

ГОРОД БУДУЩЕГО  
IV-ый Всероссийский открытый конкурс творческих работ на свободную тему  
«Творчество без границ»

**Проект**

**«СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ – ПЕРВЫЕ ШАГИ»**

*Номинация: «Исследовательские проекты»*

Работа ученицы 10 класса  
МБОУ СОШ № 31 г.Новошахтинска  
Кочура Дарьи Вячеславовны

Руководитель проекта  
Икаева Елена Владимировна

г. Новошахтинск

2026г.

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ПОДГОТОВКА НАЧИНАЮЩЕГО СПОРТСМЕНА-ОРИНТИРОВЩИКА .....	5
Виды спортивного ориентирования.....	5
Виды соревнований.....	6
Экипировка (общий список для всех видов ориентирования) .....	7
ПЕРВЫЕ ШАГИ .....	8
Наша экипировка .....	8
Микроориентирование «Мой класс» .....	8
Микроориентирование «Моя школа» .....	9
Ориентирование «Школьный двор» .....	9
Ориентирование «Мой микрорайон».....	10
ВЫВОДЫ .....	12
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	12
ЛИТЕРАТУРА.....	13
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	14

## ВВЕДЕНИЕ

**Спортивное ориентирование** [1, 3] — вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти неизвестную им трассу (дистанцию) через контрольные пункты (КП), расположенные на местности. Результаты определяются по времени прохождения дистанции (в определённых случаях с учётом штрафного времени) или по количеству набранных очков.

Считается, что первое письменное упоминание о спортивном ориентировании отразилось в «Наставлении для обучения лыжных частей», вышедшем 8 сентября 1919 года, где среди прочего указывалось: «Чтению карт и умению ориентироваться по компасу, звёздам, солнцу и т. п. должны быть обучены, по возможности, не только все лица командного состава, но и по 1-2 стрелка в каждом звене, в том числе и начальник звена». К 1934 году ориентирование как спорт распространилось в Швейцарии, СССР и Венгрии. К началу Второй мировой войны в Швеции, Норвегии и Финляндии стали проводиться ежегодные национальные первенства для мужчин и женщин.

Спортивное ориентирование развивает умения и навыки во множестве профессий. Вид спорта включен в спортивные состязания военных, полиции и пожарных, а также Всемирных игр.

Спортивное ориентирование привлекает нас тем, что:

- доступно для любых возрастных категорий;
- доступно для обучающихся с ограниченными возможностями;
- не требует дорогостоящего оборудования и снаряжения;
- позволяет проводить мини-соревнования на базе здания школы, школьного двора и прилегающего микрорайона

Таким образом, **целью** нашего проекта стало: получение обучающимися навыков чтения карт и ориентирования по карте и на местности, прокладки маршрута движения соотношения объектов и обозначения на карте, с местностью

**Задачи проекта:**

1. Изучение основ спортивного ориентирования
2. Выявление особенностей и соотношения ориентирования по карте и на местности
3. Создание вариантов игровых форм соревнований по ориентированию на базе карт-планов школьного здания, школьного двора и прилегающего микрорайона

**Предполагаемый результат** проекта: разработка игровых форм мини-соревнований по спортивному ориентированию, с помощью которых обучающиеся смогут научиться читать топографическую карту, ориентироваться по ней, прокладывать и проходить маршрут

## ПОДГОТОВКА НАЧИНАЮЩЕГО СПОРТСМЕНА-ОРИНТИРОВЩИКА

### Виды спортивного ориентирования

#### Ориентирование бегом [1, 2]

Соревнования по *ориентированию бегом* проводятся в большом количестве разных дисциплин, например: заданном направлении («ЗН»), по выбору («ВБ») и даже на маркированной трассе («МТ»). Чемпионаты мира по спортивному ориентированию бегом проводятся с 1966 года.

#### Ориентирование на лыжах [1, 2]

Соревнования по *ориентированию на лыжах* проводятся в условиях устойчивого снежного покрова в дисциплинах: заданное направление, маркированная трасса, Ориентатлон (Ski-O-thon) — комбинация двух предыдущих видов. Соревнования в заданном направлении проводятся с использованием специальной карты, на которую нанесены лыжни, а также показаны виды лыжней в отношении скорости передвижения на лыжах. Чемпионаты мира по спортивному ориентированию на лыжах проводятся с 1975 года.

#### Ориентирование на велосипедах [1, 2]

Соревнования по *ориентированию на велосипедах* проводятся в дисциплинах: заданное направление, маркированная трасса, по выбору или в комбинации этих видов. Спортивная карта показывает виды дорог в отношении скорости проезда на велосипеде. Чемпионаты мира по спортивному ориентированию на велосипедах проводятся с 2002 года.

#### Точное ориентирование, трейл ориентирование [1, 2]

Международное название — Trail Orienteering (TrailO, также PreO, старое российское название — «ориентирование по тропам») — вид ориентирования, заключающийся в точной интерпретации ситуации на местности с помощью карты. Участники за контрольное время преодолевают (обычно в заданной последовательности) дистанцию, состоящую из пунктов, на каждом из которых в пределах видимости располагаются несколько призм (флагов). Участники должны определить и зафиксировать, какая из этих призм (флагов) на местности соответствует точке, обозначенной на карте и заданной

легенде (возможно, что и никакая). При этом на карте могут *намеренно* отсутствовать некоторые имеющиеся на местности ориентиры.

Движение участников допускается только по разрешённым тропинкам (дорожкам) или маркированным участкам местности. Спортсмен может по своему выбору стартовать или пешком (бегом), или на велосипеде, или на одноместной коляске, приводимой в движение руками или электромотором. Время прохождения дистанции в расчёт не принимается, результат определяется по количеству правильных ответов. На некоторых контрольных пунктах, называемых «Тайм-КП», дополнительно фиксируется время принятия решения, но и в таком случае время передвижения *между* контрольными пунктами не учитывается.

## Виды соревнований

Ориентирование в заданном направлении [1, 2, 8]

*Ориентирование в заданном направлении «Заданка»* заключается в том, чтобы пройти дистанцию в заданном порядке. В момент старта (в отдельных случаях за 1 минуту до старта) участник получает карту, на которой нанесены место старта, КП, соединённые линией, которая обозначает последовательность прохождения КП. Победитель определяется по наименьшему времени прохождения дистанции.

Ориентирование по выбору [1, 2, 8]

*Ориентирование по выбору «Выборка»* заключается в том, чтобы пройти дистанцию в произвольном порядке. Перед стартом каждому участнику выдаётся карта с нанесённым местом старта, финиша и контрольными пунктами. Существует три варианта проведения соревнований такого вида:

1. Прохождение дистанции от старта до финиша.
2. С требуемым количеством КП/очков за наименьшее время.
3. Набор наибольшего количества очков/КП за назначенное контрольное время. Контрольным пунктам, в зависимости от сложности и дальности, назначаются баллы, а за превышение контрольного времени назначается штраф, как правило, путём вычитания из результата по одному баллу за каждую полную минуту превышения контрольного времени.

Ориентирование на маркированной трассе [1, 2, 8]

*Ориентирование на маркированной трассе «Маркир»* заключается в том, что участнику предоставляется спортивная карта с обозначенным на ней местом старта. Следуя по маркированной трассе, участник вносит в карту (иглой или спец. компостером) расположение КП, которые встречает по пути. На финише судьи проверяют точность определения расположения контрольного пункта и начисляют штраф в зависимости от ошибки участника. Штрафом могут быть дополнительное время или штрафные круги. Ориентирование на маркированной трассе, в основном, встречается только в России и странах бывшего СССР.

### **Экипировка (общий список для всех видов ориентирования)**

1. Спортивная форма (одежда, обувь).
2. Спортивный компас.
3. Индивидуальный чип (электронная система отметки) или контрольная карточка (механическая система отметки).
4. Средство дистанционного контроля пути (трекер).
5. Номер.
6. Спортивная карта.
7. Часы.
8. Мобильный телефон (для возрастных категорий М12, Ж12 и моложе).

## ПЕРВЫЕ ШАГИ

### Наша экипировка

Минимальная экипировка для прокладывания и прохождения дистанции [4, 5, 6]

1. Призма контрольного пункта (См. Приложения, Иллюстрация 1)
2. Компостер-крокодил/QR код пункта (См. Приложения, Иллюстрация 2)
3. Компас (См. Приложения, Иллюстрация 3 А, Б)
4. Карта (См. Приложения, Иллюстрация 4)
5. Часы
6. Бланк-подсказка с условными обозначениями для спортивного ориентирования (См. Приложения, Иллюстрация 5)
7. Телефоны с программой для считывания QR кодов
8. Пишущие принадлежности

### Микроориентирование «Мой класс»

Для выполнения задания необходимы [5, 6, 9]:

1. Микропризмы для обозначения КП
2. Листы бумаги А4 формата
3. Пишущие средства
4. Линейки

Участники игры должны начертить на листе бумаги план класса (допускается, чтобы участники стали на стулья, т.к. важно понимать, что карта является уменьшенным планом местности). (См. Приложения, Иллюстрация 6)

Участники разделяются на две группы. Одна из групп выходит из класса, в то время как члены оставшейся группы должны будут расположить призмы КП в различных местах класса. Укажите на карте, где расположены КП.

Покинувшая класс группа возвращается обратно и находит контрольные пункты по карте первой группы.

По завершению поиска, группы меняются местами.

### Микроориентирование «Моя школа»

Для проведения занятия необходимы [5, 6, 9]:

1. План-карта этажей школы с нанесенными КП (для руководителя и каждого участника). (См. Приложения, Иллюстрация 7)
2. Призмы КП с «крокодилами»
3. Компас (для каждого участника)
4. Контрольная карточка участника (для каждого участника). (См. Приложения, Иллюстрация 8)
5. Часы (для руководителя и каждого участника)

#### Вариант 1

Участники соревнований должны найти и отметить в контрольной карточке свои КП в любом порядке, за кратчайшее время.

#### Вариант 2

Участники соревнований должны пройти дистанцию строго в соответствии с проложенным маршрутом и отметить в контрольной карточке свои КП

### Ориентирование «Школьный двор»

Для проведения занятия необходимы [5, 6, 9]:

1. План-карта школьного двора с нанесенными КП (для руководителя и каждого участника). (См. Приложения, Иллюстрация 9)
2. «Чистые» план-карты школьного двора (для руководителя и каждого участника)
3. Призмы КП с «крокодилами»
4. Компас (для каждого участника)
5. Контрольная карточка участника (для каждого участника)

#### Вариант 1

Сравнить план-карту с местностью и нанести недостающие объекты.

### Вариант 2

Участники соревнований получают «чистую» план-карту, компас и пишущие принадлежности.

Задача: найти и нанести на карту все КП, расположенные на территории школьного двора за кратчайшее время.

### Вариант 3

Участники соревнований получают план-карту с нанесенными КП, компас и контрольную карточку.

Задача: в кратчайшее время найти указанные на карте КП и отметить их в контрольной карточке.

### Вариант 4

Участники соревнований получают план-карту с нанесенными КП, компас и контрольную карточку.

Задача: пройти указанный на карте маршрут и отметить КП в контрольной карточке за кратчайшее время.

## Ориентирование «Мой микрорайон»

Для проведения занятия необходимы [5, 6, 7, 9]:

1. План-карта микрорайона с нанесенными КП (для руководителя и каждого участника) (См. Приложения, Иллюстрация 11)
2. Карточки с QR кодами для обозначения КП на местности, скотч-лента для фиксации карточек КП (См. Приложения, Иллюстрация 10)
3. Компас (для каждого участника)
4. Телефоны с программой для считывания QR кодов (для руководителя и каждого участника)

Карточки с QR кодами для обозначения КП на местности изготавливаются с помощью программы «Бесплатный онлайн генератор QR кода» <https://qr-online.ru/#link> (См. Приложения, Иллюстрация 12)

### Вариант 1

Участники соревнований получают «чистую» план-карту, компас и пишущие принадлежности.

Задача: найти и нанести на карту все КП, расположенные на территории микрорайона за кратчайшее время.

### Вариант 2

Участники соревнований получают план-карту с нанесенными КП, компас.

Задача: в кратчайшее время найти указанные на карте КП и отсканировать их (сообщение о времени нахождения КП автоматически отправляется руководителю соревнований).

### Вариант 3

Участники соревнований получают план-карту с нанесенными КП, компас и контрольную карточку.

Задача: пройти указанный на карте маршрут и отсканировать КП (сообщение о времени нахождения КП автоматически отправляется руководителю соревнований).

## **ВЫВОДЫ**

Мы считаем, что основная цель нашего проекта - получение обучающимися навыков чтения карт и ориентирования по карте и на местности, прокладки маршрута движения соотношения объектов и обозначения на карте, с местностью – выполнена.

В ходе реализации проекта воспитанники клуба «РАРОГ»:

1. Познакомились с основами спортивного ориентирования
2. Научились сопоставлять и анализировать топографические объекты на карте и находить их на местности
3. Реализовали полученные навыки в ходе товарищеских мини-соревнований на базе здания школы, школьного двора и прилегающего микрорайона

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Навыки ориентирования помогают нам во время участия в летних поисково-исследовательских археологических экспедициях: как при проведении бушкрафт-игр (См. Приложения, Иллюстрация 13 А), так и при выполнении заданий нашего научного руководителя Смоляка Александра Ричардовича, археолога ГАУК РО «Донское наследие» Ростовской области – по уточнению микрорельефа на местности (См. Приложения, Иллюстрация 13 А-Г).

Не смотря на то, что воспитанники клуба «РАРОГ» не являются профессиональными спортсменами-ориентировщиками – это не мешает нам не только участвовать в муниципальных соревнованиях «Кубок Новошахтинска», «Кубок им. Ивана Рыбакина» и региональных соревнованиях «КСО «ДОН»», но и побеждать... (См. Приложения, Иллюстрация 14)

## ЛИТЕРАТУРА

1. Спортивное ориентирование: учебное пособие / сост. Н. Н. Ключникова, Н. А. Чернова. — Ульяновск: УлГТУ, 2009. — 102 с.
2. Правила вида спорта «Спортивное ориентирование».  
<https://rufso.ru/pravila/>
3. Википедия  
[https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5\\_%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5)
4. Ориентирование – первые шаги. Карпельсон Ася [https://rufso.ru/wp-content/uploads/2017/07/orientirovanie\\_-\\_pervye\\_shagi.pdf](https://rufso.ru/wp-content/uploads/2017/07/orientirovanie_-_pervye_shagi.pdf)
5. Игровые упражнения в спортивном ориентировании. В.Г. Урванцев:  
<https://rufso.ru/wp-content/uploads/2021/01/2018-1-%D1%87%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C.pdf>
6. Спортивное ориентирование в школе <https://rufso.ru/wp-content/uploads/2024/03/%D0%A1%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%A2%D0%98%D0%92%D0%9D%D0%9E%D0%95-%D0%9E%D0%A0%D0%98%D0%95%D0%9D%D0%A2%D0%98%D0%A0%D0%9E%D0%92%D0%90%D0%9D%D0%98%D0%95-%D0%92-%D0%A8%D0%9A%D0%9E%D0%9B%D0%95.pdf>
7. Планирование дистанции. Ширинян А. (С-Петербург) [https://onovgorod.ru/wp-content/uploads/planir\\_dist.pdf](https://onovgorod.ru/wp-content/uploads/planir_dist.pdf)
8. Топография и ориентирование на местности. У.В. Штыкова, В.Н. Агальцов <https://rufso.ru/wp-content/uploads/2017/07/o-kniga.pdf>
9. Соревнование по чтению карт. Методическое пособие по подготовке обучающихся к участию в физкультурно-спортивных мероприятиях по ориентированию на местности (трейл-ориентированию). Бибич А.В., Волков А.М., Русаков С.Н. – СПб: Свое издательство, 2023, 28 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Иллюстрация 1



Иллюстрация 2



Иллюстрация 3 А



Иллюстрация 3 Б



Иллюстрация 4



# Иллюстрация 5

### Рельеф

- 101 - основная горизонталь
- 102 - утопленная горизонталь
- 103 - асимметричная горизонталь
- 104 - безграфик
- 105 - высота горизонтали над ур.л. моря
- 106 - земляной обрыв
- 107 - маленький вал
- 108 - маленький земляной вал
- 109 - промоина
- 110 - сухая канава
- 111 - буфер
- 112 - макробуторок
- 113 - продольный макробуторок
- 114 - яма
- 115 - микрова
- 116 - арочка
- 117 - микронеровности
- 118 - особый объект рельефа

### Скалы и камни

- 201 - непроходимая скальная стена
- 202 - скальный столб
- 203 - продольная скальная стена
- 204 - скальная яма
- 205 - лещавка
- 206 - камень
- 207 - большой камень
- 208 - каменные россыли
- 209 - группа камней
- 210 - каменистая почва
- 211 - открытый лещок
- 212 - голые скалы

### Гидрография

- 301 - море, озеро, пруд
- 302 - прудик
- 303 - лука
- 304 - непроходимая река
- 305 - проходимая река
- 306 - ручей, канава
- 307 - перекладочный ручей
- 308 - устье болота
- 309 - непроходимое болото
- 310 - болото
- 311 - заболоченность
- 312 - колодец
- 313 - родник
- 314 - особый объект гидрографии

### Растительность

- 401 - открытое, окультуренное пространство
- 402 - с отдельными деревьями
- 403 - редкое для бета открытое пространство
- 404 - с отдельными деревьями
- 405 - лесопробегимый лес
- 406 - мелкостробиловый лес
- 407 - труднопобегимый лес
- 408 - мелкостробиловый лес
- 409 - труднопобегимый лес
- 410 - непроходимая растительность
- 411 - растительность, легкопобегимая в определенном направлении
- 412 - сад
- 413 - виноградник
- 414 - четкий границь возделываемой земли
- 415 - пашня
- 416 - четкий контур растительности
- 417 - нечеткий контур растительности
- 418 - особый объект растительности 1
- 419 - особый объект растительности 2
- 420 - особый объект растительности 3

### Условные знаки

#### Искусственные объекты

- 501 - автомагистраль
- 502 - широкое шоссе с покрытием
- 503 - узкая дорога с покрытием
- 504 - улочная дорога
- 505 - грунтовая дорога
- 506 - тропа
- 507 - тропинка
- 508 - террасовая тропинка
- 509 - уклон прохода без тротуа
- 510 - четкая разметка дорог
- 511 - нечеткая разметка дорог
- 512 - мостик
- 513 - переправа с мостиком
- 514 - переправа без мостика
- 515 - железная дорога
- 516 - тупиковая линия, канатная дорога
- 517 - высоковольтная линия
- 518 - тоннель
- 519 - продольный каменный забор
- 520 - поперечный каменный забор
- 521 - непроходимый каменный забор
- 522 - продольная ограда
- 523 - поперечная ограда
- 524 - непроходимая ограда
- 525 - проезд в заборе
- 526 - постройка
- 527 - населенный пункт
- 528 - территория для бета район
- 529 - территория с покрытием
- 530 - развалины
- 531 - отрезки рубяк, стрельбище
- 532 - маршал, обелиск, памятник
- 533 - продольный трубопровод
- 534 - непроходимый трубопровод
- 535 - высокая база
- 536 - малая база
- 537 - каменная пирамида, столб
- 538 - корюшка
- 539 - особый искусственный объект 1
- 540 - особый искусственный объект 2

#### Технические символы

- 601 - линия магнитного меридиана (линия или черная) проводится через 500 м
- 602 - крест совмещения цвета
- 603 - отметка высоты

#### Обозначения дистанции

- 701 - точка начала ориентирования
- 702 - контрольные пункты
- 703 - номер контрольного пункта
- 704 - соединительные линии
- 705 - маркированный участок
- 706 - финиш
- 707 - запрещение для периода тренин
- 708 - проезд в ней
- 709 - запрещение для бета район
- 710 - опасный район
- 711 - запрещение маршруту
- 712 - маршрут
- 713 - пункт питания

#### Обозначения лужайки

- 801 - лужайка шириной 2м и шире
- 802 - лужайка шириной 1-1.5м
- 803 - уклон, плоская лужайка шириной до 1м
- 804 - засоренная дорога
- 805 - дорога без снега, посыпанная песком
- 806 - накатанная площадка

### Символьные легенды контрольных пунктов

**A** - порядковый номер КП  
**B** - код(номер) КП

**C** - расположение

- 0.1 - южный
- 0.2 - северо-восточный
- 0.3 - северный
- 0.4 - южный
- 0.5 - средний

**D** - объект КП

**D1** - формы рельефа

- 1.1 - терраса
- 1.2 - выступ
- 1.3 - лощина
- 1.4 - крутой обрыв
- 1.5 - карьер
- 1.6 - земляная насыпь
- 1.7 - промоина
- 1.8 - траншея/канал, промоина
- 1.9 - буторок
- 1.10 - овражина
- 1.11 - яма
- 1.12 - тоннель
- 1.13 - анимасштабная яма
- 1.14 - арочка
- 1.15 - микронеровности
- 1.16 - мурзавиник

**D2** - скалы и камни

- 2.1 - скальная стена
- 2.2 - скальный столб
- 2.3 - лещавка
- 2.4 - камень
- 2.5 - поле камней
- 2.6 - группа камней
- 2.7 - каменная поверность
- 2.8 - голые скалы
- 2.9 - проезд

**D3** - гидрография

- 3.1 - озеро
- 3.2 - прудик
- 3.3 - яма с водой
- 3.4 - река/ручей
- 3.5 - перекладочная канава
- 3.6 - устье болота
- 3.7 - болото
- 3.8 - сухая земля в болоте
- 3.9 - колодец
- 3.10 - родник
- 3.11 - резервуар

**D4** - растительность

- 4.1 - открытое пространство
- 4.2 - полукрытое пространство
- 4.3 - угол леса
- 4.4 - поляна
- 4.5 - заросли
- 4.6 - "живая изгородь"
- 4.7 - граница растительности
- 4.8 - группа деревьев
- 4.9 - отдельное дерево
- 4.10 - лещ/коря

**D5** - искусственные сооружения

- 5.1 - дорога
- 5.2 - тропа
- 5.3 - промоина
- 5.4 - траншея/канал, промоина
- 5.5 - яма
- 5.6 - овраг
- 5.7 - тоннель
- 5.8 - каменная стена
- 5.9 - ограда
- 5.10 - проезд
- 5.11 - постройка
- 5.12 - вытоптанное место
- 5.13 - развалины
- 5.14 - трубопровод
- 5.15 - вышка
- 5.16 - оплотнение платформа
- 5.17 - граничный знак
- 5.18 - корюшка
- 5.19 - кусты
- 5.20 - памятник
- 5.21 - кризисом
- 5.24 - пещера

**D6** - специальные объекты

- 6.1 X - значение полагается в технической информации
- 6.2 - значение полагается в технической информации

**F** - размеры

- 5.5 - высота / глубина
- 7x5 - размер в пазе
- 1.5/2.0 - высота на основе
- 1.5 - высота двух объектов
- 10.1 X - пересечение
- 10.2 Y - развилка

**E** - особенности объекта

- 8.1 - низкий
- 8.2 - маленький
- 8.3 - глубокий
- 8.4 - заросший
- 8.5 - открытый
- 8.6 - каменный
- 8.7 - заболоченный
- 8.8 - песчаный
- 8.9 - лиственный
- 8.11 - указание/расушенный

**G** - местоположение на объекте

- 11.1 - северная сторона
- 11.2 - западный край, бровка
- 11.3 - северозападная часть
- 11.4 - южный угол (внутри)
- 11.5 - южный угол (снаружи)
- 11.6 - юго-западный мыс
- 11.7 - изгиб
- 11.8 - северо-восточный конец
- 11.9 - нижняя часть
- 11.10 - на верш, вершина
- 11.11 - под
- 11.12 - подокон
- 11.13 - юго-восточное подокон
- 11.14 - между

**H** - прочая информация

- 12.1 - медицинская помощь
- 12.2 - питание
- 12.3 - радио-КП
- 12.4 - судья контролер

Дистанция	Длина дистанции(км)	Набор высот(м)
A	B	C
D	E	F
G	H	

Специальные указания/путь на финиш

**Специальные указания**

**Путь на финиш**

- 0 - финиш
- 40 - финиш
- 100 - финиш

сводится на некотором расстоянии от КП

начинается на некотором расстоянии от КП

маршрута отсутствует

маршрута отсутствует

обязательные точки/тропы для посещения

от КП до пункта смены карт по маркировке

XX(число) - расстояние в метрах

# Иллюстрация 6

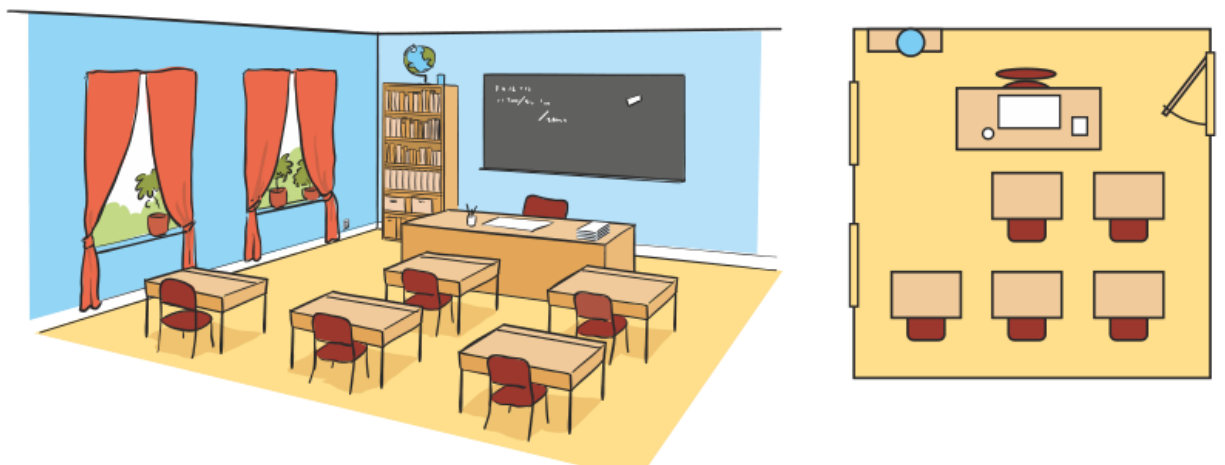
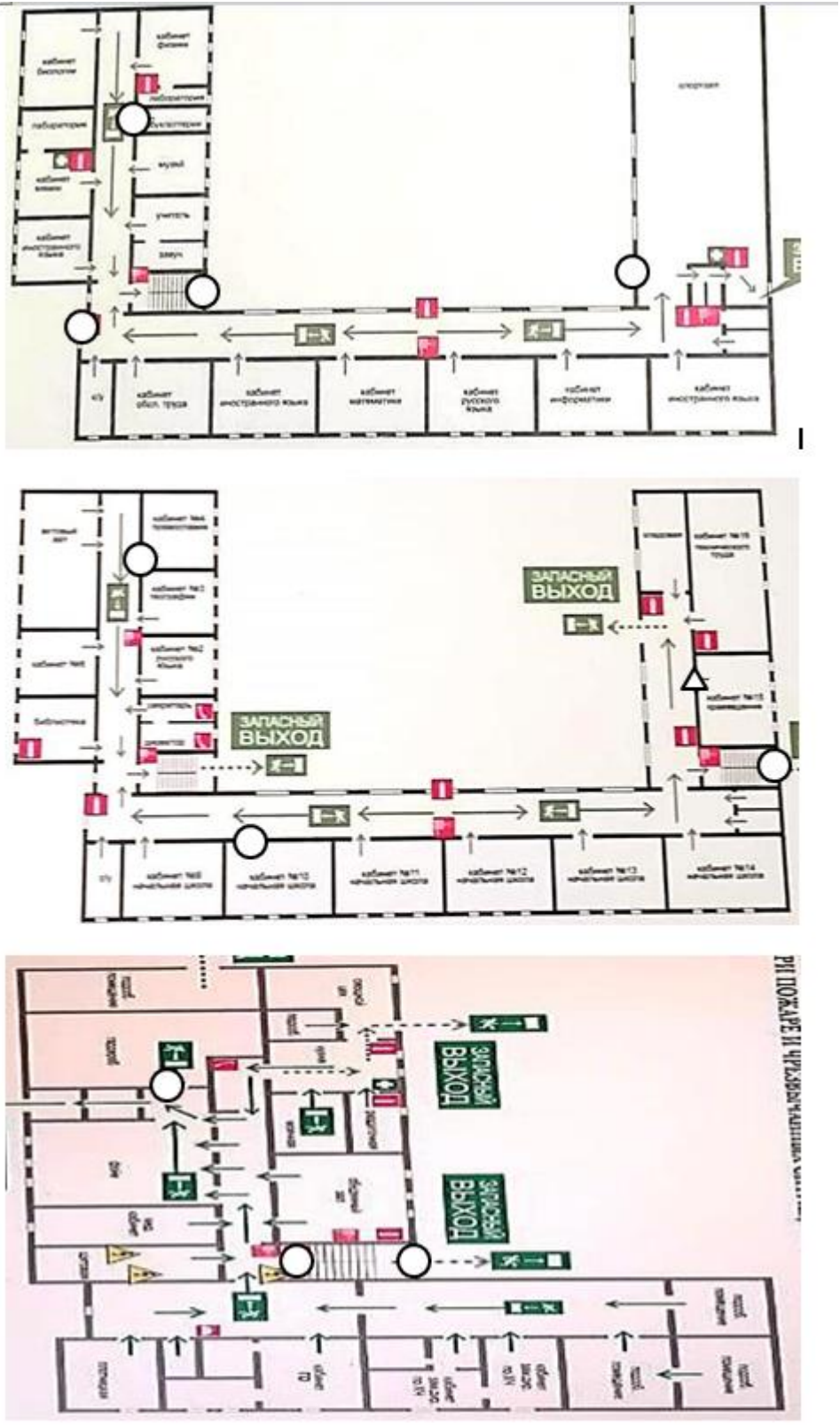


Иллюстрация 7



## Иллюстрация 8

№ _____ ФИ _____				
Команда _____				
Старт: _____		Финиш: _____		Группа: _____
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

№ _____ ФИ _____				
Команда _____				
Старт: _____		Финиш: _____		Группа: _____
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

№ _____ ФИ _____				
Команда _____				
Старт: _____		Финиш: _____		Группа: _____
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

Иллюстрация 9

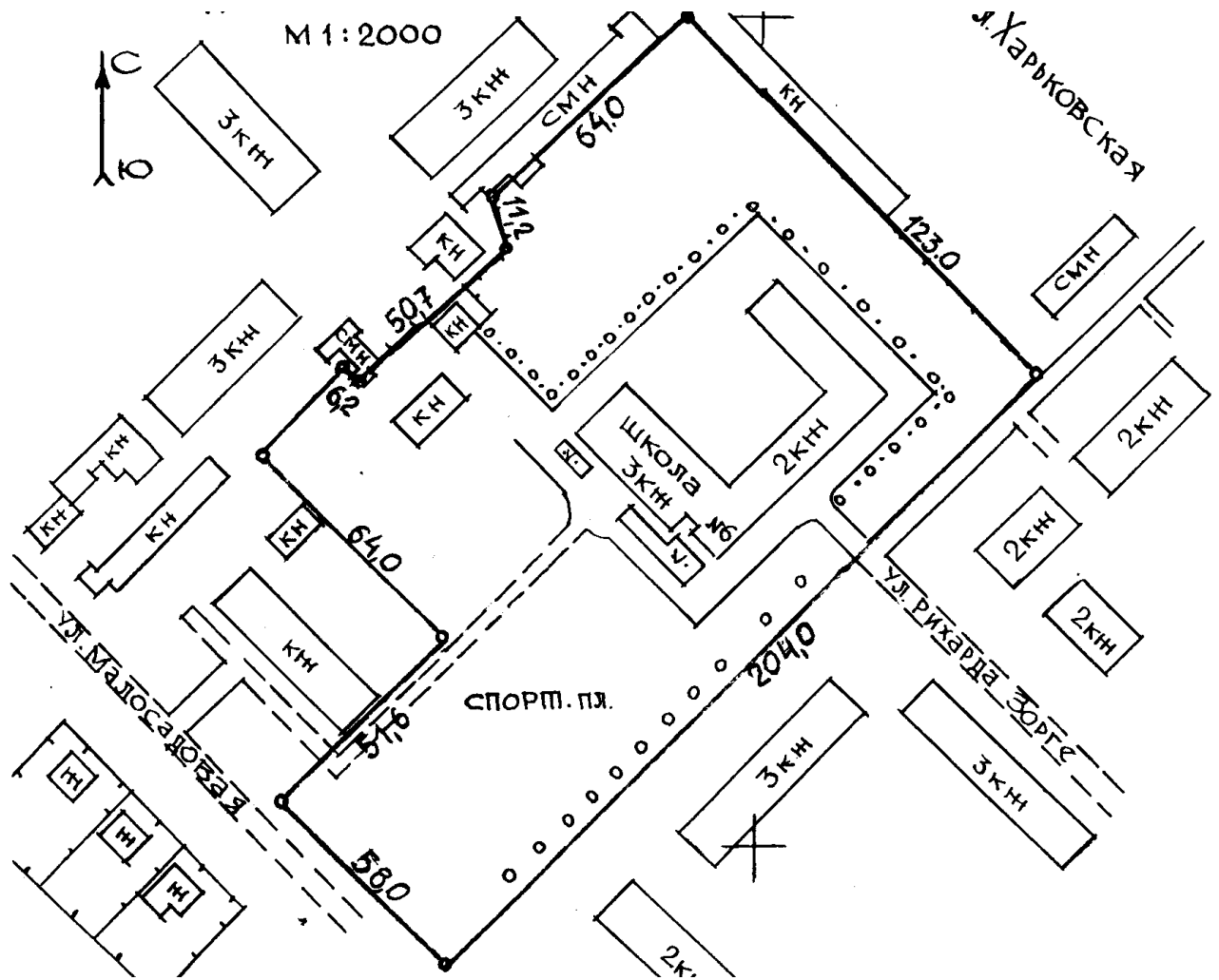
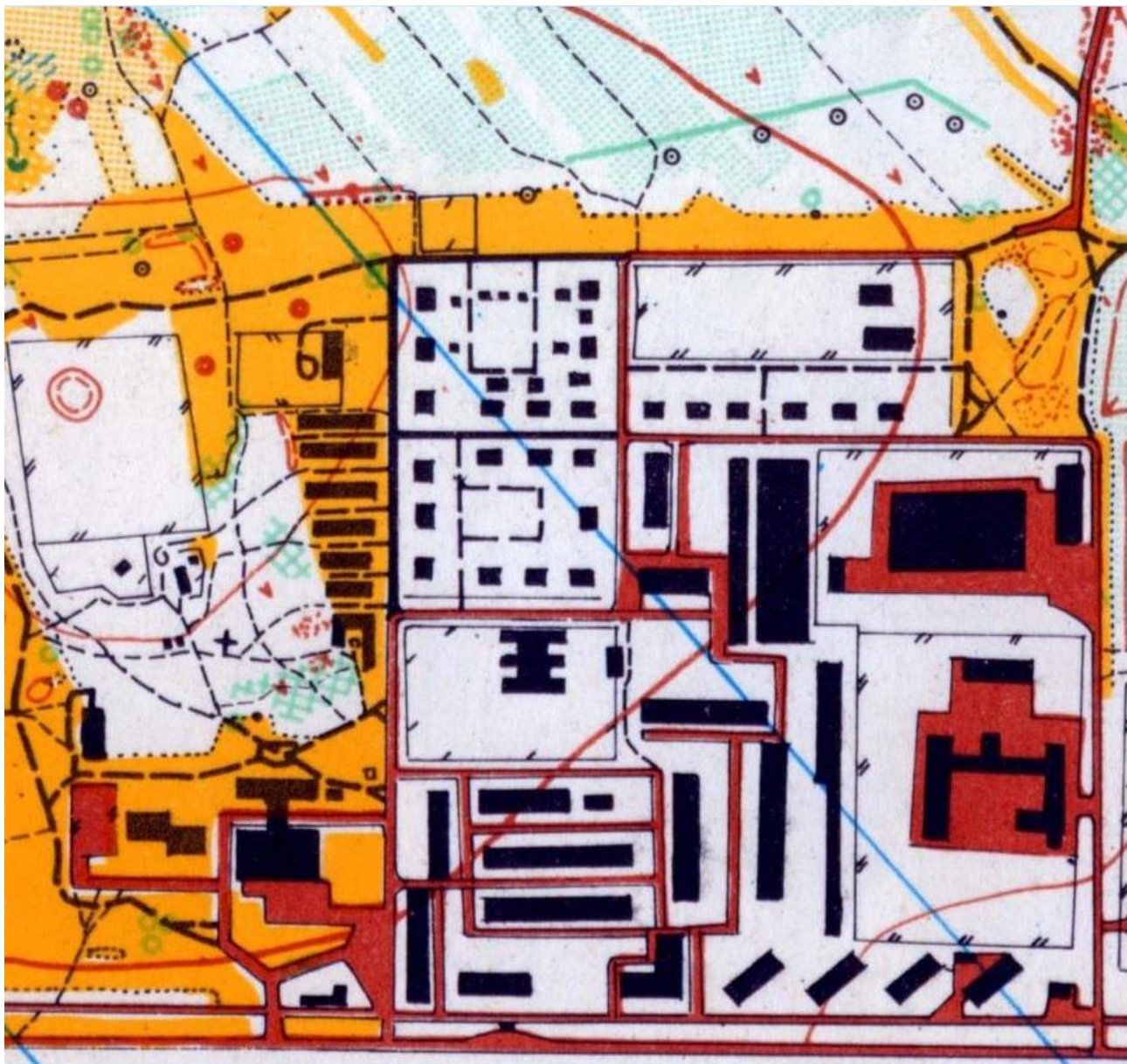



Иллюстрация 10

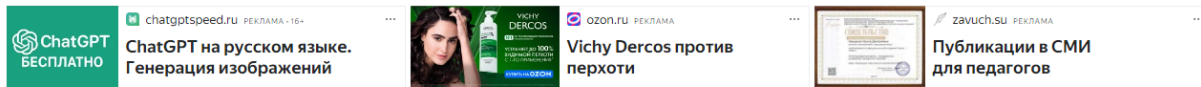



Иллюстрация 11





## Иллюстрация 12





















 **Генератор QR кода - Бесплатный онлайн генератор QR кода**  
Бесплатный онлайн генератор QR кода. Создать QR код онлайн для кодирования обычного текста и ссылок



 Вы спрашивали, мы разместили бесплатный генератор QR кода с **личным кабинетом**, для создания статических и динамических QR кодов. Привязкой к доменам, динамически изменять назначение URL-адреса и поддержкой API [Перейти новый генератор QR кода](#)

 Если вам нужна разработка сайта, а также продвижение в поисковой системе Яндекс и социальных сетях. Услуги поддержки сайтов, SEO оптимизации. На сайте студии вы найдете контакты и их работы. [Перейти по ссылке Земляника](#)

 Для вас мы разработали Сканер QR кода онлайн. Он позволяет сканировать QR-коды без какого-либо приложения [Перейти на сканер QR кода онлайн](#)

-  Ссылка
-  Текст
-  Вконтакте
-  Tik Tok
-  Instagram
-  YouTube
-  Telegram
-  Facebook
-  Электронная почта
-  Местоположение
-  Телефон
-  СМС
-  WhatsApp
-  Skype
-  Zoom
-  Wi-Fi
-  Визитка
-  Событие
-  PayPal
-  Bitcoin

### Ссылка

URL



Иллюстрация 13 А



Иллюстрация 13 Б



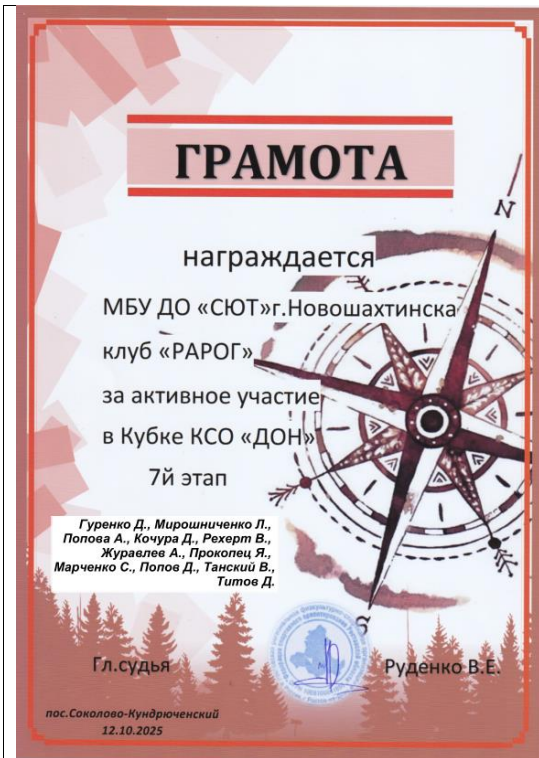
Иллюстрация 13 В



Иллюстрация 13 Г



Иллюстрация 14



19 апреля 2026 г. КСО ДОН, Кубок Новошахтинска

