

УТВЕРЖДАЮ:  
Председатель  
комитета по физической культуре  
и спорту администрации  
города Перми

С.В. Сапегин

«17» августа 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. министра физической культуры  
и спорта Пермского края

М.В. Зиннер

«17» августа 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор муниципального  
автономного учреждения «Спортивная  
школа олимпийского резерва  
«Орленок» г.Перми

С.В. Михалева

«17» августа 2020 г.



СОГЛАСОВАНО:  
Президент региональной общественной  
организации «Федерация легкой  
атлетики Пермского края»

А.А. Богачев

«17» августа 2020 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении соревнования «Пермский марафон»**  
по легкой атлетике  
номер-код вида спорта: 0020001611Я  
(с изм. от 17.08.2020)

Пермь 2020

## **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Соревнование «Пермский марафон» (далее – Марафон, соревнования) проводится в соответствии с Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Перми на 2020 год, утвержденным приказом председателя комитета от 30.12.2019 № 059-15-03-494, и Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Пермского края, утвержденным приказом Министерства физической культуры и спорта Пермского края от 26 декабря 2019 г. № СЭД-41-01-02-628.

1.2. Марафон проводится с целью развития легкой атлетики в городе Перми и Пермском крае.

Задачами соревнований являются:

- привлечение граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для укрепления здоровья населения;
- пропаганда здорового образа жизни и приобщение населения к активным занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация бега и развитие массового спорта;
- стимулирование роста спортивных достижений в беге на длинные дистанции, повышение спортивного мастерства;
- выявление сильнейших спортсменов.

1.3. Марафон проводится по Правилам вида спорта «Легкая атлетика», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.10.2019 № 839.

1.4. Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты соревнований.

1.5. Запрещается участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 04.12.2007 № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

1.6. Данное Положение является официальным вызовом на соревнование и основанием для командирования команд, участников, тренеров и представителей.

## **II. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ СОРЕВНОВАНИЯ**

2.1. Организаторами соревнования выступают: Министерство физической культуры и спорта Пермского края (далее – Министерство), комитет по физической культуре и спорту администрации города Перми (далее – Комитет), муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Орлёнок» г. Перми (далее – МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми), региональная общественная организация «Федерация

легкой атлетики Пермского края» (далее – РОО «Федерация легкой атлетики ПК»).

2.2. Полномочия Министерства как организатора Марафона осуществляются государственным краевым бюджетным учреждением «Центр спортивной подготовки Пермского края» (далее – ГКБУ «ЦСП»).

2.3. Комитет, МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми, РОО «Федерация легкой атлетики ПК» определяют условия проведения спортивного соревнования, предусмотренные настоящим Положением.

2.4. Общее руководство по подготовке и проведению соревнования возлагается на Комитет и МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми.

2.5. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МАУ «СШОР «Орленок» г.Перми и Главную судейскую коллегию.

2.6. Главный судья Марафона – Кожевникова Анна Викторовна, спортивный судья всероссийской категории.

### **III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

3.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей соревнований осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353.

Безопасность соревнований обеспечивается силами частных охранных организаций, определенных организаторами соревнования, УМВД России по г.Перми и УГИБДД ГУ МВД России по Пермскому краю.

3.2. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

3.3. Соревнования проводятся на специально подготовленной сертифицированной трассе, проходящей по улицам города Перми и отвечающей требованиям и соответствующим нормативным правовым актам, действующим на территории Российской Федерации и направленным на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

3.4. При проведении соревнований на соответствующих участках автомобильных дорог осуществляются временное ограничение или прекращение движения транспортных средств по таким участкам дорог в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

3.5. Поведение зрителей при проведении соревнования регламентируется в соответствии с Правилами поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 16.12.2013 № 1156.

3.6. Во время и в месте проведения соревнования организаторы обеспечивают соответствующий медицинский персонал (врач, фельдшер) для оказания первой медицинской помощи, а также выездную бригаду скорой медицинской помощи и экстренной медицинской помощи.

3.7. Страхование участников Марафона от несчастных случаев жизни и здоровью осуществляется страховой организацией, определенной организатором Марафона.

Страховой полис участника действует с момента прибытия спортсмена к месту старта и до момента финиша или снятия с дистанции.

3.8. К участию в соревнованиях допускаются граждане, прошедшие медицинский осмотр и получившие разрешение врача.

#### **IV. СОРЕВНОВАНИЕ «ПЕРМСКИЙ МАРАФОН»**

##### **4.1. Общие сведения о спортивном соревновании**

###### **4.1.1. Место проведения соревнования.**

Старт и финиш – г. Пермь, ул.Ленина,53, площадь у КГАУК «Пермский академический Театр-Театр». Трасса пролегает по центральным улицам города Перми, маршрут трассы Марафона после согласования будет размещен на сайте [permmarathon.ru](http://permmarathon.ru), в группе ВКонтакте <https://vk.com/permmarathon>, а также на сайтах [умный-спорт.рф](http://umnyy-sport.rf), [russiarunning.com](http://russiarunning.com) и на сайте Федерации легкой атлетики Пермского края [flapk.ru](http://flapk.ru).

Дата проведения соревнований: 5,6 сентября 2020 года.

Время проведения:

5 сентября с 9:00 до 20:00 часов;

6 сентября с 7:00 до 16:00 часов.

###### **4.1.2. Характер подведения итогов.**

Соревнования проводятся по действующим правилам проведения соревнований по легкой атлетике. Вид соревнований: личные и командные.

В каждом виде программы (дисциплине) определяются победители и призеры соревнований (1-3 места).

В каждой возрастной группе определяются победители. Спортсмены, победившие и ставшие призерами в абсолютном зачете, не участвуют при подведении итогов в возрастной группе.

В командном зачете определяются команда-победитель и призеры (1-3 места).

#### 4.1.3. Планируемое количество участников до 7 800 человек.

№ п/п	Дисциплина	Категория участников	Лимит участников
Виды программы, входящие в Единую всероссийскую спортивную классификацию (далее – ЕВСК)			
1	Бег по шоссе 42,195 км	мужчины и женщины 18 лет и старше	350
2	Бег по шоссе 21,0975 км	мужчины и женщины 18 лет и старше	1 100
3	Бег 10 000 м	мужчины и женщины, юноши и девушки 15 лет и старше	2 500
4	Бег 5 000 м	мужчины и женщины, юноши и девушки 12 лет и старше	1 500
Виды программы, не входящие в ЕВСК			
5	Бег 3 000 м	мужчины и женщины, юноши и девушки, дети, без возрастных ограничений	1 500
6	Бег 1 000 м	дети 8 лет и младше	800
7	Заезд на колясках 200 м	мужчины и женщины – лица с поражением опорно-двигательного аппарата в возрасте 18 лет и старше	50
Всего			7 800*

\* лимит участников может быть изменен организаторами Марафона

#### 4.1.4. Состав спортивной команды.

Спортивные команды формируются от учреждений, предприятий, организаций, спортивных клубов.

Спортивная команда формируется из числа участников, зарегистрированных для участия в соревнованиях по следующим дисциплинам: 3 000 м, 5 000 м, 10 000 м, 21,0975 км и 42,195 км.

Команда формируется при регистрации на соревнования.

Минимальное количество участников спортивной команды для участия в командном зачете - 20 человек.

Команды, в которых количество участников менее 20 человек, не участвуют в подведении итогов в командном зачете.

#### 4.1.5. Группы участников спортивных соревнований по полу и возрасту определяются в соответствии с ЕВСК.

К участию в соревнованиях допускаются граждане Российской Федерации и иностранные граждане, прошедшие регистрацию.

Возраст участников определяется на момент фактической даты проведения мероприятия.

#### 4.1.6. Программа Марафона\*\*:

5 сентября 2020 г.

09.00-20.00 – время работы ЭКСПО, регистрация участников и выдача стартовых пакетов;

Забег на дистанции 1 000 м

Награждение победителей и призеров на дистанции 1000 м по окончании вида забега;

6 сентября 2020 г.

Регламент мероприятия на 6 сентября 2020 года будет утвержден за 2 недели до проведения мероприятия и размещен на официальном сайте марафона [permmarathon.ru](http://permmarathon.ru) и в группе ВК <https://vk.com/permmarathon>.

*\*\* - программа может быть изменена организаторами мероприятия.*

Номер-код спортивной дисциплины в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта:

0020171611Я - бег по шоссе 42,195 км

0020161811Л - бег по шоссе 21,0975 км

0020141611Я - бег 10 000 м

0020131611Я - бег 5 000 м

## 4.2. Требования к участникам и условия их допуска

### 4.2.1. Условия допуска.

Участие спортсмена в соревнованиях означает, что он/она согласен подчиняться правилам соревнований.

Право участия в Марафоне имеют граждане Российской Федерации и иностранных государств, подавшие заявку и оплатившие регистрационный взнос. Заявка принимается на участие только в одном виде программы.

К участию допускаются спортсмены и любители, имеющие необходимую спортивную подготовку и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, которое подтверждается медицинской справкой с допуском на выбранную дистанцию, заверенной подписью врача.

К участию в соревнованиях допускаются:

**марафонский бег 42,195 км** – мужчины и женщины в возрасте 18 лет и старше;

**бег по шоссе на дистанции 21,0975 км** – мужчины и женщины в возрасте 18 лет и старше;

**бег по шоссе на дистанции 10 000 м** – мужчины и женщины, юноши и девушки в возрасте 15 лет и старше;

**бег на дистанции 5 000 м** – мужчины и женщины, юноши и девушки в возрасте 12 лет и старше;

**бег на дистанции 3 000 м** – мужчины и женщины, юноши и девушки, дети, без возрастных ограничений;

**бег на дистанции 1 000 м** – дети 8 лет и младше;

**заезд на колясках на дистанции 200 м** – мужчины и женщины в возрасте 18 лет и старше, относящиеся к категории лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Участие спортсменов на колясках,

хендбайках и иных средствах передвижения на других дистанциях не предусмотрено.

В беге на дистанции 1 000 м ребенка может сопровождать один взрослый, регистрация на дистанцию для этого не требуется (взрослый не получает стартовый пакет и медаль).

Участники, не достигшие установленного возраста для участия в соревнованиях на дистанциях 42,195 км, 21,0975 км не допускаются.

Участники, не достигшие установленного возраста для участия в соревнованиях на дистанциях 10 000 м и 5 000 м допускаются к участию с согласия главного судьи соревнований, при условии наличия письменного согласия родителей (или их законных представителей) и медицинской справки на данную дистанцию.

На дистанции 42,195 км спортсмены пробегают четыре круга (по 10 550 м).

Для участников на дистанции 42,195 км устанавливается контрольное время преодоления 3-х кругов трассы Марафона - 4 часа 20 минут.

Участники, не уложившиеся в контрольное время, снимаются с соревнований.

#### 4.3. Заявки на участие

##### 4.3.1. Условия подачи заявок

4.3.1.1. Регистрация участников соревнований и оплата регистрационного взноса банковскими картами платежных систем VISA, MasterCard, МИР производится самостоятельно в режиме on-line на сайте [умный-спорт.рф](http://умный-спорт.рф) или [russiarunning.com](http://russiarunning.com).

Сроки		Место (способ) подачи заявки	Оплата заявочного взноса
I этап	20.02.2020-31.05.2020	В режиме on-line на сайтах <a href="http://умный-спорт.рф">умный-спорт.рф</a> или <a href="http://russiarunning.com">russiarunning.com</a>	в режиме on-line банковскими картами платежных систем VISA, MasterCard, МИР
II этап	01.06.2020-31.07.2020		
III этап	01.08.2020-04.09.2020		
Стартовый городок (ЭКСПО)	05.09.2020	В режиме on-line на сайтах <a href="http://умный-спорт.рф">умный-спорт.рф</a> или <a href="http://russiarunning.com">russiarunning.com</a>  Площадь у Пермского академического Театра-Театра – регистрация участников при наличии свободных номеров на соревнования	в режиме on-line банковскими картами платежных систем VISA, MasterCard, МИР  наличный расчет

4.3.1.2. При регистрации участник обязан указывать персональные данные в соответствии с документом, удостоверяющим личность.

Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил регистрационный взнос.

Оплаченная регистрация на Марафон отмене не подлежит, регистрационный взнос не возвращается.

Участник может поменять дистанцию или переоформить регистрацию на другого участника, связавшись с МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми.

Перерегистрация участников завершается 28.08.2020.

4.3.1.3. Регистрация на Марафон в день Марафона 06.09.2020 не проводится.

Регистрация может быть закрыта досрочно при достижении максимального числа участников Марафона.

4.3.1.4. Регистрация членов команды для командного зачета проводится в следующем порядке:

- направить заявку с названием команды и списком участников команды в МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми на e-mail: [orlenokperm@mail.ru](mailto:orlenokperm@mail.ru);

- получить промокод для регистрации членов команды;

- при регистрации необходимо ввести промокод в поле «код присоединения»;

- оплата регистрационных взносов за всю команду может быть осуществлена на основании договора с МАУ «СШОР «Орленок» г.Перми, либо каждым членом команды самостоятельно при регистрации.

4.3.1.5. Регистрация лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, для заезда на колясках на дистанцию 200 м проводится на основании заявки, поданной Региональным отделением Общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» в Пермском крае, в МАУ «СШОР «Орленок» г.Перми.

Размеры регистрационных взносов, рублей:

Дисциплина	Размер регистрационного взноса				
	Пенсионеры, инвалиды, ветераны труда	I этап	II этап	III этап	ЭКСПО
Марафон (42,195 км)	500	1 500	1 800	2 000	2 200
Полумарафон (21,0975 км)	300	1 200	1 500	1 800	2 000
10 000 м	200	1 000	1 200	1 300	1 500
5 000 м	150	500	800	900	1 000
3 000 м	100	500	800	900	1 000
Забег на 1 000 м дети 8 лет и младше		бесплатно			
Заезд на колясках для лиц с ПОДА на 200 м		бесплатно			



Скидки при оплате регистрационного взноса:

1. Ветераны Великой Отечественной войны освобождаются от оплаты регистрационного взноса.

2. Дети до 18 лет включительно, студенты очной формы обучения оплачивают регистрационный взнос на дистанции 3 000 м, 5 000 м, 10 000 м, 21,0975 км и 42, 195 км, со скидкой в размере 50 %.

3. При участии обоих родителей: 1-ый ребенок – скидка на оплату регистрационного взноса 50%, 2-й и последующие - бесплатно (заявительный принцип через МАУ «СШОР «Орлёнок» г.Перми).

4. Инвалиды, относящиеся к категории лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, допускаются к заезду на колясках на дистанцию 200 м. без оплаты регистрационного взноса.

5. Дети в возрасте 8 лет и младше на дистанции 1 000 м участвуют бесплатно.

**Студенты очной формы обучения, заканчивающие обучение в 2020 году, оплачивают регистрационный взнос со скидкой 50 %.**

4.3.2. Перечень документов, необходимых для допуска к соревнованиям и получения стартового пакета и нагрудного номера участника:

- документ, удостоверяющим личность;
- оригинал медицинской справки;
- документ, подтверждающий право на льготу при оплате регистрационного взноса.

Требования к медицинской справке: справка с печатью выдавшего ее медицинского учреждения, подписью и личной печатью врача, формулировкой «Допущен(а) к участию в забеге на дистанцию 42,195км/21,0975 км/10 000м/5 000 м/3 000 м/1 000м/200м». Срок действия справки не должен превышать шесть месяцев.

Стартовый пакет участника: фирменная футболка Марафона, нагрудный номер и встроенный индивидуальный одноразовый электронный датчик записи и передачи информации (чип), средство индивидуальной защиты (маска). Нагрудный номер с чипом в обязательном порядке должен быть прикреплен к спортивной одежде каждого участника.

#### **4.4. Условия подведения итогов**

4.4.1. Соревнования проводятся по действующим правилам проведения соревнований по легкой атлетике.

По итогам соревнований возможно присвоение спортивных званий и разрядов на дистанциях 42,195 км, 21,0975 км, 10 000 м и 5 000 м, регистрация рекордов.

Победители и призеры определяются по наилучшему результату в каждой возрастной категории и в абсолютном зачете.

42,195 км – мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-6 место. В возрастных группах: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-64, 65-69, 70 лет и старше среди женщин и мужчин награждаются победители.

21,0975 км – мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-3 место. В возрастных группах: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-64, 65-69, 70 лет и старше среди женщин и мужчин награждаются победители.

10 000 м – юноши и девушки, мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-3 место. Юноши и девушки в возрастной группе: 15-17 лет, мужчины и женщины в возрастных группах: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-64, 65-69, 70 лет и старше награждаются победители.

5 000 м - юноши и девушки, мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-3 место. Юноши и девушки в возрастной группе: 12-15 лет, 16-17 лет, мужчины и женщины в возрастных группах: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-64, 65-69, 70 лет и старше награждаются победители.

3 000 м – дети, мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-3 место. Дети в возрастных группах: до 8 лет включительно, 9-10, 11-12, 13-14 лет; мужчины и женщины 70 лет и старше награждаются победители.

1 000 м – дети (мальчики и девочки) абсолютный зачет награждаются 1-3 место. Дети в возрастных группах: до 5 лет, до 6 лет, 7-8 лет награждаются победители. Победителями и призерами определяются дети, преодолевшие дистанцию самостоятельно (т.е. без коляски и без помощи родителей).

200 м - мужчины и женщины абсолютный зачет награждаются 1-3 место.

Определение места в командном зачете проводится по принципу суммирования баллов, набранных всеми членами команды. Таким образом, итоговый результат является суммой набранных баллов всеми членами команды. Чем больше команда и выше результат каждого из ее участников, тем больше баллов получает команда. Подведение итогов командного зачета проводится в соответствии с методикой калькуляции результатов RussiaRunning, размещенной по адресу <https://russiarunning.com/Rating/Calculator>.

Фиксирование результатов всех участников Марафона на дистанциях 42,195 км, 21,0975 км, 10 000 м, 5 000 м, 3 000 м, 1 000 м и 200 м осуществляется системой автоматического электронного хронометража MyLaps.

#### **4.5. Видео и фотосъемка соревнования**

4.5.1. Регистрация участника на соревнование означает его согласие на использование его изображения полученного фото- и видеосъемкой соревнований.

4.5.2. В соответствии с частью 4 статьи 20 Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организаторам соревнований принадлежат права на их освещение посредством трансляции изображения и (или) звука соревнований любыми способами и (или) с помощью любых технологий, а также

посредством осуществления записи указанной трансляции и (или) фотосъемки соревнования.

Организаторы соревнований осуществляют фото- и видеосъемку без ограничений. Организаторы оставляют за собой право использовать полученные ими во время соревнований фото- и видеоматериалы по своему усмотрению в рамках уставной деятельности, а также рекламы проводимых мероприятий.

## **V. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ**

5.1. Абсолютные победители и призеры на каждой дистанции, победители в каждой возрастной группе награждаются денежными или ценными призами, медалями и почетными грамотами.

Порядок выдачи, размер денежных и ценных призов, устанавливается Положением о призовом фонде Марафона, утверждаемом организаторами Марафона.

5.2. Каждому финишировавшему участнику вручается сувенирная медаль с лентой.

Победители и призеры абсолютных первенств на каждой дистанции не участвуют в розыгрышах призов по возрастным категориям.

Команды награждаются в абсолютном командном зачете (1-3 место).

5.3. Награждаются ценными призами участники в номинациях: «Самая младшая участница Марафона», «Самый младший участник Марафона», «Самая старшая участница Марафона», «Самый старший участник Марафона».

## **VI. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

6.1 Расходы на приобретение сувенирной продукции (сувенирные медали с лентой, рюкзаки, пакеты с символикой Марафона, шейкеры и кошельки на запястье, блокноты и ручки с символикой Марафона) участникам Марафона осуществляются за счет средств бюджета Пермского края и в соответствии с Порядком финансирования за счет средств бюджета Пермского края физкультурных и спортивных мероприятий, включенных в календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Пермского края, и норм расходов средств бюджета Пермского края на их проведение, утвержденного постановлением Правительства Пермского края от 23 декабря 2011 года №1106-п.

6.2. Финансирование соревнования осуществляется за счет средств бюджета города Перми, средств бюджета Пермского края и внебюджетных источников (регистрационные взносы участников, спонсорская помощь партнёров).

6.3. Расходы, по командированию участников Марафона обеспечивают командирующие организации или непосредственно участники,

за исключением спортсменов, которым направлены персональные приглашения.

## **VII. КОНТАКТЫ ОРГАНИЗАТОРОВ СОРЕВНОВАНИЯ**

Комитет по физической культуре и спорту администрации города Перми адрес: 614000, г.Пермь, ул.Ленина,27в, каб. 4, т. (342) 212-29-97, e-mail: [Malinina-me@gorodperm.ru](mailto:Malinina-me@gorodperm.ru), [Onkova-VV@gorodperm.ru](mailto:Onkova-VV@gorodperm.ru), контактные лица: Малинина Марина Евгеньевна, Онькова Вера Владимировна.

Муниципальное автономное учреждение «Спортивная школа олимпийского резерва «Орленок» г. Перми» г. Перми адрес: 614000, г.Пермь, ул.Сибирская,47, т. (342) 215-52-59, e-mail: [orlenokperm@mail.ru](mailto:orlenokperm@mail.ru), контактные лица: Пермякова Валерия Сергеевна [permvalery@mail.ru](mailto:permvalery@mail.ru), Михалева Ольга Владимировна [hc-olga@mail.ru](mailto:hc-olga@mail.ru).

Подробности на сайтах:

- [умный-спорт.рф](http://умный-спорт.рф), [russiarunning.com](http://russiarunning.com).
- в социальных сетях: ВКонтакте, Instagram.