



Kaspi.kz

ALMATY

MARATHON

28 — 09 — 2025

БРИФИНГ

EKIDEN



спикер:
Ержан Бrimжанов

ТАЙМИНГ

- 05:00 – Открытие стартово-финишного городка
- 06:00 – Разминка для участников всех дистанций
- 06:15 – Построение участников дистанций 42,2 км и 21,1 км
- 06:30 – Старт дистанции 42,2 км и эстафеты Экидэн**
- 06:40 – Старт дистанции 21,1 км**
- 06:45 – Построение в стартовые кластеры участников дистанции 10 км и скандинавской ходьбы
- 07:00 – Старт дистанции 10 км**
- 09:30 – Награждение (10 км)
- 10:00 – Награждение (21,1 км)
- 11:00 – Награждение (42,2 км, абсолютный зачет)
- 11:20 – Награждение эстафеты Экидэн
- 12:00 – Награждение (42,2 км, возрастные категории)
- 12:30 – Закрытие финишной зоны
- 13:00 – Официальное закрытие мероприятия

ЭСТАФЕТА ЭКИДЕН

- Каждая команда должна состоять из шести участников, среди которых обязательно должна быть хотя бы одна женщина.
- Каждый участник обязан надеть тайвик (браслет), соответствующий его этапу бега.
- После передачи эстафеты на точке передачи участник должен незамедлительно отметиться у волонтера и прекратить бег.
- Чип для фиксации времени крепится на стартовый номер эстафетного пояса.
- Участники самостоятельно добираются до своих стартовых точек. Первый участник каждой команды стартует одновременно с атлетами из кластера Элита (A).
- После завершения своего этапа участники могут воспользоваться специальным автобусом для поездки в финишный городок.
- Победителями дистанции считаются первые три команды, продемонстрировавшие наилучшее общее время.



КЦДС «Атакент»,
Ул. Тимирязева, 42 павильон 7-8



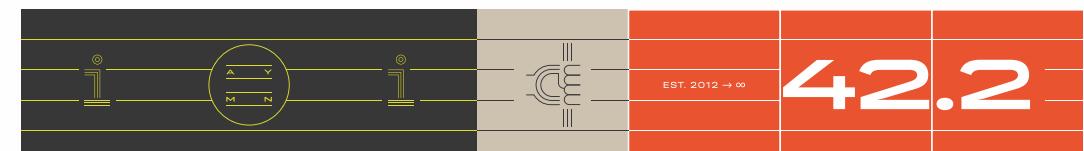
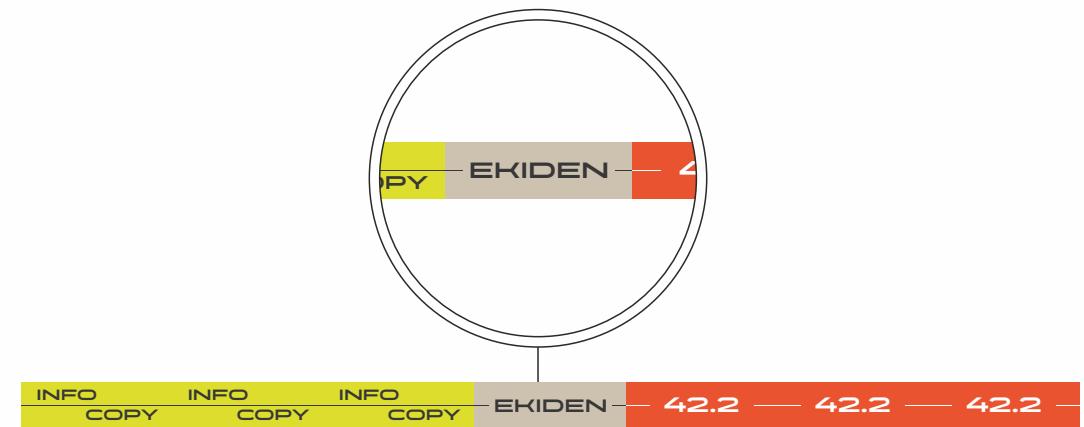
26 - 27 сентября 2025
10:00 - 20:00



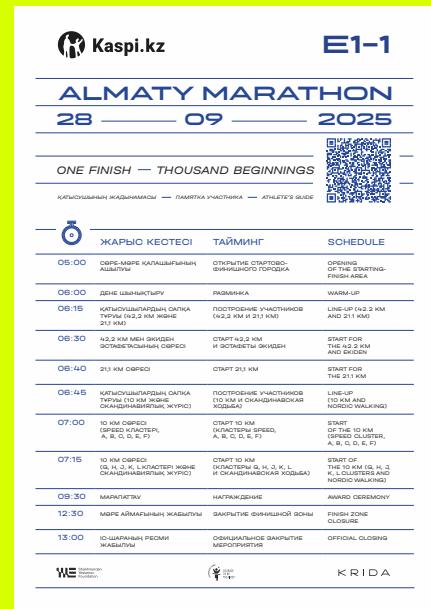
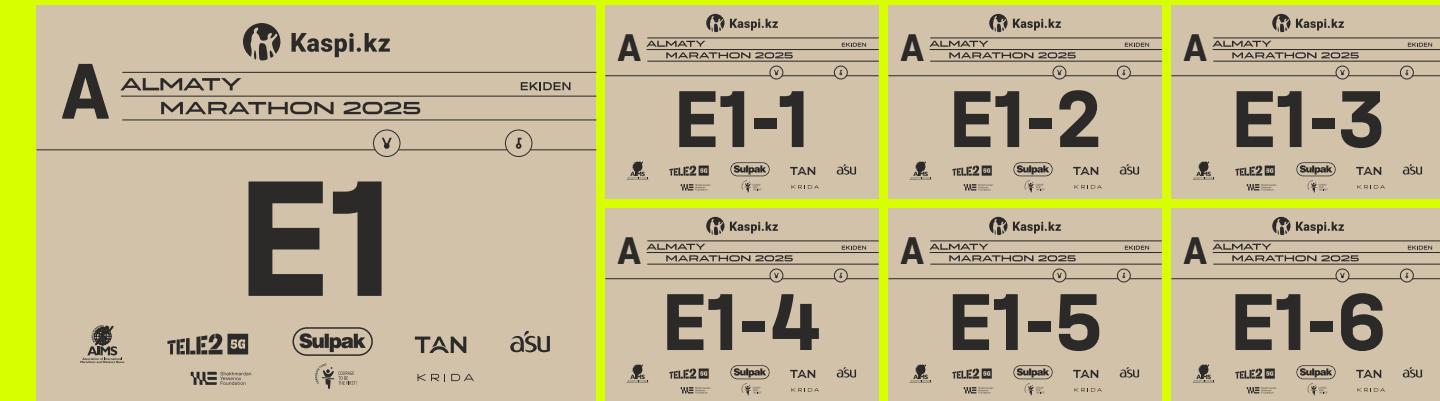
ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ НАБОРОВ

при себе нужно иметь:

- копию удостоверения личности;
расписку о здоровье (собственноручно
подписанную участником);
- копия собственного удостоверения личности;
(если забираете стартовый набор другого
участника)
- Лицо, получающее стартовый набор, может
единоразово получить за всю команду.



СТАРТОВЫЙ НАБОР



СТАРТОВЫЕ НОМЕРА

К участию в мероприятии допускаются только спортсмены со стартовым номером участника Almaty Marathon 2025.

- НАЗВАНИЕ КОМАНДЫ**

В нижней части номера располагается поле с названием команды.

- ЦВЕТ**

Цвет номера обозначает дистанцию.

- БУКВА**

Буква (A, B, C, D, E, F, G, H, J, K, L, M) на вашем стартовом номере обозначает кластер, в который стоит пройти на построение перед стартом.

- НОМЕР**

Номер команды

- ПОЛЕ С ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ЗАПОЛНЕНИЕМ**

- BIB-TAG**

Чип фиксирования
контрольных точек
и вашего результата



СТАРТОВЫЙ НОМЕР — ЭТО ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ

Пожалуйста, заранее заполните важную информацию на обратной стороне стартового номера. Это простое действие может сыграть решающую роль в случае непредвиденной ситуации на дистанции.

Укажите:

- Контакт для экстренной связи
 - Медицинскую информацию
(например, аллергии, хронические заболевания)
 - Группу крови

ЗАЧЕМ ЭТО НУЖНО?

Быстрая помощь. При любом недомогании или травме медики смогут быстрее оказать необходимую помощь, зная важные детали о вашем здоровье.

Точное реагирование. Информация об аллергиях, заболеваниях или принимаемых лекарствах поможет избежать ошибок и ускорить принятие правильных решений.

Контакт с близкими. Указанный номер позволит оперативно связаться с родными и получить дополнительную информацию о вашем состоянии.

Ответственный подход. Заполнение этих данных — проявление заботы о себе и уважения к работе врачей и волонтёров.

Это просто, быстро и важно. Потратив всего минуту, вы делаете участие в забеге более безопасным и уверененным.

Медицинская информация
(например, аллергии,
хронические состояния)

Контакт для
экстренной связи

Группа крови

Заполните эти поля заранее — это не займет много времени, но создаст дополнительный уровень безопасности и спокойствия на трассе.

ПОДПИСАТЬ РАСПИСКУ ОНЛАЙН

- После регистрации на мероприятие:

Перейдите в личный кабинет на сайте
Зайдите в раздел «Мои забеги»
Найдите нужное мероприятие

- Нажмите кнопку «Подписать расписку»:

Кнопка появляется возле выбранного забега

- Откроется приложение EGovMobile:

Ознакомьтесь с текстом расписки
Подпишите документ с помощью ЭЦП
(электронной цифровой подписи)

МОИ ЗАБЕГИ

ALMATY
MARATHON 2025

[Подробнее](#)

Расписка

Ваша дистанция

10 км

Дата

01 июня

Локация

Площадь Независимости

Стартовый номер

Не присвоен

Статус

Оплачено

РАСПИСКИ

Для участия в забеге необходимо подписать расписку о здоровье.

Её можно заполнить в бумажном виде:

- Скачать шаблон расписки на нашем сайте.
 - Расписку нужно распечатать, подписать собственноручно и принести на выдачу стартовых наборов
 - Без подписанной расписки выдача стартового номера невозможна.

ДОКУМЕНТ РАСПРЕДЕЛЯЕМОЙ НА ФОНД СПОРТА АМСТАК

Стартовый номер

КФ «Спектр быть первым»
(организатор международного детского соревнования)

РАСПИСКА

о запрете в участии

записываю подлинность моих других заявок на предстоящие соревнования, поданных участником наименованием
«Детское спортивное мероприятие на высоком уровне» (ДСМНВ) «Детский турнир по

(напоминаю о санкциях)

Д. _____
(запись Ф.И.О. генерального редактора или главного организатора)

ИПН: _____
БЮЛЛЕТЕНЬ ЗАЩИТЫ, ИЛИ ОН АКТИВНОСТЬ, НАСТОЯЩИЙ ПОДПИСАН

ЖЕ _____ ВЫДАЛ УЧАСТНИКУ МОИХ ИЛИ МОИХ НОМЕР

С _____ Г. _____ Г.

заявки, записавших представителей или лиц родственных (братья-одноклассники).

(запись Ф.И.О. организатора/участника)
дата регистрации, ИПН (или наимен.)

Барнаул (состоится на участии моего ребёнка в благотворительном «Альянсе На!» (Мини-
2025) спонсором — Альянс На!, организатором КФ «Спектр быть первым» (далее — «Соревнование»), которое будет проходить с 01.06.2025 года в городе
Барнаул (Свердловская область).

Инициаторы:

1) подтверждают, что я и мой ребёнок, имеющиеся у меня с Пожеланием о проведении Соревнований, размещены на сайте Организатора: <http://www.spektre-sport.ru/>; Сайт — «Спектр быть первым» и полностью его поддержат.

2) подтверждают, что я и мой ребёнок, имеющиеся у меня с Пожеланием о проведении Соревнований, участвуют в Соревновании и обещают в случае ухода соревнования состоявшихся хватить моему ребёнку к дате проведения Соревнования, зату проведения Соревнований не допустить его участие в Соревновании;

3) согласлюсь с условиями заявки Соревнования и заявляю, что у моего ребёнка нет противопоказаний к участию в Соревновании и я полностью поддержу его участие в Соревновании;

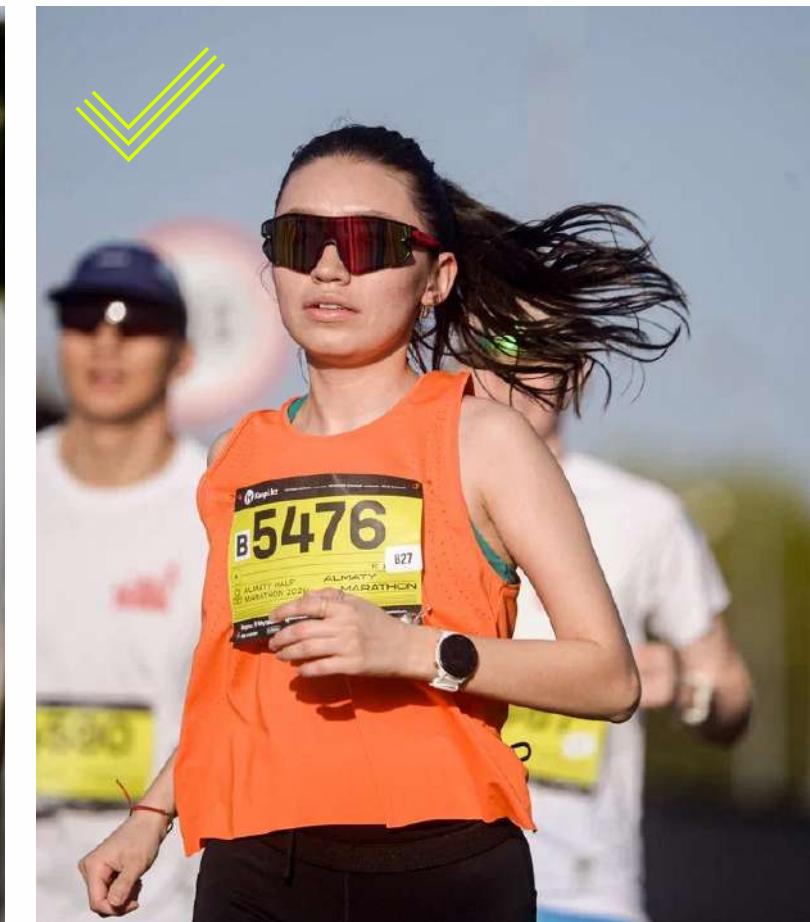
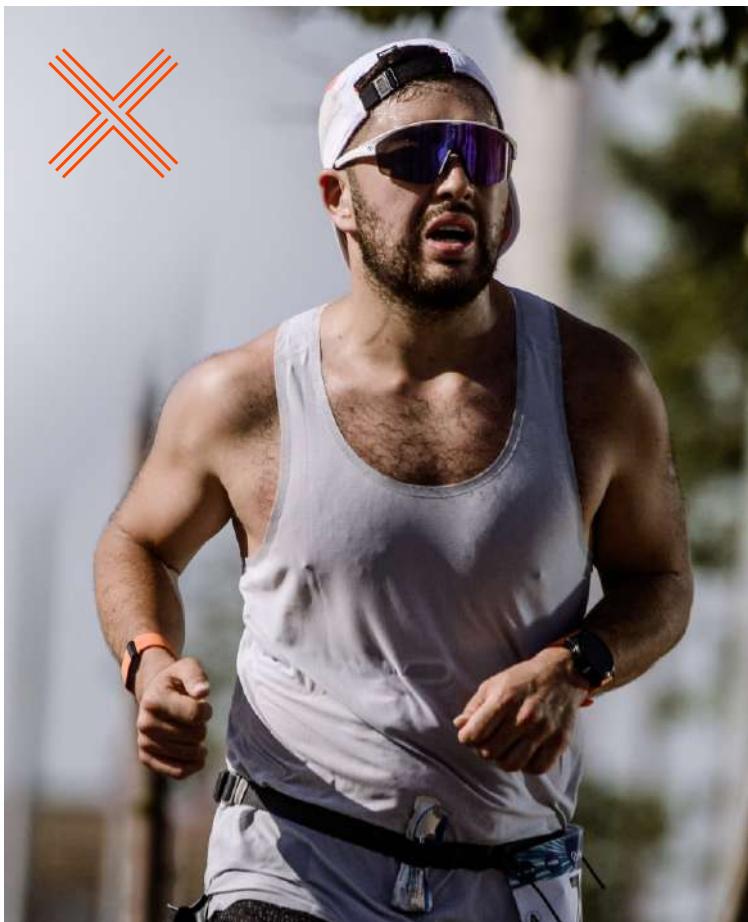
4) понимаю, что в результате участия моего ребёнка в Соревновании могут наступить неблагоприятные последствия для здоровья моего ребёнка, буду на себя брать полную ответственность за возможные и хронические проблемы ребёнка;

5) подтверждаю, что я буду всячески стараться с целью защиты моего ребёнка (или поддержки) от травмы, как участника Соревнования, ущерб от которого зависит от действий, а также от любой физической удар моего ребёнка, как участника Соревнований, организацией или лицом Соревнований, а в любых случаях я заявляю отказываться от каких-либо материальных и земельных требований к Организатору (его работников) и спонсорам Соревнований. Данный отказ от претензий распространяется на всех возможных наследников и спонсоров и действует до конца всех проводимых Соревнований;

6) подтверждаю, что я против Соревнований и о моём ребёнке пишут и пишут везде.

СТАРТОВЫЙ НОМЕР И ЧИП

- Прикрепите стартовый номер булавками на груди или на поясной ремень.
- Не деформируйте стартовый номер.
- Не закрывайте стартовый номер одеждой или руками, система может не считать ваш чип.



ПАМЯТКА УЧАСТНИКА

электронная версия



ҚАТЫСУШЫНЫҢ
ЖАДЫНАМАСЫ

2-30 бет

ПАМЯТКА
УЧАСТНИКА

31-59 стр

ATHLETES` GUIDE

60-88 page

05:00 Калашықтың ашылуы Открытие городка Opening of the starting area

06:30 СӨРГЕ Республика алаңы СТАРТ Площадь Республики START Republic Square

СТАРТОВЫЙ КОРИДОР

- Для участников соревнования будут выставлены кластеры по планируемому финишному времени для каждой дистанции.
- До начала старта просим вас пройти в нужный кластер через турникеты.
- В случае возникновения вопросов просим обращаться к волонтерам, которые будут стоять у входа в стартовые кластеры.
- Спортсмены-колясочники дистанций 10 км, 21,1 км и 42,2 км, ожидают старта около стартовой арки. Построение в первый стартовый кластер производится только по команде организаторов.



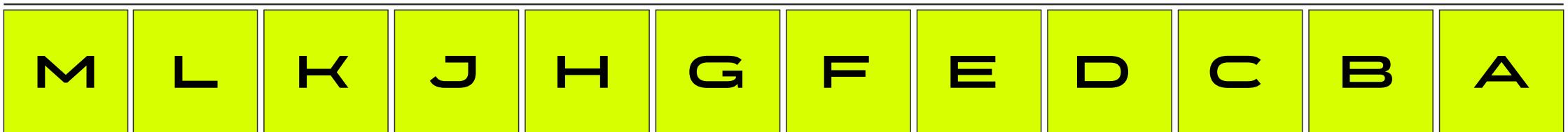
ВРЕМЯ СТАРТА - 06:30



ВРЕМЯ СТАРТА - 06:40



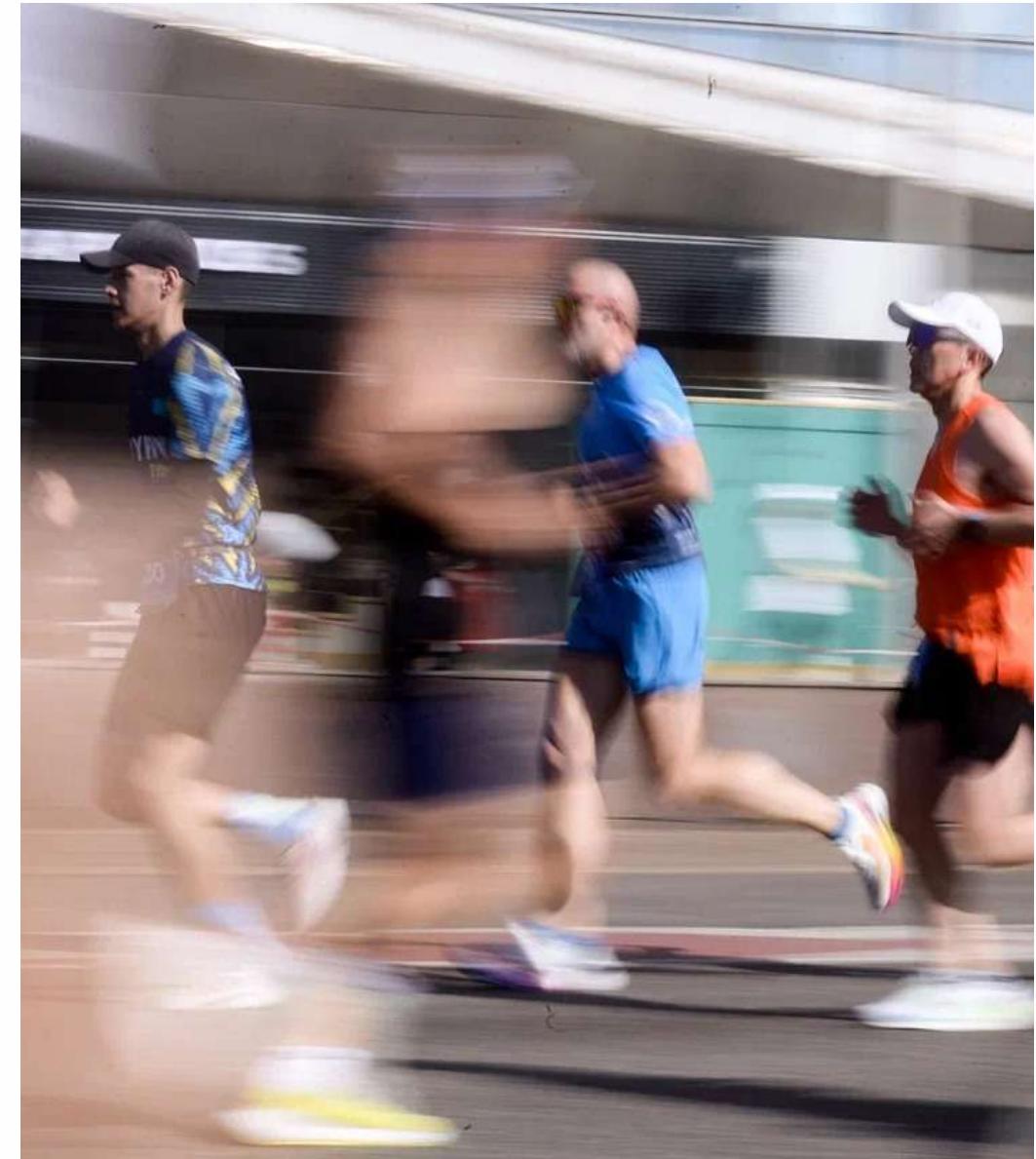
ВРЕМЯ СТАРТА - 07:00



START / FINISH

ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ

- За использование видеомагнитофона, радио, плееров, мобильных телефонов, наушников и другой аппаратуры во время проведения соревнований.
- За начало забега до официального старта.
- За начало забега после закрытия стартовой зоны.
- За выход на старт без стартового номера.
- За игнорирование указаний и замечаний организаторов, судей или главного врача соревнований.
- За нарушение правил соревнований.
- За сокращение дистанции.
- За участие в дистанции, на которую участник не был заявлен.
- За использование подручных средств передвижения (например, велосипеда, самоката и прочего).
- За начало забега не из зоны старта.



СТАРТОВО-ФИНИШНЫЙ ГОРОДОК

Площадь
Республики

ул. Желтоксан

пр. Назарбаева



START / FINISH

пр. Сатпаева



КАМЕРА ХРАНЕНИЯ



.....

ELITE | EKIDEN

СХЕМА МАРШРУТА



START

1 участник стартует
Площадь Республики



2 участник - пр. Аль-Фараби,
угол ул. Ходжанова



3 участник - пр. Абая,
угол ул. Тлендиева



4 участник - ул. Сатпаева,
угол ул. Масанчи



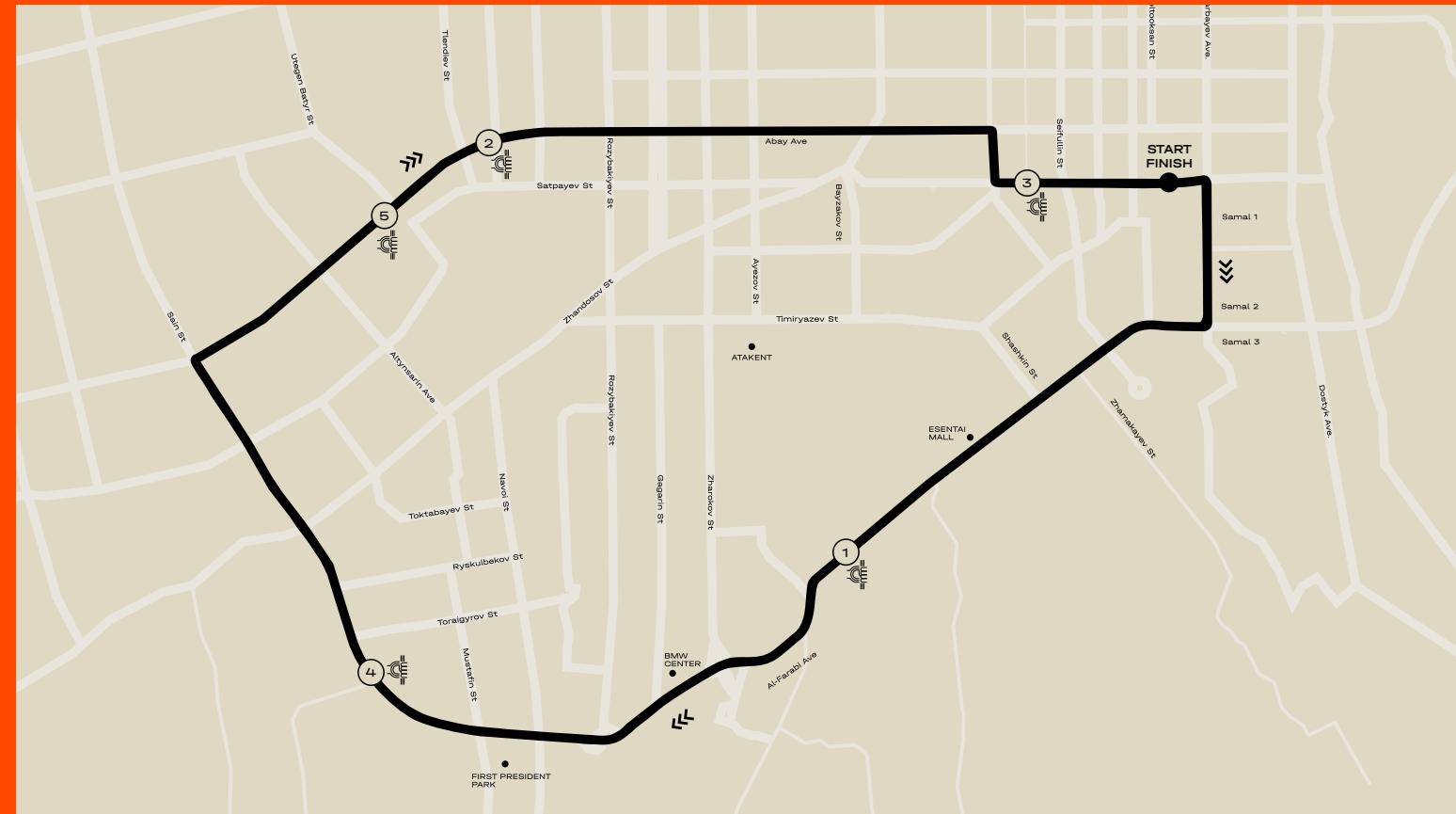
5 участник - ул. Сайна,
угол ул. Торайгырова
(до кольца)



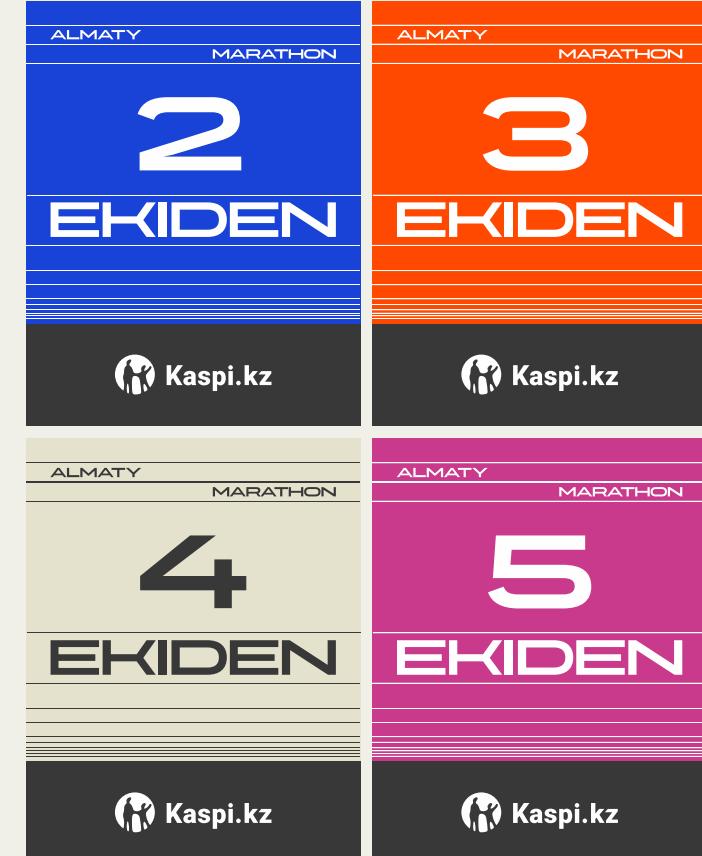
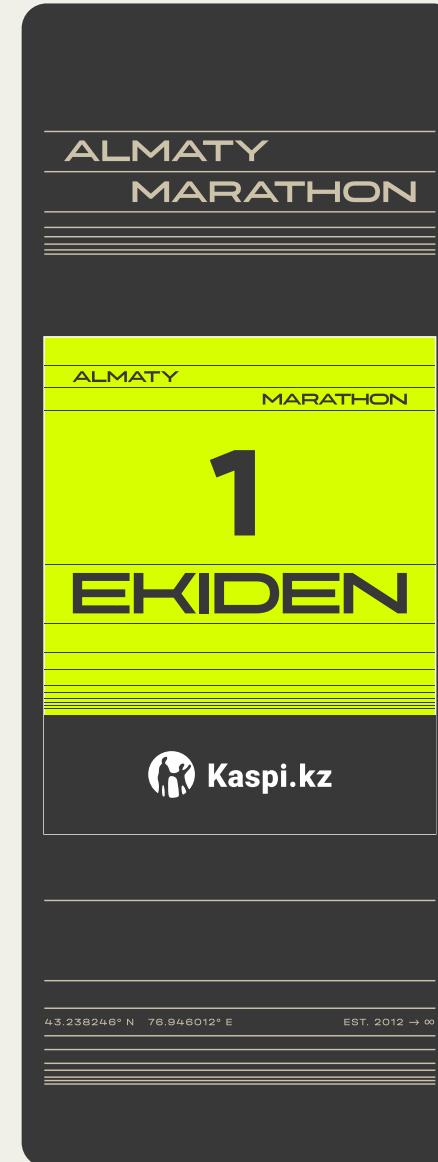
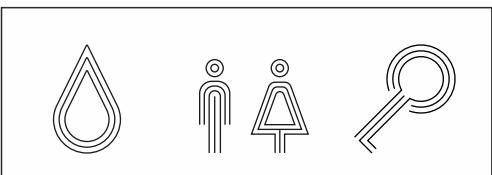
6 участник - пр. Абая,
угол ул. Утеген батыра



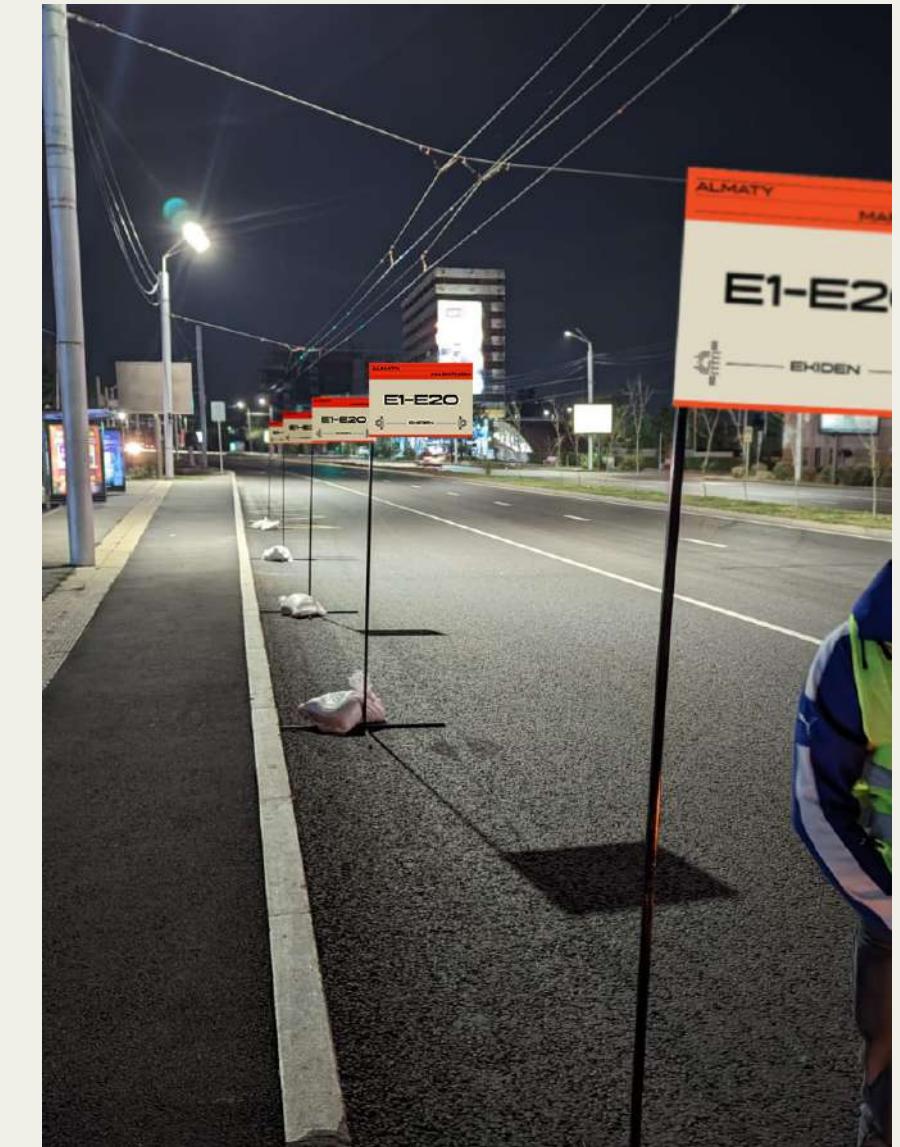
6 участник финиширует



ТОЧКИ ПЕРЕДАЧИ EKIDEN

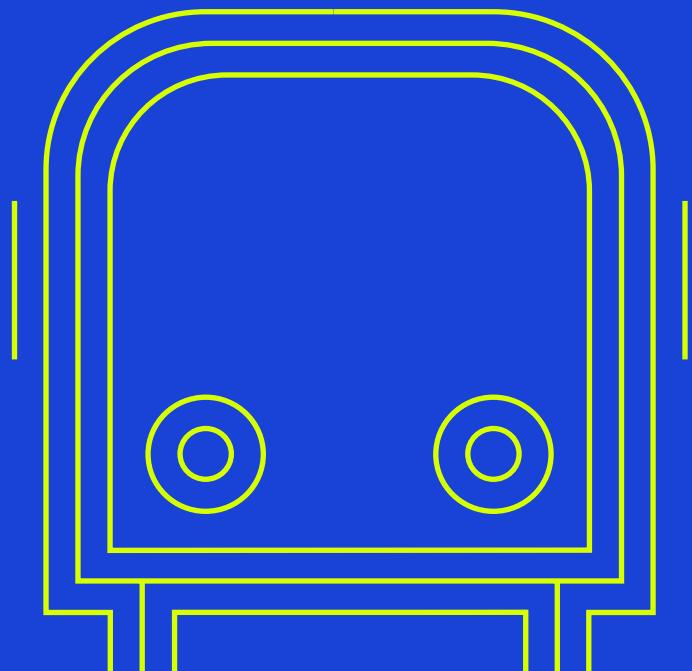


ТОЧКИ ПЕРЕДАЧИ ЭСТАФЕТЫ



РАСПИСАНИЕ АВТОБУСОВ ДЛЯ УЧАСТИКОВ EKIDEN

ВСЕ ВЕЩИ УЧАСТИКОВ СДАЮТСЯ
В ПЕРВЫЙ АВТОБУС



1 ТОЧКА - пр. Аль-Фараби,
угол ул. Ходжанова

1 07:00

2/3 по мере
заполнения

4 07:30

2 ТОЧКА - пр. Абая,
угол ул. Тлендиева

1 07:25

2/3 по мере
заполнения

4 08:35

3 ТОЧКА - ул. Сатпаева,
угол ул. Масанчи



Камера
хранения
отъезд - 09:20

4 ТОЧКА - ул. Саина,
угол ул. Торайгырова

1 08:10

2/3 по мере
заполнения

4 09:20

5 ТОЧКА - пр. Абая,
угол ул. Утеген батыра

1 08:25

2/3 по мере
заполнения

4 10:00

ТОЧКИ ПЕРЕДАЧИ EKIDEN

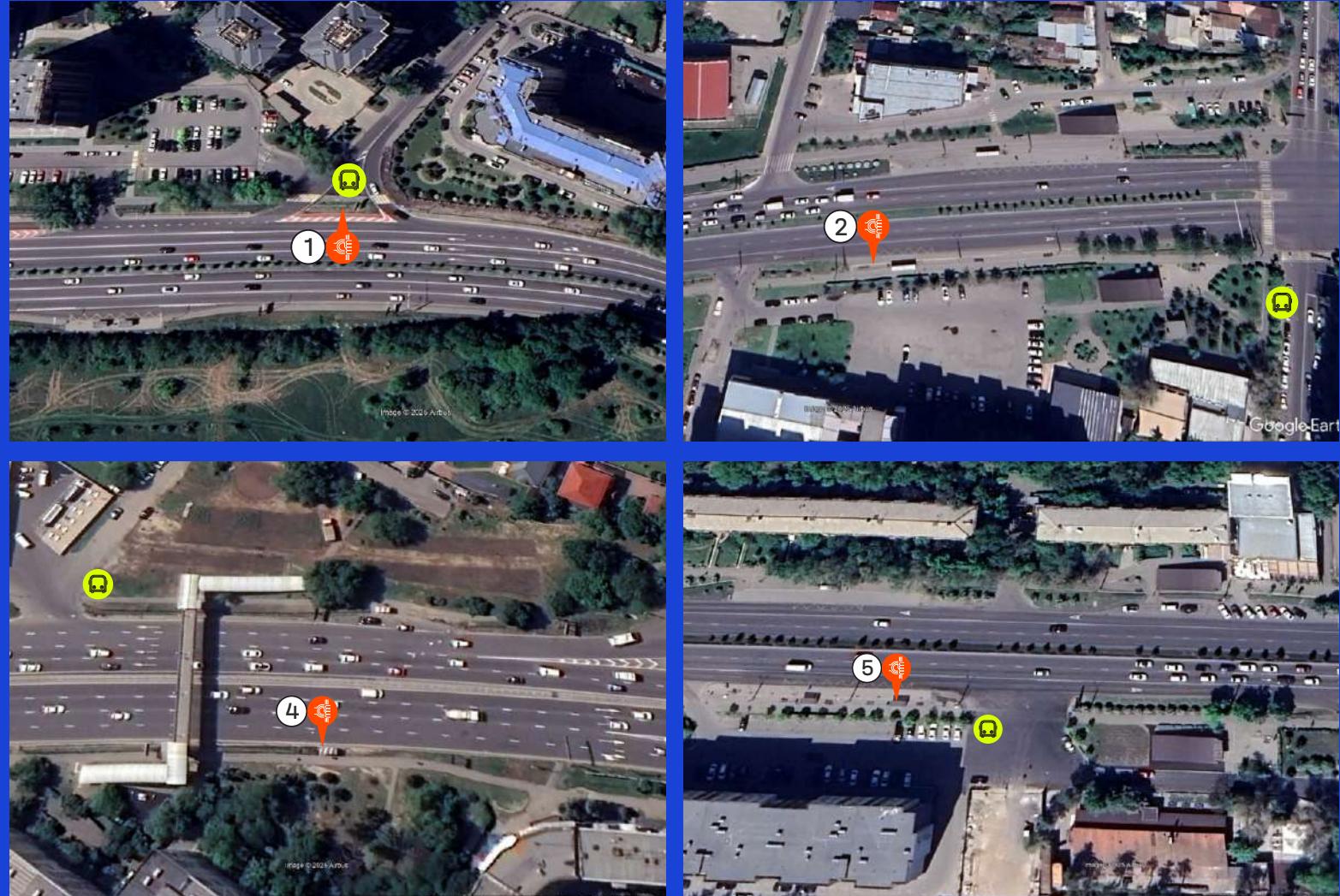
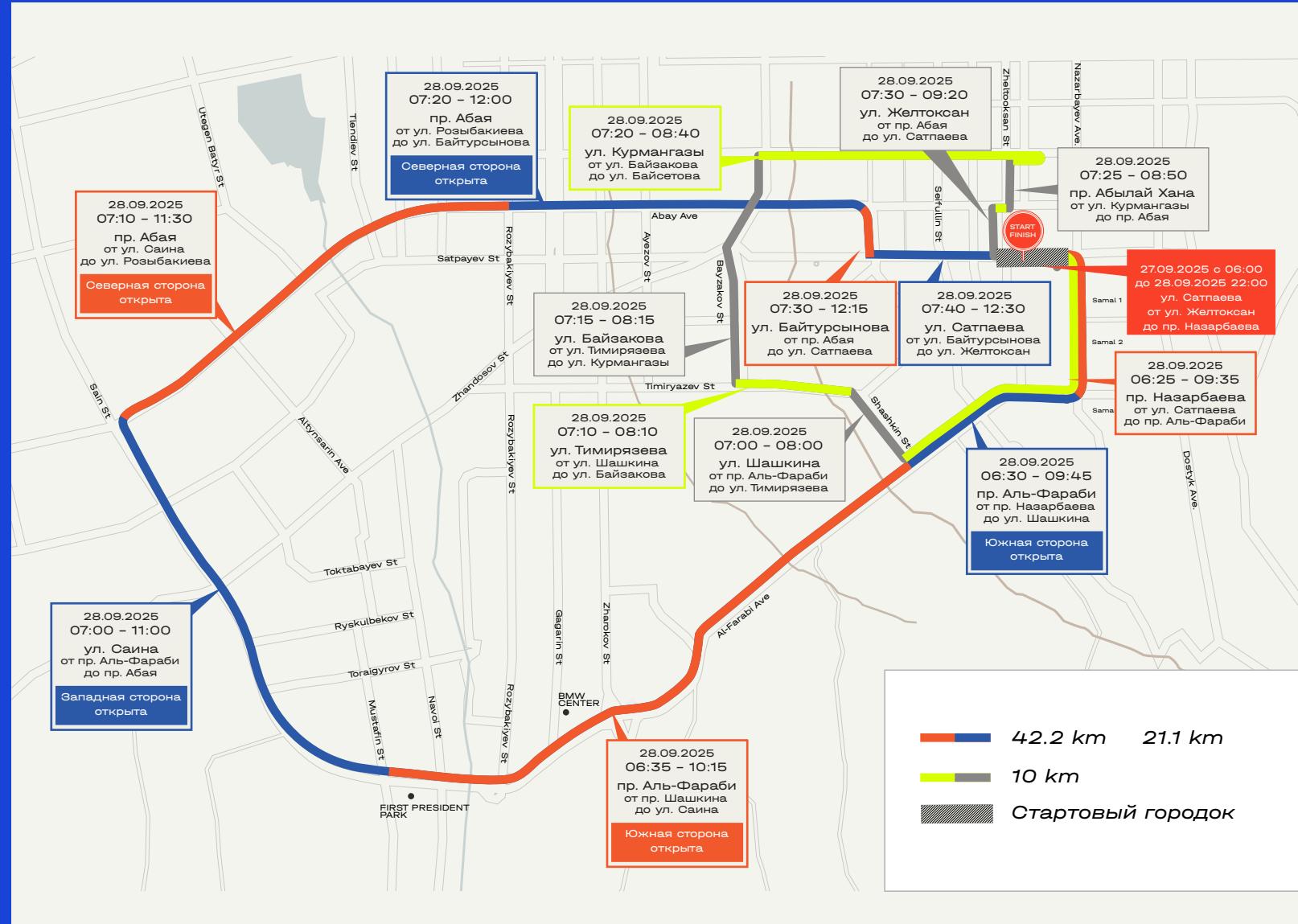


СХЕМА ПЕРЕКРЫТИЯ



ТОЧКИ ПИТАНИЯ

Точки питания 10 км

2 км - вода

6 км - вода / пепси

8 км - вода / пепси

Точки питания 21.1 км - 6 точек.

3 км - вода

7 км - вода / пепси

9 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы

12 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки

16 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки

19 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки

Точки питания 42.2 км - 13 точек.

21 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы

24 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы

27 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы

31 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы

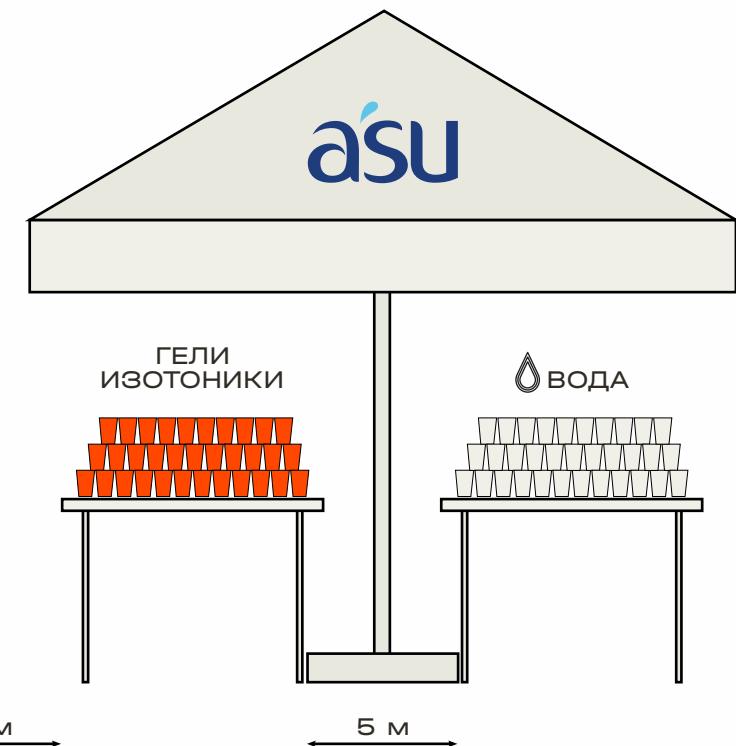
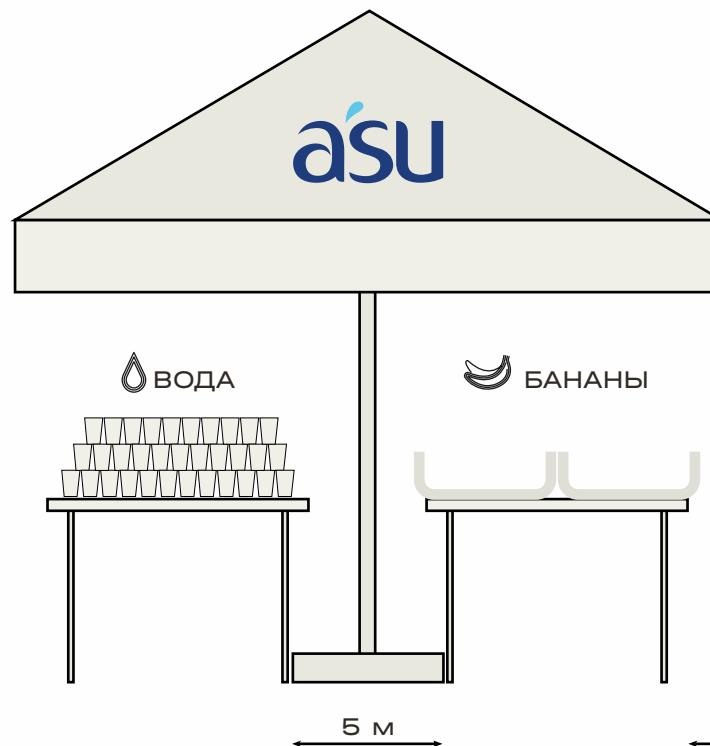
33 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки

37 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки

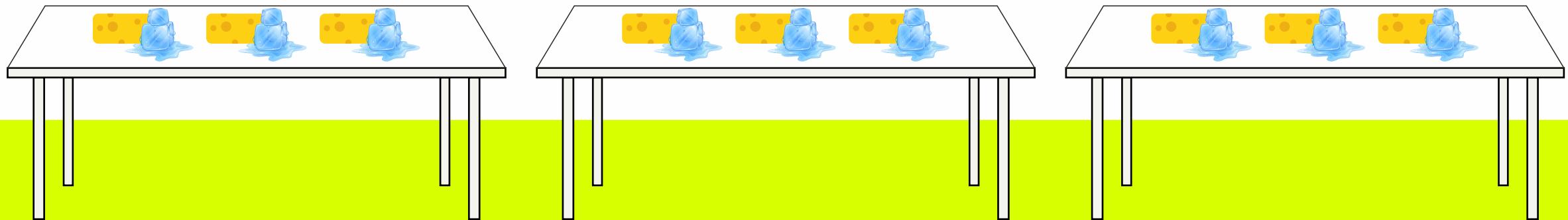
40 км - вода / пепси / изотоник / гели / бананы / губки



ТОЧКИ ПИТАНИЯ



ГУБКИ ПО ТРАССЕ



✗ ЧЕГО НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ ПЕРЕД ЗАБЕГОМ

АЛКОГОЛЬ НАКАНУНЕ

Даже небольшой объём может негативно повлиять на пульс, координацию, уровень энергии и водный баланс.

ЭНЕРГЕТИКИ

Резко повышают пульс и давление, перегружая сердце перед забегом. Это увеличивает риск аритмии, обезвоживания и серьёзных осложнений при нагрузке.

ВЫХОДИТЬ НА СТАРТ С ПРОСТУДОЙ ИЛИ ГРИППОМ

Даже «лёгкий насморк» — это уже нагрузка на иммунитет. Физическая активность при вирусах может вызвать серьёзные осложнения. Лучше отдохнуть и восстановиться, чем рисковать здоровьем.

ПЛОХОЙ СОН В ПОСЛЕДНИЕ ДНИ

Хронический недосып повышает утомляемость и снижает выносливость. Позаботьтесь о полноценном сне за 2-3 дня до старта.

ПЕРЕЕДАНИЕ НАКАНУНЕ

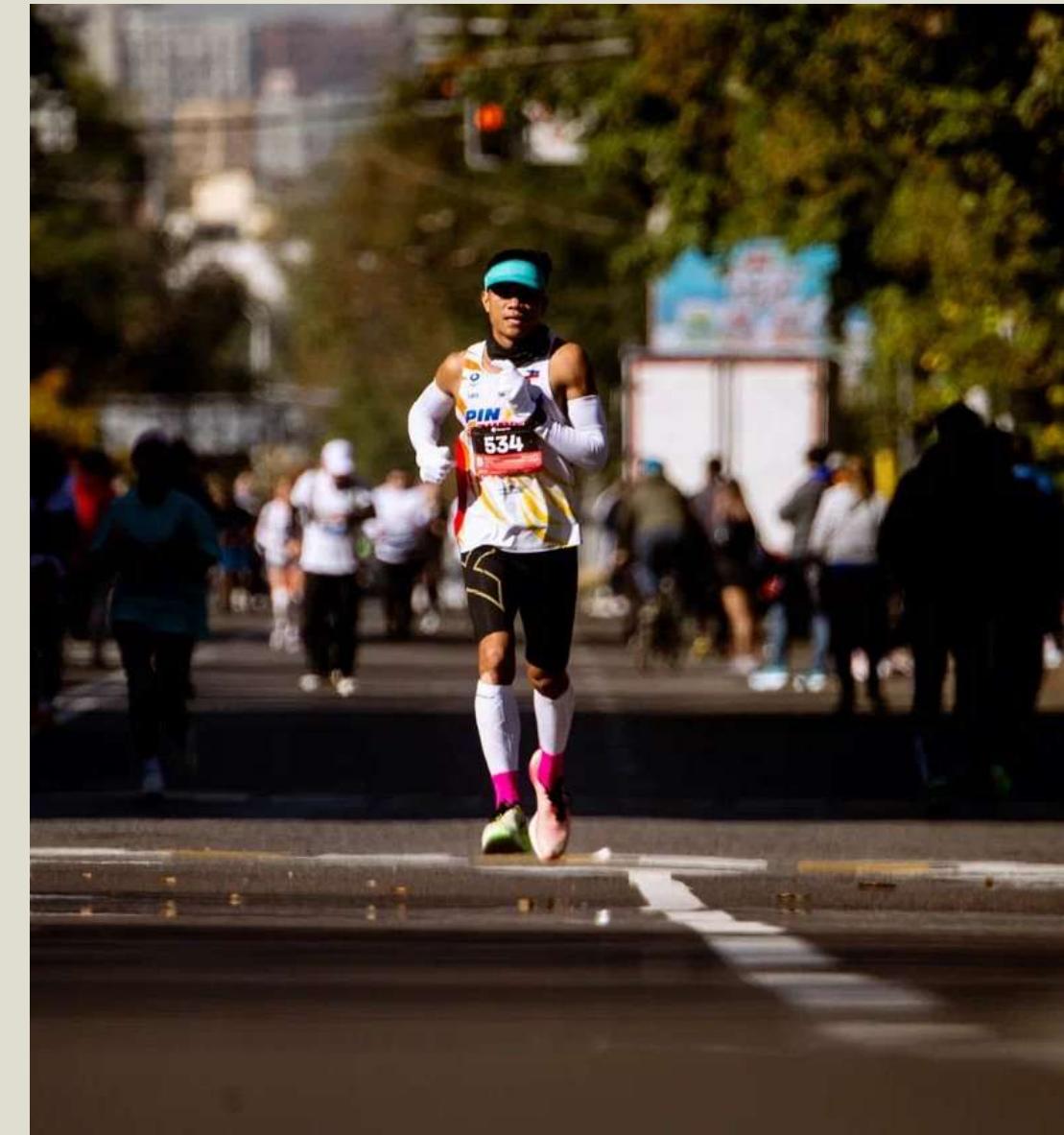
Ужин перед стартом должен быть лёгким и привычным. Переедание может вызывать тяжесть, вздутие и сниженное самочувствие.

СИЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ ЗА ДЕНЬ-ДВА ДО ЗАБЕГА

Ваше тело должно быть свежим. Лучше лёгкая активность, чем утомляющая нагрузка перед гонкой.

ИГНОРИРОВАТЬ СИГНАЛЫ ОРГАНИЗМА

Если чувствуете недомогание, боль, головокружение



МЕДИЦИНСКАЯ СЛУЖБА



Медицинская палатка на финише - 1



Медицинские палатки по маршруту – 15



Оснащены приборами и препаратами
для оказания первой медицинской помощи



Машины скорой помощи на трассе – 10



Медволонтеры - каждый 1 км

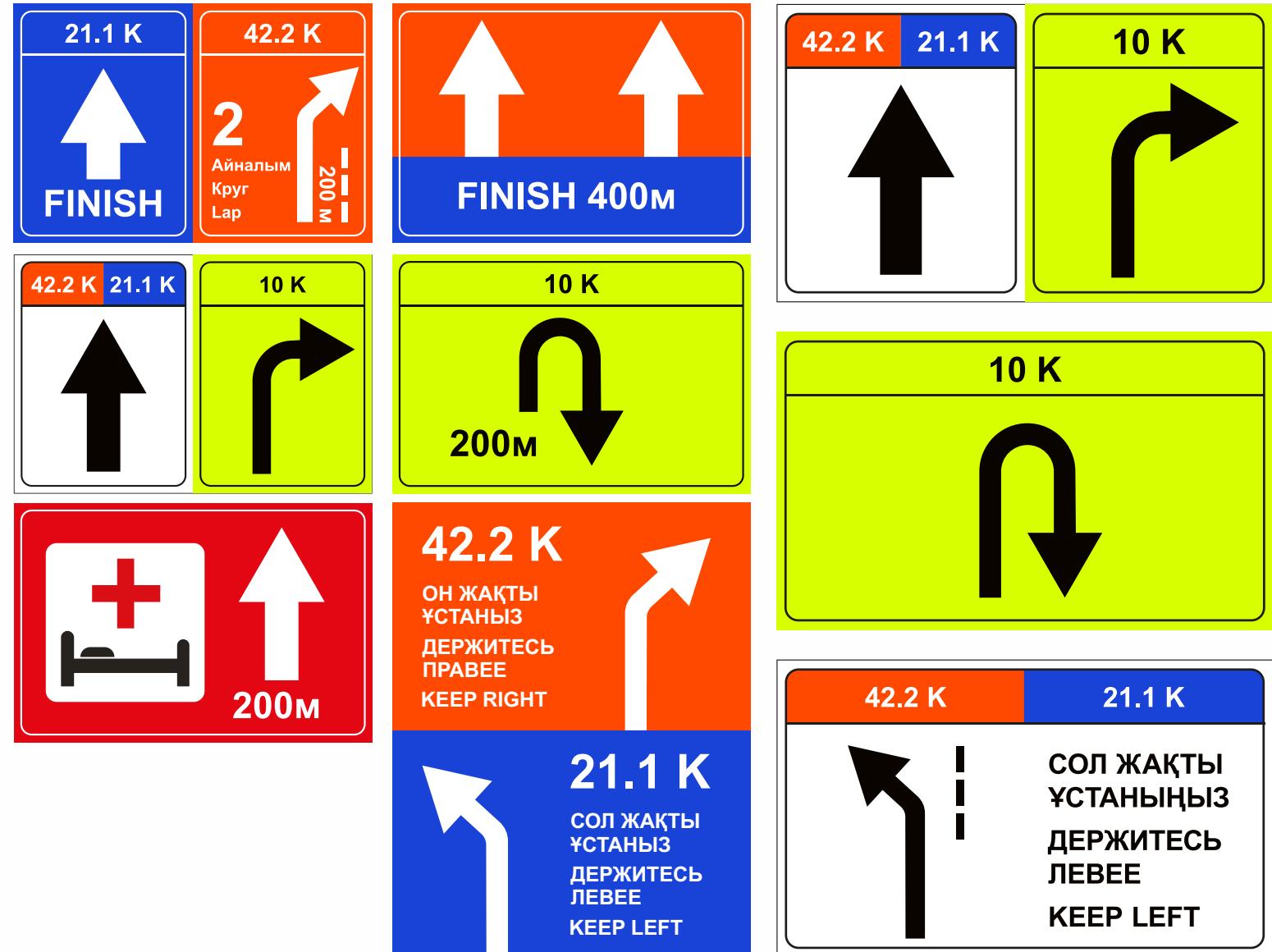
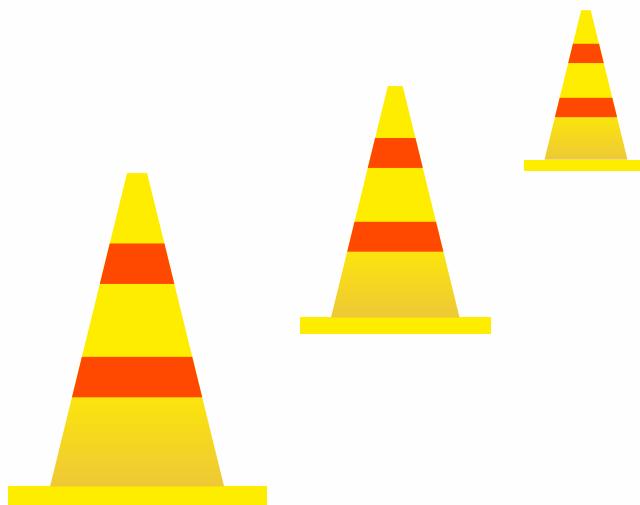


Веломедики - каждые 5 км

Официальные медицинские партнеры:



РАЗМЕТКА ТРАССЫ



МЕДАЛЬ / СТАТУЭТКА EKIDEN



ФОТОЗОНА EKIDEN



ФОТОСЕРВИС

Фото с Almaty Marathon 2025 появятся после забега на сайте almaty-marathon.kz, а также в официальных социальных сетях «Almaty Marathon».



ПОСМОТРЕТЬ ФОТО
МОЖНО БУДЕТ ЗДЕСЬ



НА ФИНИШЕ



Медали



Вода



Яблоки



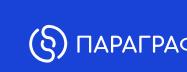
Массаж -



Гравировка -



НАШИ ПАРТНЕРЫ





Kaspi.kz

ALMATY

MARATHON

28 — 09 — 2025

БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!
