

WINTER

RUN 2025



ҚАТЫСУШЫНЫҢ
ЖАДЫНАМАСЫ

2-8 бет

9-15 стр

ПАМЯТКА УЧАСТНИКА

ATHLETES` GUIDE

16-22 page



Маңызды ақпарат

Winter Run-ға жайлы және қауіпсіз қатысу үшін сізден маңызды ақпаратпен танысуыңызды сұраймыз.

- 1

СӨРЕЛІК НӨМІРДІ КЕУДЕГЕ НЕМЕСЕ АЛДЫҢҒЫ ЖАҒЫҢЫЗҒА ТҮЙРЕУІШПЕН БЕКІТІҢІЗ. Нөмірді киіммен жаппаңыз.
- 2

ҚАТЫСУШЫНЫҢ СӨРЕЛІК НӨМІРІ БАҒЫТТАҒЫ ТӨРЕШІЛЕРГЕ, еріктілерге және маршалдарға КӨРІНУІ КЕРЕК.
- 3

НӨМІРДІ БАСҚА ТҰЛҒАҒА БЕРУГЕ ТЫЙЫМ САЛЫНАДЫ, бұл екі спортшыны да жарыстан шығаруға және нәтижелерін жоюға әкеледі.
- 4

МӨРЕ СЫЗЫҒЫН КЕСІП ӨТКЕННЕН KEЙІН ТОҚТАМАҢЫЗ. Су, мәреші медалін, сондай-ақ промо-аймақтарға, ойын-сауық бағдарламасына бару үшін қадаммен алға жылжуды жалғастырыңыз.





Маңызды ақпарат

АУМАҚҚА КІРУ

Кешен аумағына кіру негізгі кіреберіс арқылы жүзеге асырылады. Өту үшін сізге қатысушының сөрелік жинағынан таба алатын қызыл тайвиктер қажет болады. Ересектерге бір тайвик, ал балаларға бір тайвик және ата-анасына екі қосымша тайвик беріледі. Егер сізге жанкүйерлерге арналған тайвиктер қажет болса, оларды сөрелік жинақтар берілетін күні алуға болады.

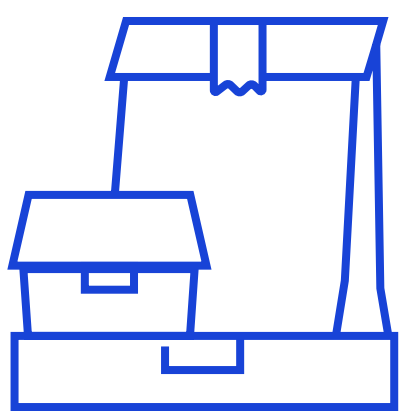
Кешенге кіре берісте міндетті бақылау жұмыс істейді — өуежайлардағыдай темір детекторынан өту керек. Кейбір жағдайларда, «Сегіз көл» кешенінің қызметкерлері тексеру үшін сыртқы киімдерді шешуді сұрауы мүмкін. Кідірістерді болдырмау үшін алдын-ала келуге кеңес береміз — кіреберістен өткізу кезінде кезектің пайда болуы мүмкін.





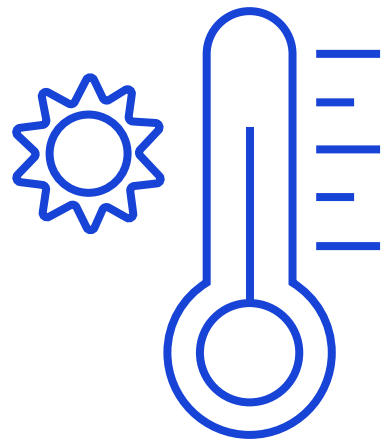
Маңызды ақпарат

ТАМАҚТАНУ



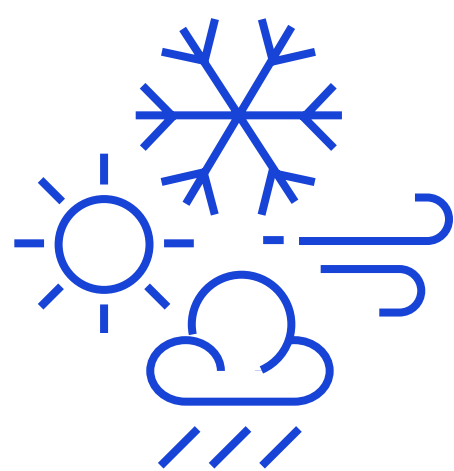
Тәртіпті және ережелерді сақтау үшін тамақ пен сусындарды әкелуге болмайды. Жалғыз ерекшелік — спорттық тамақтарға рұқсат берілген. Бірақ алаңдамаңыз, аумақта қажетті нәрсенің бәрін сатып алуға болады.

ЖЫЛЫ ШАТЫР



Егер тоңсаңыз, арнайы белгіленген жерлерде жылынуға болады. Алаңда екі мейрамхана — «Арована» және «Восточный» жұмыс істейді, онда демалып, жылынуға болады. Сахнаның артында жылу құрылғылары қосылған жылы шатыр болады, онда қатысушылар кез келген уақытта жылына алады.

АУА-РАЙЫ ЖӘНЕ ҚАУІПСІЗДІК



Қозғалыс кезінде абай болыңыз! Кейбір жерлерде тайғақ болуы мүмкін — бір жерде құрғақ асфальт, ал бір жерде қар немесе тіпті мұздың болуы мүмкін. Біз қауіпті бұрылыстарға құм төгеміз, бірақ бәрібір ыңғайлы, тайғақ емес аяқ киім киіп, аяғыңыздың астына мұқият қарауға кеңес береміз.

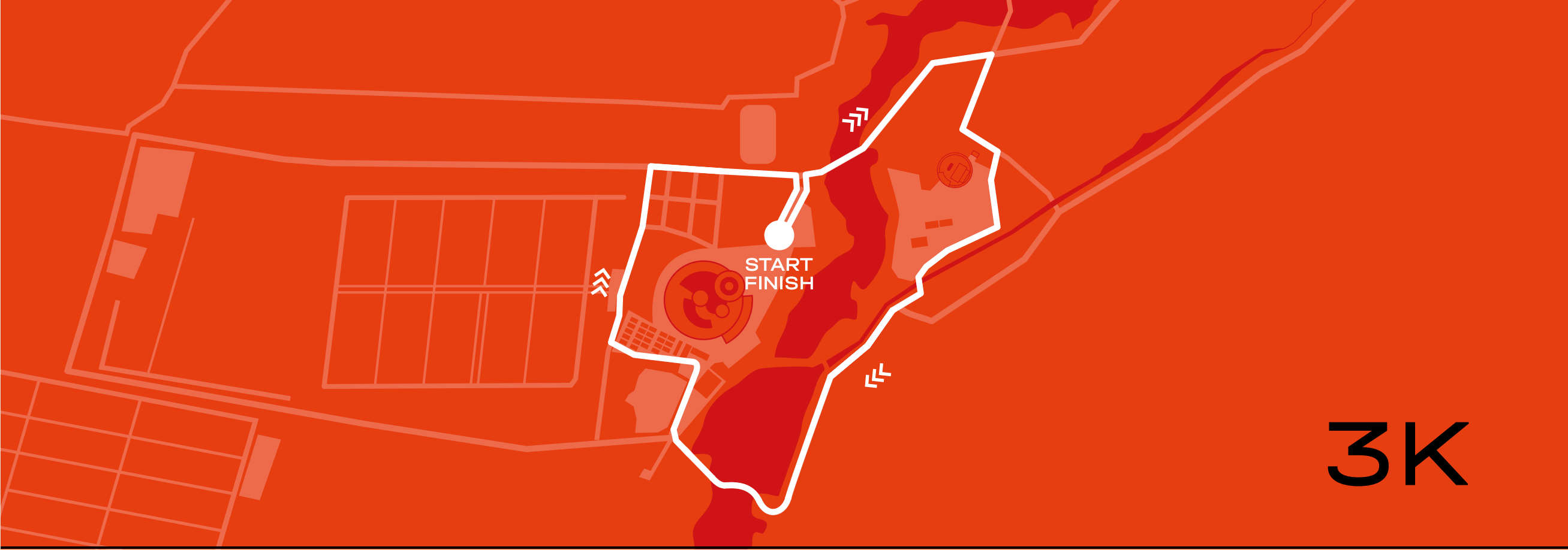
Сөре-мәре қалашығының сызбасы



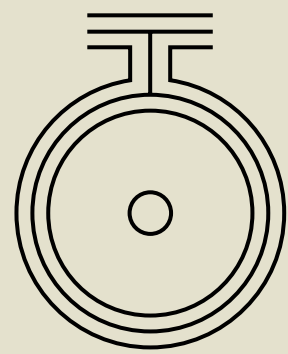
СӨРЕ-МӨРЕ ҚАЛАШЫҒЫ КАРТАДА

(өту үшін батырманы басңыз)

Бағыт сызбасы



Жарыс кестесі



09:00	Сөре-мөре қалашығының ашылуы
09:30	3 км қашықтыққа қатысушылардың дене шынықтыруы
09:50	Қатысушылардың сапқа тұруы (3 км)
10:00	3 км қашықтығының сөресі
10:35	10 км және скандинавиялық жүрістің дене шынықтыруы
10:45	10 км қашықтығының сөресі (Speed Cluster, 30-39)
10:55	10 км қашықтығының (15-29 жас, 40-70+) және скандинавиялық жүрістің сөресі
11:25	Марапаттау (3 км)
12:45	Марапаттау (10 км)
13:05	Мөре аймағының жабылуы
13:20	Іс-шараның ресми түрде жабылуы

* Жарыс уақыты өзгеруі мүмкін

10 және 7 км қашықтықтарын өту уақытының шегі – 2 сағат 00 минут

3 км қашықтықтарын өту уақытының шегі – 00 сағат 30 минут

Серіктестер

ТИТУЛДЫҚ ДЕМЕУШІ

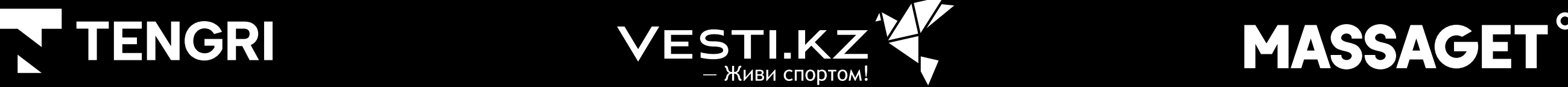


СЕРІКТЕСТЕР



аsu РЕСМИ СУ СЕРІКТЕСІ

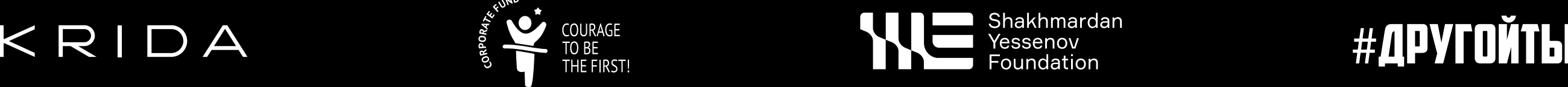
РЕСМИ АҚПАРАТТЫҚ СЕРІКТЕСТЕР



АҚПАРАТТЫҚ СЕРІКТЕСТЕР



КОМПАНИЯЛАР ТОБЫ





Важная информация

Для комфортного и безопасного участия в Winter Run просим вас ознакомиться с важной информацией.

- 1** **ПРИКРЕПИТЕ СТАРТОВЫЙ НОМЕР БУЛАВКАМИ НА ГРУДИ** или на поясной ремень спереди. Не закрывайте номер одеждой.
- 2** **СТАРТОВЫЙ НОМЕР УЧАСТНИКА ДОЛЖЕН БЫТЬ ВИДЕН СУДЬЯМ,** волонтерам и маршалам на маршруте.
- 3** **ПЕРЕДАЧА НОМЕРА ДРУГОМУ ЛИЦУ ЗАПРЕЩЕНА,** это приведет к дисквалификации и аннулированию результатов обоих спортсменов.
- 4** **НЕ ОСТАНАВЛИВАЙТЕСЬ ПОСЛЕ ПЕРЕСЕЧЕНИЯ ФИНИШНОЙ ЛИНИИ.** Продолжайте шагом двигаться вперед для получения воды, медали финишера, а также для посещения промо-зон, развлекательной программы.





Важная информация

ВХОД НА ТЕРРИТОРИЮ

Вход на территорию комплекса осуществляется через главный вход. Для прохода понадобятся красные тайвики, которые участники найдут в своих стартовых конвертах. Взрослым выдается один тайвик, а детям — один тайвик участника и два дополнительных для родителей. Если вам нужны тайвики для болельщиков, их можно получить в день выдачи стартовых наборов.

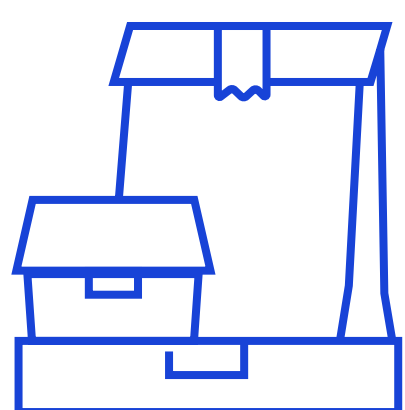
На входе в комплекс действует обязательный контроль — как в аэропортах: нужно пройти через металлодетектор. В некоторых случаях сотрудники комплекса «Восемь озер» могут попросить снять верхнюю одежду для досмотра. Чтобы избежать задержек, рекомендуем приезжать заранее — на входе могут образоваться очереди из-за ограниченной пропускной способности.





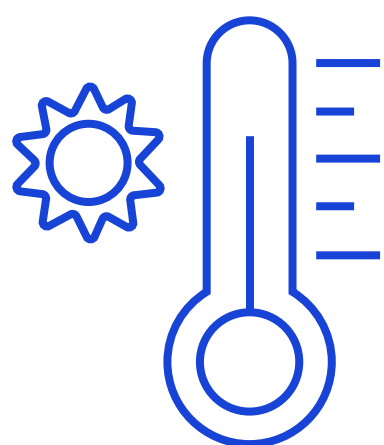
Важная информация

ПИТАНИЕ



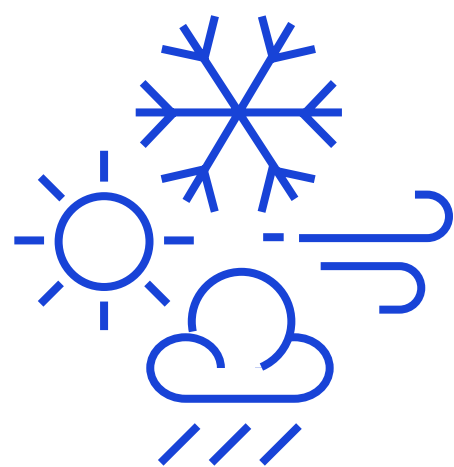
Чтобы сохранить порядок и соблюдать правила, приносить свою еду и напитки нельзя. Единственное исключение — спортивное питание. Но не переживайте, на территории можно купить все необходимое.

ТЕПЛАЯ ПАЛАТКА



Если замерзнете, можете согреться в специально отведенных местах. На территории работают два ресторана — «Арована» и «Восточный», где можно отдохнуть и погреться. А за сценой будет отапливаемая палатка с тепловыми пушками, где участники смогут согреться в любую минуту.

ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ И БЕЗОПАСНОСТЬ



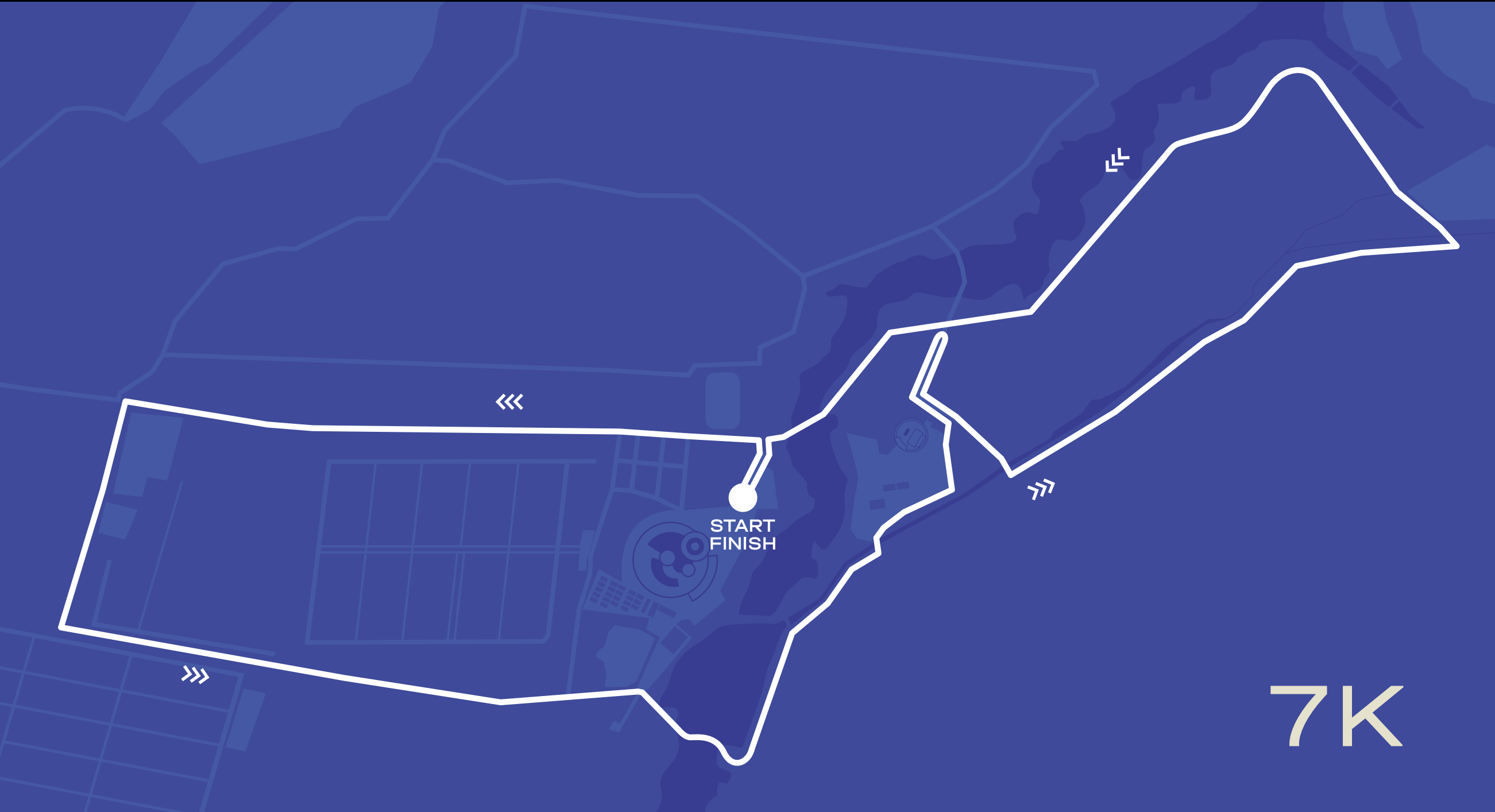
Будьте осторожны во время передвижения! На некоторых участках может быть скользко — где-то сухой асфальт, а где-то утрамбованный снег или даже лед. Опасные повороты мы обрабатываем песком, но все же советуем надеть удобную, нескользящую обувь и внимательнее смотреть под ноги.

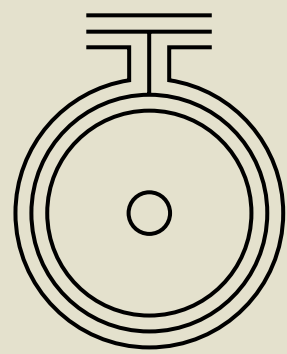
Схема стартово-финишного городка



СТАРТОВО-ФИНИШНЫЙ
ГОРОДОК НА КАРТЕ
(нажмите для перехода)

Схемы маршрутов





09:00	Открытие стартово-финишного городка
09:30	Разминка для участников дистанции 3 км
09:50	Построение участников (3 км)
10:00	Старт дистанции 3 км
10:35	Разминка для участников дистанции 10 км и скандинавской ходьбы
10:45	Старт дистанции 10 км (Speed Cluster, 30–39 лет)
10:55	Старт дистанции 10 км (15–29 лет, 40–70+) и скандинавской ходьбы
11:25	Награждение (3 км)
12:45	Награждение (10 км)
13:05	Заккрытие финишной зоны
13:20	Официальное закрытие мероприятия

* Тайминг мероприятия может сдвигаться

Лимит времени на прохождение
дистанции 10 и 7 км – 2 часа 00 минут

Лимит времени на прохождение
дистанции 3 км – 00 часов 30 минут

Партнеры

ТИТУЛЬНЫЙ СПОНСОР

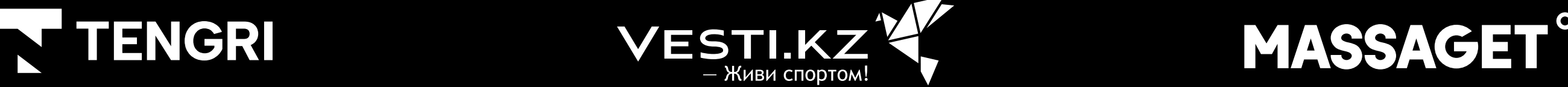


ПАРТНЕРЫ



ОФИЦИАЛЬНЫЙ ВОДНЫЙ ПАРТНЕР

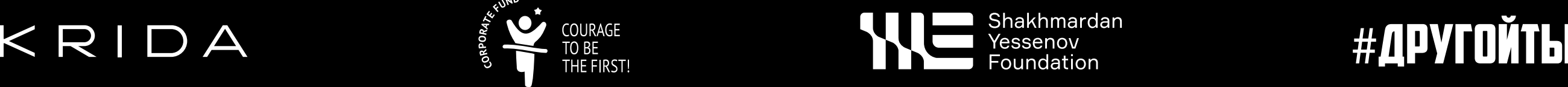
ОФИЦИАЛЬНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАРТНЕРЫ



ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПАРТНЕРЫ



ГРУППА КОМПАНИЙ





Important information

Please read this important information to ensure your safe and enjoyable participation in the Winter Run.

- 1

ATTACH THE BIB NUMBER WITH PINS ON YOUR CHEST OR ON THE WAIST BELT, IN FRONT. Do not hide the number under your clothing.
- 2

THE BIB NUMBER OF THE PARTICIPANT SHALL BE CLEARLY VISIBLE TO JUDGES, volunteers and marshals on the track.
- 3

IT IS PROHIBITED TO TRANSFER THE NUMBER TO ANOTHER PERSON, otherwise this will result in disqualification and annulment of the results of both athletes.
- 4

DO NOT STOP AFTER CROSSING THE FINISH LINE. Continue to walk forward to get water, finisher’s medal, to visit promo zones and to enjoy entertainment programs.





Important information

ACCESS TO THE TERRITORY

You can enter the territory through the main entrance. You will need to show a red Tyvek wristband, which you will find in your starter pack. Adults will be issued one Tyvek and children will receive one Tyvek for them as runners and two additional wristbands for their parents. If you need Tyvek wristbands for your fans, you can get them on the starter kit distribution day.

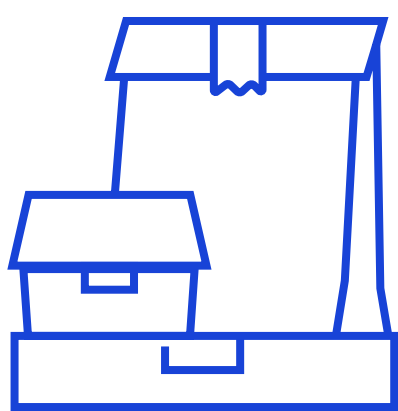
There will be a mandatory security check at the entrance, similar to an airport: you will have to pass through a metal detector. In some cases, the Eight Lakes staff may ask you to take off your outerwear for inspection. To avoid delays, we recommend arriving early as queues may form at the entrance due to limited capacity.





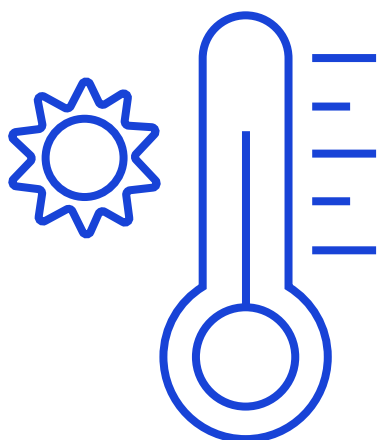
Important information

CATERING



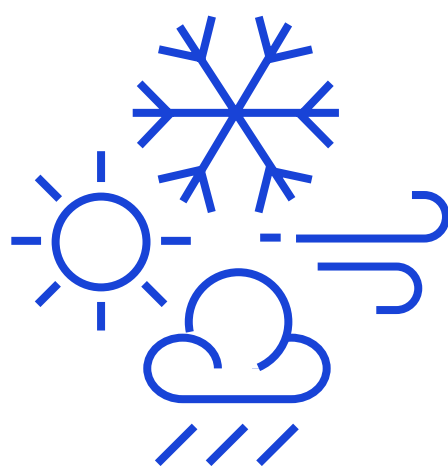
For the sake of order and compliance with the rules, you are not allowed to bring your own food and drinks. The only exception is sports nutrition. Don't worry, you can buy everything you need within the recreation territory.

HEATED TENT



If you get cold, you can warm-up in specially designated places. There are two restaurants — Arovana and Vostochny, where you can relax and get warm. You will find a heated tent equipped with hot air blowers behind the stage, where any participant can warm-up at any moment.

WEATHER CONDITIONS AND SAFETY



Be careful when walking around! Some areas may be slippery — some areas may have dry asphalt and some may have compacted snow or even ice. We will sand the dangerous turns, but you are advised to wear comfortable, non-slip shoes and watch your step.

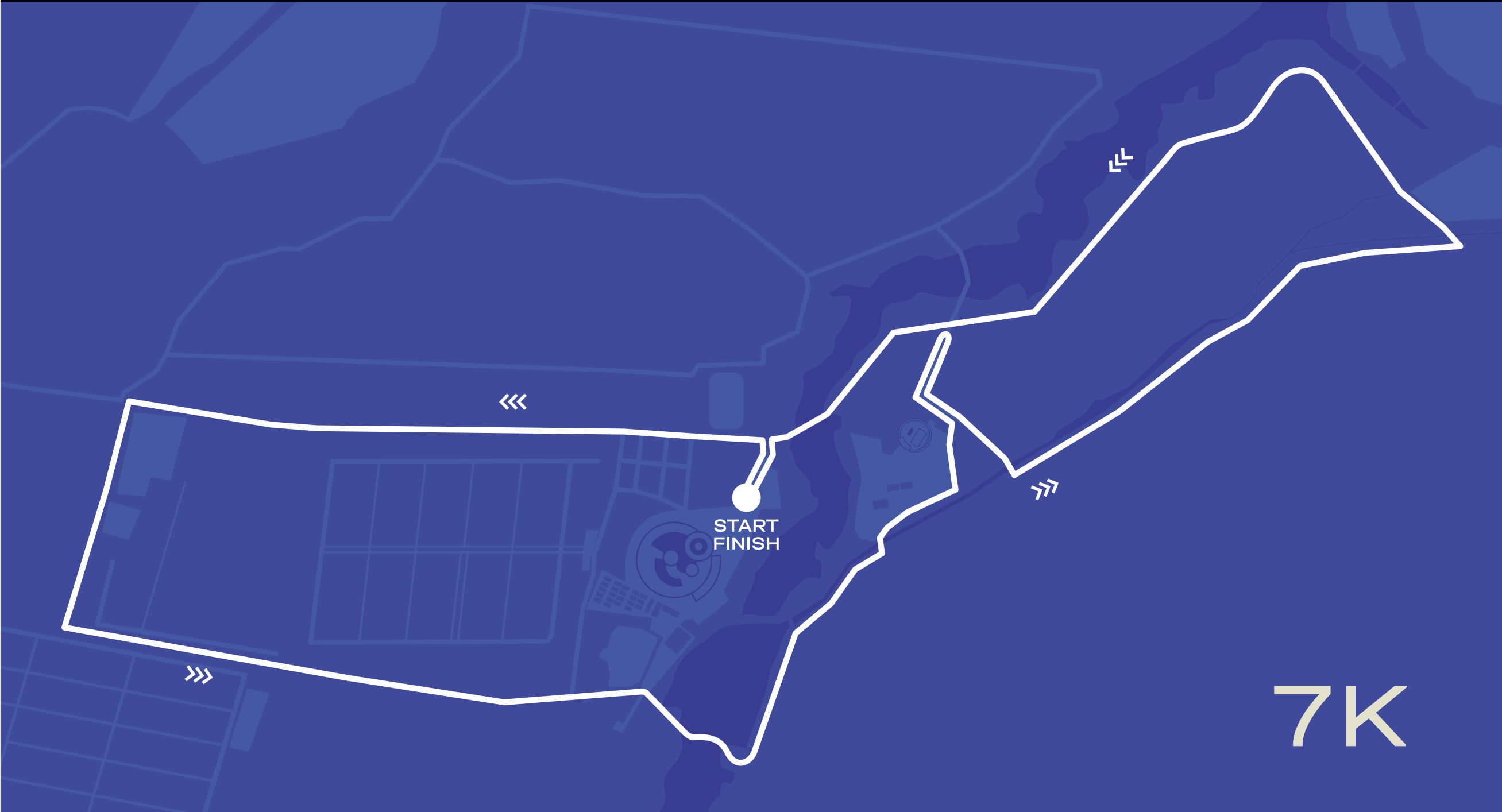
The scheme of the start and finish area



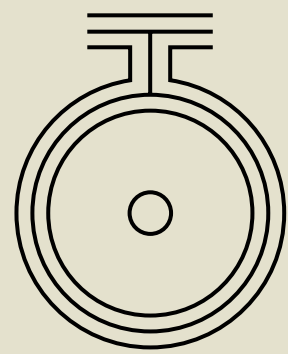
START AND FINISH AREA ON MAP

(click to go)

Route scheme



Timing



09:00	Opening of the starting-finish area
09:30	Warm-up for the 3 km distance
09:50	Line-up for the 3 km distance
10:00	Start for the 3 km distance
10:35	Warm-up for the 10 km and Nordic walking
10:45	Start of the 10 km distance (Speed Cluster, 30-39 years)
10:55	Start of the 10 km distance (15-29 years, 40-70+) and Nordic walking
11:25	Award ceremony (3 km)
12:45	Award ceremony (10 km)
13:05	Finish zone closure
13:20	Official closing

* The timing limit of the event may shift

Time limit for competing the 10 km and 7 km –
2 hours 00 minutes

Time limit for competing the 3 km distance –
00 hours 30 minutes

Partners

GENERAL PARTNER



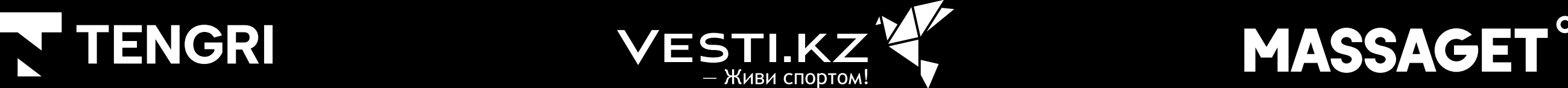
PARTNERS



a'su

OFFICIAL WATER PARTNER

OFFICIAL INFORMATION PARTNERS



INFORMATION PARTNERS



GROUP OF COMPANIES

