

Регламент проведения соревнований Чемпионата, Первенства Московской области по лыжным гонкам

МАСОУ «Зоркий»

11 января 2019 года

**г.Красногорск
Стиль классический**

9.00-10.00- Приезд команд, выдача стартовых номеров.

10.00-10.50-Разминка спортсменов

11.00 -11.21 - *Старт женщины 10 км* - №1-№42

11.50 -12.26- *Старт мужчины 15 км* -№51-№123

13.30- Награждение победителей и призеров соревнований.

12 января 2019 года

Стиль свободный

9.00-10.00- Приезд команд, выдача стартовых номеров.

10.00-10.50-Разминка спортсменов

11.00 -11.21- *Старт женщины 10 км* - №201-№ 243

11.50 -12.28- *Старт мужчины 15 км* -№251-№326

13.30– Награждение победителей и призеров соревнований.

СТАРТ ОДИНОЧНЫЙ ЧЕРЕЗ 30 СЕК.