



Утверждаю:
Директор АНО «РОСТ»
Рудаков В.В.
«26» февраля 2024 г.

Положение

О проведении спортивно-патриотических соревнований по силовым видам спорта «ВЕРЮ В РОССИЮ»

1. Цели и задачи.

- Популяризация активного, здорового образа жизни среди жителей города Пермь;
- Развитие массовой физической культуры и спорта в городе Пермь;
- Организация активного досуга населения;
- Пропаганда доступных видов спорта;
- Возрождение традиции проведения массовых спортивных праздников;
- Воспитание патриотизма и высоких моральных качеств у пермяков.

2. Время и место проведения.

2.1. Дата проведения спортивных соревнований: 28 апреля 2024 г.

Взвешивание участников: 27 апреля 18:00-20:00 для иногородних

28 апреля с 10:00 до 11:30 для жителей г. Пермь

Торжественное открытие: 28 апреля 12:00

Время проведения спортивных мероприятий: 28 апреля 12:30-16:00

2.2. Место проведения: будет размещено на сайте спорт59.рф предварительно

3. Организаторы и партнеры.

3.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований организационным комитетом (далее – Оргкомитет), в состав которого входят руководители АНО «РОСТ» (Региональное Объединение Спортсменов и Тренеров)

3.2. Оргкомитет отвечает за:

- Аренду спортивных сооружений;
- Организацию мер безопасности и медицинского обеспечения;
- Контроль за подготовкой и проведением мероприятия;
- Рассмотрением официальных протестов и решением спорных вопросов;
- Рассмотрение документов и допуск к участию;
- Предоставление призов для вручения победителям и призерам;
- Информационное обеспечение участников;
- Обеспечение судейства.

3.3. Ответственные лица оргкомитета за проведение мероприятий:

Владимир Рудаков тел.89091161414

4. Виды дисциплин, включенные в программу соревнований

4.1 Классические дисциплины на 1 повторение

4.1.1. Жим штанги лежа (классический)

4.1.2. Становая тяга (классика)

4.1.3. Приседания (классика)

4.1.4. Армейский жим (классика)

4.1.5. Отжимания на брусьях (классика)

4.1.6. Подъём на бицепс (классика)

4.2. Дисциплины на максимальное количество повторений

4.2.1. Жим штанги лёжа (многоповторн.)

Вес штанги: Женщины 30 кг

Юноши 55 кг,

Мужчины: 75 кг

.....
4.2.2. Армейский жим, жим штанги стоя (многоповторн.)

Женщины 25 кг

Юноши 40 кг

Мужчины 55 кг

.....
4.2.3 Становая тяга (многоповторн.)

Женщины 75 кг

Юноши 100 кг

Мужчины 125 кг

.....
4.2.4 Приседания (многоповторн.)

Женщины 40 кг

Юноши 65 кг

Мужчины 75 кг

.....
4.2.5 Отжимания на брусьях с дополнительным весом (многоповторн.)

Женщины 8 кг

Юноши 16 кг

Мужчины 24 кг

.....
4.2.6 Подъём штанги на бицепс (многоповторн.)

Женщины 30 кг

Юноши 40 кг

Мужчины 50 кг

.....
Награждение состоится в след. весовых категория:

до 50 кг, до 60 кг, до 70 кг, до 80 кг, до 90 кг, до 100 кг, до 110 кг, до 120 кг, свыше 120 кг.

(для юношей, девушек, мужчин и женщин всех возрастных категорий)

5. Участники и возрастные категории.

5.1. К участию в турнире допускаются участники следующих возрастных категорий:

- Юноши, девушки (от 13 до 17 лет),
- Женщины (от 18 лет 39 лет),
- Мужчины (от 18 до 39 лет),
- Ветераны (от 40 лет и старше).

5.2. Юноши и девушки в возрасте до 18 лет должны предоставить справку, разрешение на участие в соревнованиях от родителей.

5.3. Максимальное количество участников строго ограничено до 50 человек

6. Награждение.

Участники — победители и призеры спортивных соревнований награждаются медалями, дипломами, ценными призами

Организаторы оставляют за собой право учреждения номинаций лучших спортсменов и команд праздника с вручением ценных призов.

Командное первенство: 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.

7. Расходы и благотворительные взносы.

Все расходы, связанные с общей подготовкой несет АНО «РОСТ»

Участники оплачивают благотворительный взнос в размере

1500 руб. за каждую номинацию в дисциплине многоповторный

1800 руб. за каждую номинацию в дисциплине классический.

Взносы пойдут на организацию и проведения мероприятия и также благотворительность.

Оплата расходов, связанных с проездом спортсменов и представителей к месту проведения соревнования и обратно, обеспечением их питанием, размещением, производится за счёт командующих организаций на основании данного Положения.

8. Заявки на участие.

Заявки на участие в соревнованиях подаются через сайт СПОРТ59.РФ
Регистрация участника подтверждает согласие на участие в соревнованиях

9. Контактная информация.

По всем интересующим Вас вопросам, касающимся организации и проведения соревнований Вы можете связаться с директором АНО «РОСТ» . Рудаков Владимир Викторович (e-mail: sports59@yandex.ru, тел. +7(909)116-14-14