

0+

# ГИД

**29 ИЮНЯ 2024**

# УГЛИЧСКИЙ ПОЛУМАРАФОН

«ВОЛЖСКИЙ БЕРЕГ»



# GOLDENRING.RUN



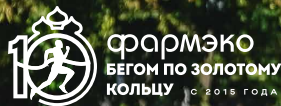
Правительство  
Ярославской области



Министерство спорта  
и молодежной политики  
Ярославской области



Администрация Угличского  
муниципального района



# УГЛИЧСКИЙ ПОЛУМАРАФОН

## «ВОЛЖСКИЙ БЕРЕГ»

— это пятый забег X юбилейного сезона серии «Фармэко — Бегом по Золотому кольцу». Участников события ждёт знакомство с городом на Волге и его знаковыми достопримечательностями: Спасо-Преображенским и Богоявленским соборами, палатами дворца удельных князей, где когда-то жил царевич Дмитрий, зданием Городской Думы, построенном ещё в 1815 году, музеем истории гидроэнергетики России, музеем городского быта, музеем мифов и суеверий русского народа и многими другими.



Правительство  
Ярославской области



Министерство спорта  
и молодежной политики  
Ярославской области



Администрация Угличского  
муниципального района

# 2024

## КАК ДОБРАТЬСЯ ДО УГЛИЧА?



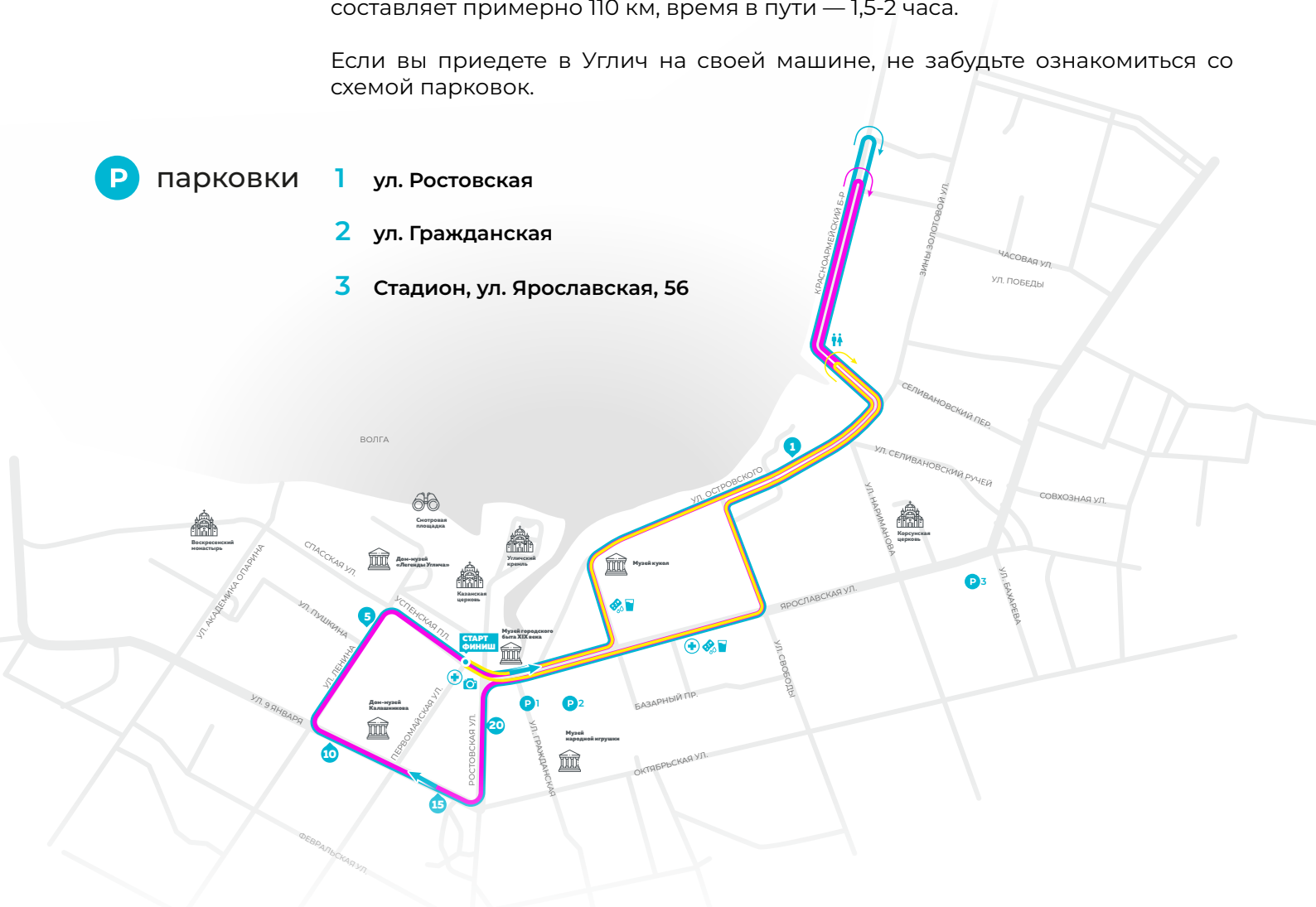
Чтобы добраться до Углича на личном автомобиле из Москвы, необходимо выехать на трассу М8 «Холмогоры» и двигаться по направлению в Сергиев Посад. В городе нужно свернуть на Новоуглическое шоссе, далее — ехать по трассе Р104 мимо Калязина напрямик в Углич. Также можно доехать до Углича, следуя через Переславль-Залесский или через Дмитров и Талдом. Дорога на машине до Углича из Москвы займет около 3,5 часов в зависимости от ситуации на дороге. От Ярославля до Углича расстояние по автодороге составляет примерно 110 км, время в пути — 1,5-2 часа.

Если вы приедете в Углич на своей машине, не забудьте ознакомиться со схемой парковок.



### парковки

- 1 ул. Ростовская
- 2 ул. Гражданская
- 3 Стадион, ул. Ярославская, 56



Из Москвы автобусы до Углича отправляются от автовокзала «Северные ворота» около десяти раз в день. Время в пути — 4 часа. Расписание автобусов можно посмотреть [здесь](#). Из Ярославля автобусы отправляются в Углич от автовокзала и от автостанции «Ярославль-Главный». Дорога займёт около трёх часов. Расписание можно посмотреть [здесь](#).



Из Москвы поезд №602Я «Москва — Рыбинск» отправляется в 21:58, прибытие в Углич — 03:21. Обращаем внимание, что поезд ходит только по пятницам. [Купить билет на 28 июня.](#)

## КАК И ГДЕ ПОЛУЧИТЬ СТАРТОВЫЙ ПАКЕТ УЧАСТНИКА?

29 июня с 07:00 в стартово-финишном городке на Успенской площади в Угличе.  
Обратите внимание, что выдача прекратится за полчаса до старта вашей дистанции.

### Для получения стартового пакета иметь при себе:



#### Паспорт

(или другой документ,  
удостоверяющий личность)



#### Оригинал и копию медицинского заключения о допуске к соревнованиям

(копию заключения можно сделать  
в зоне выдачи стартовых пакетов)



#### Подтверждение

**регистрации** (смс-сообщение  
или письмо с электронной почты,  
где указано название старта и ваш  
стартовый номер)

## КАК ОФОРМИТЬ ДОПУСК НА ЗАБЕГ?

Участвовать в беговых событиях можно только с разрешения врача. Для допуска к старту на любой дистанции необходимо предъявить оригинал или копию (при наличии оригинала) медицинского заключения, оформленного в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23.10.2020 №1144н и других форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Справка выдаётся врачом-терапевтом, детям с 4 до 18 лет — врачом-педиатром.

## Образец медицинского заключения

**В медицинском заключении обязательно должны быть указаны:**

- 1 ФИО и дата рождения участника;
- 2 Печать медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление соответствующей медицинской деятельности, печать и подпись врача, выдавшего медицинское заключение;
- 3 Дата выдачи медицинского заключения;
- 4 Группа здоровья, максимальная дистанция, к которой допустил врач, либо допуск к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях.



Государственное учреждение управления здравоохранения Российской Федерации  
Города Москвы  
"ГОРОДСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА №00"

СПРАВКА № 123

№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Ф.И.О. Иванов Иван Иванович

Возраст 01.01.1985 Выдана по месту требования

Заключение и рекомендации допуск к соревнованиям по бегу (или не имеет противопоказаний для участия в соревнованиях по бегу) на 21 км

Дата « 15 » 03 20 23

ПОЛИКЛИНИКА

ВРАЧ  
Иванов И.В.И.  
Врач

Фотография документа на телефоне, некачественная копия, копия с иными пороками, оригинал документа с исправлениями или иными пороками могут стать причиной недопуска к участию в Мероприятии.

## КАКИЕ ДИСТАНЦИИ ЖДУТ УЧАСТНИКОВ?

### «Профессионалы»

— 21,1 км

(для участников старше 18 лет включительно)



### «Любители»

— 10 км

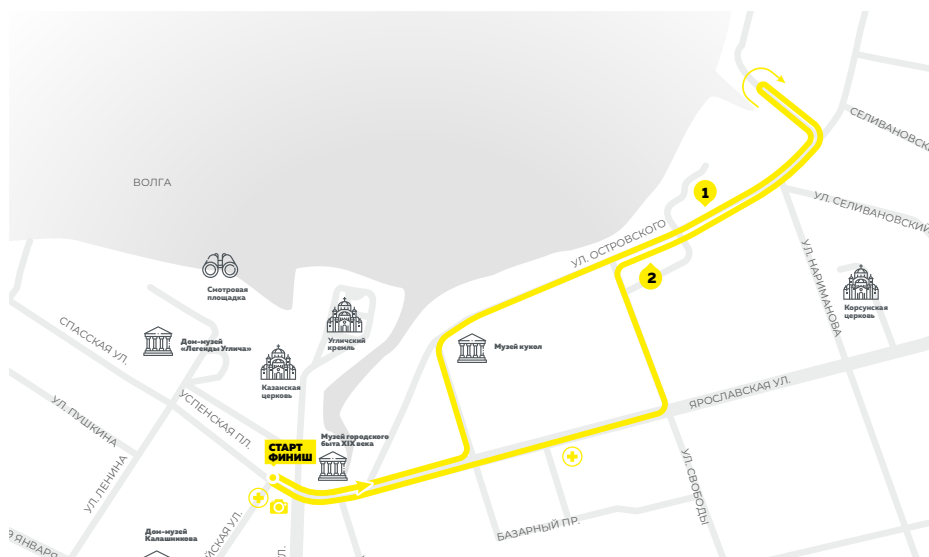
(для участников старше 16 лет включительно)



### «Новички»

— 3 км

(для участников старше 12 лет включительно)



Кроме того, в рамках полумарафона «Волжский берег» пройдут детские старты на дистанциях 300 м и 600 м, а также «Забег безграничных возможностей» на дистанции 600 метров.

## СТАРТОВО-ФИНИШНЫЙ ГОРОДОК

Обратите внимание, что территория стартово-финишного городка будет огорожена. Вход будет осуществляться через рамки металлодетектора.




 Выдача стартовых пакетов

 Выдача дополнительных опций

 Копия справки

 Камера хранения

 Раздевалки

 Горячий чай

 Сувенирная продукция

 Гравировка

**WC** Туалет

 Информационная тумба

 Фотозона

 Информационная зона

 Партнёры и спонсоры

 Массаж

 Фудтрак

 Мастер классы

## РАСПИСАНИЕ ДНЯ И СЕРВИС

07:00	Открытие стартово-финишного городка
09:10	Торжественное открытие Угличского полумарафона «Волжский берег»
09:15	Разминка для участников дистанций 10 км, 21,1 км
09:30	Старт КЛАСТЕРА А дистанции 10 км
09:31	Старт КЛАСТЕРА В дистанции 10 км
09:32	Старт КЛАСТЕРА С дистанции 10 км
09:40	Старт КЛАСТЕРА А дистанции 21,1 км
09:41	Старт КЛАСТЕРА В дистанции 21,1 км
09:42	Старт КЛАСТЕРА С дистанции 21,1 км
11:15	Награждение победителей и призеров дистанции 10 км в абсолютном зачете
11:30	Награждение победителей дистанции 10 км по категориям
11:50	Награждение победителей и призеров дистанции 21,1 км в абсолютном зачете
12:30	Разминка для участников дистанции 3 км
12:45	Старт дистанции 3 км
13:00	Награждение победителей дистанции 21,1 км по категориям
13:20	Старт детского забега 300 м «Фан-ран»
13:25	Старт детского забега 300 м девочки
13:30	Старт детского забега 300 м мальчики
13:35	Старт «Забега безграничных возможностей» 600 м
13:43	Старт детского забега 600 м девочки
13:51	Старт детского забега 600 м мальчики
14:00	Награждение победителей дистанции 3 км в абсолютном зачете и по категориям
14:15	Награждение победителей и призеров Молодежного чемпионата среди школ Ярославской области и команды-победителя Молодежного чемпионата среди ПОО Ярославской области в рамках Угличского полумарафона
14:20	Награждение победителей детских забегов 300 м и 600 м по категориям и команды-победителя Угличского полумарафона в семейном зачете
14:35	Окончание бегового события

## Участников ждут



Камера хранения



Горячий чай



Разминка перед стартом



Сертификат участника



Медицинское обеспечение



Раздевалки



Вода



Культурная программа



Медаль финишера





## Информационная зона

В стартово-финишном городке для болельщиков и участников будет открыта информационная зона.

Здесь вы:

- найдете ответ на любой вопрос,
- сделаете плакаты, чтобы поддержать своего бегуна на трассе и встретить его на финише,
- сыграете в настолки,
- поучаствуете в конкурсе фотографий «Я и БЗК».



## Розыгрыш в зоне гравировки

Традиционно среди участников, которые приобрели гравировку, в день забега будет проходить розыгрыш. Чтобы поучаствовать в нем, нужно написать на листочке ваш стартовый номер и опустить в лототрон, который находится в зоне гравировки. Даже если вы купили гравировку онлайн, вы можете испытать удачу.

## Розыгрыш кроссовок в 11:40 на сцене

Главное условие — приехать на событие в Углич, получить стартовый пакет и дожждаться объявления победителя. В 11:40 на сцене с помощью генератора случайных чисел выберем стартовый номер участника и объявим победителя. Затем попросим счастливчика подняться на сцену, поаплодируем ему и расскажем, как забрать его новенькие кроссовки. Обратите внимание, что присутствие у сцены в момент розыгрыша обязательно.



## Сбор спортивной одежды и аксессуаров

Контейнер для сбора будет находиться рядом с информационной зоной. На событие в Угличе вы можете привезти спортивную одежду и аксессуары (баффы, повязки, сумки), которые хорошо сохранились, но уже давно пылятся на ваших полках. Собранные вещи отправим на благотворительность. Обратите внимание, что принимаются только чистые вещи в завязанных пакетах.

## БОНУСЫ И АКТИВНОСТИ



### Розыгрыш кроссовок ANTA

На каждом забеге серии ANTA разыгрывает кроссовки среди участников. Розыгрыш будет проходить в стартово-финишном городке на сцене. Также победители дистанций 21,1 км, 10 км, 5 км и 3 км получают сертификаты ANTA: тройка призеров на дистанции 21,1 км — сертификат на сумму 7000 рублей, на дистанции 10 км — на сумму 5000 рублей, абсолютные победители на дистанциях 3 км и 5 км — на сумму 3000 рублей.

### РЖД Бонус

### 1000 премиальных баллов «РЖД Бонус»

После каждого события «Фармэко — Бегом по Золотому кольцу» участники, которые преодолели дистанцию, получают 1000 премиальных баллов «РЖД Бонус».

- ! Для получения баллов укажите номер персонального счета во время регистрации.
- ! Баллы за участие в забеге можно получить только на свою карту.
- ! Автоматическое начисление в течение 10 рабочих дней после события.



### Кешбэк бонусами «Спортмастера»

За регистрацию на любой из 10-ти полумарафонов серии «Фармэко — Бегом по Золотому кольцу» вы получите бонусы от нашего партнера — «Спортмастера».

- ! Номер телефона, который вы указали в личном кабинете на Russia Running, должен совпадать с номером телефона, к которому привязана ваша бонусная карта «Спортмастера».
- ! Кешбэк будет начисляться автоматически в конце каждого месяца.



# До встречи на забеге в Угличе!

## Наши следующие события

6 июля

**ИВАНОВО**

Ивановский полумарафон  
«Красная нить»

3 августа

**РЫБИНСК**

Рыбинский полумарафон  
«Великий хлебный путь»

8 сентября

**ЯРОСЛАВЛЬ**

XI Ярославский  
полумарафон  
«Золотое кольцо»

29 сентября

**РОСТОВ**

Полумарафон  
«Ростов Великий»

6 октября

**МОСКВА**

Полумарафон  
«Моя Столица»

[Регистрация](#)