



МАРШРУТ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОГО КРОССА Г. ШАХТЫ АЛЕКСАНДРОВСКИЙ ПАРК

ул.Садовая



Вход
ул.Шевченко

Участники

VIP - Забег на 500 м
до 14 лет - Забег на 500 м
девочки
мальчики
до 16 лет - Забег на 1000 м
девочки
мальчики
до 18 лет - Забег на 1000 м
(девушки)
до 18 лет - Забег на 2000 м
(юноши)
СПО - Забег на 1000 м
девушки
юноши
М - Забег на 6000м
Ж - Забег на 3000м

Время

10.30 - 10.40
10.40 - 10.50
10.50 - 11.00
11.00 - 11.15
11.15 - 11.30
11.30 - 11.45
11.45 - 12.05
12.05 - 12.25
12.25 - 12.45
12.45

Зона
разминки

Дистанция забега

- 500 м
- 1000 м (1 круг)
- 2000 м (2 круга)
- 3000 м (3 круга)
- 6000 м (6 кругов)