

**Автономная некоммерческая организация
«Региональное Объединение Спортсменов и Тренеров»**

*Учётный номер Свидетельства о государственной регистрации
в Министерстве юстиции Российской Федерации: 5914050881 от 11.03.2022 г.*



**ЕДИНЫЕ
ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА**

по силовым видам спорта

**Россия, Пермь
ред. 2023 г.**

Содержание

1. Общие положения

- 1.1. Виды упражнений
- 1.2. Возрастные группы
- 1.3. Весовые категории
- 1.4. Состав команд

2. Оборудование

- 2.1. Помост
- 2.2. Грифы, замки
- 2.3. Диски (блины, доп отягощения)
- 2.4. Стойки
 - 2.4.1. Скамья для жима штанги лёжа
 - 2.4.2. Стойки для приседаний
 - 2.4.3. Стойка для отжиманий (брусья)
 - 2.4.4. Стойки для армейского жима (жим штанги стоя)
- 2.5. Дополнительные конструкции и инвентарь

3. Экипировка

- 3.1. Общие правила

4. Спортивные дисциплины и правила их выполнения

- 4.1. Жим штанги лежа (классический)
- 4.2. Жим штанги лёжа (многоповторный)
- 4.3. Становая тяга (классическая)
- 4.4. Становая тяга (многоповторная)
- 4.5. Приседания (классические)
- 4.6. Приседания (многоповторные)
- 4.7. Армейский жим (классический)
- 4.8. Армейский жим (многоповторный)
- 4.9. Отжимания на брусьях (классические)
- 4.10. Отжимания на брусьях с дополнительным весом (многоповторные)
- 4.11. Подъём на бицепс (классический)
- 4.12. Подъём штанги на бицепс (многоповторный)

5. Регистрация и взвешивание участников

6. Порядок проведения соревнований

- 6.1. Оргкомитет
 - 6.1.1. Судьи;
 - 6.1.2. Спикеры;
 - 6.1.3. Секретари;
 - 6.1.4. Ассистенты (помощники)
 - 6.1.5. Медицинский персонал
- 6.2. Правило подходов
- 6.3. Порядок выполнения попыток
- 6.4. Ошибки при установке веса

7. Награждение

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Региональное Объединение Спортсменов и Тренеров (сокр. - РОСТ) организует и проводит соревнования по следующим спортивным дисциплинам

1.1. Виды упражнений

1. Жим штанги лежа (классический)
2. Становая тяга (классический)
3. Приседания (классический)
4. Армейский жим (классический)
5. Отжимания на брусьях (классический)
6. Подъём на бицепс (классический)
7. Жим штанги лёжа (многоповторный)
8. Армейский жим, жим штанги стоя (многоповторный)
9. Становая тяга (многоповторный)
10. Приседания (многоповторный)
11. Отжимания на брусьях с дополнительным весом (многоповторный)
12. Подъём штанги на бицепс (многоповторный)

1.2. Возрастные группы:

К участию в турнире допускаются участники следующих возрастных категорий:

Юноши,	от 13 до 17 лет
Девушки	от 13 до 17 лет
Мужчины	от 18 лет
Женщины	от 18 лет

1.3. Весовые категории:

Учитываются весовые категории для всех возрастных групп

До 50 кг	До 100 кг
До 60 кг	До 110 кг
До 70 кг	До 120 кг
До 80 кг	Свыше 120 кг
До 90 кг	

1.4. Состав команд для участия в соревнованиях

Каждая официально зарегистрированная команда может представить участников, не менее 5 человек для участия в соревнованиях. Спортсмены в главе с капитаном могут выступать в разных весовых категориях и разных дисциплинах, как у мужчин, так и у женщин. Все участники команды должны пройти процедуру регистрации на взвешивании.

Подсчет командных очков

Команда формируется от 5 участников, каждый участник за личное выступление получает

10 баллов за 1 место,

7 баллов за 2 место,

5 баллов за 3 место.

Сумма баллов суммируется. Побеждает та команда, которая набирает максимальное количество баллов.

2. ОБОРУДОВАНИЕ

2.1. Помост:

Помост должен быть изготовлен из очень плотной резины, общим размером 2х3 метра или 3х3 метра. Для безопасности выступающих спортсменов территория закрыта ограждениями. Во время выполнения упражнений на помосте запрещается присутствие посторонних лиц, кроме спортсмена, ассистентов и 3 судей. Любые действия по регулированию оборудования на помосте производятся лишь с разрешения центрального судьи, или организатора соревнований.

2.2. Грифы и замки:

Все грифы для след. дисциплин: жим штанги лежа, армейского жима, приседаний, становой тяги должны быть олимпийского типа (толщина грифа от 29 мм до 30 мм, длина 2200 мм). Исходный вес грифа 20 кг.

- В подъеме штанги на бицепс можно использовать EZ или W гриф

Замки обязательно должны использоваться на соревнованиях (Вес замка 2,5 кг.)

2.3. Диски (блины):

Для штанги на соревнованиях РОСТ использоваться диски (блины) весом 1,25; 2,5; 5; 10; 15; 20; 25; 50 кг.

Самые тяжелые диски должны быть установлены первыми, остальные в порядке убывания веса диска:

Для становой тяги используются блины Стандарт «Евроклассик», которые выполнены из прессованной резины, увеличен внешний диаметр диска.

2.4. Стойки

2.4.1. Скамья для жима штанги лёжа:

Скамья должна быть крепкой, устойчивой, выдерживать вес спортсмена и вес штанги.

Для выступления спортсменов скамья должна быть расположена горизонтально. Высота стоек должна регулироваться, высоту стоек спортсмен заказывает перед выступлением

На соревнования по жиму штанги лежа предоставляются 2 скамьи, одна на соревнования и 2-я в разминочный зал дополнительно.

2.4.2. Стойки для приседаний:

Стойки представляют собой цельную конструкцию, Стойки для приседаний должны быть сконструированы так, чтобы можно было регулировать их высоту в соответствии с ростом спортсменов. Все стойки должны фиксироваться на нужной высоте соответствующими ограничителями.

2.4.3. Стойка для отжиманий (брусья)

Брусья должны иметь крепкую конструкцию, выдерживающие вес более 200 кг учитывая вес спортсмена и вес дополнительного отягощения. Ширина рукояток брусьев 60 см.

2.4.4. Стойки для армейского жима:

Стойки для жима штанги стоя могут представлять собой цельную безопасную конструкцию. Высота стоек должна фиксироваться на нужной высоте соответствующими ограничителями.

2.5. Дополнительные конструкции и инвентарь

Ограждения, выполненные из металла, служат барьерами

Плиобокс, тумба для спорта, используется для упражнения отжимания на брусьях

Петли «Дэйзи чейн» (Daisy chain) – используется высокопрочные крепкие петли вместо цепи, в дисциплине отжимания на брусьях

Чаша для магнезии

3. ЭКИПИРОВКА

3.1. Общие правила

Трико для тяжелой атлетики

Общие правила выступления всех спортсменов строго в трико-борцовки для тяжелой атлетики. Под трико разрешается одевать футболку

Бинты для запястий

Разрешено использование бинтов для лучезапястных суставов. использование лишь 1 пары бинтов. Допускается использование бинтов с липучкой и петлей для большого пальца, петлю можно не снимать.

Носки

В становой тяге должны обязательно использоваться гетры, которые должны закрывать голень.

Пояс для тяжелой атлетики

Спортсмен может применять пояс для тяжелой атлетики (пояс). Его надевают поверх трико.

Обувь

Спортсменам для выступлений разрешается одевать борцовки, кеды, кроссовки, штангетки, чешки.

Дополнительная информация

Перед началом соревнований судейский состав РОСТ проводит инструктаж по форме одежды, технике и правилам выполнения упражнений на помосте.

Разрешено использование тейпов исключительно при предъявлении мед. справки

Запрещается:

- Использование суппортов (наколенники, налокотники)
- Запрещаются головные уборы (шапки, бейсболки, кепки)
- Выходить на помост по приглашению без трико
- Не разрешается присутствие посторонних веществ на помосте или экипировке.

4. СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ПРАВИЛА ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ

4.1. Жим штанги лежа (классический)

Скамья должна размещаться на помосте изголовьем к центральному судье. Исходное положение спортсмена лежа на спине, головой, плечами и ягодицами касаясь поверхности скамьи. Подошва обуви должна касаться пола, разрешается положение ног, прижав носки и пятки к полу, а так же на носочках.

. Штанга подается на выпрямленные руки, а не на грудь. Ширина хвата штанги не должна превышать 81 см. По просьбе выступающего спортсмена, в съеме штанги со стоек ему может помочь тренер или помощник (ассистент)

Перед началом выполнения жима штанги лежа спортсмен сам (лично) или с помощью тренера, ассистента снимает штангу со стоек, на прямых руках опускает штангу на грудь от центрального судьи должны поступить команды:

- 1) Голосовая команда **»ЖИМ»**
- 2) Спортсмен в верхней точке должен выжать штангу, выпрямив руки и ожидать от центрального судьи команды **«НА СТОЙКИ»**



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Отрыв таза (ягодиц) от скамьи
- Неполное выпрямление рук
- Двойное движение
- Выполнение без команды центрального судьи
- Запрещается касание грифом стоек во время жима
- Использовать налокотники (суппорты)
- Запрещается отрыв ног от пола.

4.2. Жим штанги лёжа (многоповторный)

Перед началом выполнения жима штанги лежа спортсмен сам (лично) или с помощью тренера, ассистента снимает штангу со стоек, на прямых руках от центрального судьи должна поступить команда: **«СТАРТ»**

Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитываются.

Разрешенный отдых на выпрямленных руках не более 10 секунд между повторениями. Отдых со штангой на груди запрещен. Если во время повторения штанга задевает стойки, повторение на засчитываются.

Вес штанги для многоповторного жима штанги лёжа:

- Женщины 30 кг, - Юноши 55 кг, - Мужчины: 75 кг

4.3. Становая тяга (классическая)

Исходное положение, спортсмен должен стоять лицом к передней части помоста, штанга подготовлена ассистентами, расположена горизонтально на помосте. Спортсмену разрешается тянуть штангу в стойке «классика» или «сумо». Спортсмен подходит к штанге, выполняет хват, разрешается любой: прямой, обратный, разнохват.

От центрального судьи должны поступить команды:

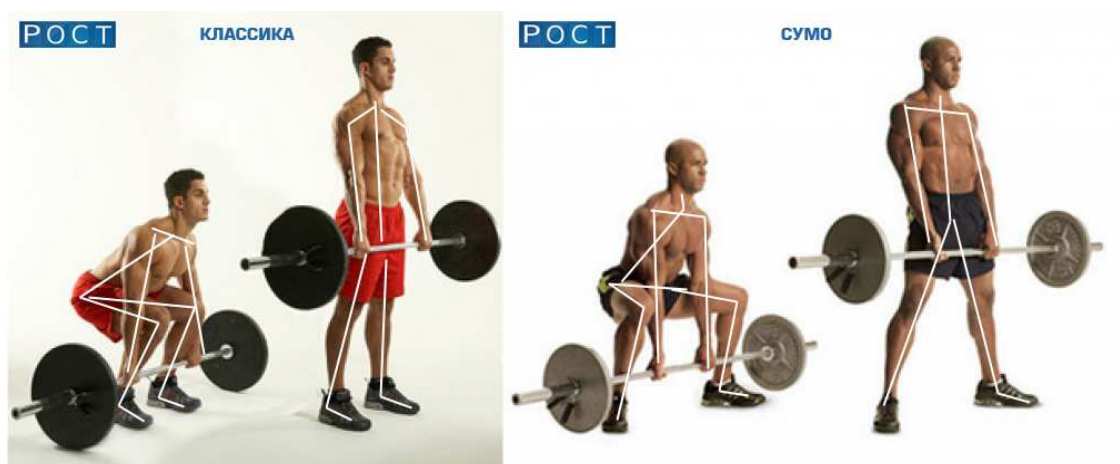
1) ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВВЕРХ

Спортсмен начинает выполнять тягу, удерживая крепко штангу в руках, с выпрямленными ногами в верхней точке ждёт команды от центрального судьи.

2) ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВВЕРХ

3) Голосовая команда «ВНИЗ»

Спортсмен опускает штангу



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Перемещение стоп во время выполнения упражнения
- Неполное выпрямление ног в коленях
- Запрещается использование бинтов, наколенников, повязок, лейкопластырей
- Опускание штанги вниз без команды центрального судьи

4.4. Становая тяга (многоповторная)

Спортсмен удерживая штангу в руках, с выпрямленными ногами в верхней точке ждёт команды, от центрального судьи должны поступить команда: «**СТАРТ**»

Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитываются.

Разрешенный отдых на выпрямленных ногах между повторениями не более 10 секунд

Вес штанги для многоповторной становой тяги
- Женщины 75 кг; - Юноши 100 кг; - Мужчины 125 кг

4.5.Приседания (классические)

Спортсмен должен находиться лицом к передней части помоста. После снятия штанги со стоек, спортсмен принимает исходное положение. Ноги должны неподвижно находиться на помосте, колени должны быть выпрямленными, спортсмен ожидает команды центрального судью

Сигнал центрального судьи должен состоять:

1) **ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВНИЗ**

2) Громкой команды "**СЕСТЬ**"

Спортсмен должен согнуть ноги в коленях до угла 90 градусов, используя только одну попытку на опускание

Далее, спортсмен должен самостоятельно, без двойного движения, вернуться к вертикальному исходному положению с полностью выпрямленными в коленях, неподвижными ногами. Штанга может останавливаться, но не допускается ее движение вниз.

Заняв исходное положение спортсмен ожидает команды центрального судьи:

«НА СТОЙКИ», после команды спортсмен должен вернуть штангу на стойки



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Выполнение без команды центрального судьи
- Неполное выпрямление коленей в конце выполнения упражнения
- Использовать наколенники (суппорты)
- Неполный присед
- Любое передвижение ног в стороны, назад или вперед во время выполнения приседания

4.6. Приседания (многоповторные)

Спортсмен сняв штангу со стоек от центрального судьи ждет команды:

Голосовая команда судьи **«СТАРТ»**

Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений повторения выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитывается.

Разрешенный отдых на выпрямленных ногах между повторениями не более 10 секунд

Вес для многоповторных приседаний со штангой

- Женщины 40 кг- Юноши 65 кг- Мужчины 75 кг

4.7. Армейский жим (классический)

Спортсмен, находится в исходном положении стоя перед стойкой со штангой. Спортсмен берет штангу со стоек, перед началом упражнения разрешается сделать шаг назад чтобы не задевать стойки, ожидает команд центрального судьи.

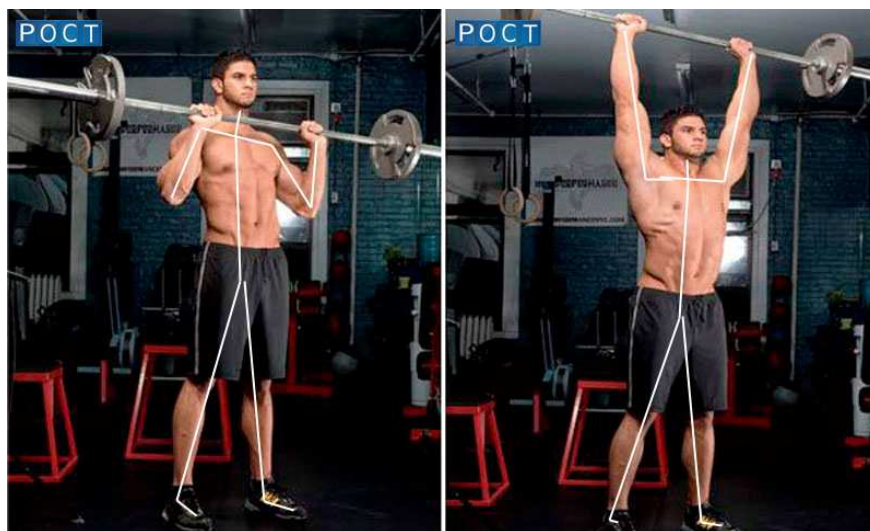
Сигнал центрального судьи должен состоять:

1) **ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВВЕРХ**

2) громкой команды «**ЖИМ**»

Спортсмен должен полностью выжать штангу, выпрямив руки и зафиксировав локти.

4) Удерживая штангу в верхней точке спортсмен должен дождаться команды центрального судьи «**НА СТОЙКИ**»



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Выполнение без команды центрального судьи
- Любое передвижение ног в стороны при выполнении жима стоя
- Использование Налокотников. Суппортов

4.8. Армейский жим (многоповторный)

Спортсмен берет штангу со стоек, перед началом упражнения разрешается сделать шаг назад, чтобы не задевать стойки, ожидает команд центрального судьи: «**СТАРТ**» Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений повторения выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитываются.

Разрешенный отдых на выпрямленных руках между повторениями не более 10 секунд

Вес для многоповторного армейского жима
- Женщины 25 кг- Юноши 40 кг- Мужчины 55 кг

4.9 Отжимания на брусьях (классические)

Спортсмен готовится к выполнению попытки, на поясе спортсмена закреплен добавочный вес с помощью ассистентов, в исходном положении спортсмен находится на брусьях на выпрямленных в локтях руках, ноги прямые, ожидает команды центрального судьи

Сигнал центрального судьи должен состоять:

1) **ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВНИЗ**

2) громкой команды «**СТАРТ**»

Спортсмен выполняет отжимание на брусьях с дополнительным отягощением

3) выполнив попытку спортсмен на прямых руках ожидает команду центрального судьи «**ЗАВЕРШИТЬ**» слезит с брусьев



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Выполнение без команды центрального судьи
- Использовать наколенники (суппорты)
- Сгибание коленей

4.10. Отжимания на брусьях с дополнительным весом (многоповторные)

Спортсмен в исходном положении спортсмен находится на брусьях на выпрямленных руках, ноги прямые, ожидая команды центрального судьи

Голосовая команда судьи «**СТАРТ**»

Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений повторения выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитывается.

Разрешенный отдых на выпрямленных руках между повторениями не более 10 секунд

Многоповторные отжимания на брусьях с дополнительным весом

Вес дополнительного отягощения

- Женщины 8 кг- Юноши 16 кг- Мужчины 24 кг

4.11. Подъём на бицепс (классический)

Исходное положение, спортсмен стоя берет штангу с пола и ожидает команду центрального судьи

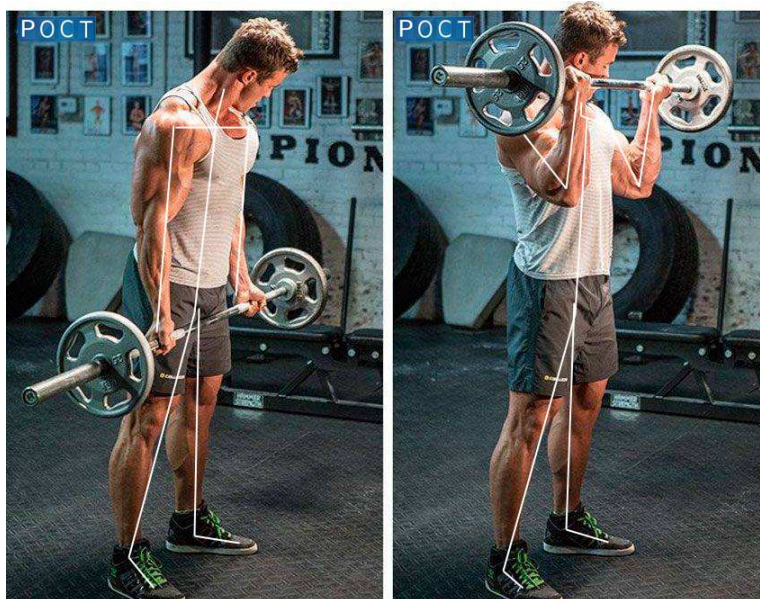
Сигнал центрального судьи должен состоять:

1) **ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВВЕРХ**

2) громкой команды «**ПОДЪЁМ**»

Спортсмен поднимая штангу, фиксирует её на уровне подбородка

3) Центральный судья подает сигнал **ДВИЖЕНИЕ РУКОЙ ВНИЗ** и голосовую команду «**ОПУСТИТЬ**» спортсмен возвращает штангу в исходное положение



Запрещается, причины по которым могут не засчитать подход:

- Выполнение без команды центрального судьи
- Использовать наколенники (суппорты)
- Большой наклон вперед или назад более 30 градусов во время выполнения
- Запрещается сгибание ног и так же перемещение ног во время выполнения

4.12. Подъём штанги на бицепс (многоповторный)

Исходное положение, спортсмен стоя берет штангу с пола и ожидает команду центрального судьи

Голосовая команда судьи «**СТАРТ**»

Спортсмен выполняет 1 попытку на максимальное количество повторений.

Центральный судья громко засчитывает количество повторений выполняемые спортсменом во время попытки. В случае нарушений повторения выполненные спортсменом по решению центр. судьи не засчитываются.

Разрешенный отдых на выпрямленных руках между повторениями не более 10 секунд. Разрешаются рывки, наклоны корпуса вперед и назад.

Вес штанги, многоповторный подъем штанги на бицепс

- Женщины 30 кг- Юноши 40 кг- Мужчины 50 кг

5. РЕГИСТРАЦИЯ И ВЗВЕШИВАНИЕ

Предварительная регистрация участников начинается за несколько недель, месяцев до начала соревнований. Участники соревнований оформляют и отправляют заявку через официальный сайт АНО «РОСТ» СПОРТ59.РФ.

Взвешивание и регистрация участников соревнований для жителей г. Пермь проводится за день до соревнований. Для иногородних разрешается в день соревнований.

В случае, если участник из г. Пермь не может явиться на регистрацию по различным объективным причинам, то по решению оргкомитета он может пройти процедуру в день соревнований. Но для этого он должен заранее уведомить оргкомитет.

Для удостоверения личности, возраста спортсменов должен предъявить паспорт.

Расписание взвешивания обязательно заблаговременно публикуется организаторами соревнований в официальной группе АНО «РОСТ».

На регистрации и взвешивании присутствует секретарь и ассистенты (помощники),

Спортсмен заполняет карточку, где прописывается:

- 1) Фамилия и имя спортсмена.
- 2) Полная дата рождения.
- 3) Весовая категория.
- 4) Возрастная категория
- 5) Точный вес атлета.
- 6) Выбор дисциплин и веса первых попыток в упражнениях (классика)
- 7) Высота стоек.
- 8) Электронная почта спортсмена.
- 9) Телефон спортсмена.

Спортсмен передает заполненную карточку секретарю, оставив свою подпись и согласие на участие в соревнованиях. Далее встаёт на весы. Представители организации РОСТ фиксируют фактический вес спортсмена

6. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

6.1.Оргкомитет

Организаторами соревнований АНО «РОСТ» назначаются следующие лица:

- 1) Судьи;
- 1) Спикеры;
- 2) Секретари;
- 3) Ассистенты (помощники)
- 5) Медицинский персонал

6.1.1.Судьи

На помосте должны быть три судьи: центральный судья и два боковых. Старший судья ответственный за подачу всех команд для выполнения упражнений спортсменами. До начала соревнований судейский корпус обязан проверить оборудование, инвентарь на соответствие. Перед каждым началом упражнений центральный судья проводит инструктаж.

На протяжении соревнований судейский корпус обязан проверять установленный вес. Выявив ошибки спикера или ассистентов незамедлительно сообщать о нарушении. Работа судейского корпуса заключается в контроле и правильности выполнения упражнения спортсменами.

Внешний вид судьи АНО «РОСТ»

- 1) Белое поло, с нанесением на спине «**СУДЬЯ**», разрешается нанесению фамилии судьи на спине. Нанесение только на русском языке, без использования иностранных слов и букв, спереди справа на груди лого АНО «РОСТ»
- 2) Брюки, джинсы, цвет черный, синий, темно-синий
- 3) Обувь: туфли, цвет темный.



6.1.2 Спикеры

Спикер (диктор) – ведущий на соревнованиях, объявляет о выходе (приглашении) спортсменов на помост. Спикер ответственный за проведение церемоний награждения
Внешний вид: для мужчин и женщин классическая одежда (не спортивная)

6.1.3 Секретари

Работа секретаря заключается в формировании протокола соревнований. Внешний вид: для мужчин и женщин классическая одежда (не спортивная)

6.1.4 Ассистенты (помощники)

Ассистенты выступают помощниками соревнований, в их задачу входит подготовка заявленного веса спортсмена, помощь в подготовке и проведении соревнований.

Форма одежды: футболка белого цвета с нанесением на спине надписи «**АССИСТЕНТ**» с символикой лого АНО «РОСТ» спереди на груди. Спортивные штаны или шорты.
Обувь кроссовки или кеды.

6.1.5 Медицинский персонал

Медицинский работник размещается на соревнованиях за отдельным столом. Он должен при себе иметь весь необходимый инвентарь для оказания первой медицинской помощи. В случае оказания необходимости оказать медицинскую помощь.

6.2. Правило подходов

Во время проведения соревнований заявленный вес штанги не может быть изменен после объявления об установлении его на штангу. Если спортсмен решил сделать вес штанги больше или меньше он должен заблаговременно обратиться к секретарю. Перед началом соревнований, выполнением первого подхода за несколько минут до старта потока спортсмен предоставляется возможность выбрать высоту стоек в дисциплинах: жим штанги, приседания, армейский жим

6.3. Порядок выполнения попыток

- В дисциплинах **«классических»** итоговый результат формируется за счет лучшей из трёх попыток в следующих упражнениях:

приседание, жим штанги лёжа, становая тяга, армейский жим, отжимания на брусьях, которые были успешно выполнены и были зачтены судьями организации РОСТ на помосте. В случае правильного выполнения судья подает сигнал подъем белого флага **«ВЕС ВЗЯТ»**, в случае ошибку в выполнении упражнения подъем красного флага **«ВЕС НЕ ВЗЯТ»**. Каждый судья не может влиять на решение других судей.

Попытка считается выполненной если по решению судей сигнализирует подъем 2-х или 3-х белых флагов В случае если один из судей засчитал попытку(белый флаг), а двое судей нет(красный флаг) то попытка неуспешная.

После каждой успешной попытки спортсмен заблаговременно заказывает следующий вес, кратным 2.5 кг

После каждой неудачной попытки, спортсмен не может заказать вес меньше ранее заявленного. Он может оставить вес прежним или запросить вес больше.

Спортсмен может отказаться от выступления в какой-либо попытке.

- В **«многоповторных»** дисциплинах итоговый результат формируется за счет одной попытки, выполненной на максимальное количество раз (повторений).

6.4. Ошибки при установке веса

Если во время соревнований выяснилось, что ассистентами установленный вес штанги оказался меньше, чем заказанный спортсменом, но в результате попытка выполнена успешно, то спортсмен может согласиться с результатом этого подхода или на выбор повторить попытку на заказанный вес.

Если по ошибке ассистентов вес штанги оказался большим, чем заказанный и подход выполненный спортсменом был удачным, этот подход засчитывается.

В случае если подход не выполнен по ошибке ассистентов или спикера, то спортсмен вправе потребовать дополнительную попытку в конце текущего подхода.

Если на штанге не установлены замки (крепления) и в результате смещения дисков штанги попытка не выполнена, спортсмен так же вправе потребовать дополнительную попытку.

7. НАГРАЖДЕНИЕ

Награждение проходит по результатам успешно выполненных попыток, в каждой весовой и возрастной категории, личном и командном первенстве согласно пунктам 1.2, 1.3; 1.4;

Организация АНО «РОСТ» оставляет за собой право наградить дополнительно отличившихся участников

