

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ





Лыжные гонки

вид спорта, в котором спортсменам необходимо как можно быстрее преодолеть дистанцию на лыжах.
В программе Зимних Олимпийских игр с 1924 г

- **Основные виды лыжных гонок:**
 1. Соревнования с раздельным стартом
 2. Соревнования с общим стартом (масс-старт)
 3. Гонки преследования Эстафеты
 4. Индивидуальный спринт
 5. Командный спринт



Соревнование с раздельным стартом

При раздельном старте спортсмены стартуют с определённым интервалом в определённой последовательности.

Как правило интервал составляет 30 секунд или 1 минута.

Последовательность определяется жеребьёвкой.



Соревнование с масс – стартом

При масс-старте все спортсмены стартуют одновременно. При этом спортсмены с наилучшим рейтингом занимают наиболее выгодные места на старте. Итоговый результат совпадает с финишным временем спортсмена.



Гонки преследования

Гонки преследования представляют собой совмещённые соревнования, которые проходят в два этапа, один из которых спортсмены бегут классическим стилем, а другой - коньковым стилем.

Классический стиль



Коньковый стиль



Лыжная эстафета

В эстафетах соревнуются команды, состоящие из четырёх спортсменов. Передача эстафеты осуществляется касанием ладони любой части тела стартующего спортсмена своей команды.



Командный спринт

Командный спринт проводится как эстафета с командами, состоящими из двух спортсменов, которые поочередно сменяют друг друга, пробегая 3-6 кругов трассы каждый.





**Победители
в Лыжных гонках
на Зимней Олимпиаде
2018 году
в Корее**



Серебро

Александр БОЛЬШУНОВ

Мужчины. Масс-старт 50 км (классическим стилем)
24 февраля



[/sportexpress](#)
[/sportexpressnews](#)
[/sportexpress](#)
[/sport_express](#)



Денис СПИЦОВ

Мужчины. Индивидуальная гонка 15 км (свободным стилем)
16 февраля



-  /sportexpress
-  /sportexpressnews
-  /sportexpress
-  /sport_express



Серебро

**Денис СПИЦОВ, Алексей ЧЕРВОТКИН,
Александр БОЛЬШУНОВ, Андрей ЛАРЬКОВ**

Мужчины. Эстафета 4x10 км
18 февраля



[/sportexpress](#)
[/sportexpressnews](#)
[/sportexpress](#)
[/sport_express](#)



Серебро

Денис СПИЦОВ, Александр БОЛЬШУНОВ
Мужчины. Командный спринт (свободным стилем)
21 февраля



[/sportexpress](#)
[/sportexpressnews](#)
[/sportexpress](#)
[/sport_express](#)



**Анна НЕЧАЕВСКАЯ, Анастасия СЕДОВА,
Юлия БЕЛОРУКОВА, Наталья НЕПРЯЕВА**

Женщины. Эстафета 4x5 км.
17 февраля



Бронза





Бронза

Юлия БЕЛУРУКОВА

Женщины. Спринт (классическим стилем)
13 февраля



[/sportexpress](#)
[/sportexpressnews](#)
[/sportexpress](#)
[/sport_express](#)



Бронза

Андрей ЛАРЬКОВ

Мужчины. Масс-старт 50 км (классическим стилем)
24 февраля



[/sportexpress](#)
[/sportexpressnews](#)
[/sportexpress](#)
[/sport_express](#)