на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, допущенном к обслуживанию БЛМ.

**11.2.** Каждый зарегистрированный участник будет обеспечен медицинской страховкой/полисом.

Страховой полис участника соревнований действует с момента прибытия марафонца к месту старта и до окончания БЛМ 01 марта 2015 г.

## 12. Предварительная программа XI-го БЛМ:

### **12.1. Базовый пакет участника XI БЛМ:**

- **28 февраля 2015 г.** – с 08:00 до 11:30 - прибытие участников в Иркутск до полудня (место сбора – аэропорт «Иркутск»). Посадка в транспорт для трансфера в гостиницы у места старта. Размещение в гостиницах. 19:00 – предстартовый брифинг и регистрация, выдача стартовых номеров. Ужин-паста. Ночевка.

- **01 марта 2015 г.** – трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. До 18:30 – завершение дистанций БЛМ. Трансфер в гостиницы. Награждение и торжественный ужин.

- **02 марта – 2015 г.** – трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Байкале по согласованным ранее программе и условиям).

### **12.2. Подготовительный пакет-допуск участника XI БЛМ:**

- **25.02.2015** – 12:00 – встреча в аэропорту, посадка в автобус для трансфера в Байкальск/ Утулик с обедом в Слюдянке в кафе «Золотая Юрта». По прибытию – размещение в гостиницах. Брифинг по подготовительно-тренировочному курсу. Ужин. Лекция-экскурс с видео-презентацией об экосистеме Байкала.

- **26.02.2015–28.02.2015** – 3 дня тренировочного курса под руководством опытного марафонца. Подготовка к допуску и участию в XI БЛМ: прогрессирующие дистанции забегов по таежной трассе, льду Байкала с замерами артериального давления, тонусно-витаминные процедуры, акклиматизационные сессии – спуски на горных лыжах/сноубордах с Горы Соболиная, Ледовая Баня. Каждый вечер – специализированные тематические презентации.

- **01.03.2015-** трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. После завершения БЛМ -трансфер в гостиницы. Награждение и торжественный ужин.

- **02 марта – 2015 г.** – трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Байкале по согласованным ранее программе и условиям).

## 13. Предстартовый регламент XI-го БЛМ

**13.1.** Место предстартового сбора БЛМ будет находиться в местах проживания участников.

**13.2.** Точное место старта БЛМ определяется за 1 день до старта.

**13.3.** Предстартовая регистрация и брифинг, выдача номеров участникам БЛМ будет производиться в местах проживания участников 28 февраля 2015 г. с 17:00 до 19:00.

**13.4.** Во время предстартовой регистрации участники БЛМ вместе со стартовыми номерами получают пластиковые пакеты с прикрепленными к ним номерными бирками соответственно своим стартовым номерам. В данные пластиковые пакеты упаковывается только сменная одежда для использования после финиша 01 марта 2015 г., вес содержимого пакета не должен превышать 3 кг. Запрещается класть в эти пакеты любые другие предметы (с острыми краями и т.п., которые могут порвать пакет), и предметы представляющие особую ценность. Оргкомитет XI БЛМ не несет ответственности и не принимает претензий в случае утери участниками любых ценностей или предметов, положенных в такой пакет в нарушение правила настоящего пункта.

**13.5.** Участникам необходимо находиться в предстартовой зоне (фойе гостиниц-мест проживания) не позднее 08:20 утра 01 марта 2015 г.

**13.6.** Перед посадкой в автотранспорт для доставки к месту старта участникам необходимо надеть стартовые номера с номером, отчетливо видно расположив его на груди.

**13.7.** Посадка в автотранспорт для доставки к месту старта 01 марта 2015 г. начинается: в 08:30- в условиях старта с западного берега Байкал (пос. Листвянка) или в 09:00- в условиях старта с восточного берега Байкала (ст. Переемная или Танхой). Посадка производится в транспорт, к которому будет прикреплен каждый участник и в соответствии со списком рассадки, о котором участники будут проинформированы во время предстартового брифинга 01 марта 2015 г. Участники должны будут точно следовать данному списку. После этого участники доставляются к месту старта и выходят из своего транспорта у места старта.

**13.8.** Участники, не прибывшие в предстартовую зону в выше обозначенное время и не занявшие свои места в закрепленном транспорте до отъезда к месту старта, от участия в БЛМ отстраняются и претензии не принимаются.

**13.9.** Отправление из предстартовой зоны к месту старта: 08:40 - в условиях старта с западного берега, в 09:10 –в условиях старта с восточного берега.

**13.10.** После выхода из своего транспорта на старт участники должны взять свои пакеты с номерными бирками и уложенных в них сменными вещами, перенести и лично положить их в сопровождающий транспорт БЛМ согласно ниже следующего:

- участники дистанции 42 км БЛМ- в транспорт с табличкой №1,
- участники дистанции 21 км БЛМ – в транспорт №2,
- участники дистанции 15 км БЛМ – в транспорт №3.

**13.11.** После прибытия к месту старта и по приглашению представителя БЛМ участники выходят из автобуса и следуют к месту старта БЛМ. Перед самым стартом участникам будет предложено исполнить древний ритуал почтения Байкалу. С этой целью, окунув безымянный палец левой руки в молоко или бурятский напиток «тарасун», разлитый по стаканчикам, надо будет четыре раза побрызгать по сторонам света и затем допить остаток или поднести к губам затем плавно, не резко вылить оставшееся молоко на лед. После совершения такого ритуала и приглашения построиться на старт из громкоговорителя прозвучит команда «старт» БЛМ «За сохранение чистых вод».

**13.12.** Участникам БЛМ необходимо внимательно следовать указаниям и предстартовым оповещениям представителя БЛМ в предстартовой зоне и на месте старта. Участник, чье поведение в предстартовой зоне и на месте старта может повлечь задержку старта, или мешать его осуществлению, будет отстранен от забега в БЛМ, а возможные претензии в связи с этим Оргкомитетом не будут приниматься или рассматриваться.

## 14. Официальные языки БЛМ

Официальными языками БЛМ являются русский и английский языки.

## 15. Заключение

**15.1.** В целях обеспечения безопасности участников БЛМ Оргкомитет БЛМ оставляет за собой право изменить место и время, порядок заявленных предстартовых и стартовых мероприятий БЛМ.

**15.2.** Данное Положение не является приглашением на БЛМ и не служит для Организаторов БЛМ обязательством для подтверждения чьего-либо или какого-либо участия в БЛМ.

Директор БЛМ: А.П. Никифоров

