

Весенний призыв 11.04.2018

п. Дубравный л/б Олень

Дата и место проведения

Место и время проведения старта: проводится 11 апреля 2018 года на территории лесопарковой зоны возле поселка Дубравный г. Нижнего Новгорода.

Место старта указано на схеме Размещение в помещении лыжной базы «Олень».

Регистрация в судейском домике на стартовой поляне л/б Олень.

Время работы тренировки с 16.30 до 19.30

Дистанция снимается в 20.00

Технические параметры

Дистанция	Длина (км)	Количество КП	Описание
А	5,8	16	Дистанция в заданном направлении на карте отсутствуют дороги и не показана пробегаемость. Присутствует только рельеф и запрещенные для бега территории. Масштаб 1:10000
В	7,2	18	Дистанция в заданном направлении. Масштаб 1:10000
С	3,7	10	Более короткая дистанция, чуть проще чем «дистанция В». Масштаб 1:7500
Д	2	6	Пункты находятся вдоль линейных ориентиров. Рекомендована для начинающих ориентировщиков Масштаб 1:7500
Е	7,8	18	См. ниже

Дистанция Е «Вело» КП стоят максимально приближенно к дорогам. Но, чтобы отметить на КП, возможно, придется слезать с велосипеда. Карта не в знаках для велоориентирования. Местами есть снег

На тренировке будет присутствовать **инструктор по спортивному ориентированию**, который сможет обучить новичков и любителей навыкам ориентирования на местности.

На тренировке будет присутствовать **тренер от академии бега** Дмитрия Павлова <https://vk.com/runningacademynn>, который покажет специальные беговые упражнения, скорректирует технику бега, расскажет об особенностях бега по пересеченной местности.

Начало тренировки в 19.00

Заявка: Он-лайн заявка до 23.59 10 апреля
http://sportident.ru/entry/event_info.php?id=3053

Дополнительные вопросы orientoevent@gmail.com

89159552086 Шестаков Павел

Информационный бюллетень по серии тренировочных стартов доступен в группе «В контакте» https://vk.com/doc-143198687_462025931

И на сайте <http://orienteeing.nn.ru/>



Тренируйся тяжело- выигрывай легко