

# МАРАФОН

# МОСКВА



12–13  
ОКТЯБРЯ

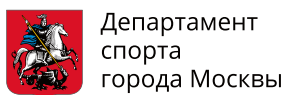


МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON



# СПРАВОЧНИК УЧАСТНИКА 2024

При поддержке



Организатор



Генеральный партнёр



Официальные партнёры



Спортивный партнёр



Партнёры



Благотворительный фонд



Информационные партнёры



## ***ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!***

Рад приветствовать вас на самом массовом марафоне России.

Московский Марафон – важное событие в жизни бегового сообщества страны и большой спортивный праздник для нашей столицы.

Вы долго и упорно тренировались. И сегодня готовы проявить свои лучшие качества: мастерство, выносливость, волю к победе. Вас ждут десятки километров испытаний, и Москва поддерживает вас на этом пути.

Желаю вам получить удовольствие от марафона и красивых видов любимого города.

Здоровья, удачи и новых личных рекордов!



***Мэр Москвы  
Сергей Собянин***

## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Приветствуем вас на одиннадцатом Московском Марафоне!

Весь год мы с нетерпением ждали новой встречи с вами и сильно соскучились. Мы очень рады видеть всех, кто присоединился к главному беговому событию России.

Каждый Московский Марафон особенный. В этом году мы **встречаемся 12 и 13 октября**, нас ждут два соревновательных дня — такого в истории марафона ещё не было. С каждым годом участников становится всё больше: к одиннадцатой встрече вас уже настолько много, что провести соревнования за один день стало невозможно. Это будет новый опыт для всех нас, ставший возможным благодаря вам и вашей любви к бегу.

Как бы ни менялся Московский Марафон каждый год, некоторые вещи остаются неизменными. Нашей константой стали усилия сотен людей, вложивших в этот забег душу, — организаторов, представителей города Москва, участников, волонтеров, партнёров и болельщиков. Вместе мы делаем Московский Марафон самым масштабным, запоминающимся и эмоциональным событием, объединившим без преувеличения тысячи людей по всей стране и за её пределами. Принимая участие, вы становитесь частью беговой истории — и то, какой она будет, зависит от нас с вами.

Из года в год наше беговое комьюнити растёт. Мы очень рады, что вы поддерживаете нас и в этом. **В 2024 году при поддержке Бегового сообщества были созданы Студенческая лига лёгкой атлетики и Союз любителей бега.** Активно продолжает развиваться клубное движение и корпоратив-

ный спорт — всё это особенно ярко заметно на примере Московского Марафона.

Благодаря общей поддержке Московский Марафон становится местом, где можно отлично провести время с семьёй, друзьями и близкими. Пусть октябрьская погода не будет для вас препятствием на пути к тёплым и эмоционально заряженным выходным — зовите друзей и родных, создадим уютные, трогательные и яркие воспоминания вместе.

Московский Марафон продолжает становиться большим городским праздником, а не просто спортивным событием, — точек поддержки становится всё больше, к нам присоединяются всё новые партнёры. Кафе, рестораны, компании создают особенную атмосферу для всех жителей и гостей города, ориентируясь на самые крупные мировые забеги и вдохновляясь ими. Приглашайте близких и друзей поддержать вас на марафоне и присоединиться к точкам поддержки.

Почти половина участников, которые готовятся выйти на старт Московского Марафона в этом году, ещё ни разу не финишировали на этом забеге. Понимаем, как волнительно это может быть, и очень хотим, чтобы участие в таком событии запомнилось только с положительной стороны. С четверга по субботу на площадке события для всех желающих будет работать лекторий, в рамках которого мы поговорим о питании, дистанции, экипировке и других важных перед марафоном мелочах.

Московский Марафон, вместе с Казанским марафоном и марафоном «Белые ночи»,

в этом году вошёл в Лигу марафонов БРИКС. Он завершает марафонскую трилогию. Более четырёхсот участников, пробежавших все три марафона, ждёт отдельная, особенная награда. В рамках Лиги марафонов БРИКС мы с вами увидим на старте профессиональных спортсменов из Кении, Эфиопии и Китая. Быть частью огромного международного комьюнити легкоатлетов — тоже огромная радость и честь.

12 и 13 октября вы выйдете на старт и победите навстречу новым достижениям и рекордам. Мы знаем, как усердно вы готовились и какими упорными были ваши тренировки — кого-то из вас мы видели лично в Беговом центре уже второй год подряд. Вы уверенно шли к этому старту долгие месяцы, и теперь настало время испытать свои силы. Вы знаете, что можете это сделать, а мы знаем, на что вы способны.

Накануне события хотим напомнить вам о том, как важно сохранить уважительное отношение друг к другу. **На обеих дистанциях — 10 км и 42,2 км — зарегистрировано свыше 40 000 человек.** Чтобы марафон прошёл комфортно и оставил о себе только приятные впечатления, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с правилами забега.

Накануне основных соревнований, 12 октября, мы проведём в Лужниках Детский забег для участников от 4 до 13 лет. Приезжайте всей семьёй, чтобы поддержать маленьких атлетов. Вполне возможно, что это наши будущие марафонцы.

Благодарим тех, без чьей поддержки и помощи Московский Марафон не состоялся бы: мэра Москвы Сергея Семёновича Собянина, заместителя мэра Александра Николаевича Горбенко, руководителя Департамента спорта г. Москвы Алексея Александровича Кондаранцева и генерального директора АО «Лужники» Андрея Евгеньевича Верево за вклад в развитие марафонского движения России. Большое спасибо представителям 20 департаментов и государственных учреждений города Москвы, принявших участие в подготовке и проведении Московского Марафона, а также тысячам человек, которые обеспечивают безопасность и перекрывают автомобильное движение, и огромной команде волонтеров, которые помогают нам сделать забег по-настоящему комфортным и запоминающимся. Спасибо всем, кто создаёт Московский Марафон с нами — вместе мы пишем нашу беговую историю!

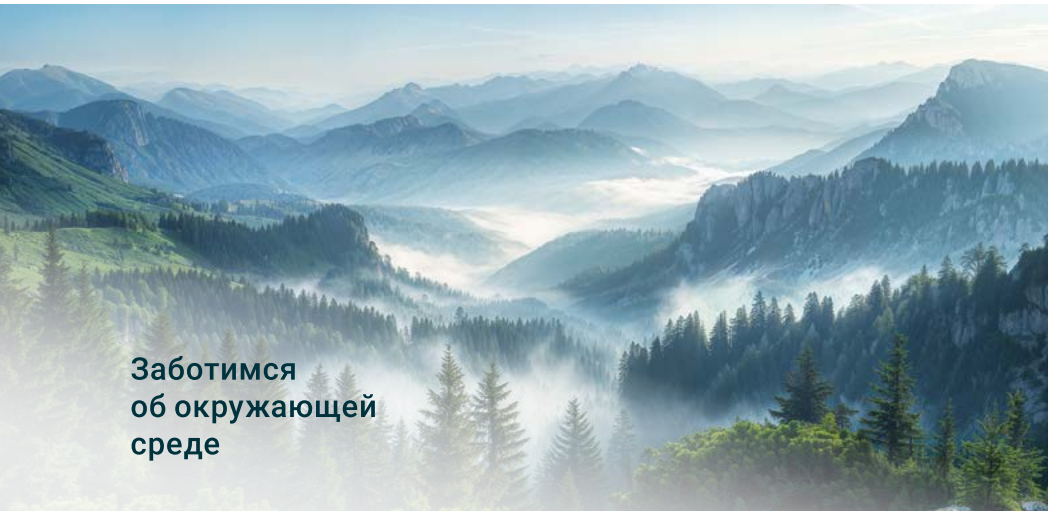
**Оргкомитет  
Московского Марафона**

# СИБУР


Экологический партнер  
Московского Марафона 2024

## Вместе создаем лучшее будущее

При поддержке СИБУРа все использованные на марафоне **пластиковые бутылки отправятся на вторичную переработку** и получат новую жизнь



Заботимся  
об окружающей  
среде



Создаем  
устойчивый  
продуктовый  
портфель



Ищите логотип Vivilen  
и участвуйте  
в наших активностях



[vivilen.sibur.ru](https://vivilen.sibur.ru)

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>СПОРТИВНАЯ ВЫСТАВКА И ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ</b> .....	<b>8</b>
Расписание .....	9
Фирменный магазин .....	11
<b>ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ</b> .....	<b>12</b>
Расписание .....	12
Как добраться до стартово-финишного городка .....	13
Вход в стартово-финишный городок .....	14
Раздевалки и камеры хранения .....	14
Туалеты .....	15
Стартовый номер .....	15
Старт .....	16
Стартовые кластеры .....	16
Пейсмейкеры .....	17
Дистанция .....	17
Пункты питания и освежения .....	17
Медицинская помощь .....	18
Рекомендации .....	19
Финиш .....	19
Ваши фотографии и видео с забега .....	19
После финиша .....	20
Результаты .....	21
<b>ЛИГА МАРАФОНОВ БРИКС</b> .....	<b>23</b>
Что такое Лига марафонов БРИКС? .....	23
Марафоны-участники Лиги .....	23
Программа мотивации для участников .....	24
<b>ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ</b> .....	<b>27</b>
Программа для болельщиков .....	27
Трансляция .....	28
<b>БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ ФОНДЫ</b> .....	<b>29</b>
Официальный благотворительный партнёр .....	29
Другие фонды .....	30
<b>СХЕМЫ</b> .....	<b>32</b>
<b>ГРАФИК ПЕРЕКРЫТИЯ УЛИЦ</b> .....	<b>35</b>
<b>КОНТАКТЫ</b> .....	<b>42</b>



# СПОРТИВНАЯ ВЫСТАВКА И ВЫДАЧА СТАРТОВЫХ ПАКЕТОВ

Во время работы Спортивной выставки мы будем выдавать номера зарегистрированным участникам и регистрировать новых на дистанцию 42,2 км. Выдача будет организована в шатре на площади возле Южного спортивного центра.

В стартово-финишном городке Московского Марафона с 10 по 13 октября мы будем ждать всех участников и болельщиков в специальном шатре под названием «Место встречи». Все четыре дня здесь будут работать ведущий и диджей, будет открыт фирменный магазин Московского Марафона,

состоится лекции, встречи с пейсмейкерами, партнёрами, специальными гостями и многое другое. Здесь можно будет узнать, как и где поддержать бегунов, посмотреть прямую трансляцию в день старта забега на 42,2 км и просто отдохнуть. А ещё – взять трещотки, гуделки, свистки и другую атрибутику, чтобы 12 и 13 октября поддерживать участников на дистанции.

В зонах партнёров можно будет отдохнуть, принять участие в конкурсах и самых разных активностях, а также подготовиться к забегу.

**⚠ ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ! В ДЕНЬ ЗАБЕГА И ПОСЛЕ ЗАКРЫТИЯ ВЫСТАВКИ СТАРТОВЫЕ ПАКЕТЫ ПОЛУЧИТЬ НЕЛЬЗЯ.**



# Получение номера

10 октября

14:00–20:00

11 октября

11:00–20:00

12 октября

11:00–18:00

ТОЛЬКО  
для 42,2 км

М 14 Лужники  
М 1 Спортивная

15 мин

Велопарковка

ТТК

Стадион «Лужники»

Получение номера

МЕСТО ВСТРЕЧИ

19 мин

Досмотр

КОМСОМОЛЬСКИЙ ПР-Т

М 1 Воробьёвы горы



Нужны паспорт и оригинал справки. До 18 лет – разрешение или присутствие родителей

## МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

---

### Спортивная выставка

Олимпийский комплекс «Лужники»  
Площадь Южного спортивного центра

### Выдача стартовых пакетов

Олимпийский комплекс «Лужники»  
Шатёр на площади возле Южного  
спортивного центра

## ВРЕМЯ РАБОТЫ

---

### Четверг, 10 октября, 14:00–20:00

Выдача номеров для участников 10 км,  
42,2 км, эстафет и Детского забега

### Пятница, 11 октября, 11:00–20:00

Выдача номеров для участников 10 км,  
42,2 км, эстафет и Детского забега

### Суббота, 12 октября, 11:00–18:00

Выдача номеров для участников 42,2 км,  
эстафет и Детского забега (до 12:30)

**ⓘ ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ! ЧТОБЫ ДОБРАТЬСЯ ДО СПОРТИВНОЙ ВЫСТАВКИ МЫ РЕКОМЕНДУЕМ ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ ОБЩЕСТВЕННЫМ ТРАНСПОРТОМ. ПРИЕЗЖАЙТЕ НА МЦК «ЛУЖНИКИ» ИЛИ СТ.М. «СПОРТИВНАЯ» – ТАК БУДЕТ УДОБНЕЕ И БЫСТРЕЕ.**





# МАРАФОН МОСКВА

МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON

+

GRI

ДВА  
МЯЧА

SHU

U  
M

ДВКВ  
ДОМ ВЫСОКОЙ  
КУЛЬТУРЫ БЫТА

SHOP.RUNC.RUN



ФИРМЕННЫЙ  
МАГАЗИН

10-13 ОКТЯБРЯ  
ШАТЁР «МЕСТО ВСТРЕЧИ»



# ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

## РАСПИСАНИЕ

---

### Четверг, 10 октября

**14:00–20:00**

Регистрация новых участников (только 42,2 км) и выдача стартовых пакетов зарегистрированным участникам забегов на 10 км и 42,2 км, эстафет, Детского забега. Время работы Спортивной выставки.

### Пятница, 11 октября

**11:00–20:00**

Регистрация новых участников (только 42,2 км) и выдача стартовых пакетов зарегистрированным участникам забегов на 10 км и 42,2 км, эстафет, Детского забега. Время работы Спортивной выставки.

### Суббота, 12 октября

**08:00**

Открытие стартово-финишного городка, начало работы раздевалок и камер хранения для участников забега на 10 км.

**10:00**

Старт забега на дистанцию 10 км.

**11:00–11:10**

Награждение победителей и призёров в абсолютном первенстве на дистанции 10 км.

**11:00–18:00**

Регистрация новых участников и выдача стартовых пакетов зарегистрированным участникам забега на 42,2 км и эстафет. Время работы Спортивной выставки.

**11:00–12:30**

Выдача стартовых пакетов зарегистрированным участникам Детского забега.

**12:00**

Начало работы раздевалок и детской анимации для участников Детского забега.

**12:20**

Закрытие финиша забега на 10 км. Лимит прохождения дистанции 10 км – 1 час 30 минут с момента личного старта участника.

**13:00–15:30**

Детский забег.

### Воскресенье, 13 октября

**7:00**

Открытие стартово-финишного городка, начало работы раздевалок и камер хранения.

**9:00**

Старт забега на дистанцию 42,2 км, корпоративной и студенческой эстафет.

**12:00–13:00**

Награждение победителей и призёров в абсолютном первенстве на дистанции 42,2 км, в командном первенстве корпоративной и студенческой эстафет.

**15:45**

Закрытие финиша забега на 42,2 км. Лимит прохождения дистанции 42,2 км 195 м – 6 часов с момента личного старта участника.

## КАК ДОБРАТЬСЯ ДО СТАРТОВО-ФИНИШНОГО ГОРОДКА

---

Стартово-финишный городок обеих дистанций Московского Марафона организован на территории Олимпийского комплекса «Лужники».

Раздевалки и камера хранения для участников забега на 10 км расположены в здании Большой спортивной арены и будут работать в субботу, 12 октября, с 08:00 утра. Раздевалки и камера хранения для участников забега на 42,2 км организованы в шатрах на площади возле Южного спортивного центра и будут работать в воскресенье, 13 октября, с 07:00 утра.

Старт забегов расположен на улице Лужники возле аллеи Славы. Финиш обеих дистанций — на Фестивальной площади.

- Старт забега на 10 км состоится в субботу, 12 октября, в 10:00.
- Старт забега на 42,2 км, корпоративной и студенческой эстафет состоится в воскресенье, 13 октября, в 09:00.

Метро и МЦК — самые быстрые и удобные способы добраться до стартово-финишного городка.

**❗ НЕ РЕКОМЕНДУЕМ ПРИЕЗЖАТЬ НА НАЗЕМНОМ ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ ИЛИ НА МАШИНЕ: УЛИЦЫ ПЕРЕКРЫТЫ, ОСТАНОВКИ ДАЛЕКО, ПАРКОВОК НЕТ.**

**График перекрытия улиц смотрите на стр. 35**

Приезжайте на станцию метро «Спортивная» или «Воробьёвы горы» Сокольнической линии (1), или на станцию МЦК «Лужники» (14).

Если вы решите приехать на велосипеде, охраняемая велопарковка будет организована у входного павильона 1В.

**Схему прохода от метро смотрите на стр. 32**

Спланируйте маршрут и заложите дополнительное время на дорогу. Выполнение необходимых требований по безопасности увеличивает время прохождения досмотра, сдачи вещей в камеру хранения и выхода на старт. Чтобы не испортить впечатление спешкой и опозданием, приезжайте за 1,5 часа до старта.

Просим вас отнестись с пониманием к возможным очередям.

## ВХОД В СТАРТОВО-ФИНИШНЫЙ ГОРОДОК

---

- 12 октября стартово-финишный городок будет открыт для участников и зрителей с 8:00.
- 13 октября стартово-финишный городок откроется с 7:00.

### На территорию запрещено проносить:

- оружие, колющие и режущие предметы;
- пиротехнические изделия;
- алкогольные напитки;
- напитки и другую продукцию в стеклянной и металлической таре;
- флаги на древках;
- крупногабаритные свёртки, сумки, чемоданы.

Камера хранения для крупногабаритных вещей будет организована рядом с входными павильонами со стороны станций метро «Спортивная» (входной павильон 1С) и «Воробьёвы горы».

Вход с животными, самокатами и велосипедами запрещён. Вы можете оставить самокат или велосипед на организованной велопарковке.

**Расположение велопарковок смотрите на схеме на стр. 32**

## РАЗДЕВАЛКИ И КАМЕРА ХРАНЕНИЯ

---

- 12 октября раздевалки и камера хранения для участников 10 км расположены в здании Большой спортивной арены, сектор В.
- 13 октября раздевалки и камера хранения для участников 42,2 км расположены в шатрах на площади возле Южного спортивного центра.

В стартово-финишном городке расположены указатели навигации. Пожалуйста, следуйте указателям или обращайтесь к волонтерам.

По возможности приезжайте в спортивной форме, чтобы не тратить время на переодевание. Не оставляйте свои вещи без присмотра.

Вместе со стартовым номером вы получите наклейку и браслет для камеры хранения. Пожалуйста, сдавайте вещи только в пакете Московского Марафона, который вы получили вместе с номером участника.

Заранее наклейте на пакет наклейку и наденьте на руку браслет для камеры хранения. После забега предъявите браслет в камеру хранения и получите свои вещи.

Не сдавайте в пакете ценные или хрупкие вещи. Мы рекомендуем взять ценные вещи с собой или оставить у тех, кто вас сопровождает.

## ТУАЛЕТЫ

Туалеты в стартово-финишном городке расположены по маршруту к кластерам (на Центральной площади и на ул. Лужники).

**Детальную схему стартово-финишного городка смотрите на стр. 32**

Не откладывайте посещение туалета на последний момент. Самые большие очереди в туалет образуются незадолго до старта.

Туалеты на дистанциях расположены возле пунктов питания и освежения.

Туалеты на дистанции 42,2 км будут расположены возле пунктов питания и освежения на 5,4 км, 10,6 км, 12,9 км, 16,3 км, 20,5 км, 23,3 км, 26,3 км, 30,1 км, 34,4 км, 36,3 км, 39,2 км.

Туалеты на дистанции 10 км расположены рядом с пунктом освежения на отметке 5,2 км.

## СТАРТОВЫЙ НОМЕР

К забегу допускаются бегуны со стартовыми номерами Московского Марафона 2024 года. Вы можете участвовать в забеге только с номером, который зарегистрирован на вас. Передача номера другому человеку запрещена.

На вашем стартовом номере указаны: дистанция, стартовый кластер, номер, имя. Если во время регистрации вы оплачивали дополнительные товары (футболка, дождевик), они указаны на отрывных талонах в нижней части номера. При получении товаров эту часть номера оторвут.

Прикрепите номер на груди булавками за четыре угла. Цифры на номере должны быть отчетливо видны. Не изменяйте цифры или буквы. Изменение стартового номера приводит к дисквалификации.

Пожалуйста, прикрепите ваш стартовый номер на груди, чтобы судьи его видели.





## СТАРТ

---

Старт забега на 10 км состоится в субботу, 12 октября, в 10:00 на улице Лужники возле аллеи Славы.

**Изучите маршрут дистанции 10 км на стр. 33**

Старт забега на 42,2 км и обеих эстафет состоится в воскресенье, 13 октября в 9:00 на улице Лужники возле аллеи Славы.

**Изучите маршрут дистанции 42,2 км на стр. 34**

## СТАРТОВЫЕ КЛАСТЕРЫ

---

Старт каждого забега разделён на кластеры. Ваш кластер указан на стартовом номере. Ищите соответствующие буквенные указатели в стартово-финишном городке, чтобы попасть в свой кластер.

Вы можете стартовать только из того кластера, который указан на вашем стартовом номере, либо из более позднего. Мы будем вынуждены дисквалифицировать результат участника, который стартовал из более раннего кластера.

### 10 км

КЛАСТЕР	ВРЕМЯ СТАРТА
Элита	10:00
Кластер А	10:01
Кластер В	10:02
Кластер С	10:05
Кластер D	10:09
Кластер E	10:15
Кластер F	10:19
Кластер G	10:25
Кластер H	10:29
Кластер I	10:34
Кластер J	10:40

Старты забегов будут проходить поэтапно с небольшими интервалами между кластерами. Следуйте указанию судей. Отсчёт вашего личного времени начнётся только после пересечения стартовой линии.

В стартовые кластеры допускаются только бегуны со стартовыми номерами Московского Марафона 2024.

### 42,2 км

КЛАСТЕР	ВРЕМЯ СТАРТА
Элита	9:00
Кластер А	9:01
Корпоративная эстафета	9:02
Студенческая эстафета	9:02:30
Кластер В	9:03
Кластер С	9:07
Кластер D	9:10
Кластер E	9:14
Кластер F	9:18
Благотворительные фонды	9:23
Кластер G	9:25
Кластер H	9:31
Кластер I	9:34
Кластер J	9:38

## ПЕЙСМЕЙКЕРЫ

---

Справиться с дистанцией 42,2 км и уложиться в планируемое финишное время вам помогут пейсмейкеры – атлеты, которые пробегут с заданным темпом и финишируют с заявленным результатом. Вы узнаете их по футболкам и флагам с обозначением темпа и финишного времени.

ПЛАНИРУЕМОЕ ВРЕМЯ ФИНИША ПЕЙСМЕЙКЕРОВ	СТАРТ ИЗ КЛАСТЕРА
2:59:00 (4:15 мин/км)	В
3:14:00 (4:36 мин/км)	С
3:29:00 (4:57 мин/км)	Д
3:44:00 (5:19 мин/км)	Е
3:59:00 (5:40 мин/км)	Г
4:14:00 (6:01 мин/км)	Н
4:29:00 (6:23 мин/км)	І
4:44:00 (6:43 мин/км)	Ј
4:59:00 (7:05 мин/км)	Ј

## ДИСТАНЦИЯ

---

Московский Марафон – член Ассоциации международных марафонов и пробегов (AIMS). Маршруты 42,2 км и 10 км сертифицируются авторитетной международной организацией с 2013 года. В этом году замер обеих дистанций Московского Марафона проводил измеритель AIMS категории В Сергей Корнеев.

Пейсмейкеры будут помогать и участникам дистанции 10 км финишировать в запланированное время. Присоединяйтесь к атлетам: вы также узнаете их по футболкам и флагам с обозначением темпа и финишного времени.

ПЛАНИРУЕМОЕ ВРЕМЯ ФИНИША ПЕЙСМЕЙКЕРОВ	СТАРТ ИЗ КЛАСТЕРА
0:39:00 (3:54 мин/км)	В
0:44:00 (4:24 мин/км)	С
0:49:00 (4:54 мин/км)	Д
0:59:00 (5:54 мин/км)	Г

## ПУНКТЫ ПИТАНИЯ И ОСВЕЖЕНИЯ

---

Пожалуйста, не бросайте бутылки под ноги. Выбрасывайте их в мусорные баки или на обочину дороги. Собранная упаковка будет утилизирована совместно с экологическим партнёром марафона, компанией СИБУР, отправится на заводы по переработке и получит новую жизнь.

Среди тех, кто поддержит экологическую инициативу и правильно утилизирует пластик, будет проведен розыгрыш призов, победителей выберет случайным образом.

## Дистанция 10 км

На дистанции 10 км будет пункт освежения с водой в бутылках и губками. Он расположен на отметке 5,2 км.

## Дистанция 42,2 км

КМ	ВОДА	СЛАДКАЯ ВОДА	ИЗОТОНИК	ГУБКИ ДЛЯ ОБТИРАНИЯ	ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ГЕЛИ	ФРУКТЫ
5,4 км	•			•		
10,6 км	•			•		•
12,9 км	•			•		
16,3 км	•			•	•	•
20,5 км	•			•		
23,3 км	•			•		•
26,3 км	•			•		
30,1 км	•	•		•	•	•
34,4 км	•			•		
36,3 км	•		•	•		•
39,2 км	•			•		•

## МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

На дистанции соревнования будут работать машины скорой помощи. На финише будет расположен медицинский пункт.

Пожалуйста, не стесняйтесь обращаться за помощью, если почувствуете себя плохо или заметите, что стало плохо другому участнику забега. В экстренном случае обратитесь к волонтерам или судьям, привлечите внимание окружающих и вызовите медицинскую помощь по телефону горячей линии организаторов 8-800-777-12-04.

**В экстренном случае звоните на горячую линию 8-800-777-12-04**

Описывая ситуацию, ответьте на **четыре вопроса**:

1. Что случилось?

2. Где это случилось?

3. Кому требуется помощь?

4. Кто звонит?

Ждите дополнительных вопросов от диспетчера.

## РЕКОМЕНДАЦИИ

---

Пожалуйста, будьте внимательны к другим участникам забега. Не толкайтесь на старте. Не делайте резких остановок и перестроений во время бега, на пунктах питания и освежения. Не останавливайтесь сразу на линии финиша.

Мы рекомендуем отказаться от наушников, чтобы слышать предупреждения других бегунов и судей.

На дистанции запрещено использовать:

- самокаты
- ролики
- скейтборды
- любые другие механические средства передвижения.

**Участие с детьми в колясках и животными строго запрещено и ведёт к дисквалификации.**

## ВАШИ ФОТОГРАФИИ И ВИДЕО С ЗАБЕГА

---

На дистанции и финише забега будут работать команды Марафон Фото и MySportFilm. Личные фотографии и видео будут доступны на сайте сервисов через несколько дней после забега.

Для поиска и покупки фотографий зайдите на сайт [marathon-photo.ru](http://marathon-photo.ru), загрузите селфи или укажите ваш стартовый номер.

## ФИНИШ

---

Финиш забегов на 42,2 км, 10 км и обеих эстафет находится в одном месте – на Фестивальной площади.

Лимит времени на прохождение марафонской дистанции – 6 часов. Рекомендуемое время на преодоление дистанции 10 км – 1,5 часа.

Ваш личный результат будет засчитан, когда вы пересечёте линию финиша.

Пожалуйста, не останавливайтесь на финише – продолжайте двигаться дальше по коридору. В финишном коридоре вы получите медаль, воду. Участники забега на 42,2 км дополнительно получат фрукты и термонакидку.

Если стало плохо вам или другому участнику, обратитесь за помощью к медикам, волонтерам или любому другому персоналу.

Для заказа фильма – зайдите на сайт [mysportfilm.com](http://mysportfilm.com), введите стартовый номер и дождитесь письма со ссылкой на ваш фильм.

**❗ ВАЖНО. ПЕРЕД СТАРТОМ УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ВАШ СТАРТОВЫЙ НОМЕР ХОРОШО ВИДЕН. НЕ ЗАКРЫВАЙТЕ ЕГО ВЕРХНЕЙ ОДЕЖДОЙ И ДРУГИМИ ЭЛЕМЕНТАМИ ЭКИПИРОВКИ.**

## ПОСЛЕ ФИНИША

---

### Массаж

13 октября с 11:00 до 16:00 приходите в восстановительную зону от FLOW RECOVERY и RAVETAPE, которая будет расположена в стартовом городке на площади возле Южного спортивного центра. Здесь каждый финишёр марафонской дистанции сможет получить экспресс-массаж ног. Это позволит расслабить мышцы, восстановить кровоток, успокоить нервную систему и запустить процессы восстановления.

### Гравировка медалей

Гравировку на медаль с вашим результатом и именем можно нанести в шатрах от Engrav и GRAV point:

- 12 октября с 10:00 до 12:30 (возле Малой спортивной арены и на площади возле Малой спортивной арены или Южного спортивного центра);
- 13 октября с 11:00 до 16:00 (на площади возле Южного спортивного центра).

Услуга платная.

## СОБЫТИЯ ПОСЛЕ ФИНИША

---

### 12 октября после финиша на дистанции 10 км

Присоединяйтесь к участникам и болельщикам Детского забега или возвращайтесь в шатёр «Место встречи». Здесь вас ждёт программа лектория, активации для участников и их групп поддержки, а также фирменный магазин события — мы подготовили коллаборации с разными брендами, сувениры и одежду с фирменной символикой Московского Марафона.

### 13 октября после финиша на дистанции 42,2 км или в эстафете

Приходите в шатёр «Место встречи», чтобы встретиться с победителями и призёрами забега или посетить фирменный магазин Московского Марафона.

### Вечером 13 октября

Приходите на вечеринку, которую организуют Dusty Dumbbells совместно с Беговым сообществом и Союзом любителей бега. Она начнётся в 18:00 в Воробьёвы Холл (ул. Косыгина, 28, стр. 1) и продлится до рассвета. Вход бесплатный.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

---

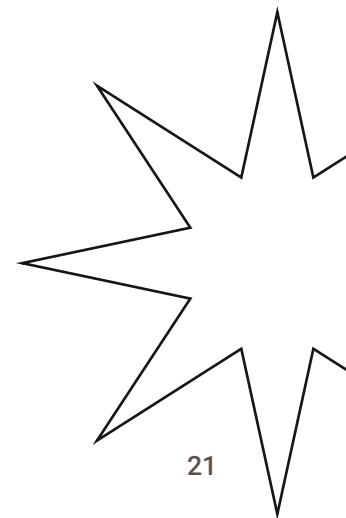
Результаты забега фиксируются электронной системой хронометража, судьями на финише и системой видеорегистрации.

Ваш личный результат будет измерен при пересечении линии старта и финиша. Для этого к тыльной стороне стартового номера прикреплен чип. Не сгибайте номер, не мните и не храните его рядом с магнитами — это может испортить чип.

Во время забега предварительные результаты будут доступны на сайте [results.runc.run](http://results.runc.run). На дистанции будет девять промежуточных отметок: 5 км, 10 км, 15 км, 21,1 км, 25 км, 30 км, 35 км, 40 км. Ваши друзья и близкие смогут посмотреть, какие отметки вы уже пробежали и с каким временем финишировали. Чтобы найти эту информацию, нужно будет ввести ваш стартовый номер или фамилию.

После забега вы получите свой предварительный результат по электронной почте и СМС. Предварительные и итоговые результаты будут опубликованы на сайте [results.runc.run](http://results.runc.run).

Если в вашем результате есть неточность или результат отсутствует, напишите письмо на адрес [protest@runc.run](mailto:protest@runc.run). Укажите в письме фамилию и имя, стартовый номер, дистанцию, суть претензии и приложите материалы, которые помогут исправить неточность. Претензии принимаются только от участников или от их официальных представителей до 17:00 25 октября.







# ЛИГА МАРАФОНОВ БРИКС

## ЧТО ТАКОЕ ЛИГА МАРАФОНОВ БРИКС?

---

Лига марафонов БРИКС – проект, который объединяет крупнейшие марафоны России (Москва, Санкт-Петербург, Казань), а в ближайшей перспективе – также Бразилии, Индии, Китая, Южной Африки и других стран БРИКС. Их отличает высокий уровень проведения соревнований, сильная спортивная составляющая, фокус на развитие лёгкой атлетики, а также направленность на обмен культурным и туристическим опытом. Создание Лиги одобрено Министерством спорта Российской Федерации.

**brics.run**

## МАРАФОНЫ-УЧАСТНИКИ ЛИГИ

---

### Московский Марафон

Крупнейший в России забег на дистанции 42,2 км. Проводится ежегодно с 2013 года (за исключением 2021 года) и является членом Ассоциации международных марафонов и пробегов (AIMS). В программу соревнований также входит забег на 10 км. Оба маршрута Марафона сертифицированы AIMS. В 2023 году на старт обеих дистанций вышло около 30 000 бегунов.

### Марафон «Белые ночи»

Один из крупнейших и старейших марафонов России. Проводится ежегодно с 1990 года (кроме 2020 и 2021 гг.). С 1995 года по 2019 год проводился в утреннее время. В 2022 году забег вернулся к историческому формату и состоялся в ночное время, а в 2023 году впервые прошел по линейной трассе. В рамках соревнований также проходит забег-спутник на 10 км. Оба маршрута марафона «Белые ночи» сертифицированы AIMS.

### Казанский марафон

Крупнейший ежегодный забег, проходящий в столице республики Татарстан. Является членом Ассоциации международных марафонов и пробегов (AIMS) и проводится в Казани с 2015 года. Казанский марафон включает в себя не только классические дистанции для любителей и профессиональных спортсменов – 42.2 км, 21.1 км, 10 км, 3 км. В программу события также входят детские забеги TIMERKIDS и TIMERBABY. Мероприятие проводится под брендом серии спортивных мероприятий TIMERMAN.

# ПРОГРАММА МОТИВАЦИИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ЛИГИ МАРАФОНОВ БРИКС

---

## Программа мотивации для спортсменов-любителей

Уже в этом году участники Лиги марафонов БРИКС и Лиги марафонов России, которые преодолеют за год две или три из трёх марафонских дистанций, получат доступ к дополнительным сервисам на площадках событий, особенные сувениры, а также возможность войти в специальные рейтинги.

### Пробежавшие 2/3 марафонов лиги:

- Отдельная стена марафонцев на марафоне «Белые ночи» и Московском Марафоне;
- Значок на финише второго из трёх марафонов Лиги. В рамках Московского Марафона отдельную награду можно будет получить после финиша в шатре «Место встречи».

### Пробежавшие 3/3 марафонов лиги:

- Памятный приз после третьего марафона Лиги. В рамках Московского Марафона отдельную награду можно будет получить после финиша в шатре «Место встречи»;
- Отдельная стена марафонцев на Московском Марафоне;
- Возможность посетить закрытый торжественный гала-ужин.

---

### Система рейтингов:

- Рейтинг по сумме результатов двух лучших марафонов;
- Рейтинг по возрастным категориям по сумме результатов двух лучших марафонов;
- Мотивация для быстрых марафонцев.

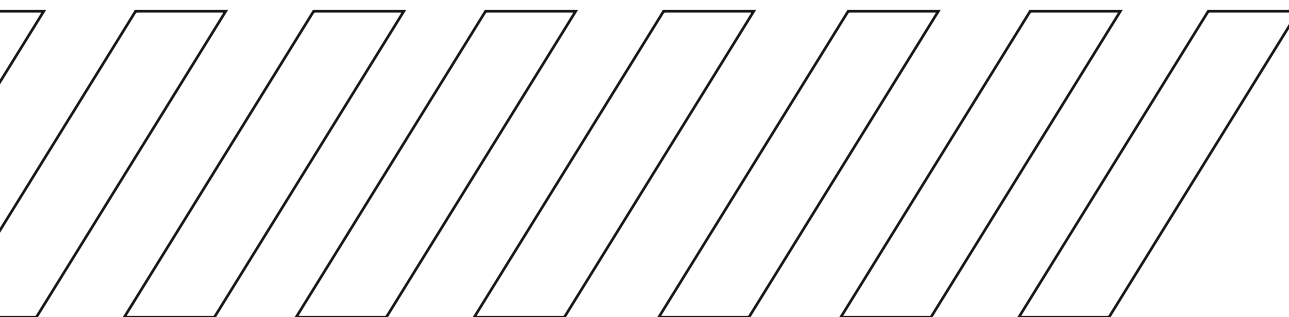
### Программа мотивации для спортсменов-любителей на 2025 год:

- Рейтинг корпоративных команд;
- Рейтинг беговых клубов;
- Дополнительные туристические предложения;
- Дополнительная спортивная и досуговая программа для участия всей семьёй.

## ПРОГРАММА МОТИВАЦИИ ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОРТСМЕНОВ

---

- Высокий уровень welcome-сервиса;
- Предоставление сервиса пейсмейкеров;
- Высокий призовой фонд и система бонусов;
- Возможность входить в World Ranking;
- Возможность фиксировать национальные рекорды;
- Рейтинг лучших марафонцев по количеству набранных очков за два лучших марафона Лиги в сезоне;
- Дополнительное награждение для спортсменов-победителей в национальном рейтинге.





**МАГНИТ**

Генеральный партнер



# **БЕГ ПРИТЯГИВАЕТ**



# ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ

Поддержка для бегуна — мощный стимул преодолеть дистанцию и справиться с эмоциями даже в самых сложных моментах забега. Поддержка для болельщика — возможность погрузиться в атмосферу события и весело провести время.

## ПОДДЕРЖКА В СТАРТОВО-ФИНИШНОМ ГОРОДКЕ

---

Приезжайте в стартово-финишный городок Московского Марафона с 10 по 13 октября, чтобы поддержать участников, юных бегунов на Детском забеге, запастись атрибутикой болельщика или нарисовать плакат вместе с художником. В дни забегов в стартово-финишный городок можно приехать для того, что проводить бегунов на старт, а также увидеть самую эффектную часть забега с финишных трибун, которые будут открыты для всех желающих.

В дни забегов следите за результатами бегунов онлайн. Заходите на сайт [results.runc.run](https://results.runc.run), выбирайте Московский Марафон и вводите в специальное поле номер бегуна.

## ПОДДЕРЖКА НА ДИСТАНЦИИ

---

На дистанции Московского Марафона будут расположены несколько десятков точек поддержки. Это и музыкальные точки, и точки беговых клубов, и партнёрские зоны. Присоединиться можно к любой из них!

## Рекомендации

В марафоне принимают участие десятки тысяч человек, поэтому необходимо соблюдать некоторые правила. Они важны для безопасности и бегунов, и тех, кто будет их поддерживать. Например, не размещать на точках поддержки автомобили, большие конструкции вроде шатров и арок без согласования с организаторами, не использовать пиротехнику, дымовые шашки и другие подобные средства, не раздавать бегунам еду и воду, не ходить по дистанции или выбегать на нее в порыве эмоций.

## ТРАНСЛЯЦИЯ

---

### Видеотрансляция

13 октября смотрите прямую трансляцию Московского Марафона **в нашей группе Вконтакте**. Покажем, как проходит массовый старт забега на 42,2 км, как идёт борьба за победу и кто прибежит к финишу в числе первых.

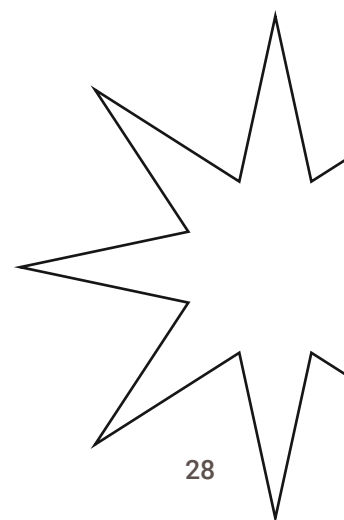
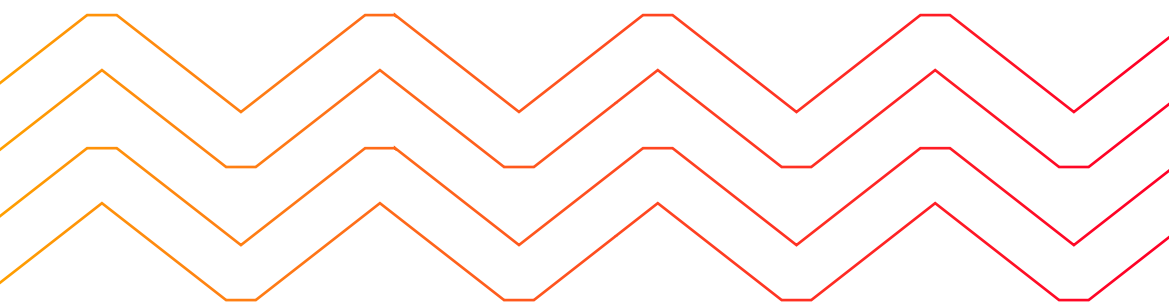
Совместно с Синема Парк и Формулой Кино в Санкт-Петербурге, Екатеринбурге, Нижнем Новгороде, Перми и Набережных Челнах мы покажем трансляцию на большом экране в прямом эфире. Ищите информацию **на сайте партнёра**.

### Телеграмм-трансляция

13 октября присоединяйтесь к трансляции в официальном **Telegram-канале Московского Марафона**. Эксклюзивные фото и видео с дистанции 42,2 км и подробный рассказ о событиях — будет интересно!

### Аналитические эфиры

7 октября в 19:00 в группе Московского Марафона **Вконтакте** мы провели прямой эфир с разбором состава элиты и шансов на победу каждого. 14 октября в 19:00 вас ждёт прямой эфир с аналитикой прошедшего забега. Не пропустите!



# БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ ФОНДЫ

## ОФИЦИАЛЬНЫЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ПАРТНЁР

---



Благотворительный фонд «Арифметика добра» выступает благотворительным партнёром Московского Марафона и ряда других стартов Бегового сообщества в Москве и Санкт-Петербурге. Регистрируясь на забеги, вы можете сделать добровольное пожертвование и помочь подопечным фонда.

«Арифметика добра» – благотворительный фонд, который занимается системным решением проблемы сиротства в России и работает для того, чтобы каждый ребенок воспитывался в заботливой семье и учреждения были не нужны. Фонд содействует семейному устройству подростков-сирот, социализации и адаптации воспитанников детских домов через образование и поддержку наставниками.

Помочь фонду можно разными способами. Самый простой и понятный – отправить пожертвование в его адрес в момент регистрации на один из наших забегов в сезоне 2024. Ещё один вариант подойдёт к тем, кто хочет занять более активную позицию. Присоединяйтесь к программе фонда и становитесь бегунами во благо. Для этого нужно создать личную страницу на сайте «Арифметики добра», заявить свою беговую цель и через личные соцсети предложить друзьям и знакомым, которым откликнется ваша цель, вносить пожертвования в адрес фонда.

[a-dobra.ru](https://a-dobra.ru)



## ДРУГИЕ ФОНДЫ

---



Благотворительный фонд «Кораблик» помогает детям с тяжелыми заболеваниями получить дорогостоящую и своевременную медицинскую помощь, которая не покрывается за счет государства. Программы фонда позволяют деткам с редкими проблемами пройти диагностику необходимую для постановки точного диагноза, приобрести дорогостоящие препараты, оплатить авиабилеты из дальних регионов до места лечения в федеральных центрах, а также получить качественную комплексную реабилитацию после травм, инсультов и при потере слуха. Развиваются также социальные проекты фонда, призванные создать комфортную среду для маленьких пациентов, чтобы снизить уровень стресса от длительного пребывания в больнице.

[korablik-fond.ru](http://korablik-fond.ru)



Больше Чем Можешь — благотворительный фонд развития инклюзии в спорте помогает людям с инвалидностью регулярно заниматься спортом и выходить на массовые старты. С нами люди, которые не могут сделать даже шаг, финишируют марафоны.

[morethanable.ru](http://morethanable.ru)



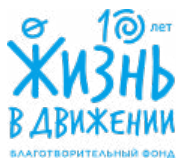
Добродомик — это федеральная сеть кафе, созданных в благодарность к старшему поколению, где проходят бесплатные обеды пенсионерам, памятные вечера ветеранам и блокадникам, а также работает система адресной помощи. На всей территории нашей страны 8 действующих кафе от Санкт-Петербурга до Улан-Удэ, где ежедневно кормят более 1500 пожилых людей. За время работы мы подарили более 1 000 000 обедов. Наша глобальная цель помочь пенсионерам в каждом городе, чтобы сократить и минимизировать число одиноких, нуждающихся пожилых людей.

[dobrodomik.ru](http://dobrodomik.ru)



Фонд «Найди семью» помогает приемным детям справиться с травмами прошлого и никогда не возвращаться в детские дома. С приемными семьями работают психологи, дефектологи, юристы и другие специалисты очно и онлайн по всей территории России.

[sirota.ru](http://sirota.ru)



Благотворительный фонд «Жизнь в Движении» помогает детям с ограниченными возможностями осуществить их мечту — ходить. За 10 лет фонд оказал помощь 403 детям с ограниченными возможностями здоровья из 23 регионов России, многие из них получали помощь неоднократно. Более 70 подопечных приняли участие в социальных проектах: совершили восхождения на самые известные горные вершины, занимались скалолазанием, встали на протезах на лыжи, сноуборд и коньки, участвовали в марафонах и приняли участие в фотопроектах.

[zhizn-v-dvizhenii.ru](http://zhizn-v-dvizhenii.ru)



Благотворительный фонд «Семья вместе» помогает семьям с тяжелобольными детьми, создавая условия для того, чтобы дети были вместе с родителями во время длительного лечения в больнице. Фонд открывает Семейные дома и комнаты на территории детских больниц. В них бесплатно живут родители, которые привозят детей на лечение из отдаленных регионов.

[semyavmeste.org](http://semyavmeste.org)

# Старт/Финиш

12 октября 10:00

13 октября 9:00



МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON

12 октября  
Старт в 10:00

10 км

М 14  
Лужники

М 1  
Спортивная

15 мин

13 октября  
Старт в 9:00

42,2 км



Велопарковка



Путь к старту  
42,2 км



Инфо

10 км

10 км

10 км

10 км

для  
42,2 км

для  
42,2 км

Финиш

10 км

42,2 км

Трибуны

Инфо  
13 октября

МЕСТО  
ВСТРЕЧИ

42,2 км

19 мин

Досмотр

М 3

Воробьёвы  
горы

М 1



Вход 12 октября с 8:00.

Вход 13 октября с 7:00

Приезжайте за 1,5 часа до старта,  
чтобы дойти от метро, пройти  
досмотр, переодеться, сдать вещи  
и выйти на старт



Не рекомендуем приезжать  
на наземном транспорте или  
машине: улицы перекрыты, оста-  
новки далеко, парковок нет

# Маршрут 10 км



10  
км

Стадион  
Лужники

Здание  
президиума  
РАН

МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON



# Маршрут 42,2 км



# График перекрытия улиц

12 октября 2024 г.



МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON

Наименование объекта дорожного хозяйства	Начальная и конечная граница	Время начала	Время окончания
ул. Лужники	ул. Лужники (КПП №1) – ул. Лужники 24с9	8:00	12:00
Лужнецкая наб.	ОК «Лужники» – Новодевичья набережная	8:00	11:20
Лужнецкая наб.	ул. Хамовнический Вал – ОК «Лужники» (КПП №5)	8:00	13:30
Новодевичья наб.	ул. Лужники - Саввинская наб.	8:30	11:50
Саввинская наб.	Новодевичий пр-д – 1-й Вражский пер.	9:00	11:50
Ростовская наб.	1-й Вражский переулок – Бородинский мост	9:00	12:05
Смоленская ул.	Ростовская наб. (Бородинский мост) – Смоленский б-р (Садовое кольцо)	9:00	12:10
Смоленский б-р	Смоленская ул. – Зубовская ул.	9:00	12:15
Зубовский б-р	Зубовская ул. – Крымская эстакада	9:00	12:30
Фрунзенская наб.	Крымский пр-д – ул. Хамовнический Вал	9:00	12:45



# График перекрытия улиц

## 13 октября 2024 г.



МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON

Наименование объекта дорожного хозяйства	Начальная и конечная граница	Время начала	Время окончания
ул. Лужники	ул. Лужники (ОК «Лужники» (КПП №1) – ул. Лужники 24с9	7:00	12:00
Лужнецкая наб.	Лужнецкая наб. (ОК «Лужники» (КПП №1) – Новодевичья наб.	7:00	10:45
ул. Хамовнический Вал	Новодевичья наб. – Лужнецкий пр-д	7:00	11:00
Новодевичья наб.	ул. Хамовнический Вал – Новодевичий пр-д	7:00	10:50
Лужнецкая наб.	ул. Хамовнический Вал – ОК «Лужники» (КПП №5)	7:00	16:30
Саввинская наб.	Новодевичий пр-д – 1-й Вражский пер.	7:30	11:00
Ростовская наб.	1-й Вражский пер. – Бородинский мост	7:30	11:10
Смоленская наб.	Бородинский мост – Новоарбатский мост	7:30	11:40
Смоленская ул.	Смоленская наб. – Смоленская пл.	7:30	11:30
Смоленская пл.	Новинский б-р – Смоленский б-р	7:30	12:00
Новинский б-р	Кудринская пл. – Проточный пер.	7:30	12:00
Смоленский б-р	Проточный пер. – Зубовская ул.	7:30	12:00
Зубовский б-р	Зубовская ул. – Крымская эстакада	7:30	12:10
Крымский мост	Комсомольский просп. – ул. Крымский Вал	7:30	12:10
ул. Крымский Вал	Пушкинская наб. – Октябрьский тоннель	7:30	12:20
Октябрьский тоннель	ул. Крымский Вал – съезд на ул. Коровий Вал	7:30	12:20
ул. Коровий Вал	Октябрьский тоннель – ул. Большая Ордынка	7:30	12:20
ул. Большая Ордынка	Лосиновская ул. – Кадашевская наб.	8:00	12:30
Малый Москворецкий мост	Кадашевская наб. – Лубочный пер.	8:00	12:30
Лубочный пер.	Болотная ул. – Садовническая наб.	8:00	12:30
ул. Балчуг	Лубочный пер. – Космодамианская наб.	8:00	12:45
Раушская наб.	ул. Балчуг – Большой Устьинский мост	8:00	12:45
Садовнический пр-д	Садовническая наб. – Большой Устьинский мост	8:00	12:50
Большой Устьинский мост (Устьинский пр-д)	Садовнический пр-д – Яузский б-р/Яузская ул.	8:00	13:00
Устьинский пр-д	Большой Устьинский мост – Яузская ул.	8:00	13:00
Яузская ул.	Устьинский пр-д – Серебряническая наб.	8:00	13:30
Астаховый мост	Серебряническая наб. – Берниковская наб.	8:00	13:30

# График перекрытия улиц

## 13 октября 2024 г.



МОСКОВСКИЙ  
МАРАФОН  
MOSCOW  
MARATHON

Наименование объекта дорожного хозяйства	Начальная и конечная граница	Время начала	Время окончания
Фрунзенская наб.	Крымский пр-д – ул. Хамовнический Вал	8:00	16:30
Берниковская наб.	Астаховый мост – Николаямская наб.	8:15	13:10
Николаямская наб.	Берниковская наб. – Костомаровский мост	8:15	13:10
Костомаровский мост	Костомаровский пер. – Костомаровский пер. 10с1	8:15	13:10
Костомаровская наб.	Костомаровский пер. – Полуярославская наб.	8:15	13:20
Полуярославская наб.	Костомаровская наб. – Серебряническая наб.	8:15	12:30
Серебряническая наб.	Полуярославская наб. – Яузская ул.	8:15	13:30
Яузский б-р	Яузская ул. – ул. Воронцово поле	8:15	13:40
Тверская ул.	Большая Садовая ул. – Тверской б-р	8:15	14:20
Покровский б-р	ул. Воронцово поле – ул. Покровка	8:30	13:40
Чистопрудный б-р	ул. Покровка – Мясницкая ул.	8:30	13:50
Сретенский б-р	Тургеневская пл. – ул. Сретенка	8:30	13:50
Рождественский б-р	ул. Сретенка – Трубная пл.	8:30	13:50
Петровский б-р	Трубная пл. – ул. Петровские ворота	8:30	14:10
Страстной б-р	Страстной б-р 15 – Большой Путинковский пер.	8:30	14:10
Большой Путинковский пер.	Страстной б-р – Тверская ул.	8:30	14:10
Тверской б-р	Тверская ул. – Малая Никитская ул., Большая Никитская ул.	8:45	14:45
Тверская ул. от ст.м. Тверская до ст.м. Охотный ряд	Тверской б-р – Моховая ул.	8:45	14:45
Моховая ул.	Тверская ул. 1 – ул.Воздвиженка	8:50	14:45
ул. Охотный ряд	Тверская ул. 1 – Театральный пр-д	8:50	14:50
Театральный пр-д	ул. Большая Дмитровка – Лубянская пл.	8:50	14:50
Лубянская пл.	Никольская ул. – Малый Черкасский пер.	9:00	15:00
ул. Новая площадь	Лубянская пл. – ул. Ильинка (ст.м. Китай-город)	9:00	15:00
ул. Старая площадь	ул. Ильинка (ст.м. Китай-город) – ул. Варварка	9:00	15:00
Китайгородский пр-д	ул. Варварка (ст.м. Китай-город) – Москворецкая наб.	9:00	15:10
Москворецкая наб.	Большой Устьинский мост – ул. Васильевский спуск	9:00	15:45
Малый Устьинский мост	Большой Устьинский мост – Котельническая наб.	9:05	15:40



# График перекрытия улиц

13 октября 2024 г.



Наименование объекта дорожного хозяйства	Начальная и конечная граница	Время начала	Время окончания
Котельническая наб.	Малый Устьинский мост – Гончарная наб.	9:05	15:40
Гончарная наб.	Котельническая наб. – Большой Краснохолмский мост	9:05	15:40
Краснохолмская наб.	Большой Краснохолмский мост – Новоспасский мост	9:10	15:40
Пречистенская наб.	Большой Каменный мост – Крымский пр-д	9:10	16:10
Кремлевская наб.	ул. Васильевский спуск – Большой Каменный мост	9:15	15:50



## #КИЛОМЕТРЫДОБРА

**ВЫИГРАЙ ВЕЛОСИПЕД  
В БРЕНД-ЗОНЕ CHERY**



ВСТРЕЧАЙТЕ  
МЕЖСЕЗОНЬЕ

# В НОВОЙ ЗИМНЕЙ КОЛЛЕКЦИИ

*GRI*



**сбп**

система быстрых  
платежей

инновационные сервисы  
для быстрого движения денег от всех всем



бесконтактная  
оплата



мгновенное  
поступление  
средств



кешбэк и скидки  
на [vamprivet.ru](http://vamprivet.ru)



более 200  
банков-  
участников

# GEL4U

## КАК ПИТАТЬСЯ ВО ВРЕМЯ МАРАФОНА

ОБЯЗАТЕЛЬНО СПЛАНИРУЙТЕ  
СВОЁ ПИТАНИЕ ЗАРАНЕЕ



УСПЕЙТЕ ПРИОБРЕСТИ ВСЁ НЕОБХОДИМОЕ ПИТАНИЕ  
НА ЭКСПО В НАШЕМ КОРНЕРЕ GEL4U.  
ЗАБЕГАЙТЕ В ГОСТИ, У НАС БУДЕТ МНОГО ИНТЕРЕСНОГО!



+



ЗА 2 ДНЯ ДО СТАРТА



+



ПЕРВЫЙ ЧАС



+



ВТОРОЙ ЧАС



+



ТРЕТИЙ ЧАС



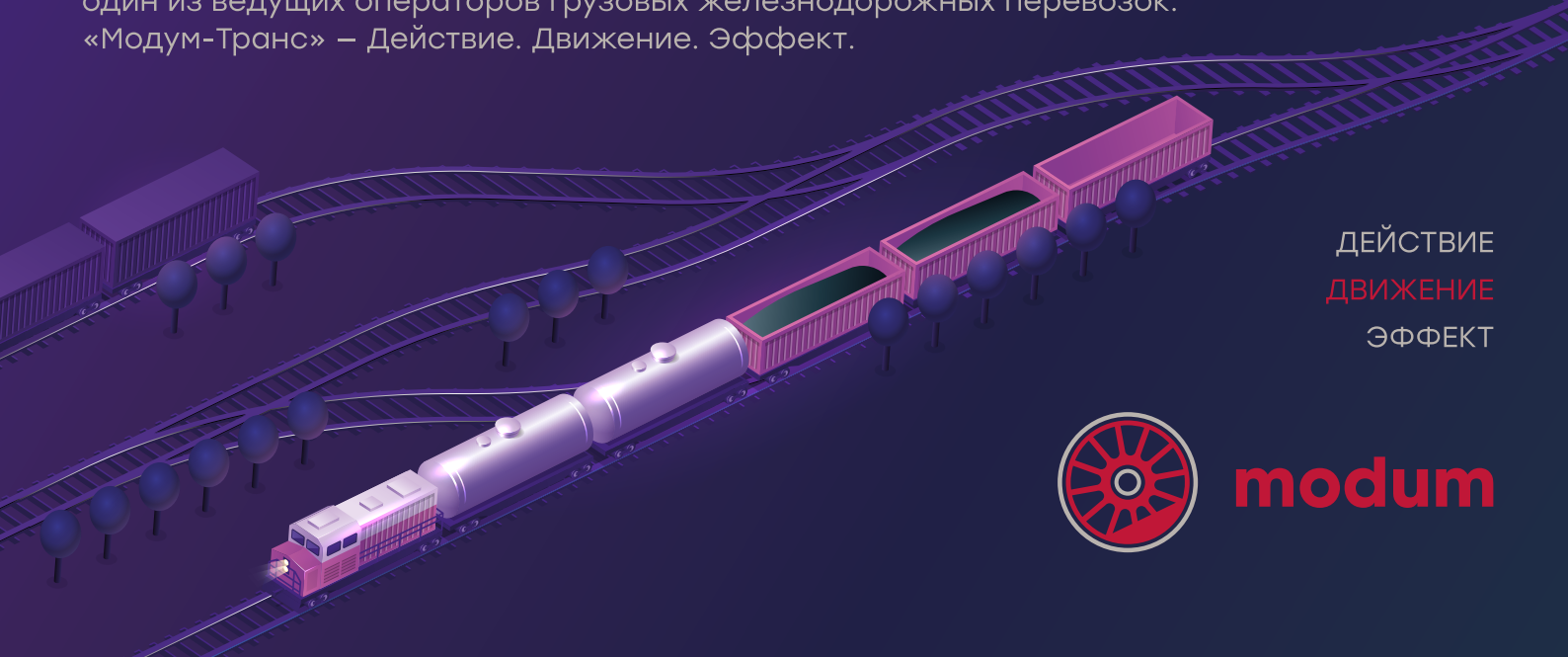
ЧЕТВЕРТЫЙ ЧАС

ПРИОБРЕСТИ ONLINE

## Оператор железнодорожного ПОДВИЖНОГО СОСТАВА



Официальный партнер Московского Марафона – ООО «Модум-Транс» – один из ведущих операторов грузовых железнодорожных перевозок. «Модум-Транс» – Действие. Движение. Эффект.



ДЕЙСТВИЕ  
ДВИЖЕНИЕ  
ЭФФЕКТ



modum



# ПОСЕТИ БРЕНД-ЗОНУ ОТП БАНКА В СТАРТОВОМ ГОРОДКЕ



ПОДРОБНОСТИ  
В ТГ-КАНАЛЕ

Познакомься с Ринасом  
Ахмадеевым

Сделай бесплатную  
гравировку медали

Прими участие  
в конкурсах и получи мерч

Сделай фото  
с результатом забега

Отдохни после забега  
и заряди телефон

Оформи ОТП карту  
и выиграй приз

**36•6**

ПОДДЕРЖИМ НА ЛЮБОЙ ДИСТАНЦИИ

# КОНТАКТЫ



/MOSCOW\_MARATHON



/MOSCOWMARATHON



/RUNCOMRUN

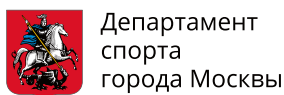


/RUNC\_RUN



/RUNCOMRUN

The event is supported by



Organized by



General partner



Official partners:



Sports partner:



Partners:



Charity fund



Information partners:





## **DEAR FRIENDS!**

Welcome to the 11th Moscow Marathon!

We have been looking forward to seeing you all this year and have missed you greatly. We are very happy to see everyone who has joined the main running event in Russia.

Each Moscow Marathon is special. This year, **we will meet on October 12th and 13th** for two competitive days – something that has never happened in the marathon's history. Every year, the number of participants grows. There are so many participants for our eleventh meeting that it has become impossible to hold the competition in one day. This will be a new experience for all of us, made possible by your love for running.

No matter how the Moscow Marathon changes each year, some things remain the same. One of our constants is the efforts of hundreds of people who put their hearts into this race – organizers, representatives of the Moscow city, participants, volunteers, partners, and fans. Together, we make the Moscow Marathon the largest, most memorable, and emotional event that brings together thousands of people across the country and beyond. By participating, you become part of running history. It depends on us together what that history will look like. Our running community grows each and every year. We are very pleased that you continue to support us in this too. **In 2024, the Student Athletics League and the Union of Running Enthusiasts were established with the support of the Running Community.** The club movement and corporate sports continue to thrive. This is especially evident in the case of the Moscow Marathon.

The Moscow Marathon has become a place to enjoy time with your family, friends, and loved ones because of your support. Don't let the

October weather be an obstacle to a warm and emotionally charged weekend. Invite your friends and family to create cozy, touching, and bright memories together.

The Moscow Marathon continues to evolve into a major city celebration, not just a sporting event: more support spots are being added, and new partners are joining us. Cafés, restaurants, and companies create a special atmosphere for all residents and guests of the city, drawing inspiration from the world's largest races. Invite your family and friends to support you during the marathon and join the support spots.

Almost half of the participants preparing to run the Moscow Marathon this year have never finished this race before. We understand how exciting this can be and truly hope your experience at this event will be nothing but positive. From Thursday to Saturday, there will be a lecture space at the event venue for everyone interested, where we will discuss nutrition, distance, gear, and other important details before the marathon.

This year, the Moscow Marathon, along with the Kazan Marathon and the White Nights Marathon, has joined the BRICS Marathon League. It concludes the marathon trilogy. Over four hundred participants who have completed all three marathons will receive a special reward. As part of the BRICS Marathon League, we will also see professional athletes from Kenya, Ethiopia, China, and Morocco at the start line. It is a great joy and honor to be part of a huge international community of athletes.

On October 12th and 13th, you will hit the start line and run towards your new achievements and records. We know how hard you have trained and how determined you have been. We have seen

some of you in person in the Running Center for the second year in a row. You have been preparing for this race for months, and now it's time to test your strength. You know you can do it, and we know what you are capable of.

As we approach the event, we want to remind you how important it is to maintain a respectful attitude towards each other. **Over 40,000 people will run 10 km and 42.2 km races.** Please read the rules of the race carefully to make the marathon go smoothly and become a memorable experience.

On October 12th, just before the main competitions, we will organize Kids run in Luzhniki for participants under 13 (aged 4 to 13). You can come with your whole family to support young athletes. Who knows, maybe we will see them on the podium of the Moscow Marathon in a few years.

The Moscow Marathon would not have happened if it wasn't for these people – we would like to thank them for their support and assistance: Moscow Mayor Sergei Sobyenin, Deputy Mayor Alexander Gorbenko, Head of the Moscow Sports Department Alexey Kondarantsev and General Director of Luzhniki Olympic Complex Andrey Verevko. We thank them for their contribution to the development of the marathon movement in Russia. We would like to express our words of gratitude to 20 Moscow departments and state institutions that were involved in the preparation and holding of the Moscow Marathon, as well as to the thousands of people who ensure safety and manage road closures, as well as to a huge team of volunteers who help us make the race truly comfortable and memorable. Thanks to everyone who creates the Moscow Marathon with us and to those who participate in it!

***Organizing Committee  
of the Moscow Marathon***

# CONTENTS

<b>MARATHON EXPO AND BIB NUMBER PICK-UP</b> .....	<b>47</b>
Schedule .....	47
<b>INFORMATION FOR RUNNERS</b> .....	<b>48</b>
Schedule .....	48
How to get to the start and finish area .....	49
Start and finish area entrance .....	50
Changing tents and baggage storage tents .....	50
Toilets .....	51
Race bib number .....	51
Start .....	51
Starting corrals .....	52
Pacemakers .....	53
Distance .....	54
Drinks and food stations .....	54
Medical aid .....	55
Recommendations .....	55
Your race photos and videos .....	55
Finish .....	56
After the race .....	56
Results .....	57
<b>BRICS LEAGUE MARATHON</b> .....	<b>58</b>
What is the BRICS Marathon League? .....	58
League member marathons .....	58
Motivation program for participants .....	59
<b>INFORMATION FOR SPECTATORS</b> .....	<b>61</b>
Fan program .....	61
Broadcasting .....	61
<b>CHARITY FOUNDATIONS</b> .....	<b>62</b>
Official charity partner .....	62
Other foundations .....	63
<b>CONTACTS</b> .....	<b>65</b>

# MARATHON EXPO AND BIB NUMBER PICK-UP

During the Moscow Marathon expo, we will distribute bib numbers to registered participants and register new ones for a 42.2 km race. The bib number pick-up will be organized in a tent on the Square of South Sports Center.

On October 10th to 13th, we will be waiting for everyone in a special “Meet and Greet” tent located at the start and finish area. All these days a host and a DJ will be there; a Moscow Marathon gift shop will open; lectures and

meetings with pacemakers, partners, and special guests will be held, and so much more. Here you can find out how and where you can support runners, watch a live broadcast on the race day or just relax. On October 12th and 13th, don't forget to bring sports rattles, air horns, whistles and other stuff to support runners!

In our partner areas you can relax, take part in contests and a variety of activities, as well as prepare for the race.

**⚠ PLEASE NOTE THAT THE BIB NUMBER PICK-UP WILL NOT BE AVAILABLE ON RACE DAY OR AFTER THE EXPO IS CLOSED!**

## LOCATION

---

### Moscow Marathon Expo

Luzhniki Olympic complex  
The Square of South Sports Center

### Race packet pick-up

Luzhniki Olympic complex  
Tent on a Square of South Sports Center

## DATES AND HOURS

---

### 10 October, Thursday, 14.00–20.00

Bib number pick-up for 10 km, 42.2 km and relay races, including the Kids Run.

### 11 October, Friday, 11.00–20.00

Bib number pick-up for 10 km, 42.2 km and relay races, including the Kids Run.

### 12 October, Saturday, 11.00–18.00

Bib number pick-up for 42.2 km and relay races, including the Kids Run. (till 12.30)

**⚠ NOTE THAT IN ORDER TO GET TO THE MARATHON EXPO, WE RECOMMEND USING PUBLIC TRANSPORT. IT WILL BE MORE CONVENIENT AND FASTER IF YOU COME TO THE LUZHNIKI MCC OR THE SPORTIVNAYA METRO STATION.**

# INFORMATION FOR RUNNERS

## SCHEDULE

---

### 10 OCTOBER, THURSDAY

#### 14.00–20.00

Registration of new participants for a 42.2 km race. Bib number pick-up for a 10 km, 42.2 km and relay races, including the Kids Run. Marathon expo is open.

### 11 OCTOBER, FRIDAY

#### 11.00–20.00

Registration of new participants for a 42.2 km race. Bib number pick-up for a 10 km, 42.2 km and relay races, including the Kids Run. Marathon expo is open.

### 12 OCTOBER, SATURDAY

#### 08.00

Start and finish area opens. Changing tents and baggage storage tents are available for 10 km race runners.

#### 10.00

Start of a 10 km race.

#### 11.00–18.00

Registration of new participants and bib number pick-up for 42.2 km and relay races. Marathon expo is open.

#### 11.00–12.30

Bib number pick-up for the Kids Run race.

#### 11.00–11.10

Award ceremony for winners and prize-winners in the absolute championship at a 10 km race.

#### 12.20

The finish line of the 10 km race can no longer be crossed. Recommended time limit for the 10 km race is 1.5 hours from the moment you personally started the race.

#### 12.00

Changing tents and children's animations are available for participants of the Kids Run.

#### 13.00–15.30

Kids Run.

### 13 OCTOBER, SUNDAY

#### 7.00

Start and finish area opens. Changing tents and baggage storage tents are available.

#### 9.00

Start of 42.2 km, corporate and student relay races.

#### 12.00–13.00

Award ceremony for winners and prize-winners in the absolute championship at a 42.2 km race and in team championship of corporate and student relay races.

#### 15.45

The finish line of the 42.2 km race can no longer be crossed. Time limit for the full marathon course is 6 hours from the moment you personally started the race.

## HOW TO GET TO THE START AND FINISH AREA

---

The start and finish area for both distances of the Moscow Marathon is located within the Luzhniki Olympic Complex.

Changing tents and baggage storage for participants of the 10 km race are located on the Big Sports Arena and will be open on Saturday, October 12th, from 08.00. Changing tents and baggage storage tents for participants of the 42.2 km race will be set up in tents on the Square of South Sports Center and will be available on Sunday, October 13th, from 07.00.

The start line for all races is located on Luzhniki Street, near Slavy Alley. The finish line for both distances is at Festive Square.

- **The 42.2 km, corporate and student races will start at 09.00 on October 13th.**
- **The 10 km race will start at 10.00 on October 12th.**

Please use metro or MCC. It's the fastest and the most convenient way to get to the start and finish area.

**⚠ WE DO NOT RECOMMEND COMING BY PUBLIC TRANSPORT OR BY CAR: THE STREETS ARE BLOCKED, THE STOPS ARE FAR AWAY, AND THERE ARE NO PARKING SPOTS AVAILABLE.**

### **Street closure schedule see page 35**

In case you decide to come by bicycle, a bicycle parking will be organized at the 1C entrance pavilion. Please take the Sportivnaya or Vorobyovy Gory metro stations of the Sokolnicheskaya line (Red Line 1), or the Luzhniki station on the MCC (Line 14).

### **For directions from the metro, see page 32**

Plan your route and extra travel time. Meeting the necessary security requirements increases the time needed for screening, dropping your belongings, and getting to the start line. Please arrive 1.5 hours before the start if you don't want to ruin the experience with haste and being late.

We kindly ask you to take into account potential delays and queues.



## START AND FINISH AREA ENTRANCE

---

The start and finish area will open at 08.00 on October 12th for participants and spectators.

The start and finish area will open at 07.00 on October 13th.

### Prohibited items:

- Weapons, knives or sharp objects;
- Fireworks or explosives;
- Alcoholic beverages;
- Beverages / Glass or metal water containers;
- Flags with poles;
- Large bags and suitcases.

A storage room for large-size items will be set up next to the entrance pavilions near Sportivnaya (entrance pavilion 1C) and Vorobyovy Gory metro stations.

Animals, scooters, and bicycles are not allowed in the area. You can leave your scooter or bike at the organized bike parking.

**See the map on page 32 for the location of bike racks.**

## CHANGING TENTS AND BAGGAGE STORAGE TENTS

---

On October 12th, the changing tents and baggage storage for participants of the 10 km race are located in Grand Sports Arena, Section B.

On October 13th, the changing tents and baggage storage tents for participants of the 42.2 km race are located in tents on the Square near the South Sports Center.

Navigation signs are located in the start and finish area. Please follow the signs or ask volunteers.

If possible, come in sportswear in advance to save your time. Do not leave your belongings unattended.

You will receive a tag and a locker wristband along with the bib number. Please use only the Moscow Marathon bag that you received along with your bib number.

Attach a tag to your bag in advance and wear your wristband. After the race, show your wristband to collect your belongings.

Do not leave valuable or fragile items in the bag. We recommend carrying valuable items with you or leaving them with your companions.

## TOILETS

Toilets in the start and finish area are located along the routes to the corrals (on the Central Square and Luzhniki St.). See page XX for a detailed map of the start and finish area.

Please use toilets beforehand. The biggest lines to toilets form shortly before the start.

Toilets are located near each drinks and food stations along the course.

Toilets on the 42.2 km distance are located near each drinks and food stations along the course at 5.4 km, 10.6 km, 12.9 km, 16.3 km, 20.5 km, 23.3 km, 26.3 km, 30.1 km, 34.4 km, 36.3 km, 39.2 km.

Toilets on the 10 km distance are located near drinks and food station along the course at 5.2 km.

## RACE BIB NUMBER

Only runners with official 2024 Moscow Marathon bibs are allowed to race. You can participate in the race only with a bib number that belongs to you. Bibs are not transferable.

Distance, starting corral, number, and your name are indicated on your bib. If during the registration you paid for additional goods (a T-shirt, a raincoat), they will be indicated on the tear-off tags at the bottom of the bib. These tags will be torn off when you collect goods at the Expo.

Pin all 4 corners of the bib onto your T-shirt using safety pins (chest area). Keep the numbers on your bib visible. Don't change numbers or letters. Changing the bib number leads to disqualification.

## START

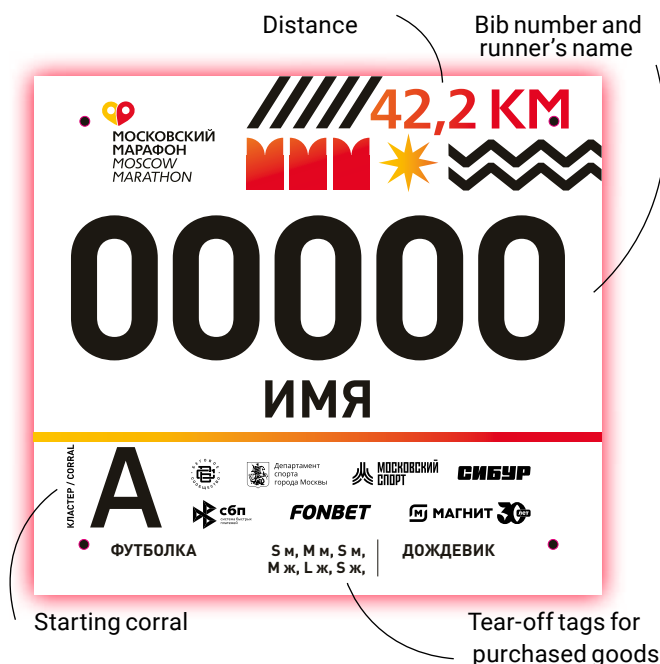
On Saturday, October 12th, the 10 km race will start at 10.00 on Luzhniki Street near Slavy Alley.

**Check out the 10 km route on page 33**

On Sunday, October 13th, the 42.2 km and relay races will start at 09.00 on Luzhniki Street near Slavy Alley.

**Check out the 42,2 km route on page 34**

Please pin your bib number onto your chest so that the judges can see it.



## STARTING CORRALS

---

The start of each race is divided into corrals. Your corral is indicated on your bib number. Look for the letter navigation signs in the start and finish area to get into your corral.

You can start only from the corral that is indicated on your race bib, or from a later one. We will have to cancel the result of a runner who started racing from an earlier corral.

### 10 km

CLUSTER	START TIME
Elite	10:00
Cluster A	10:01
Cluster B	10:02
Cluster C	10:05
Cluster D	10:09
Cluster E	10:15
Cluster F	10:19
Cluster G	10:25
Cluster H	10:29
Cluster I	10:34
Cluster J	10:40

The race starts will be staged with short intervals between clusters. Follow the judges' instructions. Your individual time will only start counting after you cross the starting line.

Only runners with official 2024 Moscow Marathon bibs are allowed to start corrals.

### 42,2 km

CLUSTER	START TIME
Elite	9:00
Cluster A	9:01
Corporate relay	9:02
Student relay	9:02:30
Cluster B	9:03
Cluster C	9:07
Cluster D	9:10
Cluster E	9:14
Cluster F	9:18
Charity foundations	9:23
Cluster G	9:25
Cluster H	9:31
Cluster I	9:34
Cluster J	9:38

## PACEMAKERS

---

Pacemakers are marathon runners who will run at a set pace and finish with the estimated result. They will help you along the 42.2 km and 10 km race. They will be carrying flags indicating the finish times they are pacing for and can also be recognized by their T-shirts.

PACEMAKERS' ESTIMATED FINISH TIME	START FROM THE CORRAL
2:59:00 (4:15 min/km)	B
3:14:00 (4:36 min/km)	C
3:29:00 (4:57 min/km)	D
3:44:00 (5:19 min/km)	E
3:59:00 (5:40 min/km)	G
4:14:00 (6:01 min/km)	H
4:29:00 (6:23 min/km)	I
4:44:00 (6:43 min/km)	J
4:59:00 (7:05 min/km)	J

Pacemakers will also help 10 km race runners finish at the scheduled time. Join the athletes! You will recognize them by their T-shirts and flags indicating the pace and finish time

PACEMAKERS' ESTIMATED FINISH TIME	START FROM THE CORRAL
0:39:00 (3:54 min/km)	B
0:44:00 (4:24 min/km)	C
0:49:00 (4:54 min/km)	D
0:59:00 (5:54 min/km)	G

## DISTANCE

---

Moscow Marathon is a member of the Association of International Marathons and Distance Races (AIMS). Courses of 42.2 km and 10 km races have been certified by AIMS since 2013. Both courses of the Moscow Marathon are measured by Sergey Korneev, an AIMS Course Measurer (cat. B).

## DRINKS AND FOOD STATIONS

---

Please do not throw plastic cups at your feet during the race. Throw them in trash cans or on the side of the road for easy disposal. After the race all the cups and bottles will be collected and recycled with the help of our marathon's environmental partner SIBUR. Those who support the environmental initiative and recycle plastic properly will get a prize! Winners will be selected randomly.

### 10 km race

For the 10 km race there will be a refreshment station located at 5.2 km and will have bottled water and sponges.

### 42.2 km race

KM	WATER	FLAVORED OR SPARKLING WATER	SPORTS DRINK	WET SPONGES	ENERGY GELS	FRUIT
5,4 km	•			•		
10,6 km	•			•		•
12,9 km	•			•		
16,3 km	•			•	•	•
20,5 km	•			•		
23,3 km	•			•		•
26,3 km	•			•		
30,1 km	•	•		•	•	•
34,4 km	•			•		
36,3 km	•		•	•		•
39,2 km	•			•		•

## MEDICAL AID

---

Medical aid will be located at the start and finish area and along the course.

Please don't hesitate to ask for help if you feel unwell or notice that another runner has become unwell. In case of emergency, please contact volunteers or judges, draw attention of others and call for medical assistance by calling the organizers' hotline 8-800-777-12-04.

**In case of emergency call  
8-800-777-12-04**

Answer these four questions when making a call:

1. What happened?

2. Where did it happen?

3. Who is injured?

4. Who is calling?

Wait for additional questions from the dispatcher.

## RECOMMENDATIONS

---

Please be careful with other runners. No pushing at the start line! Don't make sudden stops or change lanes while running or approaching drinks and food stations. Don't stop right at the finish line.

In order to hear warnings from other runners and judges, we kindly ask you to run without any headphones.

- no scooters,
- no roller skates,
- no skateboards or any other wheeled vehicles are allowed to use.

**Participation with animals or children sitting in strollers is strongly prohibited and results in disqualification.**

## YOUR RACE PHOTOS AND VIDEOS

---

Our partners Marathon Photo and My Sport Film teams will be positioned at various spots along the course. Personal photos and videos will be available on their website a few days after the race.

Visit the [marathon-photo.ru](http://marathon-photo.ru) website, upload a selfie or enter your bib number in order to search and purchase photos. Visit the website [mysportfilm.com](http://mysportfilm.com), enter your bib number and wait for an email with a link in order to purchase a movie.

**⚠ IT IS IMPORTANT THAT YOUR BIB NUMBER IS VISIBLE ON YOUR CHEST. DON'T COVER IT WITH ANY KIND OF CLOTHING.**



## FINISH

---

The finish line for 42.2 km, 10 km and two relay races is the same and located at the Festive Square.

Time limit for the full marathon course is 6 hours.

Recommended time limit for the 10 km race is 1.5 hours.

Your individual time will be registered once you cross the finish line.

Please do not remain standing on the finish line. Walk slowly to the end of the finish area. You will receive your medal, drinking water there. Participants of the 42.2 km race will additionally receive fruit and a foil blanket.

If you or other runner are feeling unwell, please ask doctors, volunteers or any other personnel for medical aid.

## AFTER THE RACE

---

### Massage

On October 13th, from 11.00 to 16.00, come to the FLOW RECOVERY and RAVETAPE area, which will be located in start and finish area on the Square of the South Sports Center. Here you can get an express sports massage (foot massage). The massage helps to relax the muscles, restore blood flow, calm the nervous system and start the recovery process.

### Medals engraving

Your name and result can be engraved on your medal in Engrav and GRAV point tents:

- **12 October, from 10.00 to 12.30 (near the Small Sports Arena and at the South Sports Center square);**
- **13 October, from 11.00 to 16.00 (at the South Sports Center square).**

It's a paid service.

## EVENTS AFTER THE RACE

---

**On October 12th, after the 10 km race has finished,** join the participants and fans of the Kids Run race or return to the Meet and Greet tent. Here you will find a lecture program, different activities for participants and their support groups, as well as a branded event store. Check out the Moscow Marathon gift shop: we have prepared collaborations with various brands, souvenirs and clothing with the branded symbols.

**On October 13th, after the 42.2 km and relay races have finished,** come to the Meet and Greet tent to meet the winners and prize winners of the race or check out the Moscow Marathon gift shop.

**Come to the party on the evening of October 13th,** which is organized by Dusty Dumbbells together with the Running Community and the Union of Running Enthusiasts. It will start at 18.00 in Vorobyovy Hall (28, Kosygina St., building 1) and will last until dawn. Admission is free.

## RESULTS

---

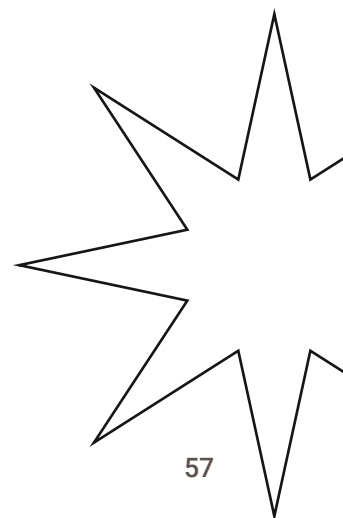
The results will be measured by the chip timing system, judges and a video tracking system.

Your individual result will be calculated when you cross the start and finish lines. The timing chip is attached to your bib. Do not bend or fold it, do not keep the bib next to any magnets – it may damage the timing chip.

Preliminary results will be available on results.runc.run during the race. Time will be measured at start, 5 km, 10 km, 15 km, 21.1 km, 25 km, 30 km, 35 km, 40 km. Your friends will be able to see where you have already checked in. Enter the participant's bib number or the last name to find this information.

Upon finishing the race, you will receive a text message and an email with your preliminary result. Preliminary and final results will be available on the **results.runc.run** website.

If your result is inaccurate or is missing, send a request to [protest@runc.run](mailto:protest@runc.run). Specify your full name, your bib number, distance, the issue itself in the email and attach files that could help. Claims are accepted only from participants or from their official representatives till 17.00, October 25th.



# BRICS MARATHON LEAGUE

## WHAT IS THE BRICS MARATHON LEAGUE?

---

The BRICS Marathon League is a project that unites the largest marathons in Russia (Moscow, St. Petersburg, Kazan), and Brazil, India, China, South Africa and other BRICS countries in the near future. They are distinguished by a high competition level, a strong sports component, a focus on athletics development and the exchange of cultural and tourist experience. The creation of the League was approved by the Ministry of Sports of the Russian Federation.

[brics.run](https://brics.run)

## LEAGUE MEMBER MARATHONS

---

### Moscow Marathon

The largest marathon in Russia at a distance of 42.2 km. It has been held annually since 2013 (except 2021) and is a member of the Association of International Marathons and Distance Races (AIMS). The competition program also includes a 10 km race. Both Marathon courses are certified by AIMS. About 30,000 runners ran both races in 2023.

### The White nights marathon

One of the largest and oldest marathons in Russia. It has been held annually since 1990 (except 2020 and 2021). From 1995 to 2019, it was held in the morning. In 2022, the race returned to its historical form and took place at night. In 2023, it was held on a linear track for the first time. Both courses of the White Nights Marathon are certified by AIMS.

### Kazan marathon

The largest annual marathon held in the capital of the Republic of Tatarstan. It is a member of the Association of International Marathons and Distance Races (AIMS) and has been held in Kazan since 2015. The Kazan Marathon includes not only classic distances for amateurs and professional athletes – 42.2 km, 21.1 km, 10 km, 3 km. The program of the event also includes children's TIMERKIDS and TIMERBABY races. The event is held under the TIMERMAN sporting events series brand.

# MOTIVATION PROGRAM FOR PARTICIPANTS OF THE BRICS MARATHON LEAGUE

---

## Motivation program for amateur athletes

This year, participants of the BRICS Marathon League and the Russian Marathon League, who complete two or three out of three marathons in a year, will have access to additional services at the event sites, special souvenirs, and the opportunity to enter special rankings.

### Those who completed 2 League marathons out of 3, get:

- A special marathon runners wall at the White Nights Marathon and the Moscow Marathon;
- A pin badge on the finish line of the second of the three League marathons. As part of the Moscow Marathon, another award will be available at the Meet and Greet area.

### Those who completed 3 League marathons out of 3, get:

- A special memorable prize at the finish line of the League's third marathon. As part of the Moscow Marathon, another award will be available at the Meet and Greet area;
- A special marathon runners wall at the Moscow Marathon;
- An opportunity to attend a private gala dinner.

---

## Ranking system:

- Ranking based on the total time of the two best marathons;
- Ranking by age category based on the total time of the two best marathons;
- Motivation for fast marathon runners.

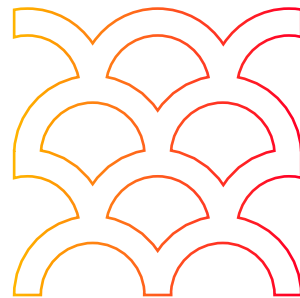
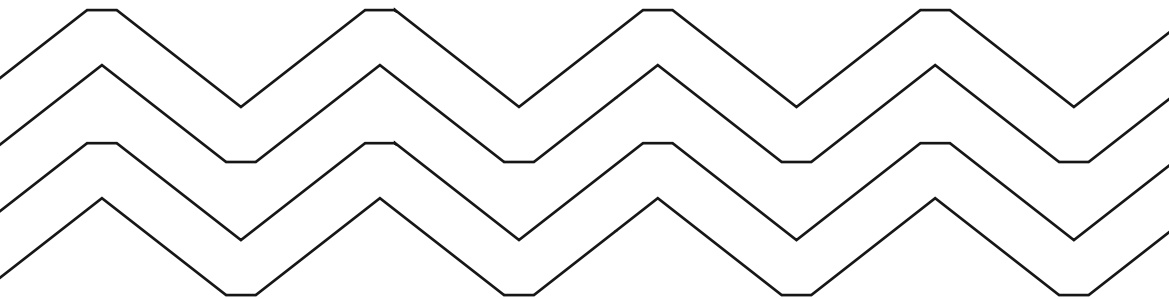
## Motivation program for amateur athletes for 2025:

- Corporate team rankings;
- Running club rankings;
- Additional travel offers;
- Additional sports and leisure program for the whole family to participate.

## MOTIVATION PROGRAM FOR PROFESSIONAL ATHLETES

---

- High level of welcome service;
- Providing a pacemaker service;
- High prize fund and bonus system;
- Opportunity to enter World Ranking;
- Opportunity to set national records;
- Ranking the top marathon runners by points scored for the League's top two marathons of the season;
- Additional awards for winners in the national rankings.



# INFORMATION FOR SPECTATORS

Support is a powerful boost for a runner to overcome the distance and cope with emotions even in the most difficult moments of the race. It is an opportunity to immerse yourself in the atmosphere of the event and have fun.

## SUPPORT IN THE START AND FINISH AREA

---

If you want to support young runners at a Kids run race, purchase fan stuff or draw a poster together with an artist, come to the start and finish area of the Moscow Marathon from October 10th to 13th.

On a race day, you can come to the start and finish area to support runners, as well as see the most spectacular part of the race from the finish stands, which will be open to everyone.

Follow the runners' results online. Go to the [results.runc.run](#), choose the Moscow Marathon and enter the runner's bib number.

## BROADCASTING

---

### Live stream

On October 13th, watch the live broadcast of the Moscow Marathon on our [Vkontakte](#) page. We will show you the mass start of the 42.2 km race and the first person to cross the finish line.

We will show the broadcast on the big screen live together with [Cinema Park and Formula Kino](#) in St. Petersburg, Yekaterinburg, Nizhny Novgorod, Perm and Naberezhnye Chelny. Look for information on the partner's website.

## SUPPORT ALONG THE COURSE

---

Several dozen support spots will be located along the Moscow Marathon course: music stands, stands of various running clubs, and partner areas. You can join any of them!

### Recommendations

Tens of thousands of people take part in the marathon, so it is necessary to follow some rules. They are important for the safety of both runners and those who will support them. For example, do not place cars, large structures like tents and arches on support spots without the consent of the Organizers. Do not use pyrotechnics, smoke bombs or other similar means. Do not give food and water to runners, do not walk along the course or run out on it.

### Telegram live stream

On October 13th, join the broadcast on the official [Telegram channel of the Moscow Marathon](#). There you'll see exclusive race (42.2 km) photos and videos and a detailed story about the events. It will be fascinating!

# CHARITY FOUNDATIONS

## OFFICIAL CHARITY PARTNER

---



The Arifmetika Dobra Foundation is the official charity partner of the Moscow Marathon and several other events organized by the Running Community in Moscow and St. Petersburg. When registering for races, you can make a voluntary donation to help the fund's beneficiaries.

The Arifmetika Dobra Foundation is a charity fund focused on systematically addressing the issue of orphanhood in Russia. It works to ensure that every child is raised in a caring family and that special institutions are unnecessary. The Foundation promotes family placement of orphaned teenagers, social engagement and adaptation of children living in orphanages through education and mentor support.

There are many ways to help the Foundation. The easiest and most straightforward way is to send a donation to the Foundation at the moment of registration for one of our races in the 2024 season. Another option is suitable for those who want to take a more active approach. Join the Foundation's program and become a runner for the greater good. In order to do this, you need to create a personal page on the Arifmetika Dobra Foundation's website, enter your running goal, and invite your friends through your social media to make donations to the Foundation

**[a-dobra.ru](http://a-dobra.ru)**



## OTHER FOUNDATIONS

---



The Korablik Charity Foundation helps children with serious illnesses receive expensive and timely medical care that is not covered by the government. The fund's programs allow children with rare conditions to undergo necessary diagnostics for accurate diagnosis, purchase expensive medications, pay for flights from remote regions to treatment centers, and receive quality comprehensive rehabilitation after injuries, strokes, and hearing loss. The fund also develops social projects aimed at creating a comfortable environment for young patients to reduce stress levels from prolonged hospital stays.

[korablik-fond.ru](http://korablik-fond.ru)



Bolshe Chem Mozhesh Foundation is a charity fund that promotes inclusion in sports, helping people with disabilities do sports regularly and participate in mass events. Individuals who cannot even take a step finish marathons with us!

[morethanable.ru](http://morethanable.ru)



Dobrodomik is a federal network of cafes created in gratitude to the older generation, providing free meals for pensioners, commemorative evenings for veterans and blockade survivors, as well as a targeted assistance system. There are eight operating cafes across the country, from St. Petersburg to Ulan-Ude, serving more than 1,500 elderly people daily. Since its establishment, we have provided over 1,000,000 meals. Our global goal is to help retirees in every city to reduce and minimize the number of lonely, needy seniors.

[dobrodomik.ru](http://dobrodomik.ru)



The Naydi Semyu Foundation helps foster children cope with past traumas and ensures they never return to orphanages. Psychologists, special education teachers, lawyers, and other specialists work with foster families both in person and online throughout Russia.

[sirota.ru](http://sirota.ru)



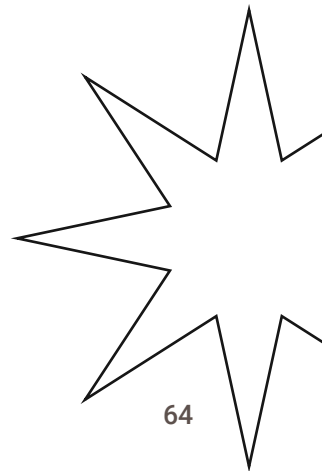
The Zhizn V Dvizhenii Charity Foundation helps children with disabilities fulfill their dream of walking. Over 10 years, the fund has assisted 403 children with health limitations from 23 regions of Russia, many of whom received help multiple times. More than 70 participants took part in social projects, including climbing famous mountain peaks, rock climbing, skiing on prosthetics, snowboarding, skating, marathons and photo projects.

[zhizn-v-dvizhenii.ru](http://zhizn-v-dvizhenii.ru)



The Semya Vmeste Charity Foundation helps families with severely ill children by creating conditions for children to be with their parents during long hospital treatments. The fund opens Family Houses and rooms in children's hospitals where parents from remote regions can stay for free while their children receive treatment.

[semyavmeste.org](http://semyavmeste.org)



# CONTACTS



/MOSCOW\_MARATHON



/MOSCOWMARATHON



/RUNCOMRUN



/RUNC\_RUN



/RUNCOMRUN

# МАРАФОН

# МОСКВА



12-13  
ОКТЯБРЯ



2 0 2 4



RUNC.RUN