

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Федерации лыжных
гонок Мурманской области


С.В. Вадюхин

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель комитета
по физической культуре и спорту
Мурманской области

С.И. Наумова

Чемпионат и Первенство области «Полярный кубок – 2017 года» 1 тур

Регламент проведения соревнований

23-25 декабря 2016 года

г. Мурманск

23 декабря 2016 г.
День приезда

12:00-15:00	Заседание комиссии по допуску	АСК «Долина уюта» Конференц-зал, 3 этаж
14:00-16 00	Официальная тренировка	Лыжный стадион спорткомплекса «Долина уюта»
17:00-18:00	Совещание представителей команд	АСК «Долина уюта» Конференц-зал, 3 этаж
24 декабря 2016 г. Индивидуальная гонка. Стилль классический		
с 10.30	Выдача номеров	АСК «Долина уюта» Офис секретариата, 1 этаж (помещение 112)
10.30-11:55	Разминка на трассе в номерах	Лыжный стадион спорткомплекса «Долина уюта»
12:00	Женщины, юниорки, девушки 5 км	Стилль классический
12:30	Мужчины, юниоры, юноши 10 км (2 x 5 км)	Стилль классический
по окончанию соревнований	Совещание представителей команд	АСК «Долина уюта» Конференц-зал, 3 этаж

25 декабря 2016 г.

Индивидуальная гонка. Стил ь свободный

с 10.30	Выдача номеров	АСК «Долина уют а» Офис секретариата, 1 этаж (помещение 112)
10:00-11:55	Разминка на трассе в номерах	Лыжный стадион спорткомплекса «Долина уют а»
12:00	Женщины, юниорки, девушки 10 км (2 х 5 км)	Стил ь свободный
12:45	Мужчины, юниоры, юноши 15 км (3 х 5 км)	Стил ь свободный
по окончании соревнований	Награждение победителей и призёров соревнований	Лыжный стадион спорткомплекса «Долина уют а»