***Положение о проведении***

***Кубка Победы по народному жиму,***

***приуроченного к 72-ой годовщине победы в***

***Великой Отечественной Войне.***

***7 мая 2017г.***

 **1.Цели и задачи**

Турнир проводится с целью:

* Выявление сильнейших спортсменов.
* Пропаганда и популяризация здорового образа жизни среди молодежи, организация досуга населения.
* Пропаганда силовых видов спорта как массовых и зрелищных среди молодежи.
* Соревнования проходят под девизом «Здоровая молодежь - Сильная Россия!»
* Пропаганда трезвого и некурящего образа жизни.
* Формирование престижности занятиями спортом в молодежной среде, как следствие формирования престижности здорового образа жизни.
* Успешная социализация и эффективная самореализация молодежи, для развития ее потенциала в интересах России, в рамках Государственной Молодежной Политики в Российской Федерации.
* Реализация федеральной целевой программы: «Развитие физической культуры и спорта в РФ с 2016 по 2020гг.»

**2. Сроки и место проведения**
Соревнования состоятся **07 мая 2017 г** в **12:00** на спортивной площадке ДС "Аркада" по адресу: Белгородская область, город Старый Оскол, проспект Молодежный, дом 6.

Взвешивание спортсменов будет проводиться в 10:00 в тренажерном зале ДС «Аркада»

**3.** **Руководство проведения соревнований**

Общее руководство по подготовке и проведению соревнований осуществляется при поддержке Автономной некоммерческой организацией «Национальная ассоциация пауэрлифтинга», являющейся самостоятельной международной структурой.

Главный судья: Джулай А.

Судьи: Диатроптов Я.

 Самойлов С.

Старший спикер соревнований Коржов И.

Секретарь соревнований Совкова И.

**4.** **Судейство.**

·Соревнования проводятся по международным правилам АНО «НАП»

·Судьи должны иметь соответствующую одежду (белая рубашка, тёмные или серые брюки, галстук, судейский бэйдж)

**5.** **Участники соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются участники, достигшие 13 лет, имеющие соответствующую спортивно-техническую подготовку и отсутствие медицинских противопоказаний.

Экипировка участников - согласно правилам федерации АНО «НАП»

Участники, не выполняющие требования по экипировке - на помост не допускаются.

**ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ**

Мужчины/Женщины:

 ЮНОШИ/ДЕВУШКИ   с 13 до 19 лет (включительно).

 ЮНИОРЫ/КИ  с 20 до 23 лет (включительно).

ОТКРЫТАЯ                 с 24 до 39 лет (включительно).

ВЕТЕРАНЫ    1) с 40 до 49 лет (включительно).

 2) с 50 до 59 лет (включительно).

 3) с 60 лет и старше

По отношению к спортсменам, достигшим возраста 13 лет, применяется следующее условие: спортсмен обязательно должен достичь возраста в 13 лет ко дню проведения соревнований. В день, когда юноше исполняется 20 лет, он больше не имеет права выступать в юношеской категории. В день, когда юниору исполняется 24 года, он больше не имеет права выступать в категории юниоров.

**ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ**

Мужчины:

до 67,5 кг - от 50,01кг до 67,4кг

до 75 кг - от 67,5кг до 74,9кг

до 82,5 кг - от 75,01 до 82,4кг

до 90кг - от 82,5кг до 89,9кг

до 100 кг - от 90,01кг до 100,0кг

Женщины:

Абсолютное первенство

**6. Вес штанги**
Вес на штанге устанавливается равным собственному весу атлета, зафиксированному на взвешивании. Вес должен быть кратным 2.5 килограммам. В случае, если вес атлета не является кратным 2.5, то он округляется в большую сторону до ближайшего веса, кратного 2.5 килограммам.

Для женщин и юношей, по желанию, вес штанги может быть равен ½ от собственного веса, также кратным 2,5 килограммам. Такие женщины и юноши выступают в отдельном дивизионе от женщин и юношей соответственно, которые соревнуются с весом штанги равным собственному весу.

**7. Правила выполнения упражнений**

* Задача спортсмена лежа на скамье поднять штангу заявленного веса максимальное количество раз, но не менее 6-ти. Результат считается по формуле Коофициента Атлетизма (КА).
* По итогам жеребьевки спортсмены последовательно вызываются на помост секретарем соревнований. После вызова в течение 2 (двух) минут спортсмен должен начать выполнение упражнения. Для выполнения подхода спортсмену дается 4 (четыре) минуты с момента команды «жим».
* Для принятия исходного положения разрешается устанавливать ноги на край скамьи. Захват грифа должен быть прямой и закрытый. Обратный и открытый хваты запрещены. Снять вес со стоек на выпрямленные руки можно самостоятельно, либо с помощью страхующих ассистентов. После принятия спортсменом стартового положения «выпрямленные руки» звучит команда старшего судьи на помосте: «жим», которая разрешает выполнение подхода.
* Обязательное условие зачетного повторения — касание грифом туловища и последующий жим штанги вверх до положения «выпрямленные руки» . Счет судьи означает засчитанную попытку, если вместо счета звучит команда судьи или повторение счета, значит, спортсменом допущена ошибка.
* Продолжать подход можно только после счета или команды старшего судьи на помосте.

**8.** **Костюм и предметы личной экипировки**

К участию в турнире допускаются спортсмены-любители, имеющие следующую экипировку:

* Спортивный костюм, шорты
* Футболка
* Кроссовки
* Пояс (ремень)**.**

Участник может применять пояс (ремень). Его следует надевать поверх костюма.

* Носки.

Разрешается надевание носков

* Кистевые бинты.

Можно использовать бинты, не превышающие 1м в длину и 8см в ширину. Альтернативно можно применять специальные напульсники шириной не более 10 см. Комбинация их с бинтами не разрешается. К бинтам может быть прикреплена петля и липучки застежки. Во время подъема штанги петля не должна быть надета. Ширина намотки от середины запястья вверх – не более 10см и вниз (на кисть) – не более 2см. Общая ширина намотки – не более 12см.

**Запрещается нахождение на помосте с голым торсом.**

**Общие требования.**

* Строжайше запрещается использование масла, мазей или другой смазки на теле, костюме или предметах экипировки во время выполнения упражнения. Это не относится к мазям и растиркам, используемым в терапевтических целях. Однако, подобные средства не должны быть заметны во время выполнения упражнений. Разрешается использование детской присыпки, талька, канифоли и магнезии. Допускается использование спрэй-клея лишь самим атлетом, но не в отношении спортивного оборудования.
* Запрещено использование каких-либо инородных веществ для обработки оборудования для пауэрлифтинга: помоста, скамьи или грифа.
* Все атрибуты формы и личной экипировки спортсмена должны быть чистыми и опрятными. В случае несоблюдения этого требования атлет, по решению судей может быть не допущен к дальнейшему участию в соревнованиях.
* Судьи могут потребовать ограничить чрезмерные приемы «психостимуляции» (брань, молитвы, шлепки и удары) спортсменами.

**9. Абсолютное первенство**

**Абсолютное первенство определяется по коэффициенту АНО «НАП»**

**В случае ,если в отдельной группе примут участие менее шести спортсменов среди мужчин, награждение победителей абсолютного первенства в данной группе не производится.**

**10. Заявки**

**Предварительные заявки от спортсменов ОБЯЗАТЕЛЬНЫ . Заявки подаются до 25.04.2017г включительно , посредством он-лайн регистрации в группе** <https://vk.com/public144394581> **, заполнив анкету участника, а так же заполнив анкету на стойке администратора фитнес-клуба ДС Аркада.**

**Участник соревнования, своевременно подавший заявку обязан в срок до 28.04.2017г (включительно) перевести стартовый взнос в размере 500 рублей по указанным организаторами реквизитам (см.Приложение), в противном случае он будет облагаться дополнительным сбором в размере 500 рублей.**

**Участники ,не подавшие заявки, или подавшие заявки с нарушением установленного срока облагаются дополнительным сбором в размере 1000 рублей.**

**Стартовые взносы возврату не подлежат при любых обстоятельствах.**

**Факт оплаты стартового взноса подтверждается на взвешивании наличием квитанции об оплате. При отсутствии квитанции оплата считается недействительной.**

**Оплата производится на каждого человека отдельным платежом! После взвешивания оригинал квитанции остается у организаторов.**

**Копию квитанции об оплате прислать в группу** <https://vk.com/public144394581> **!!!!!**

**Все виды взносов, сборов и оплат, оплачиваемые спортсменом в данных соревнованиях, указанные в настоящем Положении , являются благотворительными.**

**11. Присвоение нормативов**

**Соревнования проводятся без присвоения нормативов.**

# 12. Определение победителей

* + - 1. Победители выявляются в каждой весовой категории. Отдельно по возрастным категориям (см. пункт «Возрастные категории») и отдельно по мужчинам, и по женщинам.
			2. Победителем становится тот атлет, который в своей категории сделает наибольшее количество засчитанных повторений со штангой. Остальные участники занимают места по мере уменьшения количества повторений.
			3. В случае равенства повторений среди нескольких атлетов - наивысшее место присуждается атлету, набравшему наибольший тоннаж .В случае равенства тоннажа, наивысшее место присуждается всем этим атлетам.
			4. Абсолютный победитель определяется в возрастных группах «юноши», «юниоры», «открытая», «ветераны». Абсолютным победителем становится атлет, который имеет наибольший коэффициент (посчитанный из результата тоннажа) среди всех участников своей возрастной группы.

Турнир проводится как личные соревнования.

**13. Награждение победителей**

* Спортсмены, занявшие первые три места в каждой весовой и возрастной категории, награждаются эксклюзивными медалями и дипломами
* Победители абсолютного первенства награждаются дипломами и кубками.
* **Возможны дополнительные ценные призы, как от спонсоров, так и за счет благотворительных взносов.**
* Все призеры или их представители обязаны присутствовать на награждении. В противном случае выдача награды не гарантируется.

**14.** **Персональные данные участника соревнований (спортсмена)**

 Персональные данные участника соревнований подлежат обработке в соответствие требованиями Закона № 152-ФЗ «О персональных данных».

Письменное согласие на обработку его персональных данных даётся участником соревнований при подписании заявочной карточки в соответствии с п. 15 настоящего Положения.

**15.** **Контактная информация**

По всем интересующим Вас вопросам, касающимся организации и проведения

"**Кубка Победы по народному жиму, приуроченного к 72-ой годовщине победы в ВОВ"** Вы можете связаться с Организатором мероприятия

***Джулай Анастасией*** тел.: 8-960-634-31-03 или вице-судьёй соревнований

***Диатроптовым Ярославом***  тел.: 8-951-767-76-14

**16.** **Настоящее Положение служит официальным вызовом на соревнования!**

 **ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Реквизиты для оплаты стартового взноса**

* Оплата производится на каждого человека отдельным платежом!
* В назначении платежа обязательно указывать ФИО плательщика!!!
* Квитанцию об оплате иметь при себе на взвешивании, в противном случае оплата считается не действительной!

БИНБАНК

Получатель : Джулай Анастасия Александровна

Банк получатель: Бинбанк

Действительна до: 11/18

**Номер карты:**  ***4627 0410 1003 1713***

**Назначение платежа : Перевод денежных средств от Иванова Ивана Ивановича**