



«Утверждаю»:

Президент

ФГМ-Россия

\_\_\_\_\_ Можаров А.Г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2018

**Положение**  
**о проведении Открытого городского турнира ко Дню физкультурника**  
**по гиревому марафону и его отдельным движениям**  
**по версии «Национальной федерации гиревого марафона»**  
**(далее ФГМ)**  
**12 августа 2018, г. Подольск**

**1. Цели и задачи:**

- выявление сильнейших спортсменов России и присвоение спортивных разрядов и званий вплоть до КМС ФГМ;
- фиксирование рекордов России по версиям ФГМ;
- сплочение спортсменов России и воспитание чувства коллективизма и командного духа;
- пропаганда силовых видов спорта, как массовых и зрелищных видов спорта среди населения России;
- формирование престижности занятиями спортом и как следствие формирование престижности здорового образа жизни.

**2. Руководство проведением соревнований.**

Общее руководство проведением соревнований осуществляет «Национальная федерация гиревого марафона» в лице ее Президента – Можарова Александра Германовича.

**3. Сроки и место проведения.**

Соревнования проводятся **12 августа 2018 года**.

Место проведения: городской округ Подольск, ул. Рабочая, д. 5Б, Парк культуры и отдыха им. В. Талалихина. Парк находится в 10 минутах ходьбы от железнодорожной станции «Подольск».

**ПРОГРАММА ДНЯ ФИЗКУЛЬТУРНИКА:**

12 августа 2018.

Подольск. Парк им. Талалихина.

- Дегустация спортивного питания "Korona Labs".
- Выступление сильнейших спортсменов «Flight Fit».
- Мастер-класс для всех желающих.
- Конкурсы для зрителей.
- Розыгрыш ценных призов от «Flight Fit».
- Фотосессия с Черепашкой

## Расписание выступлений:

- 10:00-10:45 — взвешивание, регистрация участников соревнований;
- 10:45-11:00 - торжественное открытие.
- 11:00 - выступление спортсменов.
- (11.00-11.30) Архипова Анна (ДЦ/16 кг/30 минут)
- (11.00-11.30) Левандовска Анна (Р/12 кг/30 минут)
- (11.35-12.05) Бантюков Михаил (ДЦ/18 кг/30 минут)
- (11.35-12.05) Можаров Александр (ДЦ/32 кг/30 минут)
- (12.10-12.40) Куприянов Павел (ДЦ/20 кг/30 минут)
- (12.10-12.40) Пчелинцева Ольга (ДЦ/12 кг/30 минут)
- (12.45-13.15) Кузнецов Валентин (ДЦ/32 кг/30 минут)
- (12.45-13.15) Чемикосов Виктор (ДЦ/14 кг/30 минут)
- (13.20-13.50) Гучков Сергей (ДЦ/22 кг/30 минут)
- 11:30-15:00-проведение конкурсов среди зрителей.
  - Удержание Silver Bullet на время.
  - Удержание двух гирь по 32 кг в висе на время.
  - Тяга Rolling Thunder на максимум.
  - 14.00-14.30 подведение итогов;
  - 14:30-15:00 - награждение победителей и призеров.

Спортсмены, прибывшие к месту проведения турнира с опозданием, по желанию могут принять участие в соревновательных дисциплинах турнира, с разрешения судейского состава, но только после окончания выступления, заявленных в установленном порядке спортсменов. Все участники турнира обязаны быть в опрятной спортивной форме.

Примечание: Организаторы турнира оставляют за собой право корректировать регламенты проводимых соревнований, в зависимости от погодных условий и от количества прибывших участников.

## 4. Регламент и судейство.

Соревнования проводятся по правилам федерации ФГМ.

С правилами можно ознакомиться на официальном сайте:

<https://www.wpsf.ru/dokumenty/pravila>.

Участник не знающий и не выполняющий эти правила несёт личную ответственность за их несоблюдение.

### 4.1. Соревновательные дисциплины:

Главное условие гиревого марафона – простоять всё время, отведенное на выполнение упражнений. При несоблюдении этого условия спортсмен получает нулевой результат.

#### Мужчины:

- Толчок гири длинным циклом в течении 30 минут (полумарафон);
- Толчок гири длинным циклом в течении 1 часа (марафон).

#### Женщины:

- Толчок гири длинным циклом в течении 30 минут (полумарафон);
- Толчок гири длинным циклом в течении 1 часа (марафон).

## 4.2. Весовые и возрастные категории:

### • Мужчины:

Возрастная категория:		Весовая категория:	Вес гири:
- Юноши	16 - 18 лет	60 кг, 70 кг, 80 кг, 80 + кг, 60 кг, 70 кг, 80 кг, 90 кг, 100 кг, 100 + кг.	гиря 16 кг
- Юниоры	19 – 22 года		гиря 24 кг
- Открытая	абсл.		гиря 32 кг (Про) и 24 кг (Аматоры)
- Мастера М1	40-44 лет		24 кг
- Мастера М2	45-49 год		22 кг
- Мастера М3	50-54 лет		20 кг
- Мастера М4	55-59 лет		18 кг
- Мастера М5	60-64 лет		16 кг
- Мастера М6	65-69 лет		14 кг,
- Мастера М7	70-74 лет		12 кг.
- Мастера М8	75 лет и старше	10 кг.	

### • Женщины:

Возрастная категория:		Весовая категория:	Вес гири:
- Девушки	16 - 18 лет	50 кг, 60 кг, 70кг, 70 + кг. 50 кг, 60 кг, 70 кг, 80 кг, 80 + кг.	гиря 14 кг
- Юниорки	18 – 22 года		гиря 16 кг
- Открытая	абсл.		гиря 20 кг (Про) и 16 кг (Аматоры)
- Мастера М1	40-49 лет		14 кг
- Мастера М2	50-59 год		12 кг
- Мастера М3	60 лет и старше		10 кг

Мастера (М1, М2, М3, М4) соревнуются согласно весовых категорий, так как у них вес гирь дифференцирован согласно их возрасту. Мастера (М5-8) -разбиваются на потоки на усмотрение руководства соревнованиями.

Главный судья вправе корректировать число номинаций в соответствии с поданными заявками.

Судья должен иметь соответствующую одежду и соответствующую судейскую категорию. К судейству допускаются только сертифицированные судьи ФГМ.

Главный судья соревнований – Можаров Александр Германович / национальная категория  
Главный секретарь соревнований – Архипова Анна Олеговна / региональная категория.

## 5. Участники соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены из всех регионов России, ближнего и дальнего зарубежья, достигшие 16 лет.

Каждый участник перед участием в соревнованиях должен проконсультироваться со своим врачом об участии в турнире.

Спортсмены, не достигшие 18 лет, допускаются до участия в соревнованиях только в сопровождении тренера или родителей, либо их законных представителей. Согласие законного представителя на участие несовершеннолетнего в соревнованиях можно скачать на сайте федерации: <https://www.wpsf.ru/dokumenty>.

Все спортсмены выступают на свой страх и риск, осознавая, что могут получить серьезную травму. Организаторы не несут ответственности за состояние здоровья спортсменов, а также риски, связанные с травмами.

Экипировка и форма одежды участников согласно технических правил соревнований «Национальной федерации гиревого марафона». Участники, не выполняющие требования по экипировке и форме одежды, на помост не допускаются.

## **6. Награждение в личном первенстве.**

Победитель в личном зачете в каждой весовой категории определяется по общей сумме подъёмов при условии, что участник выстоит на помосте всё отведенное на упражнение время. При равенстве подъёмов преимущество получает участник который легче своего соперника.

Спортсмены, занявшие первые три места в каждой возрастной и весовой категории, награждаются эксклюзивными медалями и дипломами.

Все призеры или их представители обязаны присутствовать на награждении. В противном случае выдача награды не гарантируется.

## **7. Заявки и взносы**

Заявки принимаются посредством онлайн регистрационной формы на официальном сайте федерации: <https://www.wpsf.ru/zayavka/sorevnovaniya/>

Стартовые взносы отсутствуют.

## **8. Регистрация нормативов.**

Для присвоения спортивного званий КМС ФГМ, необходимо оформить и отправить онлайн заявку с официального сайта федерации: <https://www.wpsf.ru/zayavka/zvanie>.

С разрядными нормативами WPSA и «Национальной федерации гиревого марафона» можно ознакомиться на сайте: <https://www.wpsf.ru/dokumenty/normativy>.

## **9. Договор на участие в соревнованиях.**

Проходя процедуру взвешивания и регистрации, каждый спортсмен обязательно подписывает обратную сторону заявочной карточки.

Факт подписания данной карточки является заключением Договора об участии в соревнованиях между спортсменом и организаторами. Подписывая карточку, спортсмен соглашается со всеми пунктами настоящего положения, а также со всеми пунктами технических правил «Национальной федерации гиревого марафона» всех постановлений, принятых до начала данных соревнований и опубликованных на официальном сайте.

Также спортсмен безоговорочно соглашается со следующими условиями:

Принимая участия в соревнованиях, спортсмен признает, что от него потребуется максимальное физическое и психологическое напряжение, что влечет за собой риск получения травмы, либо увечья.

Спортсмен принимает на себя все риски, связанные с этим, и несет всю ответственность за любые травмы и увечья, известные ему, либо не известные ему, которые он может получить. Спортсмен осознает, что на его ответственности лежит контроль состояния своего здоровья перед участием в соревнованиях, тем самым подтверждает проведение регулярного врачебного медосмотра, и отсутствие медицинских противопоказаний для участия в соревнованиях, соответственно свою полную физическую пригодность и добровольно застраховал свою жизнь и здоровье на период участия в соревновании.

Принимая участие в соревновании, спортсмен сознательно отказывается от любых претензий, в случае получения травмы или увечья на этом турнире, в отношении ФГМ, организаторов турнира, собственника помещения, руководителей, должностных лиц, работников упомянутых

организаций, ассистентов на помосте и всего обслуживающего соревнования персонала.

Спортсмен добровольно оплачивает все материальные стартовые взносы, предназначенные для погашения расходов по проведению турнира, изготовлению наградной атрибутики и других расходов, связанных с проведением спортивных мероприятий.

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

Спортсмен ознакомился с данным положением и полностью понимает его содержание.

Спортсмен добровольно соглашается принять все вышеописанные в пункте настоящего положения условия и тем самым подтверждает это, подписывая заявочную карточку в присутствии секретариата на процедуре регистрации и взвешивания.

#### **10. Финансирование.**

Расходы по проведению соревнований берёт на себя спортивная федерация ФГМ, используя привлечённые средства спонсоров и стартовые взносы участников.

Расходы по командированию, размещению и питанию участников и их тренеров берут на себя командирующие организации или сами участники.

#### **11. Контактная информация.**

Можаров Александр Германович – организатор, тел. +7(906) 701-42-77

Почта: [ironmag@rambler.ru](mailto:ironmag@rambler.ru)

Официальный сайт федерации: <https://www.wpsf.ru/>

Официальная группа ВКонтакте: [https://vk.com/wpsa\\_nasledie](https://vk.com/wpsa_nasledie)

Контактный e-mail: [mailto:zayavka@wpsa.pro](mailto:mailto:zayavka@wpsa.pro)

**Настоящее положение служит официальным вызовом на соревнования.**