



Байкальский Ледовый Марафон

«За сохранение чистых вод»

___ XIV выпуск 07 марта 2018 г. ___



*«Нашему миру, поглощенному эгоистическими устремлениями, нужно пересмотреть и превзойти все разногласия и антагонистические барьеры. Чтобы добиться оптимистического сценария, каждый будущий гражданин мира должен со школьной скамьи понимать святость **воды** и ценность ее каждой капли, в которой сосредоточены разум и память всего мира» - профессор В.А. Духовный,*

ПОЛОЖЕНИЕ XIV Байкальского Ледового Марафона

1. Цели и задачи

- Популяризация экологически устойчивого развития Байкало-Монгольской Азии;
- Пропаганда организованной активной рекреации на зимнем Байкале, здорового образа жизни;

2. Руководство подготовкой и проведением

Общее руководство подготовкой и проведением XIV Байкальского Ледового Марафона (далее по тексту – «БЛМ») осуществляется ООО «Абсолютная Сибирь» (далее по тексту – «Организатор») при координации с органами МЧС. Директор забега – Алексей Петрович Никифоров. БЛМ проходит в рамках международного Фестиваля Зимних Игр на Байкале «[Зимниада](#)».

3. Время и место проведения

БЛМ - беговой марафон по льду Байкала с одного берега на противоположный - состоится 07 марта 2018 года на озере Байкал. Место и время старта, место финиша определяются за одни сутки до старта; в зависимости от ледовой ситуации и условий ледовой трассы старт БЛМ может быть, как с восточного берега Байкала, так и с западного берега.

4. Дистанции БЛМ

- 42 км 195 м;
- 21 км.

5. Участники БЛМ

5.1. К участию в БЛМ допускаются физически здоровые мужчины и женщины не моложе 18 лет, прошедшие регистрацию и оплатившие стоимость участия (обязательный базовый пакет- п.9.2.1.) в БЛМ. имеющие следующий документально подтвержденный опыт забегов на длинные дистанции:

- на дистанции 42 км- результат не более 4 часов 05 минут,
- на дистанции 21 км - результат не более 2 часов 10 минут.

(Выше указанные беговые результаты должны быть не ранее чем за 3 года до старта БЛМ.)

5.2. Претенденты на участие в БЛМ, имеющие опыт забегов с результатом более 4 ч 05 м на дистанции 42 км или более чем 2 часа 10 минут на дистанции 21 км допускаются к участию в БЛМ только после прохождения 6-дневного подготовительного курса, предшествующего БЛМ, и оплатившие его стоимость (см. п. 9.2.3.).

6.2. Порядок регистрации на участие в БЛМ.

6.2.1. Для прохождения предварительной регистрации претендент на участие в БЛМ (заявитель) заполняет анкету-заявку (форма находится в конце положения) на русском языке с обязательным указанием участия в предыдущих забегах, которое может быть подтверждено протоколами соответствующих забегов (последнее участие в таких забегах не должно быть ранее, чем 3 года до даты БЛМ). Указанные в анкете беговые результаты необходимо сопровождать точными, прямыми ссылками на веб-страницу бегового соревнования, содержащую беговые результаты заявителя в данных забегах. Заявки, содержащие только название соревнования и год участия рассматриваться не будут.

Заполненная анкета-заявка (прилагается в конце настоящего Положения) отправляется на электронный адрес: events@absolute-siberia.com.

Примечание: в анкете заполняются все графы; неполное или недостоверное заполнение анкеты может послужить причиной отказа в рассмотрении заявки. В случае обнаружения недостоверности информации, предоставленной заявителем в такой анкете, данный заявитель может быть не допущен к участию в БЛМ.

6.2.2. После рассмотрения анкеты-заявки и проверки достоверности ее данных в течение 10 дней после получения Организатор отправляет заявителю уведомление о прохождении предварительной регистрации или об отклонении такой заявки. В случае отклонения заявки Организатор БЛМ не принимает никаких претензий и дальнейшую переписку с таким заявителем прекращает.

6.3. Количество участников в БЛМ ограничено. В случае достижения предела в количестве участников БЛМ, Организатор БЛМ оставляет за собой право закончить регистрацию в любое время.

7. Подтверждение регистрации и оплата

7.1. Настоящее Положение является публичной офертой, то есть предложением Организатора ряду лиц заключить Договор (см [здесь](#)) с Организатором БЛМ на условиях настоящего Положения. Организатор обязуется оказать Участнику БЛМ услугу регистрации на БЛМ и участия в БЛМ с приемом оплаты стартового взноса и базового пакета Участника, а Участник обязуется оплатить участие в БЛМ в соответственных своему участию размерах согласно Положения БЛМ (п.п. 9.2.1. 9.2.2 или 9.2.3.).

7.2. После прохождения предварительной регистрации заявителю выставляется соответственный счет для оплаты за участие в БЛМ на банковский счет Организатора. Оплата за участие по выставленному счету предварительно зарегистрированным заявителем (т.е. прошедшим предварительную регистрацию, как соответствующим физическому уровню БЛМ) производится в течение 10 дней после получения счета от Организатора. В случае неоплаты такого счета заявителем в течение указанного срока Организатор имеет право исключить этого Заявителя из списка предварительно зарегистрированных участников без какого-либо уведомления. После оплаты заявителем счета за участие в БЛМ (при банковском подтверждении поступления соответствующей суммы на счет Организатора), такой заявитель официально признается как Участник БЛМ с правом получения услуг базового пакета БЛМ (п.9.2.1, п.9.2.2 или п. 9.2.3).

7.3. Факт оплаты счета предварительно зарегистрированным участником БЛМ является подтверждением согласия такого участника с условиями настоящего Положения. Участник, приобретая и оплатив стоимость участия в БЛМ, акцептует тем самым настоящее Положение (публичную оферту) и принимает ответственность за его нарушения.

7.4. За 2 месяца до старта БЛМ все предварительно зарегистрированные участники должны предоставить копии/сканы справки, выданной поликлиникой (лечебно-профилактическими учреждениями) или врачебно-физкультурным диспансером, свидетельствующей о том, что по состоянию здоровья участник допущен к соревнованиям по марафонскому бегу (с 3-мя печатями: штампом учреждения, штампом регистратуры «для справок» и личной печатью врача, выдавшего такую справку). После предоставления такой справки имя участника вносится в предстартовый список БЛМ. Оригинал справки участник должен привести с собой на старт.

8. Правила забега БЛМ

8.1. Контрольное время прохождения дистанции марафона - 6 часов, полумарафонской дистанции (21 км) – 4 часа.

8.2. Участники забега на марафонскую дистанцию (42 км), через 4 часа после старта не дошедшие до отметки 21 км, должны сойти с дистанции БЛМ и будут затем доставляться на соответствующий берег Байкала на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, имеющимся в распоряжении Организатора и допущенном к обслуживанию БЛМ.

8.3. В случае, если медицинский или другой сотрудник сопровождения БЛМ установит признаки явного физического недомогания участника БЛМ, по первому требованию сотрудника БЛМ данный участник обязан сойти с дистанции, проследовать в указанный транспорт для дальнейшего трансфера на соответствующий берег Байкала.

8.4. В условиях старта с западного берега: закончившие свою дистанцию участники БЛМ по первому требованию организаторов обязаны занять место в указанном организаторами транспорте для доставки обратно к месту старта. Участники, в течение 10 минут не выполнившие данное требование, будут дисквалифицированы и доставляются обратно к месту старта в последнюю очередь (результат таких участников в этом случае не учитывается в финальном протоколе БЛМ).

8.5. Во время старта и в течение всего забега в БЛМ стартовый номер стартовой майки участника должен быть расположен на груди участника и хорошо закреплён завязками на верхней одежде

бегуна. При отсутствии стартового номера или невозможности его разглядеть во время проведения марафона судьи соревнований имеют право не регистрировать результат данного участника, что может привести к дисквалификации такого участника.

8.6. Запрещается во время забега БЛМ нести, использовать какую-либо символику неонацистского, националистического толка, флаги, накидки черного цвета с любым содержанием и на любых языках.

8.7. Во время проведения забега запрещается присутствие на ледовой трассе БЛМ неаккредитованных журналистов или лиц, сопровождающих бегунов на любом транспорте, неаккредитованном в Оргкомитете БЛМ. При нарушении этого пункта любыми лицами сопровождающими своих бегунов, последние будут дисквалифицированы.

8.8. Участники БЛМ с признаками интоксикации, алкогольного опьянения, неадекватного поведения - «вне рамок здравого рассудка/смысла», находящиеся под воздействием допинга или наркотиков в день старта, перед стартом, во время старта и в течение забега на дистанциях БЛМ дисквалифицируются.

8.9. Каждый нарушивший или дисквалифицированный участник БЛМ по причинам п. **8.3**, п. **8.4**, п. **8.6**, п. **8.7**. автоматически теряет право участвовать в последующих БЛМ или других будущих мероприятиях, связанных с БЛМ.

8.10. Участник БЛМ сошедший с дистанции по собственному желанию/решению, обязан снять с себя номер и при первой возможности сообщить судье на финише об этом.

8.11. Окончательный допуск на ледовую дистанцию БЛМ производится в день старта и в соответствии с Предстартовым регламентом БЛМ. Любой участник БЛМ с явными или выявленными признаками физического недомогания может быть отстранен от забега в БЛМ.

8.12. Правила личной и коллективной безопасности.

8.12.1. Оргкомитет БЛМ настоятельно рекомендует всем участникам перед забегом и во время забега БЛМ учитывать фактор особенного микроклимата на Байкале, его возвышенность, непредсказуемость погодных условий, разницу во временных поясах и недостаточный период акклиматизации, различность влияния энергетической системы древнейшего в мире Озера на физическое и моральное состояние каждого отдельного человека. Будьте осторожны, будьте внимательны к себе, прислушиваясь к Байкалу получите удовольствие от спокойного, размеренного забега через Великий Байкал.

8.12.2. Каждому бегуну, участвующему в БЛМ на дистанции 42 км, необходимо иметь с собой мобильный телефон, чтобы в случае ЧС сразу сообщить об этом сотруднику группы реагирования БЛМ по телефону (номер этого телефона будет сообщен за 2 недели до старта БЛМ, и должен быть удобно для быстрого чрезвычайного набора занесен в список контактов в телефон участника БЛМ).

8.12.3. Во время забега БЛМ в случае физического недомогания в виде наступления тошноты, полубморочного состояния, головных, предплечных или сердечных болей, внезапной депрессивности или появлении резкого чувства страха, при сильном ушибе конечностей участник БЛМ должен остановить бег, и сообщить об этом сотруднику реагирования БЛМ. Если по какой-то причине нет возможности дозвониться до группы реагирования БЛМ и рядом в этот момент нет сотрудников группы поддержки БЛМ, других бегунов, такому участнику необходимо использовать ближайший красный флажок, маркирующий трассу БЛМ, для подачи визуального сигнала о наступлении ЧС, подняв флажок вверх и помахивая им из стороны в сторону.

8.12.4. Участник БЛМ увидев другого участника с поднятым флажком должен сразу оповестить об этом сотрудников реагирования БЛМ, сообщив примерную километровую отметку трассы БЛМ на которой находится участник БЛМ в таком режиме ЧС, и после этого и при возможности оказать первую помощь участнику в ЧС (потраченное на такую помощь время будет учтено Оргкомитетом БЛМ в пользу оказавшего помощь).

9. Финансирование, стоимость участия в XIV БЛМ, аннуляции

9.1. Организатор несет расходы по транспортному обслуживанию участников на трассе БЛМ, отслеживанию состояния ситуации в зоне БЛМ, подготовке и разметке трассы, обеспечению безопасности и медицинской помощи, оплате судейскому и обслуживающему персоналу, аренду транспорта и спецтехники для подготовки и обслуживания БЛМ, подпитке участников на трассе марафона, награждению победителей и призеров, изготовлению спортивной атрибутики, трансферы к месту старта, награды (медали и сертификаты, майку-поло с вышитой символикой БЛМ), предоставление соответствующего проживания и питания участников согласно программ/ пакетов БЛМ.

9.2. Стоимость участия в БЛМ:

9.2.1. для россиян устанавливается в размере стоимости базового, обязательного пакета участника БЛМ и составляет 40 500 (сорок тысяч пятьсот) рублей). Данная стоимость включает

регистрационный и стартовый взнос, 2 ночи проживания в двухместном номере гостиницы (1 место в номере с завтраками), ужин-паста 06 марта 2018 г. и торжественный ужин 07 марта 2018 г., групповой трансфер из аэропорта к местам проживания 06 марта 2018 г. и к старту 07 марта 2018 г., групповой трансфер 08 марта 2018 г. из гостиниц/мест проживания/ночевки участников после завершения БЛМ в аэропорт Иркутска; мед.страховка, наградная атрибутика (медали и сертификаты), майки-поло с вышитой символикой БЛМ. Доп. плата за проживание в одноместном номере – 4450 рублей.

9.2.2. кроме базового/обязательного пакета участника БЛМ для участников, прибывающих на БЛМ из городов с разницей временного пояса с Иркутском в 4-5 часов, настоятельно рекомендуется приобрести пакет участника БЛМ длительностью 4 дня/3 ночи, позволяющий лучше акклиматизироваться к условиям БЛМ. Стоимость этого пакета на 4 дня/3 ночи- 48 340 рублей при двухместном проживании (55 940 р. – одноместное размещение). Стоимость включает все услуги, как и в базовом пакете + доп. ночь в Иркутске в отеле Марриотт, экскурсию с обедом.

9.2.3. Стоимость для участников 7-дневного акклиматизационно-подготовительного пакета с допуском на БЛМ - 98 850 рублей с 1 бегуна-«курсанта» при проживании в номере с другим бегуном или своим сопровождающим лицом; стоимость пакета сопровождающего при проживании в номере с сопровождаемым бегуном – 62 800 рублей).

9.2.3. Организатор БЛМ приглашает российские компании, предпринимателей выступить спонсорами отдельных российских участников БЛМ, оплатив стоимость их участия в БЛМ. Логотип компании, выступившей спонсором российских участников будет размещен на заставках прес-релизов и в отчетах БЛМ. Соответствующие письма будут подготовлены по запросам участников БЛМ и предоставлены; по завершению БЛМ компаниям-спонсорам российских участников будет предоставлен сертификат спонсора.

9.3. В случае, если зарегистрированный участник БЛМ, оплативший участие в БЛМ, по какой-либо причине отказывается от участия в БЛМ, не выйдет или опоздает на старт БЛМ, выше указанная сумма произведенной таким участником оплаты не подлежит возврату, но может быть по усмотрению Организатора использована данным участником частично (по решению Организатора БЛМ), как часть регистрационной платы за участие в последующих выпусках БЛМ.

10. Предварительная программа БЛМ:

10.1. Базовый, обязательный пакет участника БЛМ (3 дня/2 ночи):

- **06 марта 2018 г.** – с 08:00 до 11:00 - прибытие участников в Иркутск до полудня (место сбора – аэропорт «Иркутск»). Посадка в транспорт для трансфера в гостиницы у места старта. Размещение в гостиницах. 19:00 – предстартовый брифинг и регистрация, выдача стартовых номеров. Ужин-паста. Ночевка.

- **07 марта 2018 г.** – трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. До 18:30 – завершение дистанций БЛМ. Трансфер в гостиницы. Торжественные награждение и ужин.

- **08 марта – 2018 г.** – трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Байкале по согласованным ранее программе и условиям).

10.2. Дополнительный пакет участника БЛМ (4 дня/3 ночи):

05 марта 2018 г. – Прибытие в Иркутск, встреча в аэропорту, трансфер в отель Марриотт (Courtyard by Marriott Irkutsk City Center), расположенный в самом центре. После размещения в отеле и небольшого отдыха - экскурсия по городу с обедом в ресторане исторической Иркутской Слободы (130-ый квартал), восстановленный к 350-летию юбилею города Иркутска. Брифинг в отеле. Ночевка в отеле Марриотт.

06-марта 2018 г. –После завтрака трансфер в Байкальск. По прибытию – размещение в отеле Гранд Байкал или Белый Соболю. Обед. Свободное время (отели расположены у склона Горы Соболиной и центра горнолыжного отдыха на Байкале).

19:00 –брифинг и регистрация, выдача стартовых номеров. Ужин-паста. Ночевка.

07 марта 2018 г. – После завтрака трансфер участников к месту старта (согласно предстартового регламента в Положении). Старт БЛМ. До 18:30 – завершение дистанций БЛМ. Трансфер в гостиницы. Торжественные награждение и ужин.

08 марта – 2018 г.–Трансферы участников в аэропорт

Примечание: возможен 2-ой вариант программы: 05 марта сразу трансфер в Байкальск с проживанием у Байкала перед стартом 2 ночи, питанием (стоимость – та же).

10.3. Подготовительный пакет-допуск участника БЛМ (7 дней/6 ночей):

- **02.03.2018** — Прибытие в Иркутск, встреча в аэропорту, трансфер в отель Марриотт (Courtyard by Marriott Irkutsk City Center). Обзорная экскурсия с обедом в ресторане исторической Иркутской Слободы (130-ый квартал). Вечером в отеле - встреча с тренером-куратором. Ужин и ночевка в отеле Марриотт

- **03.03.2018–06.03.2018** – 4 дня тренировочного курса под руководством опытейшего Байкальского тренера. Подготовка к допуску и участию в XI БЛМ: прогрессирующие дистанции забегов по таежной трассе, льду Байкала с замерами артериального давления, тонусно-витаминные процедуры, акклиматизационные сессии – спуски на горных лыжах/сноубордах с Горы Соболиная, Ледяная Баня. Каждый вечер – специализированные и тематические презентации.

- **07.03.2018**- трансфер участников к месту старта. Старт БЛМ. После завершения БЛМ -трансфер в гостиницы. Награждение и ужин.

- **08 марта – 2018 г.** – групповые трансферы участников в аэропорт (при желании возможно продление пребывания на Байкале по согласованных ранее программе и условиях).

Полная программа подготовительного курса БЛМ находится [здесь](#)

11. Предстартовый регламент XIV БЛМ

11.1. Место предстартового сбора БЛМ будет находиться в местах проживания участников.

11.2. Точное место старта БЛМ определяется за 1 день до старта.

11.3. Предстартовые регистрация, брифинг, выдача номеров участникам БЛМ будет производиться либо в местах проживания участников или во время трансфера участников к месту старта 07.03.18..

11.4. Во время предстартовой регистрации участники БЛМ вместе со стартовыми номерами получают пластиковые пакеты с прикрепленными к ним номерными бирками соответственно своим стартовым номерам. В данные пластиковые пакеты упаковывается только сменная одежда для использования после финиша 07 марта 2018 г., вес содержимого пакета не должен превышать 3 кг. Запрещается класть в эти пакеты любые другие предметы (с острыми краями и т.п., которые могут порвать пакет), и предметы представляющие особую ценность. Организатор БЛМ не несет ответственности и не принимает претензий в случае утери участниками любых ценностей или предметов, положенных в такой пакет в нарушение правила настоящего пункта.

11.5. Участникам необходимо находиться в предстартовой зоне (фойе гостиниц-мест проживания) не позднее 08:15 утра 07 марта 2018 г.

11.6. Перед посадкой в автотранспорт для доставки к месту старта участникам необходимо надеть стартовые номера с номером, отчетливо видно расположив его на груди.

11.7. Посадка в автотранспорт для доставки к месту старта 07 марта 2018 г. начинается: в 08:30- в условиях старта с западного берега Байкал (пос. Листвянка) или в 09:00- в условиях старта с восточного берега Байкала (ст. Переемная или Танхой). Посадка производится в транспорт, к которому будет прикреплен каждый участник и в соответствии со списком рассадки, о котором участники будут проинформированы во время предстартового брифинга 06 марта 2018 г. Участники должны будут точно следовать данному списку. После этого участники доставляются к месту старта и выходят из своего транспорта у места старта.

11.8. Участники, не прибывшие в предстартовую зону в выше обозначенное время и не занявшие свои места в закрепленном транспорте до отъезда к месту старта, от участия в БЛМ отстраняются и претензии не принимаются.

11.9. Отправление из предстартовой зоны к месту старта: 08:40 - в условиях старта с западного берега, в 09:10 –в условиях старта с восточного берега.

11.10. После выхода из своего транспорта на старт участники должны взять свои пакеты с номерными бирками и уложенных в них сменными вещами, перенести и лично положить их в сопровождающий транспорт БЛМ согласно ниже следующего:

- участники дистанции 42 км БЛМ- в транспорт с табличкой №1,

- участники дистанции 21 км БЛМ – в транспорт №3,

11.11. После прибытия к месту старта, перекличке и по приглашению представителя БЛМ участники выходят из автобуса и следуют к месту старта БЛМ. Перед самым стартом участникам будет предложено исполнить древний ритуал почтения Байкалу. С этой целью, окунув безымянный палец левой руки в молоко или бурятский напиток «тарасун», разлитый по стаканчикам, надо будет четыре раза побрызгать по сторонам света и затем допить остаток или поднеся к губам затем плавно, не резко вылить оставшееся молоко на лед. После совершения такого ритуала и приглашения построиться на старт из громкоговорителя прозвучит команда «старт» БЛМ «За сохранение чистых вод».

11.12. Участникам БЛМ необходимо внимательно следовать указаниям и предстартовым оповещениям представителя БЛМ в предстартовой зоне и на месте старта. Участник, чье поведение в предстартовой зоне и на месте старта может повлечь задержку старта, или мешать его осуществлению, будет отстранен от забега в БЛМ, а возможные претензии в связи с этим Организатором не будут приниматься или рассматриваться.

11.13. Данный предстартовый регламент может быть изменен , о чем участники БЛМ будут своевременно проинформированны.

12. Пункты питания. Особенности трассы и рекомендуемое снаряжение

12.1. Организатор обеспечивает 6 пунктов питания на трассе БЛМ с включением в рацион питания чая, негазированной воды, орехов, сухофруктов, шоколада, сыра. Расположение пунктов подпитки и интервалы между ними будут сообщены за 1 день до старта БЛМ.

12.2. У восточного побережья Байкала стартовый участок трассы Марафона может быть перемерен снегопадом и покрыт снегом (толщиной от 15 до 25 см и длиной до 500 м, а иногда до 1 км), местами, ближе к западному берегу, могут быть большие участки открытого льда длиной до 500 м; в некоторых местах могут отмечаться поля «колобовника» (участки блинчатых или «тарелочных» льдин округлой формы, мутного цвета с утолщенными краями, вмержшие в поверхность льда и нередко закрытые снежным покровом), а также неширокие участки остро-игольчатых, тонких ледяных кристаллов на поверхности льда, представляющие определенную трудность и требующие осторожного прохождения на бегу. Во время пробега может меняться погода, дует ветер, как по направлению движения, так навстречу бегунам или низовой юго-западный ветер (дует в бок бегуна). При низком атмосферном давлении может задуть местный «хиус» - не очень сильный, но резкий, пронзительный, колючий и при температуре -14 обмораживающий лицо зимний ветер, на льду Байкала проникающий к телу через мельчайшие одежные щели. В последние 3 года с отметки 30 км и ближе к западному берегу после 13:00 начинается дуть ровный, но сильный поперечный ветер с долины реки Ангара (ветер встречный, может серьезно «охладить» пыл вспотевшего, утомленного бегуна, сопровождая почти до финиша – в случае, если финишная черта будет в Листвянке, на западном берегу Байкала). Важно: правильно и надежно, для бега по льду и в условиях меняющихся ветров «упаковать» себя. Условия трассы БЛМ всегда зависят от того, как замерзает Байкал в начале зимы, и погоды, которая очень изменчива. Очищенная от снега трасса БЛМ может быть перемерена поземкой в течение 30 минут. Участник БЛМ должен быть морально и физически готов бежать как по открытому льду, так и по следу снегохода или вездехода, проложенному перед самым стартом. Среднестатистические температуры в первой декаде марта у трассы БЛМ: от -14 до -27 по Цельсию (восточный берег), на середине Байкала: от -7 до -14, от -12 до +1 по Цельсию (западный берег) после 14:00.

Для более ясного представления различных погодных условий и поверхности трассы БЛМ рекомендуем прочитать отчеты-статьи участников предыдущих выпусков БЛМ [здесь](#)

12.3. Учитывая низкие температуры, сильный встречный ветер и его коэффициент охлаждения настоятельно рекомендуем участникам БЛМ настоятельно рекомендуется:

- одеваться для забега по принципу трех слоев (1-ый влаговыводящий слой - термобелье или белье с эластаном; 2-ой теплоизолирующий и переводящий влагу слой - флиска, свитер или толстовка; 3-ий ветрозащитный, не продуваемый слой – легкая спортивная ветровка;
- максимально защитить подбородок, щеки и нос лентой [Kinesio](#) или другой без боли снимающейся клейкой лентой на тканевой основе;
- использовать балаклаву-[антитуманку](#),
- защитные закрытые очки типа горнолыжных масок;
- варежки или [перчатки](#) с подогревом – шерстяные, с пропиленом или изоляцией Outer Goretex
- высокие, дышащие носки/ легко пропускающие влагу, без швов (одна пара – до минус 15, две – ниже), термоноски.



- для «бегущих быстро и на результат» -легкоатлетические кроссовки с шипами типа **ICESPIKE** или **ICEBUG** или любыми твердосплавными шипами, вкрученными в подошву (в случае если поверхность трассы будет открытым льдом или с неглубоким снежным покрытие до 8 см); **для остальных, желающих стабильно пройти трассу БЛМ в рамках контрольного времени достаточно зимних кроссовок с глубоким протектором для бездорожья и широкой носковой опорной площадкой**

12.4. Участники БЛМ, вышедшие на старт в явно неподходящей для погодных условий БЛМ экипировке могут быть отстранены от участия в БЛМ и дисквалифицированы.

13. Награждение.

13.1. Победители среди мужчин и женщин на дистанциях 42 и 21 км награждаются Кубками Байкальского Ледового Марафона и особыми медалями;

- Призеры БЛМ, занявшие 2-ые и 3-ьи места среди мужчин и женщин, награждаются Призовыми медалями,

13.2. Все участники, прошедшие заявленную дистанцию награждаются памятными медалями БЛМ и свидетельствами.

13.3. В БЛМ применяется абсолютная возрастная шкала – от 18 лет и старше. Однако участники, показавшие на своей дистанции лучшее время в одной из двух возрастных групп - 45-55 лет и 56 - 66 лет – будут определены и указаны в отдельном протоколе XIV выпуска БЛМ.

14. Сохранение чистых вод Байкала

14.1.БЛМ проходит под девизом «За сохранение чистых вод» на озере Байкале - древнейшем, глубочайшем, крупнейшем природном хранилище чистой пресноводной воды, ¼ обитателей которого являются эндемиками. На трассе марафона запрещается выбрасывать бумагу, стаканчики, бутылки, крышки от бутылок и прочие предметы. Весь мусор необходимо оставлять на пунктах подпитки, у группы поддержки либо нести с собой к месту финиша. Данное требование относится ко всем участникам соревнований: бегунам, обслуживающему персоналу/группе поддержки, журналистам и сопровождающим. Участники, замеченные в нарушении этого правила, подлежат немедленной дисквалификации.

14.2. Часть дохода, полученного Организатором от проведения БЛМ будет традиционно использована для высадки деревьев в прибрежной полосе Байкала.

15. Безопасность и страховка

15.1.Безопасность участников при прохождении дистанции БЛМ обеспечивается силами МЧС/Аварийно-Спасательной Службы Иркутской области, группой техподдержки и реагирования БЛМ. Участники, пробежавшие полумарафон, а также сошедшие с дистанции, доставляются в Листвянку на СВП «Хивус», снегоходах, другом транспорте, допущенном к обслуживанию БЛМ. На трассе БЛМ будет находиться бригада врачей скорой помощи/медицины катастроф (на замыкающем бегунов СВП «Хивус», базовом лагере на 21 км, на 42 км).

15.2. Каждый зарегистрированный участник будет застрахован от несчастного случая. Страховой полис участника БЛМ действует с момента прибытия марафонца к месту старта БЛМ в день старта и до окончания БЛМ 07 марта 2018 г.

16. Официальные языки БЛМ

Официальными языками БЛМ являются русский и английский языки.

17. Заключение

17.1. В целях обеспечения безопасности участников БЛМ Организатор БЛМ оставляет за собой право изменить место и время, порядок заявленных предстартовых и стартовых мероприятий БЛМ.

