**Памятка болельщикам и группам поддержки инженерного зачета
50-го марафона МВТУ 2022**

*Пожалуйста, прочитайте памятку внимательно!*

Марафон пройдет в воскресенье 27 февраля в Москве, старт будет дан в 11 часов от спортивного комплекса «Альфа-Битца», ЮЗАО, 36й км МКАД, <https://yandex.ru/maps/-/CCUyINegWA>

Сайт марафона <http://skimvtu.ru/>

Рекомендуем взять с собой на марафон: термос со сладким чаем, лучше с вареньем, бутылку воды 0,5 литра, чтобы разбавлять горячий чай, а также печенье, мандарины, сухофрукты, чтобы Вам хватило на 3-4 часа прогулок и Вы могли бы попоить и покормить участников марафона на дистанции. Также возьмите маленькую пустую бутылочку из-под йогурта с широким горлышком, в таких бутылках удобнее подавать чай или воду спортсменам (наливать нужно не более 100 г).

Вы можете взять лыжи, чтобы быстрее перемещаться по трассе, или приходите в теплой удобной для ходьбы по снегу обуви. Вам не придется ходить по глубоким сугробам, гонка проводится по хорошо укатанным трассам, но, если у Вас есть гамаши, защищающие от попадания снега внутрь обуви, лучше их надеть.

Рекомендуем приехать к месту старта марафона минут за 30-40 до старта (около 10-30). Стоянка у стартовой поляны будут к этому времени будет занята машинам гонщиков, поэтому лучше оставить машину на проезде Карамзина внутри МКАД и дойти до старта пешком по путепроводу через МКАД, около 10 минут. Еще лучше доехать на такси, тогда можно выйти на автобусной остановке на внешней стороне МКАД, с нее Вы сразу попадете на стартовую поляну.

Место встречи волонтеров будет рядом со стартом под вывеской «Инженерный зачет». Здесь Вам выдадут распечатку со списком участников инженерного зачета, схему трассы, программу соревнований.

Опытные волонтеры, выпускники МГТУ им. Баумана, проведут Вас к наиболее зрелищным местам трассы, где Вы можете наблюдать за спортсменами на разных участках дистанции. Схему трассы можно посмотреть здесь <https://bitza-sport.ru/route/>

Перед тем, как идти болеть на трассу, рекомендуем посмотреть старт гонки. Это впечатляющее зрелище, когда спортсмены разного возраста и подготовки проходят первые километры огромным табуном.

Примерно через 15-20 минут после старта по короткому пути Вы дойдете до верхней точки холма, где сходятся несколько петель трассы. Вскоре здесь будут пробегать лидеры гонки, а вслед за ними участники инженерного зачёта. Вы не замерзните, потому что гонка будет жаркой и потому что вы будете всё время движении, перемещаясь с одной петли на другую.

В списках участников Вы будете видеть имена участников, за какие отрасли и предприятия они выступают. Можно придумать кричалки в поддержку спортсменов, можно кричать «давай-давай», задавать ритм трещётками и погремушками, все это будет бодрить спортсменов. Если силы позволяют, можете взять с собой музыкальную колонку, поддержать лыжников и себя хорошим роком.

Рекомендуем возвращаться к месту старта примерно через 2,5 часа после старта гонки, тогда Вы застанете на финише лидеров инженерного зачета. Другой вариант – дождаться и покормить всех гонщиков, за которых Вы болеете, тогда на финише Вы будете примерно через 4 часа после начала гонки.

**Ссылки:**

Адрес, координаты и варианты проезда к месту старта, спортивному комплексу «Альфа-Битца» <https://bitza-sport.ru/contacts/>

Схема кругов в Альфа-Битца, обычно марафон проводится в три круга по 17 км <https://bitza-sport.ru/route/>

Официальное положение соревнования <http://skimvtu.ru/pologenie/>

История марафона МВТУ <http://skimvtu.ru/history/>

Болеть нужно примерно так: <https://photos.app.goo.gl/8MQ9FL6A5b3TYnqe6>

Бутылочка из-под йогурта (100 г) поить спортсменов на дистанции (наливать чай с вареньем или воду) <https://sbermarket.ru/products/161209-kislomolochnyy-napitok-imunele-chernika-1-2-neo-100-g-rossiya>