

## Правила вида спорта "спортивное ориентирование"

(Приказ Министерства спорта РФ от 3 мая 2017 г. N 403)

Приложение N 21  
к Правилам вида спорта  
"спортивное ориентирование"

### ФИКСИРОВАННОЕ РАСЧЕТНОЕ ВРЕМЯ ПОБЕДИТЕЛЯ ДЛЯ ТРАСС СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ РАЗЛИЧНОГО СТАТУСА

#### 1. ВСЕРОССИЙСКИЕ И МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

##### 1.1. Кроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	M10	M11	M12	M13	M14	M16	M18	M20 M25	MЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг	35	45	45	55	55	60	65	70	90
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								140
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	40	40	45	50	55	60
Кросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	35	55	55	60	60	70	70	70	70
Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета -	60	60	60	60	60	60	60	60	60

4 человека (время на всю эстафету)									
Кросс - спринт - общий старт	15	20	20	25	25	25	25	25	25
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	45	45	55	55	60	65	70	90
Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	65	65

## 1.2. Кроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж16	Ж18	Ж20 Ж25	ЖЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг	35	45	45	50	50	50	55	55	70
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								110
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	40	40	45	50	55	60
Кросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	35	55	55	60	60	70	70	70	70
Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета - 4 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Кросс - спринт - общий старт	15	20	20	25	25	25	25	25	25
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	45	45	50	50	50	55	55	70

Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	65	65
---------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----

### 1.3. Лыжные спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	М10	М11	М12	М13	М14	М17	М20 М25	МЭ
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	40	45	45	55	55	65	75	95
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							150
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	35	40	40	50	50	65	75	90
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	40	45	45	55	55	65	75	95
Лыжная гонка - маркированная трасса	25	35	35	45	45	60	70	80
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - комбинация (время на все этапы)	20	35	35	45	45	55	70	80

### 1.4. Лыжные спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20	ЖЭ

							Ж25	
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	40	40	40	50	50	60	65	80
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							120
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	35	40	40	50	50	65	75	90
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	40	40	40	50	50	60	65	80
Лыжная гонка - маркированная трасса	25	35	35	45	45	60	70	80
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - комбинация (время на все этапы)	20	35	35	45	45	55	70	80

### 1.5. Велокроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	М10	М11	М12	М13	М14	М17	М20 М25	МЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	60
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	80	90	110
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	80	90	110
Велокросс - эстафета - 2	60	60	60	60	60	60	60	60

человека (время на всю эстафету)									
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135	

### 1.6. Велокроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20 Ж25	ЖЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	60
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	80	90	110
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	80	90	110
Велокросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135

## 2. РЕГИОНАЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

### 2.1. Кроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	М10	М11	М12	М13	М14	М16	М18	М20 М25	МЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг	35	40	40	50	50	50	55	60	70
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								120
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	35	35	40	45	50	55
Кросс - эстафета -	35	55	55	60	60	70	70	70	70

2 человека (время на всю эстафету)									
Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета - 4 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Кросс - спринт - общий старт	10	10	15	15	15	15	20	20	20
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	40	40	50	50	50	55	60	70
Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	60	60

## 2.2. Кроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж16	Ж18	Ж20 Ж25	ЖЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг	35	40	40	45	45	50	55	55	60
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								100
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	35	35	40	45	50	55
Кросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	35	55	55	60	60	70	70	70	70
Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета - 4 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60	60

Кросс - спринт - общий старт	10	10	15	15	15	15	20	20	20
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	40	40	45	45	50	55	55	60
Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	60	60

### 2.3. Лыжные спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	M10	M11	M12	M13	M14	M17	M20 M25	MЭ
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	35	40	40	50	50	60	65	70
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							120
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	30	35	35	45	45	55	60	70
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	35	40	40	50	50	60	65	70
Лыжная гонка - маркированная трасса	25	25	30	35	35	40	50	50
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка -	20	25	30	30	35	45	55	70

комбинация (время на все этапы)								
------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

#### 2.4. Лыжные спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20 Ж25	ЖЭ
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	40	40	40	45	45	50	55	60
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							100
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	30	35	35	45	45	55	60	70
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	40	40	40	45	45	50	55	60
Лыжная гонка - маркированная трасса	25	25	30	35	35	40	50	50
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	65	65	65	90	90	105	105	105
Лыжная гонка - комбинация (время на все этапы)	20	25	30	30	35	45	55	65

#### 2.5. Велокроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах
-----------------------	---



	М10	М11	М12	М13	М14	М17	М20 М25	МЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	60
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	70	80	90
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	70	80	90
Велокросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135

## 2.6. Велокроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20 Ж25	ЖЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	60
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	70	80	90
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	70	80	90
Велокросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135

## 3. МУНИЦИПАЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

### 3.1. Кроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	М10	М11	М12	М13	М14	М16	М18	М20 М25	МЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	25	25	30	35	35	35

Кросс - лонг	35	40	40	45	45	50	50	55	55
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								100
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	35	35	40	45	50	55
Кросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	35	55	55	60	60	70	70	70	70
Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета - 4 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Кросс - спринт - общий старт	10	10	15	15	15	15	20	20	20
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	40	40	45	45	50	50	55	55
Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	60	60

### 3.2. Кроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах								
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж16	Ж18	Ж20 Ж25	ЖЭ
Кросс - спринт	10	10	15	15	15	15	15	15	15
Кросс - классика	20	25	25	25	25	30	35	35	35
Кросс - лонг	35	40	40	40	40	45	45	50	50
Кросс - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится								90
Кросс - многодневный (финальный забег)	25	30	30	35	35	40	45	50	55
Кросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	35	55	55	60	60	70	70	70	70

Кросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	80	80	100	100	110	110	110	110
Кросс - эстафета - 4 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Кросс - спринт - общий старт	10	10	15	15	15	15	20	20	20
Кросс - классика - общий старт	20	25	25	30	30	35	35	35	35
Кросс - лонг - общий старт	35	40	40	40	40	45	45	50	50
Кросс - выбор	20	25	25	35	35	45	55	60	60

### 3.3. Лыжные спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	М10	М11	М12	М13	М14	М17	М20 М25	МЭ
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	35	40	40	50	50	50	60	60
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							110
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	25	25	30	30	40	50	55	60
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	75	75	75	90	90
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	35	40	40	50	50	50	60	60
Лыжная гонка -	20	20	22	25	35	40	45	50

маркированная трасса								
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	75	75	75	90	90
Лыжная гонка - комбинация (время на все этапы)	20	20	25	30	30	40	50	60

### 3.4. Лыжные спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20 Ж25	ЖЭ
Лыжная гонка - спринт	15	15	15	15	15	15	15	15
Лыжная гонка - классика	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг	35	40	40	45	45	50	50	55
Лыжная гонка - марафон	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							90
Лыжная гонка - многодневная, (финальный забег)	25	25	30	30	40	50	55	60
Лыжная гонка - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	Дисциплина для данных возрастных категорий не проводится							50
Лыжная гонка - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	75	75	75	90	90
Лыжная гонка - классика - общий старт	30	35	35	40	40	40	40	40
Лыжная гонка - лонг - общий старт	35	40	40	45	45	50	50	55
Лыжная гонка - маркированная трасса	20	20	22	25	35	40	45	50
Лыжная гонка - эстафета маркированная трасса - 3 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	75	75	75	90	90
Лыжная гонка -	20	20	25	30	30	40	50	60

комбинация (время на все этапы)								
------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

### 3.5. Велокроссовые спортивные дисциплины. Мужские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	М10	М11	М12	М13	М14	М17	М20 М25	МЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	50
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	65	70	80
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	65	70	80
Велокросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135

### 3.6. Велокроссовые спортивные дисциплины. Женские возрастные категории.

Спортивная дисциплина	Возрастные категории/расчетное время победителя в минутах							
	Ж10	Ж11	Ж12	Ж13	Ж14	Ж17	Ж20 Ж25	ЖЭ
Велокросс - спринт	15	15	15	20	20	25	25	25
Велокросс - классика	30	40	40	40	40	45	45	50
Велокросс - лонг	40	50	50	60	60	65	70	80
Велокросс - общий старт	40	50	50	60	60	65	70	80
Велокросс - эстафета - 2 человека (время на всю эстафету)	60	60	60	60	60	60	60	60
Велокросс - эстафета - 3 человека (время на всю эстафету)	75	90	90	90	90	105	120	135