



**НАЦИОНАЛЬНАЯ
АССОЦИАЦИЯ ТРЕЙЛА**

**ОСНОВНЫЕ
ВОПРОСЫ
И ОТВЕТЫ
ПРО ТРЕЙЛ**

ЧТО ТАКОЕ ТРЕЙЛ?

Правила легкой атлетики дают такое определение: трейл - это забег по пересеченной местности в естественном природном ландшафте (горы, леса, поля, пустыни и т.д.) не более чем с 20% искусственного покрытия (асфальт, бетон, плитка т.д.). Трейл с юридической точки зрения - это дисциплина легкой атлетики, которая в 2015 году была включена в состав дисциплин решением генеральной Ассамблеи IAAF в Пекине, а в 2017 и в России признана официальной дисциплиной ЛА.

СТРУКТУРА МИРОВОГО И РОССИЙСКОГО ТРЕЙЛА

В мире трейл находится под юрисдикцией IAAF (Международная федерация легкой атлетики) и ITRA (Международная ассоциация трейла). IAAF задает общие правила легкой атлетики, юридические аспекты, которые также применимы и к трейлу как дисциплине ЛА. ITRA отвечает за техническую сторону трейла (дизайн трассы, разметка) в части проведения официальных соревнований, а также за развитие массовых, неофициальных трейлов. ITRA, по словам Полетти, является в их двухстороннем сотрудничестве с IAAF носителем «истинного духа трейлраннинга». И действительно, хотя трейл вошел в большую легкоатлетическую семью, он - весьма специфическая дисциплина легкой атлетики, понимать и развивать которую по-настоящему может лишь тот, кто сам пробежал не один сложный трейл и организовывал соревнования.

В России повторена та же структура: ВФЛА, обладая огромной экспертизой в общих вопросах легкоатлетических соревнований, судейства, стройной системой соревнований в классических дисциплинах ЛА, пока не обладает всей полнотой экспертизы в новой дисциплине «трейл». К моменту официального признания этой дисциплины в России уже сложилось сообщество трейлраннеров и организаторов трейлов. Организаторы нескольких крупных российских трейлов объединились и создали Национальную Ассоциацию трейла (НАТ), которая, работая при полной поддержке ВФЛА, сумела признать трейл дисциплиной ЛА в Минспорта России.

Также как и ITRA, НАТ создает общий календарь массовых неофициальных стартов, а также будет проводить в рамках некоторых из них официальные старты по трейлу.

СТРУКТУРА СОРЕВНОВАНИЙ В ТРЕЙЛЕ

В мире есть единый календарь массовых любительских трейлов, который ведет и поддерживает на своем сайте ITRA (itra.run). Любой организатор может бесплатно зарегистрировать свой трейл на сайте ITRA и отсылать протоколы своих соревнований. Также можно купить платный аккаунт и сертифицировать трассы, хотя до сих пор не совсем ясно, что дает эта сертификация. Тем не менее, удобство единого календаря, где множество стартов из разных стран мира собраны воедино, сложно переоценить.

Также ITRA проводит раз в год чемпионат мира по трейлу в двух разновидностях – длинный трейл (~80 км и набор ~5000 м) и короткий (~50 км и набор ~3000 м). С 2021 года чемпионат будет проводиться IAAF и с периодичностью раз в 2 года, а ITRA будет играть роль технического консультанта.

Во многом аналогичную структуру соревнований выстраивает НАТ. Первой попыткой создать единый календарь был Кубок Национальной ассоциации по трейлу, который проводился в 2017 и 2018 годах. Но Кубок - это такое соревнование, которое не предполагает большого числа стартов, и фактически трейлраннинг в России перерос эту структуру. Поэтому на первом общем собрании НАТ было принято решение о реформировании Кубка в календарь НАТ.

Помимо массовых любительских стартов, легкая атлетика и трейл как ее дисциплина предполагают построение стройной структуры соревнований.

- Во главе всего - Чемпионат России. Чемпионат России будет проводиться ежегодно в рамках одного из российских массовых трейлов. Выбор конкретного старта для чемпионата осуществляется на основе заявок организаторов на проведение и истории проведения их стартов (если старт проводится уже несколько лет и нет серьезных нареканий к качеству проведения и дизайну трассы, то такой старт имеет хорошие шансы на проведение чемпионата). В 2019 году чемпионат России пройдет в начале июля в рамках горного марафона Конжак.
- Кубок России. Также проводится раз в год. Имеет второй по значимости статус и примерно такие же условия выбора трейла для проведения, как и чемпионат. В 2019 году Кубок проводиться не будет. Впервые будет проведен в 2020 году.
- Всероссийские соревнования. Эта категория стартов позволяет, как и Чемпионат, и Кубок России, выполнить норматив Мастера спорта по легкой атлетике.
- Чемпионаты Федеральных округов и городов Федерального значения
- Чемпионаты и Кубки субъектов Российской Федерации. В прошлом году в таком статусе проводились Конжак и Самба-трейл – самые первые старты после признания трейла дисциплиной ЛА.
- Официальные старты субъектов Российской Федерации (подобны Всероссийским, только на уровне субъектов – областей и краев).
- Чемпионаты муниципальных образований.
- Официальные старты муниципальных образований.

На любых стартах статусом ниже, чем Чемпионат и Кубок России, допускается свободное участие без всяких нормативов. То есть если в рамках какого-то массового трейла проводится еще и Чемпионат или Кубок области, то протокол соревнования является и протоколом официального старта и предоставляется в областное Министерство спорта.

В чем основные отличия официального массового соревнования от неофициального?

- Соревнование включено в Единый календарный план (ЕКП) областного Минспорта или Минспорта России (если речь идет о всероссийских стартах).
- Позволяет участникам выполнять разряды и звания в соответствии с Единой Всероссийской Классификацией (ЕВСК).
- Власти некоторых регионов могут за свой счёт командировать спортсменов на официальный старт.

ЕДИНЫЙ КАЛЕНДАРЬ СТАРТОВ НАТ

По аналогии с ИТРА решено создать сайт, где может зарегистрироваться любой спортсмен или организатор. Аккаунт организатора дает следующие возможности:

- размещение информации о своем старте на сайте НАТ, о котором знает вся беговая общественность России. Сайт НАТ будет в топе поиска по категориям трейл и трейлраннинг.
- Возможность загружать протоколы на сайт. Таким образом, будет создано единое информационное пространство российского трейла. Нет нужды ходить на сайт ИТРА, где к тому же представлены далеко не все наши старты.
- Если ваш старт зарегистрирован еще и в ИТРА, то мы предоставим вам удобный конвертер ваших протоколов в формат ИТРА с автоматической и правильной транслитерацией, что существенно упростит вам жизнь.

- Потенциальную возможность принять у себя один из официальных стартов по трейлу – получить Всероссийскую категорию или Чемпионат/Кубок России по трейлу.
- Участие в стимулирующих программах НАТ по привлечению участников на старты (скидки, различные зачеты по группам стартов, значки трейлраннера и д.р)

Помимо бесплатного аккаунта будет, как и у ИТРА, возможность платного аккаунта для организатора. Он дополнительно предоставляет следующие возможности:

- Значок-иконку «Сертифицировано НАТ» в календаре.
- Включение в регулярную email рассылку по базе подписчиков НАТ
- Ваши баннеры будут располагаться на нашем сайте, а также на сайтах партнеров, с которыми НАТ будет заключать договора (например, сайты фотосъемки спортивных состязаний)
- Участие на общих стендах НАТ перед крупными стартами, такими как Московский марафон и полумарафон.
- Предоставление тайминга и услуг по сниженным ценам от партнеров НАТ.
- Включение во внутренний чат организаторов и консультации по актуальным вопросам
- Помощь в получении официальных писем от НАТ и ВФЛА для согласования проведения старта
- НАТ будет работать с государственными грантами и оказывать поддержку стартам
- Льготное участие в мероприятиях, проводимых НАТ (форумы, семинары, мастер-классы и пр.)
- В отличие от ИТРА, мы будем реально следить за качеством трейла с помощью наших представителей на местах, а иногда и выездом технических делегатов. Помимо этого, по желанию организатора наши представители могут и помогать – советовать по дизайну трасс, по разметке, безопасности и т.п.
- Возможность войти в совет НАТ и участвовать в голосовании по ключевым вопросам

Зарегистрированные на сайте НАТ спортсмены через свой личный кабинет смогут :

- посмотреть историю своих результатов по стартам, в которых принимали участие.
- скачать с сайта Паспорт трейлраннера и ставить отметки об участии в ваших стартах.
- участвуя в стартах НАТ по результатам 2-х лет выступлений, подать заявку на получение золотого, серебряного или бронзового значка трейлраннера. Причём для этого достаточно просто финишировать в нескольких трейлах НАТ. По аналогии с тем, как набрать баллы для участия в УТМВ.
- при регистрации на старт предоставить организатору публичную ссылку на ваш аккаунт, где он сможет оценить ваш уровень
- участвовать в выборе представителя от спортсменов в совет НАТ
- участвовать в различных зачетах НАТ по результатам выступлений (командный зачёт, самый быстрый ультраанер, самая длинная суммарная дистанция трейлов за сезон)

ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ НАТ И ИНСТИТУТ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ

Начальный состав учредителей НАТ был совсем невелик, а Россия - огромная страна, более чем с сотней трейлов, огромными территориями и прекрасной природой. Поэтому естественный шаг – идти в регионы.

Мы предлагаем ответственным людям, любящим трейл и готовым прикладывать дополнительные усилия по развитию трейла в своем регионе, присоединиться к НАТ. Представитель обладает следующими правами и обязанностями:

- Способствовать развитию в своем регионе трейла - новой дисциплины легкой атлетики.
- Способствовать организации Чемпионата региона (области, края, и т.д.) в рамках одного из трейлов, проводимых в регионе.
- Принимать заявки от спортсменов на участие в Чемпионате России по трейлу и совместно с региональной Федерацией Легкой атлетики отправлять эти заявки во Всероссийскую Ассоциацию Легкой Атлетики.
- Получать от Совета НАТ консультационную помощь в осуществлении своей деятельности
- Оказывать консультации по вопросам трейла на местном уровне.
- Голосовать на ежегодном общем собрании НАТ при принятии ключевых решений, выборе Совета НАТ и Председателя НАТ.

Представителем может быть бывший или действующий спортсмен, тренер по легкой атлетике или организатор соревнований, проживающий в регионе, хорошо ориентирующийся в положении дел в трейле, легкой атлетике, а также в смежных дисциплинах и видах спорта в своем регионе (скайраннинг, горный бег, спортивное ориентирование, лыжные гонки и т.д.). Основанием для назначения представителем может являться заявление от кандидата в представители и одобрение Совета НАТ.

Национальная ассоциация трейла передаст список своих региональных представителей в ВФЛА и региональные отделения ФЛА.

ПРАВИЛА ТРЕЙЛА

Поскольку трейл - это дисциплина ЛА, то никаких иных правил, кроме официальных правил IAAF, не существует. В своде правил IAAF трейлу выделено отдельное правило 252. Ниже приводится его перевод.

Трасса

1.a) Трейлы проводятся по разнообразным ландшафтам (включая грунтовые дороги, лесные тропы и узкие тропинки) в условиях дикой природы (по горам, пустыням, лесам и равнинам) преимущественно вне обустроенных/проезжих дорог.

1.b) Участки с щебеночным покрытием ("macadamised road") или бетоном допустимы, но должны использоваться минимально возможно (для данной трассы) и не должны превышать более 20% от общей длины трассы. Ограничений по длине дистанции или перепадам высот нет.

1.c) Организаторы обязаны перед гонкой промерить и опубликовать детали трассы (длину, перепад высот), предоставить карту и профиль трассы, а также описание сложных участков на трассе.

1.d) Трасса должна быть промаркирована таким образом, чтобы участник мог преодолеть её по этим знакам без риска сбиться с пути.

Снаряжение

2.a) Трейлраннинг не требует использования специальных техник или снаряжения во время бега.

2.b) Организаторы могут, тем не менее, требовать или рекомендовать использовать

специальное снаряжение/оборудование для обеспечения безопасности согласно ожидаемым или возможным условиям на трассе, чтобы предотвратить возможные негативные последствия, а при возникновении несчастного случая подать сигнал бедствия и в безопасности дожидаться прихода помощи.

2.c) Защитное одеяло, свисток, запас воды и пищи - минимальный набор, который должен быть у каждого участника.

2.d) Спортсмены могут использовать палки для ходьбы, если это разрешено организаторами.

Старт

3. Старт дается выстрелом из пистолета. Используются команды для дистанций длиннее 400 метров (см. правило 162.2.b). Если в соревнованиях участвует большое количество бегунов, то должны подаваться сигналы за 5, 3 и 1 минуту перед стартом.

Безопасность

4. Организаторы должны обеспечить безопасность участников и официальных лиц, а также иметь разработанный для данных соревнований план для обеспечения здоровья, безопасности и спасения в экстренных ситуациях, включая средства/способы помощи бегунам и другим участникам соревнований в случае бедствий.

Пункты помощи

5. Так как трейлраннинг основывается на самообеспечении, каждый бегун должен быть автономен между пунктами помощи касательно одежды, связи, еды и питья. Соответственно, пункты помощи должны быть расположены организаторами на соответствующем расстоянии друг от друга, чтобы уважать автономию бегунов, но в то же время чтобы обеспечивать их здоровье и безопасность.

На трассе

6. Если рефери удовлетворен сообщением судьи (или другим свидетельством) о том, что участник сошел с размеченной дистанции и таким образом сократил путь - участник должен быть дисквалифицирован.

7. Помощь участникам посторонними лицами может быть оказана только на пунктах помощи.

8. Организаторы соревнований должны заранее опубликовать условия, причины и правила, описывающие при каких условиях спортсмен может быть наказан (оштрафован) или дисквалифицирован.

Нормы, требования и условия их выполнения разрядов по трейлу можно посмотреть в Приложении №16 к приказу Минспорта России от 13 ноября 2017 №988. Документ опубликован на сайте Минспорта:

<https://www.minsport.gov.ru/2018/LagkAtletika-evsk2021-s2906.xls>

ПРАВИЛА ОТБОРА НА ЧЕМПИОНАТЫ И КУБКИ РОССИИ ПО ТРЕЙЛУ

В 2019 году впервые в рамках горного марафона Конжак пройдет чемпионат России. Уже сейчас у спортсменов есть вопросы, как попасть на чемпионат. Все усложняется тем, что трейл - молодая дисциплина, как таковых спортсменов, которые специализи-

ровались бы в ней в России на уровне мастеров спорта и сборной, нет. Зато есть много смежных дисциплин, сильные представители которых вполне могли бы побороться за высокие места на чемпионате по трейлу. Поэтому совместно с ВФЛА были сформулированы следующие критерии отбора. Начнем с того, что на чемпионат и кубок спортсмены не могут попасть просто так – их отправляют регионы – в составах сборных или по личным заявкам. Таким образом,

- если спортсмен хорошо известен своей региональной федерации легкой атлетики (или уже состоит в сборной региона по другим дисциплинам ЛА) и имеет действующий разряд по ЛА не ниже 1ого взрослого, он может обратиться в региональную ФЛА напрямую и согласовать с ними свою заявку.
- Если спортсмен имеет большой опыт и хорошие достижения в неофициальных массовых трейлах в России или за рубежом или разряды и звания в таких видах спорта, как скайраннинг, лыжные гонки, ориентирование, то этот спортсмен должен обратиться к своему региональному представителю НАТ, а если такой еще не назначен в регионе, то напрямую в местную ФЛА или напрямую к председателю НАТ. Представитель НАТ проверит квалификацию спортсмена и рекомендует его в местную ФЛА для включения в состав сборной региона или как представителя региона по личной заявке.
- Далее все заявки от региональных ФЛА придут в ВФЛА, где будут окончательно одобрены для участия в Чемпионате и таким образом сформирован стартовый лист чемпионата России (или Кубка).

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРЕЙЛЕ

Как уже упоминалось, ITRA отвечает за техническую часть проведения трейловых соревнований, в которых важнейшей частью является безопасность. И единственным официальным документом, рекомендованным к применению на трейлах в части организации безопасности, является документ, разработанный ITRA и опубликованный на их сайте <https://itra.run/page/291/Security.html>. Документ усилиями национальных ассоциаций переведен на 7 языков, в том числе и усилиями НАТ на русский. Рекомендуем организаторам использовать этот документ на их стартах.

Вот несколько цитат: “В обязанности организатора входит обеспечение максимальной безопасности всех участников мероприятия (включая самих организаторов, сотрудников и волонтеров, обслуживающий персонал, местные должностные лица, бегунов и зрителей). Необходимо довести до сведения участников забега, что зачастую именно они первыми появляются на месте, где возникла чрезвычайная ситуация, поэтому они также несут ответственность и должны быть готовы оказать помощь тому, кто находится в опасности. Участники забега должны иметь адекватное представление о той природной среде, в которой расположена дистанция, т.е. необходимо знать ключевые особенности местности и уважительно относиться к окружающей природе.

Участники забега несут ответственность за себя и должны знать правила и положения забега. Они также должны трезво оценивать свои психические и физические способности, быть достаточно натренированными и иметь при себе необходимое оборудование.”

“Для составления предварительного плана по обеспечению безопасности и оказания медицинской помощи необходима следующая информация:

- Предполагаемое количество участников;
- Характеристики дистанции (рельеф, участки повышенной сложности);
- Протяженность и перепады высот;
- Крайние точки высот (наивысшая и низшая точки дистанции);
- Возможные погодные изменения;

- Особенности: количество станций помощи, необходимость бега в ночное время;
- Максимальное время забега;
- Предположительный результат по времени первого и последнего участника на разных чек-пойнтах (контрольных точках);
- Контрольное время преодоления дистанции.”

“Карта - это важнейший элемент, позволяющий всем участникам мероприятия иметь необходимые сведения о территории, на которой проходит забег, а также легко ориентироваться на местности. Карта должна быть:

- Одинакова для всех участников мероприятия;
- Определенного масштаба (минимум 1/50 000);
- Скорректирована относительно зоны, в которой проходит дистанция;
- С сеткой и GPS-координатами;
- С легендой, поясняющей используемые символы. Для каждой дистанции карта должна включать в себя:
- Расположение основных и запасных маршрутов с указанием: точек старта, финиша и, при необходимости, размещения организаторов, контрольных точек, временных ограничений, станций помощи (они могут предоставлять как пищу и питье, так и только питье), точек, с помощью которых проводятся спасательные операции, опасных зон;
- Цветовую разметку, с помощью которой можно определить местонахождение: основного маршрута, запасных маршрутов, опасных зон.