



21 сентября в России стартует Всероссийский день бега «Кросс нации – 2014». Это одно из самых масштабных по количеству участников и географическому охвату спортивных мероприятий нашей страны.

Практически все регионы страны присоединятся к проведению этого спортивного праздника, не останется в стороне и Чувашская Республика. Около пятидесяти тысяч жителей Чувашии готовятся участвовать во Всероссийском дне бега, который проводится в республике в одиннадцатый раз. Пятый год подряд старты пройдут во всех городах и районах республики. Традиционно Центральный старт пройдет на набережной Чебоксарского залива. Пробежаться по столичной набережной смогут все желающие. Возраст и физическая подготовка значения не имеют. Здесь на старт

планируют выйти порядка 16 тысяч любителей бега. Соревнования будут включать в себя несколько забегов на разные дистанции: 1, 2, 4, 8 и 12 километров, а также VIP-забег на 2015 метров. Участники стартов разыграют между собой памятные дипломы, медали и кубки национального кросса. Кроме того, победители и призеры каждого забега будут награждены ценными призами.

Как и по всей стране, «Кросс нации» стартует ровно в полдень. В Чебоксарах массовому забегу будет предварять молодежная акция «Зарядка со звездой».

8:30 – 11:00

Регистрация участников в день соревнований

11.00 - 11.30

Зарядка со звездой

11:00 – 11:45

Распределение участников по стартовым карманам

11:45 – 12:00

Официальная церемония открытия

12:00

Старт на дистанции 4 000 м (девушки (1995 г.р. и младше), юноши (1995 г.р. и младше), женщины)

12.15

Старт VIP - забега на 2015 метров

12:30

Старты на специальные дистанции 1 000 (мальчики и девочки 2005 г.р. и младше)

12:50

Старт на дистанции 6 000 м (девушки 1995 г.р. и младше)

13:10

Старт на дистанции 8 000 м (женщины 1994 г.р. и старше)

13:30

Старт на дистанции 8 000 м (юноши 1995 г.р. и младше)

13:50

Старт на дистанции 12 000 м (мужчины 1994 г.р. и старше)

14:30 – 15:30

Церемония награждения победителей и призеров

15:30 – 16:00

Официальная церемония закрытия

[Министерство физической культуры и спорта Чувашской Республики](#)