



**Положение**  
**Международный турнир по гиревому марафону**  
**"Стальной Сезон" в рамках фестиваля спорта**  
**"Вызов Подолино".**

**Версия ФГМР совместно с WPSA /Ассоциация силовых видов спорта.**  
**19 октября 2019.**

**1. Цели и задачи**

- Пропаганда гиревого спорта и здорового образа жизни;
- Повышение спортивного мастерства, обмен опытом;
- Привлечение молодёжи к занятиям гиревым спортом.

**2. Руководство проведением соревнований**

Общее руководство проведением соревнований осуществляет ФГМР, в лице Можарова А. Г. и WPSA в лице Клиницкой Елены.

Ответственные лица:

Елена Клиницкая <https://vk.com/sainthelen>

Можаров Александр <https://vk.com/ironmag65>

**3. Сроки и место проведения**

Соревнования проводятся в СОК "Подолино" 19 октября 2019.

Место проведения -Ярославская обл, Ярославский р-н, дер. Подолино.

Расписание взвешиваний и выступлений будет составлено на основании предварительных заявок и доступно с 16 октября 2019.

**4. Регламент, судейство.**

Соревнования проводятся СТРОГО в соответствии с принятыми правилами ГИРЕВОГО МАРАФОНА.

<https://www.wpsf.ru/fgm-pravila/>

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

**5. Соревновательные дисциплины.**

Мужчины.

Толчок гири длинным циклом в течении 30 минут(полумарафон).

Толчок гири длинным циклом в течении 1 часа(марафон).

Толчок гири в течении 30 минут(полумарафон).  
Толчок гири в течении 1 часа(марафон).  
Толчок гири длинным циклом в течении 2 часов(сверхмарафон).Только профессионалы.

Женщины.

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

## **6. Участники соревнований.**

Мужчины.

Весовые категории:60 кг,70 кг,80 кг, 90 кг, 100 кг,+100 кг.

Тинейджеры(13-15 лет)-12 кг.

Тинейджеры(16-19 лет)-16 кг.

Любители(гиря 24 кг)

Профессионалы(гиря 32 кг)

M1(40-59 лет) -24 кг

M2(60-69 лет) -16 кг

M3(70-74 года) -12 кг

M4(75+ лет)-10 кг

Женщины.

Весовые категории:50 кг,60 кг,70 кг,80 кг,+80 кг.

Возрастные категории: OPEN(до 39 лет),M1(40-49 лет),M2(50-59 лет)M3(60 лет и старше).

Уровень участников:Стронги-гиря 24 кг, Профессионалы-гиря 20 кг,Любители-гиря 16 кг,Мастера-M1-16 кг,M2-12 кг,M3-10 кг.Тинейджеры(16-19 лет)-16 кг, Тинейджеры(13-15 лет)-12 кг.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены из всех регионов России, ближнего и дальнего зарубежья, достигшие 13 лет. Участники младше 13 лет допускаются при персональном рассмотрении кандидатуры спортсмена организаторами соревнований.

Каждый участник перед участием в соревнованиях должен проконсультироваться со своим врачом об участии в турнире. Все спортсмены выступают на свой страх и риск, осознавая, что могут получить серьезную травму. Организаторы не несут ответственности за состояние здоровья спортсменов, а так же риски, связанные с травмами.

Экипировка и форма одежды участников должна соответствовать правилам ФГМР.

Участники, не выполняющие требования по экипировке и форме одежды на помост не допускаются.

## **7. Награждение в личном первенстве:**

- победитель и призёры определяются по общей сумме подъёмов при условии, что участник выстоит на помосте всё отведённое на упражнение время.

- при равенстве подъёмов преимущество получает участник который легче своего соперника.

## **8. Заявки и взносы.**

Благотворительный стартовый взнос для участников: 1000 рублей, в сдвоенном выступлении – 1500 рублей.

Стартовый взнос гиревики оплачивают на месте во время взвешивания.

## **9. Финансирование.**

За проезд, размещение, питание спортсменов ответственны руководители команд и сами участники.

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

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

Принимая участия в соревнованиях, спортсмен признаёт, 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 несёт всю ответственность за любые травмы и увечья, известные ему, либо не известные ему, которые он может получить.

- Спортсмен осознаёт, 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 организаторов турнира.

## **11. Льготы на участие.**

1. Спортсмен, имеющий звание «Элита WPSA » может выступить бесплатно только в одной дисциплине, и только в той, в которой он выполнил данное звание.

2. Ветераны боевых действий оплачивают благотворительный взнос со скидкой (50%) ,при предъявлении удостоверения ветерана боевых действий на взвешивании.

## **12. Контактная информация.**

<https://vk.com/ironmag65>

Можаров Александр [ironmag@rambler.ru](mailto:ironmag@rambler.ru)

Клиническая Елена [region76@wpsa.pro](mailto:region76@wpsa.pro) +7 915 962 56 33

**13. Организаторы оставляют за собой право вносить изменения в положение по мере необходимости.**