

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
ОО РФСО «Локомотив»

  
А.В.Голдобин

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель генерального  
директора ОАО «РЖД»

  
Д.С.Шаханов

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель  
РОСПРОФЖЕЛ

  
Н.А.Никифоров

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### О ПРОВЕДЕНИИ ОНЛАЙН СОРЕВНОВАНИЯ «LOKO CUP ONLINE»

## **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Онлайн соревнование «Loko Cup Online» (Loko Cup Online) – массовое спортивное соревнование (далее – Соревнование), которое проводится в формате онлайн для работников ОАО «РЖД», членов РОСПРОФЖЕЛ и сотрудников АО «НПФ «БЛАГОСОСТОЯНИЕ».

Основные задачи соревнования:

формирование средствами физической культуры и спорта здорового образа жизни, физической и нравственной закалки работников отрасли;

пропаганда здорового образа жизни;

развитие массового спорта;

повышение внимания работодателей к созданию условий в трудовых коллективах для занятий физической культурой и спортом работников железнодорожного транспорта.

## **II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнование для бегунов и лыжников проводится в любом месте и на любой территории, где возможен прием GPS-сигнала, а для участников в шаговой активности – без ограничений.

Регистрация и публикация результатов производится на сайте в сети «Интернет» по адресу <https://lokoscup.online>;

Дата и время начала регистрации:

25.11.2020 в 00ч.00мин. (время Московское);

Дата и время завершения регистрации:

20.12.2020 в 23ч.59мин. (время Московское).

Регистрация может быть завершена досрочно, при достижении лимита в 5000 (пять тысяч) активных участников, успешно загрузивших одну и более тренировок. Общее количество финишеров включает в себя бегунов, лыжников и участников, соревнующихся в шаговой активности;

Дата и время начала спортивной части Соревнования (приема результатов):

25.11.2020 в 00ч.10мин. (время Московское);

Дата и время завершения Соревнования (приема результатов):

25.12.2020 в 23ч.59мин. (время Московское);

Дата готовности и публикации результатов:

30.12.2020 в 12ч.00мин. (время Московское).

## **III. ОРГАНИЗАТОРЫ ОНЛАЙН СОРЕВНОВАНИЯ**

Организаторы соревнования: общественная организация «Российское физкультурно-спортивное общество «Локомотив» (далее – РФСО «Локомотив») и Российский профессиональный союз железнодорожников и транспортных строителей (РОСПРОФЖЕЛ).

Техническое обеспечение проведения онлайн соревнования возлагается на ООО «БДР» в рамках заключенного договора между РФСО «Локомотив» и ООО «БДР».

Непосредственное проведение онлайн соревнования возлагается на РФСО «Локомотив» и Главную судейскую коллегию (ГСК).

#### **IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА**

К участию в онлайн соревновании допускаются спортсмены, являющиеся работниками ОАО «РЖД», ОА «НПФ «БЛАГОСОСТОЯНИЕ» и члены РОСПРОФЖЕЛ, достигшие на момент регистрации на онлайн соревнование полных 18-ти лет.

К участию в онлайн соревновании не допускаются:

Действующие профессиональные спортсмены, а также спортсмены, имеющие звание «Мастер спорта», «Мастер спорта международного класса», «Заслуженный Мастер спорта» по видам спорта, входящим в онлайн соревнование.

Для участия в онлайн соревновании участнику необходимо иметь смартфон, с установленным бесплатным приложением для фиксирования физической активности – **STRAVA** (установить приложение можно бесплатно через Google Play Market или App Store. Также скачать приложение можно на странице разработчика в сети «Интернет» по адресу <https://www.strava.com>

Скачать на сайте онлайн соревнования <https://lokocup.online> приложение LokoSport, через которое будет вестись прием результатов онлайн Соревнования, а также будет доступен весь прочий функционал.

При регистрации в приложении LokoSport каждый участник должен дать согласие на обработку персональных данных и подтвердить свое согласие с правилами онлайн Соревнования;

В рамках онлайн Соревнования назначаются следующие возрастные категории:

<b>Мужчины</b>	<b>Женщины</b>
<b>18-34 лет</b>	<b>18-34 лет</b>
<b>35-39 лет</b>	<b>35-39 лет</b>
<b>40-45 лет</b>	<b>40-45 лет</b>
<b>46-55 лет</b>	<b>46-55 лет</b>
<b>56-65 лет</b>	<b>56-65 лет</b>

Возрастная категория участника определяется автоматически, при регистрации в приложении LokoSport по количеству полных лет на момент регистрации на онлайн Соревнование.

При регистрации участник обязательно выбирает за какую команду он будет принимать участие в командном зачете. Выбор команд происходит последовательным выбором ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГИ, затем ДИРЕКЦИИ, затем ПРЕДПРИЯТИЯ.

Команды формируются не более, чем по 50 человек. Если от подразделения зарегистрировалось более 50 человек, то автоматически формируется команда под номером два и т.д. Участники распределяются по командам №1, №2 и пр. в соответствии с датой их регистрации на онлайн Соревнование.

После успешного прохождения регистрации, каждый участник получает СМС и E-mail уведомление об успешной регистрации на номер телефона и адрес электронной почты, указанные при регистрации.

## **V. ПРОГРАММА ОНЛАЙН СОРЕВНОВАНИЯ**

Спортивная часть соревнования проводится в период с 25.11.2020 по 25.12.2020 с целью достижения максимального личного и командного спортивного результата в беге и ходьбе на лыжах на средние или длинные дистанции, а также в шаговой активности.

Участие в онлайн соревновании бесплатное, стартовый взнос за участие не взимается.

Маршрут, дистанцию, место и время старта участники определяют для себя самостоятельно.

Онлайн соревнование проводится согласно настоящему Положению и Правилам, опубликованным на сайте Соревнования в сети «Интернет» по адресу <https://lokocup.online>

**Онлайн соревнование проводится по бегу, ходьбе на лыжах и шаговой активности в личном и в командном первенстве.**

Спортсмены могут загружать и беговые, и лыжные тренировки в свой личный кабинет. В соревнования по шаговой активности участвуют только те спортсмены, которые не участвуют в ходьбе на лыжах и в беге. Как только спортсмен, участвующий в рейтинге шагов, загрузил беговую или лыжную тренировку, его результаты в шаговом рейтинге обнуляются, он покидает рейтинг шагов, и для него загрузка шагов блокируется.

В абсолютном зачете участвуют бегуны и лыжники. Рейтинг общего зачета формируется по сумме баллов за бег и лыжи вместе или по отдельности. Участники рейтинга шаговой активности не принимают участия в общем рейтинге, т.к. шаговая активность не является видом спорта, и баллы за нее не начисляются.

Каждому участнику, зарегистрировавшемуся на онлайн соревнование, высылается СМС для подтверждения номера телефона, указанного при регистрации; а также письмо с подтверждением регистрации, на указанный при регистрации адрес электронной почты. Скачать стартовый номер можно в личном кабинете в приложении LokoSport после завершения регистрации.

Результаты прохождения дистанций предоставляются участниками соревнований путем загрузки информации из спортивного трекера STRAVA с помощью сервиса в личном кабинете в приложении LokoSport.

В рамках данного онлайн соревнования каждый участник может принимать участие (отправлять результаты) любое количество раз, но с обязательным 12-ти часовым перерывом на отдых между тренировками (кулдауном) по бегу и ходьбе на лыжах. Тренировки, проведенные в течение 12-ти часов после окончания последней загруженной тренировки не принимаются.

Для загрузки результатов подходят тренировки, проведенные в реальных условиях, и тренировки, проведенные на беговых тренажерах. Количество баллов, начисляемых за тренировки на беговых тренажерах производится с понижающим коэффициентом 0,5 относительно аналогичных тренировок, проведенных в реальных условиях.

**Минимальная беговая и лыжная дистанция, принимаемая в зачет, - 1км;**

**Минимальный беговой темп - 7:30мин/км;**

**Минимальный лыжный темп - 6:00мин/км;**

**Беговые и лыжные тренировки из Strava принимаются по ОБЩЕМУ времени;**

**Каждый участник преодолевает дистанции со своим индивидуальным устройством, фиксирующим тренировку.**

**К загрузке не допускаются тренировки, проведенные группой участников с одним устройством, фиксирующим тренировку на всех. Такие тренировки определяются и блокируются системой автоматически. Аккаунты участников, загружающих такие тренировки, будут заблокированы с дальнейшей дисквалификацией участников.**

**Шаги принимаются только при условии, что их было 8000+ в течение суток (с 0:00:00 до 23:59:59).**

**Загружать шаговую активность можно раз в несколько дней, при этом, будут учтены все дни, количество шагов в которые соответствовало заявленному в Положении минимуму.**

## **VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Победители и призеры определяются по сумме баллов, начисленных за преодоление беговых, лыжных дистанций, и отдельно в шаговой активности.

При начислении баллов учитывается пол и возраст участника, протяженность дистанции, перепад высот на трассе, погодные условия во время преодоления дистанции. Спортсмены, находящиеся в разных возрастных категориях, могут получать одинаковое количество баллов за прохождение разных по сложности дистанций.

В рамках онлайн соревнования определяются следующие номинации:

### **Номинации шаговой активности:**

#### **Лучшая команда в шаговой активности**

Лучшая команда в шаговой активности определяется по наибольшему количеству шагов, которые суммарно набрали члены всей команды по итогам онлайн соревнования.

В случае равенства шагов у двух или более команд, победителем становится та команда, в составе которой меньшее количество участников по сравнению с другими командами – претендентами (по среднему количеству шагов на участника).

#### **Лучший в шаговой активности**

В индивидуальном зачете по шаговой активности лучшие участники определяются отдельно среди мужчин и среди женщин по наибольшей сумме шагов. В случае равенства шагов у двух и более спортсменов, победа присуждается участнику, который эти шаги загрузил за меньшее количество тренировок.

### **Номинации по бегу:**

#### **Лучшая команда в беге**

Лучшая команда определяется по наибольшему количеству баллов, которые суммарно набрали члены всей команды по итогам соревнования.

В случае равенства баллов у двух или более команд, победителем становится та команда, в составе которой меньшее количество участников по сравнению с другими командами – претендентами (по среднему баллу на участника).

#### **Лучший в индивидуальном зачете по бегу**

В индивидуальном зачете лучшие участники соревнования определяются отдельно среди мужчин и среди женщин по наибольшей сумме баллов. В случае

равенства баллов у двух и более спортсменов, победа присуждается участнику, который за эти баллы загрузил меньшее количество тренировок.

### **Ультрамарафонец**

Победителями в номинации становятся по 3 участника отдельно среди мужчин и среди женщин, пробежавшие в рамках онлайн соревнования самую длинную дистанции за одну тренировку.

## **Номинации по ходьбе на лыжах:**

### **Лучшая команда по ходьбе на лыжах**

Лучшая команда определяется по наибольшему количеству баллов, которые суммарно набрали члены всей команды по итогам соревнования.

В случае равенства баллов у двух или более команд, победителем становится та команда, в составе которой меньшее количество участников по сравнению с другими командами – претендентами (по среднему баллу на участника).

### **Лучший в индивидуальном зачете по ходьбе на лыжах**

В индивидуальном зачете лучшие участники соревнования определяются отдельно среди мужчин и среди женщин по наибольшей сумме баллов. В случае равенства баллов у двух и более спортсменов, победа присуждается участнику, который за эти баллы загрузил меньшее количество тренировок.

### **Лыжник – марафонец**

Победителями в номинации становятся по 3 участника отдельно среди мужчин и среди женщин, преодолевшие в рамках онлайн соревнования самую длинную дистанции за одну тренировку.

## **Номинации в абсолютном зачете:**

### **Лучшая команда в абсолютном зачете**

Лучшая команда в абсолютном зачете определяется по наибольшему количеству баллов, которые суммарно набрали члены всей команды по итогам соревнования по бегу и ходьбе на лыжах.

В случае равенства баллов у двух или более команд, победителем становится та команда, в составе которой меньшее количество участников по сравнению с другими командами – претендентами (по среднему баллу на участника).

### **Лучший в абсолютном зачете**

В абсолютном зачете лучшие участники соревнования определяются отдельно среди мужчин и среди женщин по наибольшей сумме баллов по бегу и ходьбе на лыжах. В случае равенства баллов у двух и более спортсменов, победа

присуждается участнику, который за эти баллы загрузил меньшее количество тренировок.

## **VII. НАГРАЖДЕНИЕ**

Каждый участник онлайн соревнования, зарегистрировавшийся в приложении LokoSport через сайт онлайн соревнования в сети «Интернет» по адресу <https://lokocup.online> и загрузивший как минимум одну тренировку, получает памятную медаль. Доставка медали осуществляется Почтой России, в отделение связи, соответствующее адресу, указанному в профиле участника при регистрации на онлайн соревнование.

Победители, занявшие 1, 2, 3 места в номинациях, получают почетные грамоты и кубки.

Порядок вручения почетных грамот и кубков будет опубликован на сайте <https://lokocup.online> после подведения итогов онлайн соревнования.

## **VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по организации и проведению онлайн соревнования несет проводящая организация – РФСО «Локомотив» – в соответствии с Календарным планом физкультурных и массовых спортивных мероприятий ОО РФСО «Локомотив» на 2020 год, а также в соответствии с договорами между РФСО «Локомотив» и АО «НПФ «БЛАГОСОСТОЯНИЕ», РФСО «Локомотив» и РОСПРОФЖЕЛ, РФСО «Локомотив» и ОАО «РЖД» в рамках утвержденной сметы.

## **IX. БЕЗОПАСНОСТЬ УЧАСТНИКОВ**

Все участники онлайн соревнования лично ответственны за свою безопасность и здоровье. Все участники должны иметь полное представление о рисках, связанных с участием в онлайн соревновании, и принять эти риски на себя.

Регистрируясь на участие в онлайн соревновании, участники гарантируют, что осведомлены о состоянии своего здоровья, пределах собственных физических возможностей и уровне своих спортивных навыков;

Регистрируясь на участие в онлайн соревновании, участники подтверждают, что снимают с организаторов онлайн соревнования любую уголовную и/или гражданскую ответственность в случае случайной гибели, телесных повреждений и/или материального ущерба, полученных ими во время соревнования.

Организаторы онлайн соревнования не несут ответственность за потерю жизни, получение травмы участником, утрату или повреждение собственности участника, а также за любой физический ущерб участника, произошедшие во



время Соревнования. Указанное положение действует до, во время и после официальных дат проведения Соревнования.

## **Х. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Участникам, зарегистрировавшимся на участие в онлайн соревновании, гарантируется получение стартового номера, право на участие в онлайн соревновании.

Финишерам в онлайн соревновании гарантируется получение электронного диплома участника «Loko Cup Online» (после окончания соревнования) и памятной медали.

Организатор оставляет за собой право на свое усмотрение в одностороннем порядке вносить изменение в настоящее Положение. Обо всех изменениях Организатор сообщает на сайте мероприятия в сети «Интернет» по адресу <https://lokocup.online>, путем e-mail или СМС рассылки.

Все письма с вопросами, связанными с участием в онлайн соревновании, можно отправить на адрес электронной почты: [marafon@rfsolokomotiv.ru](mailto:marafon@rfsolokomotiv.ru)

---