

**РЕГЛАМЕНТ**  
**проведения соревнований по лыжным гонкам**  
**«Дмитровская лыжня - 2022»**  
**Свободный стиль.**  
**29.01.2022**

**Порядок старта**

<i>Начало старта</i>	<i>Дистанция 3 км</i>	<i>Возрастная группа</i>
<b>11:00</b>	3 км - 1 круг	мальчики 2006-2007 г.р.
<b>11:10</b>	3 км - 1 круг	мальчики 2008-2009 г.р.
<b>Дистанция 3 км</b>		
<b>11:20</b>	3 км – 1 круг	девочки 2006-2007 г.р.
<b>11:30</b>	3 км – 1 круг	девочки 2008-2009 г.р.
<b>Дистанция 5 км</b>		
<b>11:50</b>	5 км - 1 круг	юноши 2004-2005 г.р.
<b>11:50</b>	5 км - 1 круг	девушки 2004-2005 г.р.
<b>12:00</b>	5 км - 1 круг	мужчины 1957 г.р. и старше
<b>12:00</b>	5 км - 1 круг	женщины 1957 г.р. и старше
<b>12:00</b>	5 км - 1 круг	женщины 1976 - 1958 г.р.
<b>Дистанция 10 км</b>		
<b>12:10</b>	10 км - 1 круг	женщины 2003-1993 г.р.
<b>12:10</b>	10 км - 1 круг	женщины 1992-1977 г.р.
<b>12:10</b>	10 км - 1 круг	мужчины 2003-1993 г.р.
<b>12:10</b>	10 км - 1 круг	мужчины 1992-1977 г.р.
<b>12:10</b>	10 км - 1 круг	мужчины 1976-1958 г.р.
<b>Дистанция 30 км</b>		
<b>12:20</b>	30 км - 3круга x10км	мужчины 2004 г.р.и старше
<b>12:20</b>	30 км - 3круга x10км	женщины 2004 г.р.и старше

*На дистанцию 30 км допускаются только совершеннолетние участники (дата рождения до 29.01.2004)*

*Обязательное условие участия – наличие медицинского допуска.*