

«УТВЕРЖДАЮ»
Начальник УФСИН России
по Тверской области
генерал-майор внутренней службы
К. А. Книс

ПОЛОЖЕНИЕ

Турнир по функциональному многоборью посвященные образованию отдела специального назначения «Рысь» УФСИН России по Тверской области

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся с целью:

- 1.1. Пропаганды спорта и здорового образа жизни среди населения города Твери.
- 1.2. Популяризации функционального многоборья в городе Твери.
- 1.3. Развития и укрепления отношений между различными участниками спортивного сообщества .
- 1.4. Выявления наиболее физически подготовленных Атлетов.
- 1.5. Повышения спортивного мастерства.

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

- 2.1. Соревнования проводятся 11 августа 2018 года на спортивной площадке стадиона Текстильщик
 - 2.2. Начало регистрации команд с 10.00
 - 2.3. Начало соревнований: 11.00
- Дополнительная информация по телефону: 8-906-552-95-96

3. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

3. Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет УФСИН России по Тверской области, Администрация города Твери, кроссфит клуб « Валдай»

- 3.1. Главный судья Турнира – Колтаков Иван

4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

- 4.1. К участию допускаются только лица старше 18 лет.
- 4.2. Соревнования проводятся в командном зачете. Составы команд: мужская команда- 2человека , женщины идут в личном зачете
- 4.3. Каждый участник обязан иметь документ, удостоверяющий личность, а также медицинский страховой полис.
- 4.4. Деление участников по весовым категориям не производится.
- 4.5. Участие в турнире бесплатное.
- 4.6. Каждый Атлет обязан демонстрировать спортивное поведение.

4.6.1. Неспортивное поведение, такое как споры, насмешки, оскорбления или физическое насилие по отношению к представителям оргкомитета Соревнований, другим спортсменам, зрителям, может наказываться дисквалификацией или удалением с Соревнований.

4.7. Оргкомитет оставляет за Главным врачом Соревнований право, при вероятности вреда здоровью Атлета, безоговорочного снятия этого Атлета с участия в Соревнованиях

4.8. Атлеты допускаются к участию только при наличии у них спортивной формы, не создающей помех судейской оценке качества движения (шорты либо комбинезон), и спортивной обуви.

4.9. В Соревнованиях разрешается использование эластичных бинтов, напульсников, перчаток, тейпов, поясных ремней для тяжелой Атлетики и пауэрлифтинга, компрессионной одежды, шапок, защиты паха и рук, магнезии, талька.

4.10. Не разрешается использование лямок, крюков, перчаток с крюками, клеящих веществ, комбинезонов для приседа и жимовых маек, костюмов с экзоскелетом и т.п. усилителями.

5. СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Судьи ответственны за отслеживание стандартов движений и подтверждение результата Команд.

5.2. Нарушение Атлетом требований установленных стандартов движения или его амплитуды ведет к незачету повторения.

5.3. Единственно ответственным за уточнение всех вопросов относительно стандартов движения перед выполнением соревновательного комплекса является Капитан команды.

5.4. В случае наличия физических ограничений в реализации полной амплитуды движения, обусловленных физическими дефектами или временными или хроническими травмами, Капитан команды обязан заранее уведомить судейский состав.

5.5. Отказ в выполнении инструкций Судьи, перебранки или попытки унижить судью или персонал Соревнований может вылиться в штрафные санкции или дисквалификацию Команды с Соревнований и/или будущих Соревнований. Это также касается уничижительных комментариев со стороны тренера Атлета, его представителя, группы поддержки или гостя.

5.6. Судьи Соревнований и члены Оргкомитета имеют право остановить выполнение Атлетом задания в любой момент Соревнований, если предполагают, что Атлет находится под угрозой нанесения серьезной травмы себе и/или окружающим.

5.7. Как только Атлет вступил на соревновательную территорию, тренерам и зрителям запрещено передавать ему какие-либо предметы (воду, магнезию, тейпы и т.д.). Также запрещено находиться посторонним на территории соревновательной площадки, спортсмен может быть дисквалифицирован.

6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

6.1 Соревновательные комплексы могут включать следующие упражнения:

Приседания (с весом тела, со штангой на спине, на груди, над головой)

Прыжок (в высоту, в длину с места, на тумбу, через тумбу, боковой)

Отжимания
Бёрпи (прыжок в комбинации с отжиманием)
Подъемы корпуса из положения лежа на спине
Прыжки через скакалку
Жим штанги стоя, жимовой швунг, толчковый швунг
Становая тяга
Подъем штанги на грудь
Рывок штанги
Махи гирей
Рывок гири
Подъем на грудь и толчок гирь
Бег
Гребля, велотренажер

а также иные функциональные упражнения по перемещению собственного тела или внешних объектов.

6.2 Каждый соревновательный комплекс представляет собой уникальную комплексную двигательную задачу, состоящую из различных движений по перемещению собственного тела, а также контролю и управлению внешними объектами. Соревновательные задания, входящие в программу состязаний, будут анонсированы для участников в день Соревнований не позднее, чем за 15 минут до старта. Если Команда не переходит к выполнению следующего задания по какой-либо причине (травма, дисквалификация и т.п.), в общей таблице эта Команда будет находиться в конце списка после всех, кто выполнил задание, и не сможет перейти на следующий этап Соревнований. Изменение порядка выполнения упражнений в соревновательных комплексах запрещены.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ И НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

7.1. За каждый соревновательный комплекс Команда получает баллы, размер которых определяется судьями после выполнения комплекса.

7.2 Призеры и победители определяются по сумме баллов, полученных во всех комплексах.

7.3 При некачественном выполнении упражнения, повтор либо не засчитывается, либо добавляется штрафное время (на усмотрение судьи).

8. НАГРАЖДЕНИЕ

Победители и призеры соревнований награждаются кубками, медалями, грамотами и ценными призами .

9. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по командированию участников, руководителей делегаций, тренеров на соревнования (проезд, питание, страховка) обеспечивают командирующие организации.

10. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Данное положение является вызовом на соревнования. Заявки на участия по номеру телефона 8-906-552-95-96 Алексей