CRACE

EKATERINBURG

ATHLETE GUIDEBOOK

SEASON 26/27

CRACE_07_НОЯБРЯ

Привет,

ГОНЩИКИ!

07 НОЯБРЯ 2026
12:00 - 18:00

Екатеринбург,
МВЦ «Екатеринбург Экспо», Павильон №4

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

01 МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ
02 РЕГИСТРАЦИЯ
03 РАСПИСАНИЕ СТАРТОВ
04 КАРТА ГОНКИ
05 ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ
06 ПОСЛЕ ФИНИША
07 ФОТОГРАФЫ

НОВАЯ ЛОКАЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

101

BRAND NEW LOCATION
Впервые в истории - CRACE в столице Урала.
Гонка будет проходить в выставочном экспо
Приезжайте заранее, чтобы изучить локацию, избежать стресса
и получить удовольствие от гоночного дня

Площадка оборудована всем необходимым:
комфортабельные раздевалки камеры хранения,
трибуны для зрителей

Обзяательно ознакомьтесь со схемой расположения площадки
проведения гонки, чтобы не перепутать павильон

РЕГИСТРАЦИЯ_02

01

Пройдите в зону регистрации, предъявите удостоверение личности, чек об оплате и сообщите ваше время старта

02

Волонтер проверит данные и нанесет номер участника на предплечье или кисть маркером

03

Получите браслет участника или зрителя

04

Возьмите раздатку партнерской продукции

05

Направляйтесь в раздевалки и площадку проведения гонки

06

За 10 минут до старта пройдите в зону разминки для брифинга

РЕГИСТРАЦИЯ

ЗОНА РЕГИСТРАЦИИ: Открывается в 11:00
НЕОБХОДИМО: Удостоверение личности, чек об оплате

* Рекомендуется пройти регистрацию за 90 минут до вашего времени старта. Если вы хотите попасть на территорию раньше, но ваше время старта наступает позже, вы можете пройти в зону регистрации в любое удобное время.

* Регистрация эстафет и двоек возможна только при наличии всех участников.

* Приходите вовремя: если вы опоздаете к вашему времени старта, вы можете быть не допущены к участию в гонке.

* Переносы времени старта в день гонки невозможны.



RUSSIA SERIES OF
FITNESS RACING

@cracerussia

cracerun
ru

РЕГИСТРАЦИЯ 20-21

УЧАСТНИКИ

07 НОЯБРЯ - СУББОТА



Что получает:
Браслет на руку
Номер участника, написанный маркером
на тыльной стороне кисти или запястье

ЗРИТЕЛИ

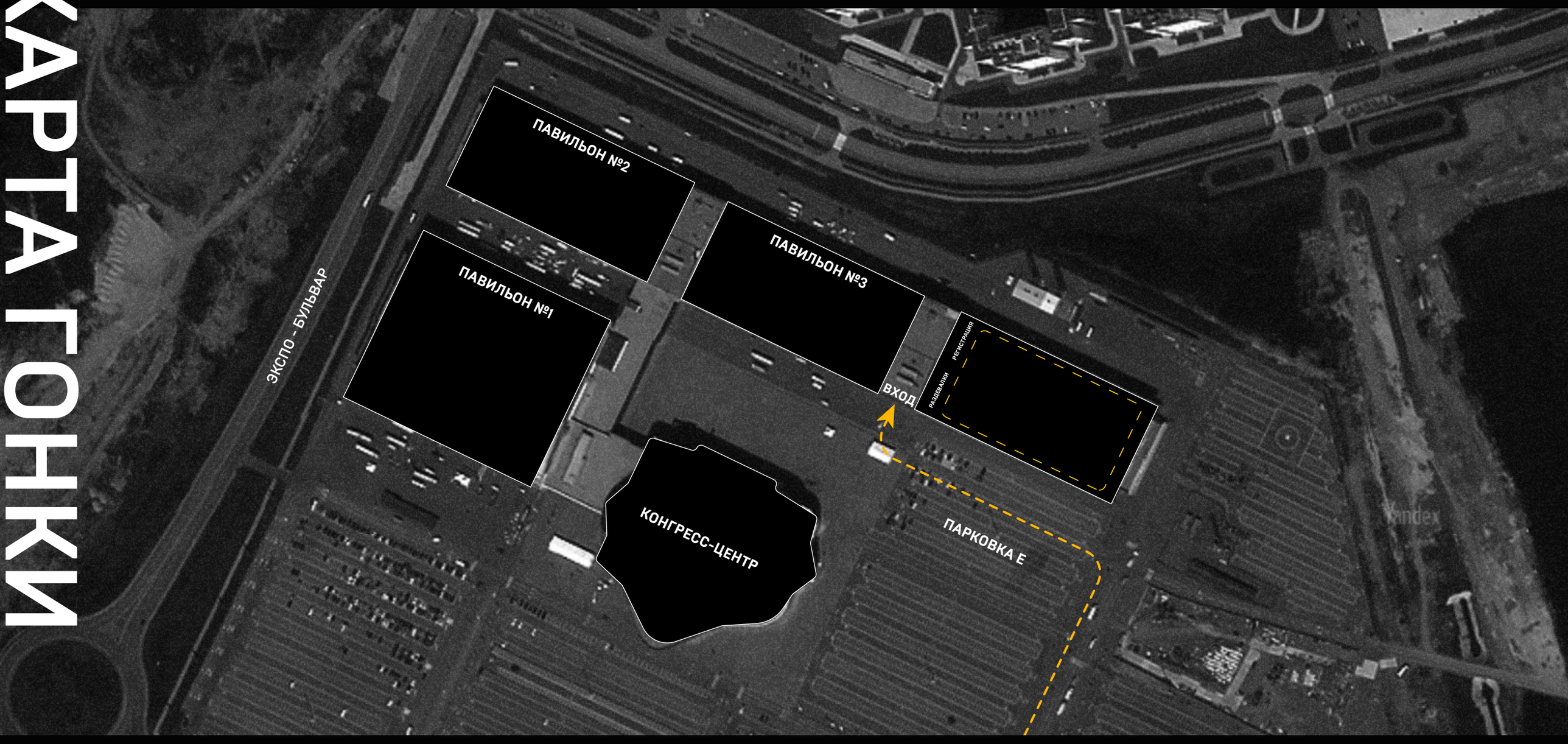
Доступ для зрителей только по предварительной
регистрации на сайте события

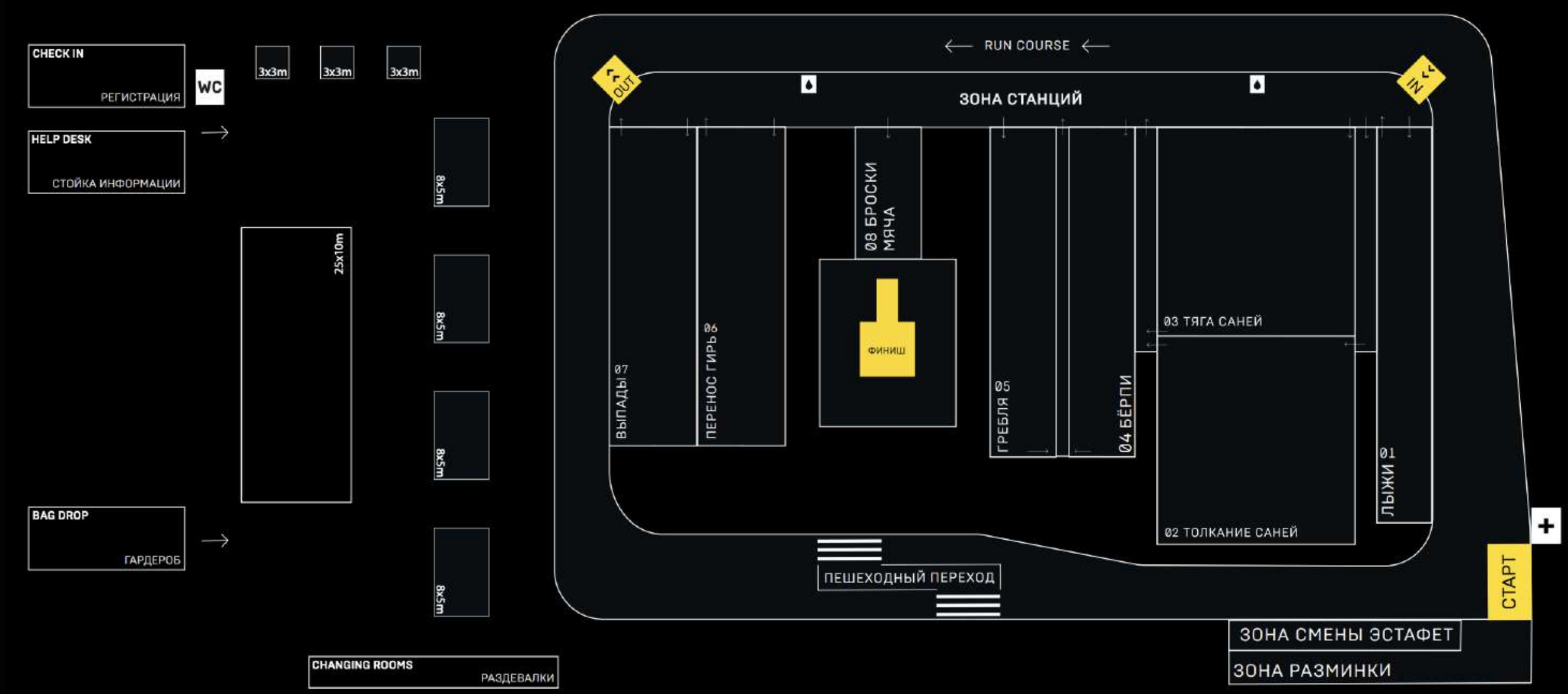
РАСПИСАНИЕ СТАРТОВ_03

ДИВИЗИОНЫ	ВРЕМЯ
10 октября | Суббота	
CRACE Эстафета	12:00 - 12:00
CRACE Двойки ЖЖ	12:20 - 12:40
CRACE Open Ж	13:00 - 13:40
CRACE Двойки ММ	14:00 - 14:30
CRACE Open М	14:50 - 16:20
CRACE Двойки МЖ	16:40 - 17:10

Если вы приобрели билет на официальном сайте: вы можете проверить ваше время старта на сайте https://cracerun.ru
Пожалуйста, обязательно проверьте ваше время старта ещё раз накануне забега, чтобы оставаться в курсе актуальной информации!

КАРТА ГОНКИ





IN

БЕГ 1 Забегайте в большую арку «IN», когда увидите ее в ШЕСТОЙ раз

БЕГ 2-8 Пробегайте мимо «IN», когда увидите ее в ПЯТЫЙ раз

Ознакомьтесь с картой места проведения:
зона регистрации, место старта, станции, вода и скорая помощь!

За 10 минут до вашего старта необходимо подойти
на брифинг, где судья расскажет порядок прохождения дистанции

ЧИПЫ ХРОНОМЕТРАЖА:

Правильное ношение чипа хронометража во время забега является обязанностью каждого участника. Пожалуйста, убедитесь, что вы правильно закрепили ваш чип.
Кроме того, для обеспечения точных результатов пожалуйста носите чип постоянно на протяжении всей дистанции. Если чип будет утерян во время забега, будет взиматься плата.
Уточните на старте вашу возрастную категорию, если она не совпадает, вы сможете поправить даныне на фишине.

После прохождения гонки, чип необходимо сразу вернуть в зоне фишиша сотрудникам хромнометража и получить чек о прохождении дистанции.

СЛЕДУЮЩИЕ ПРЕДМЕТЫ РАЗРЕШЕНЫ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ/НОШЕНИЯ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ:

Наколенники, перчатки, браслеты, пульсометры

СЛЕДУЮЩИЕ ПРЕДМЕТЫ ЗАПРЕЩЕНЫ:

Экшн-камеры, солнцезащитные очки, наушники, лямки для тяги (стрэпы), мобильные телефоны, VR-шлемы.

ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ:

Участие происходит на ваш собственный риск.
Если ваше здоровье не позволяет вам участвовать, мы рекомендуем вам не принимать участие в забеге.
На трассе находится карета скорой помощи. В случае возникновения ситуации связаной с угрозой здоровью, необходимо сообщить об этом волонтеру.

ROXZONE:

ROXZONE — это зона, состоящая из 8 станций с упражнениями.
Соревнование начинается с бега на 1 км. Беговая трасса визуально отделена от зоны упражнений фан-барьерами.
Арка «IN» отмечает вход в ROXZONE, а арка «OUT» — выход из ROXZONE на беговую трассу.

ПУНКТ ПИТАНИЯ:

В зоне ROXZONE находится 2 пункта питания,
Спортсменам не разрешается получать напитки ни от кого, кроме как на официальных пунктах питания (это будет считаться посторонней помощью).
Нарушение этого правила может привести к штрафу и/или дисквалификации.

СТАНДАРТЫ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ И ПРАВИЛА:

Необходимо соблюдать стандарты выполнения упражнений, указанные в соответствующих правилах для вашей категории.
Правила прохождения гонки размещены на официальном сайте



CrossFit EKB

МОЛОТ
КУЗНИЦА АТЛЕТОВ

СТАРТ НАЧИНАЕТСЯ В ЗАЛЕ

ЗА КАЖДЫМ СТАРТОМ — ТРЕНИРОВКИ, ОСВОЕННЫЕ ДВИЖЕНИЯ И ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ РАСТИ.

CrossFit EKB и **Молот** — клубы функционального тренинга в Екатеринбурге. Развиваем силу и выносливость, работаем над техникой, готовимся к гибридным гонкам. Тренируем в группах и персонально: подбираем нагрузку под вашу подготовку и цели.

НА CRACE

Приходите на нашу площадку у входа в павильон: присоединяйтесь к разминкам, участвуйте в зарубе по бёрпи и знакомьтесь с командой.

После финиша заглядывайте обсудить следующий старт — и тренировки, которые помогут к нему подготовиться.

КРОССФИТ ЕКБ
МОЛОТ

РАСПИСАНИЕ
И ЗАПИСЬ
НА ТРЕНИРОВКИ ⟶

START.CROSSFITEKB.RU

школа тренеров
кроссфит ЕКБ

ПОНИМАТЬ ЧЕЛОВЕКА. УМЕТЬ ТРЕНИРОВАТЬ.

Любите тренироваться и хотите стать тренером? Уже работаете с людьми и ищете ответы на профессиональные вопросы?

В нашей школе учатся понимать физиологию нагрузки, разбирать технику движений и составлять программы под конкретного человека. Соединяем научные знания с практикой, чтобы тренер мог объяснять свои решения и самостоятельно выбирать подход к работе.

Профессиональная переподготовка и повышение квалификации по функциональному тренингу.

НА CRACE

Проводим практические мастер-классы по рывку гири и турецкому подъёму. Приходите разбирать движения, пробовать и задавать вопросы преподавателям.

Познакомимся и поможем выбрать программу обучения под ваши задачи.

ШКОЛА ТРЕНЕРОВ CROSSFIT EKB

ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ →

TRENER.CFEKB.RU

СКАНДИ

SKANDI
COMMUNITY

SKANDI community – спорт и забота о себе в одном приложении

Бот и мини-приложение в VK и Telegram, где можно записываться на тренировки и события, находить маршруты для бега и прогулок, читать полезные материалы, рассчитывать норму калорий, составлять рацион и общаться с ИИ-ассистентом.

SKANDI vitamin water – функциональная вода для активного ритма

В зависимости от вкуса в составе – витамины, магний, аминокислоты, антиоксиданты или BCAA. SKANDI помогает поддерживать энергию, концентрацию, восстановление и баланс в течение дня.

ПРИЛОЖЕНИЕ В VK И TG

SKANDICOMMUNITY.RU

@SKANDI_COMMUNITY

JAWS HOP WATER

Газированная вода с хмелем, без алкоголя, сахара и калорий



LUCKY MOTORS®

о бренде

«Лаки Моторс» — официальный дилер Jetour в Екатеринбурге. Купить Jetour (X70, Dashing, T1, T2) — значит выбрать технологии и комфорт. А купить его в «Лаки Моторс» — значит получить максимальную выгоду
и уверенность в прозрачности цены!

Почему выбирают нас:

› Финансы под ключ: Выгодные кредитные программы и удобные условия рассрочки.

› Обмен авто: Оценка вашего текущего авто по системе Trade-in и зачёт в счёт покупки Jetour.

› Защита авто: Оформление КАСКО и установка дополнительного оборудования.

› Сервис: Квалифицированные специалисты и оригинальные запчасти.

› Кузовной ремонт: Профессиональное восстановление любой сложности.

на CRACE

Встречайте на нашем стенде JETOUR T1 Гибрид.

Хотите узнать, как проехать 1400км и потратить 0,8 литра бензина? Приходите знакомиться с гибридом T1!

Вас ждет: Запись на тест-драйв, приятный фирменный мерч в подарок и индивидуальный расчет с персональной выгодой именно для вас!

ФОТОГРАФ

bl_07

MYSPORT.PHOTO — официальный сервис фотографий мероприятия.
Наши фотографы будут сопровождать вас на протяжении всей гонки CRACE
— от самого старта до финиша, от первого бегового круга
до пересечения финишной линии!

Всё, что вам нужно сделать, чтобы получить свои фотографии,
— выполнить следующие шаги. Даже если вы не предзаказывали фотоуслугу,
вы сможете приобрести фотографии по инструкции ниже.
Контакты: support@mysport.photo

01

После гонки
перейдите на сайт
https://mysport.photo
и найдите CRACE

02

Сделайте поиск
по селфи, чтобы найти
все кадры с вами

03

Вы можете
приобрести одну
фотографию или
сразу пакет

04

По вопросам
связанным
с покупкой фото
обращайтесь
на почту

05

Ищите
приобритенные
фото на почте или
в личном кабинете

ПОСЛЕФИНИШ 90_АТМ

НАГРАЖДЕНИЕ

Награждение победителей в возрастных группах в каждом дивизионе будет проходить на площадке в непостредственной близости к финишу. Время награждения дивизионов спустя два часа после старта последнего участника в дивизионе

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ ПРИСУТСТВОВАТЬ НА НАГРАЖДЕНИИ

К сожалению, наградные флаги выдаются только в день соревнований. Получить позднее невозможно



TASTY COFFEE ROASTERS

FIGURA

КАНТ

take a Bite

САНДУНЫ УРАЛ

JETOUR

LUCKY MOTORS

ЕКАТЕРИНБУРГ ЭКСПО МЕЖДУНАРОДНЫЙ ВЫСТАВОЧНЫЙ ЦЕНТР

ПАРМЕЗАН

VITAMIN WATER SKANDI

ANTA

FORUM

JAWS HOP WATER

LET'S GO

LEV

КОНТОРА БАРБЕРШОП

RUSSIAN SERIES OF FITNESS RACING

@cracerussia

cracerun
ru

До встречи на гонке!

Вся необходимая информация, которая может потребоваться размещена в этом гайде
Если остались вопросы, вы можете обратиться к волонтерам или организаторам на площадке
Главное: не нерничайте и не газуйте на первом круге

Вы уже сделали главное: решились. Дальше просто бегите!