**Регламент проведения и общая информация марафонского забега**

**« Ольхон Трейл Марафон 2016»**

Осенний марафон «Ольхон Трейл 2016» проводится впервые, в п.Хужир, Ольхонский район, Иркутская область в период с 23 по 25 сентября 2016 г, в следующем формате: трейл марафон, дистанция 50 км(п.Хужир –п. Харанцы – мыс Улан Хушун –метеостанция Узуры – мыс Хобой)

**Основные условия участия:** Допустимый возраст участника от 18 лет, расписка участника об ответственности, наличие опыта(участие в подобных марафонах).

**Регистрация:**

• Заполненная анкета(смотреть ссылку тут: vk.com/olkhontrailmarathon)

Заявки принимаются до 15 сентября.

2.Оплата участия

**Взнос: 1500 рублей**. Входят: стартовый номер, питание по дистанции, трансфер с финиша, баня, медаль финишера, праздничный ужин

Оплату участия можно произвести на карту СберБанка:

4276880062925411(на имя Хамитова Р.Е.) – просьба писать ФИО

**Программа соревнований:**

22-23.09.2016 – заезд участников, расселение в поселке

23.09. 2016г: 13.00 -20.00 регистрация участников(Усадьба Никиты Бенчарова, ул.Кирпичная 8)

21:00 – брифинг с участниками соревнований , выдача стартовых номеров(Усадьба Никиты Бенчарова)

24.08.2016г:

с 07:00 до 07.30 – разминка

08:00 – старт (п.Хужир, маяк).

14:00 – 17.00 – трансфер участников с финиша в п.Хужир

17:30 – 19.30 – бесплатная баня(Усадьба Никиты Бенчарова, Усадьба рыбака АнСеЛь)

20.00 - награждение победителей и призеров в абсолюте(мужской и женской категории, первый 3 места), праздничный стол(с позами и пирогами)

Ресторан «Усадьбы Никиты Бенчарова»

25.09.2016г: отъезд участников

**Дистанция и правила прохождения:**

Ориентировочная длинна дистанции 50 км. Маршрут полностью беговой(отдохнуть практически негде). Почва – грунт, песок(8 км по пляжу), камни; холмы. Бежать вдоль береговой линии. Ноги будут сухими.

Первые километры пройдут по Сарайскому пляжу(3 км),далее по холмам до п.Песчанка(25й км, здесь будут очередные 3 км песка), далее лес,холмы,спуск к метеостанции Узуры, далее вверх на скальник и бежим по восточной стороне острова к мысу Хобой.

Особенность трассы в том, что перед вами всегда будет Байкал, + видимость соперников, что придаст мотивацию!

Вас будут ждать **4 пункта питания** (1.за п.Харанцы(8-9 км),2. За мысом Улан Хушун(17-18 км), 3. Мыс Сасы(27-28 км), 4. Метеостанция Узуры(35 км) + мини пункт на мысе Шунтэ Левый(за пару км до финиша), на финише будет уха из омуля, чай.

Обязательно будет изотоник, вода, апельсины, бананы, шоколад и черничный компот, булочки, орешки.

Трасса будет промаркирована флажками и лентами.

**Экипировка**: обязательно брать ветровку, шапку, перчатки, тайтсы, и рюкзак с питьевой системой. Осенью у нас прохладно, ветра постоянные. Замерзнуть можно легко. Кроссовки выбирайте соответствующие.

Бежать, соблюдая маркировку. При получении информации, что кто-то срезал – участник будет дисквалифицирован.

**Контрольное время**: 9 часов. Кто не успел уложиться, того подберем на обратном пути.

По трассе и на севере, ближе к метеостанции Узуры, есть связь – теле2.

Также по дистанции будет машина сопровождения, фотографы,врач.

**Сувениры:** можно будет приобрести памятную футболку Ольхон Трейл Марафона – стоимость 500 рублей.

**Наш проект поддержали:** ФСГУ «Заповедное Прибайкалье», муниципальное образование п.Хужир, в лице главы администрации Огдонова Григория Викторовича, Усадьба Никиты Бенчарова, в лице Натальи и Никиты Бенчаровых, спонсоры: магазин Эпицентр, спортивные напитки с магазина Skibaza.ru)

**По вопросам, обращаться**(регистрация и проживание): организатор соревнований Хамитов Рене, тел 89140136723(мтс), 89500974505(теле2), либо в сети vk.com/renewanderer, email: rene.khamitov@gmail.com

Ждем вас в гости на наш удивительный остров!