***Проект 31.07.2018***

***Регламент проведения***

***Чемпионата России по лыжным гонкам (лыжероллерам)***

***2020 год***

***г. Санкт-Петербург,***

*УТЦ «Кавголово» 08 – 14 августа 2020 года*

***Чемпионат России*** ***Трассы***

*Женщины 10 км классический стиль (лыжероллеры - раздельный старт) 4 х 2,5 км*

*Мужчины 15 км классический стиль (лыжероллеры - раздельный старт) 6 х 2,5 км*

*Женщины 10 км свободный стиль (лыжероллеры - персьют) 4 х 2,5 км*

*Мужчины 15 км свободный стиль (лыжероллеры - персьют) 6 х 2,5 км*

*Женщины 0,2 км свободный стиль (лыжероллеры - спринт) 0,2 км*

*Мужчины 0,2 км свободный стиль (лыжероллеры - спринт) 0,2 км*

*Женщины (2 чел. х2,5км) х 3 свободный стиль (лыжероллеры – эстафета) 6 х 2,5 км*

*Мужчины (2 чел. х2,5км) х 3 свободный стиль (лыжероллеры – эстафета) 6 х 2,5 км*

*Женщины 15 км классический стиль (лыжероллеры - масстарт) 6 х 2,5 км*

*Мужчины 30 км классический стиль (лыжероллеры - масстарт) 12 х 2,5 км*

**08 августа суббота**

16.00 – 17.00 – Официальная тренировка. Лыжероллеры - раздельный старт.
Классический стиль. Женщины 10 км, мужчины – 15 км.

14.00 – 17.00 – Комиссия по допуску.

19.00 – Совещание представителей команд.

**09 августа воскресенье**

9.00 – 9.55 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

10.00 – Лыжероллеры - раздельный старт, классический стиль, женщины 10 км.

11.00 – Разминка мужчины (в стартовых номерах)

11.30 – Лыжероллеры - раздельный старт, классический стиль, мужчины 15 км.

13.15 – Цветочное награждение победителей.

13.30 – Совещание представителей команд.

**10 августа понедельник**

9.00 – 9.55 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

10.00 – Лыжероллеры - персьют, свободный стиль, женщины 10 км.

11.00 – Разминка мужчины (в стартовых номерах)

11.30 – Лыжероллеры - персьют, свободный стиль, мужчины 15 км.

13.15 – Цветочное награждение победителей.

13.30 – Совещание представителей команд.

**11 августа вторник**

16.00 – 17.00 Официальная тренировка. Лыжероллеры – спринт, 0,2 км,

женщины, мужчины, свободный стиль.

17.15 – Совещание представителей команд.

**12 августа среда**

9.00 – 9.55 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

10.00 – Лыжероллеры-спринт, свободный стиль, 0,2 км. Квалификация женщины, мужчины.

11.00 – Совещание представителей команд, выдача стартовых номеров на финалы.

11.05 – 11.25 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

11.30 – Лыжероллеры-спринт, свободный стиль, 0,2 км.

Четвертьфиналы, полуфиналы, финалы. Женщины, мужчины.

12.45 – Цветочное награждение победителей.

13.00 – Совещание представителей команд.

**13 августа четверг**

9.00 – 9.55 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

10.00 – Лыжероллеры – эстафета, свободный стиль, полуфиналы женщины 2 чел. х 3 х 2,5 км.

11.00 – Лыжероллеры – эстафета, свободный стиль, полуфиналы мужчины 2 чел. х 3 х 2,5 км.

12.00 – Лыжероллеры – эстафета, свободный стиль, финал женщины 2 чел. х 3 х 2,5 км.

12.30 - Лыжероллеры – эстафета, свободный стиль, финал мужчины 2 чел. х 3 х 2,5 км.

13.15 – Официальное награждение победителей (за 4 дня соревнований).

13.45 – Совещание представителей команд.

**14 августа пятница**

9.00 – 9.55 – Разминка женщины, мужчины (в стартовых номерах).

10.00 – Лыжероллеры - масстарт, классический стиль, женщины 15 км.

11.00 – Разминка мужчины (в стартовых номерах)

11.30 – Лыжероллеры - масстарт, классический стиль, мужчины 30 км.

13.15 – Официальное награждение победителей.

***Оргкомитет***