

**Регламент проведения соревнований Первенства Московской области по
ОФП (роллеры, кросс)
(2001-2002 г.р., 2003-2004 г.р.).**

СШОР «Истина»

д. Головино

13 сентября 2019 года.

11.00-14.00-официальная тренировка.

14 сентября 2019 года.

Роллеры

9.00-10.00- Приезд команд, выдача стартовых номеров.

09.20- 10.45- Разминка спортсменов.

10.45- Трасса закрыта

С 10.45-выдача роллеров

11.00 -11.50 - Старт на дистанцию 6 км- девушки 2004-05 г.р.-№1-№101.

11.55-12.19- Старт на дистанцию 8 км- девушки 2002-03 г.р.-№111-№158

12.30-13.41- Старт на дистанцию 8 км-юноши 2004-05 г.р.- №161-№302

13.50-14.34- Старт на дистанцию 10 км-юноши 2002-03 г.р.- №311-№398

СТАРТ ОДИНОЧНЫЙ через 30 сек.

15.20-Награждение победителей и призеров соревнований.

15 сентября 2019 года

Кросс

9.00-10.15- Приезд команд, выдача стартовых номеров.

09.20- 10.50- Разминка спортсменов.

10.55- Трасса закрыта.

11.00 -11.35- Старт на дистанцию 2 км-- девушки 2004-05 г.р.-№1-№139

11.40 -11.54- Старт на дистанцию 3 км-- девушки 2002-03 г.р.-№141-№197

12.00 -12.49- Старт на дистанцию 3 км-- юноши 2004-05 г.р.-№201-№398

12.55 -13.20- Старт на дистанцию 5 км-- юноши 2002-03 г.р.-№501-№501

СТАРТ ПАРНЫЙ через 30 сек.

14.00-Награждение победителя и призеров соревнований.