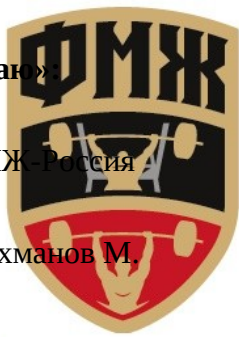


«Утверждаю»  
Президент  
WPSA/ФМЖ-Россия



\_\_\_\_\_Рохманов М.

«Согласовано»:

Представитель  
WPSA/ФМЖ

в Ивановской области

\_\_\_\_\_Д.А. Власов

## Федерация многоповторного жима

### Положение Всероссийские Богатырские игры по многоповторному жиму по версии «Федерации многоповторного жима» (далее ФМЖ)

#### 1. Цели и задачи:

- выявление сильнейших спортсменов и присвоение спортивных разрядов и званий вплоть до МС ФМЖ;
- фиксирование рекордов Ивановской области по версии ФМЖ;
- сплочение спортсменов 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 ФМЖ в лице ее регионального представителя в Ивановской области – Власова Дмитрия Александровича.

#### 3. Сроки и место проведения.

Соревнования проводятся 8 сентября 2019 года.

Место проведения: город Иваново, ул. Лежневская, 183А, фитнес-клуб «Нега».

Расписание взвешиваний и выступлений будет составлено на основании предварительных заявок и доступно с 28 августа 2019 года в сообществе: [https://vk.com/streetlift\\_i\\_multibenchpress\\_iv](https://vk.com/streetlift_i_multibenchpress_iv)

#### 4. Регламент и судейство.

Соревнования проводятся по правилам World Power Sports Association (WPSA) и ФМЖ.

С правилами можно ознакомиться на официальном сайте: <https://www.wpsf.ru/dokumenty/pravila>

#### 4.1. Соревновательные дисциплины:

Соревнования проводятся по многоповторному жиму дивизион "Любители":

### **Жим лежа**

#### Для мужчин:

- штанга 55 кг
- штанга 75 кг
- штанга 100 кг
- штанга 125 кг
- штанга 150 кг

#### Для женщин:

- штанга 25 кг
- штанга 35 кг
- штанга 45 кг
- штанга 55 кг

### **Жим стоя**

#### Для мужчин:

- штанга 25 кг
- штанга 35 кг
- штанга 45 кг
- штанга 55 кг
- штанга 65 кг

#### Для женщин:

- штанга 25 кг
- штанга 35 кг
- штанга 45 кг

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

Все участники выполняют по одному зачетному подходу жима штанги фиксированного веса на максимальное количество повторений в той номинации, которую выбирают самостоятельно.

В зачет засчитывается результат не менее восьми повторений. Спортсмен, который в своей номинации получит наибольший коэффициент атлетизма, становится победителем.

Коэффициент атлетизма определяется по формуле: поднятый тоннаж (вес штанги умножается на количество выполненных повторений) делится на собственный вес спортсмена.

#### **4.2. Возрастные категории:**

- «мужчины», «женщины» - открытая возрастная группа;

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

#### **4.3. Судейство**

Каждая команда имеет право предоставить своего судью. Судья должен иметь соответствующую одежду (белая рубашка, темные брюки) и соответствующую судейскую категорию.

К судейству допускаются только сертифицированные судьи ФМЖ.

#### **Организаторы:**

- региональный представитель «Федерация многоповторного жима» в Ивановской области Власов Дмитрий Александрович

Главный судья соревнований – Власов Дмитрий Александрович

## **5. Участники соревнований.**

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены из всех регионов России, ближнего и дальнего зарубежья, достигшие 14 лет. Участники соревнований должны иметь при себе любой документ, удостоверяющий личность.

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 «Федерации многоповторного жима». Участники, не выполняющие требования по экипировке и форме одежды, на помост не допускаются.

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

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**

Предварительные заявки **ОБЯЗАТЕЛЬНЫ!**

Заявки принимаются до 28 августа 2019 года (включительно) в группе <https://vk.com/sportifitness>

За выступление в одной номинации установлен стартовый взнос в размере 700 рублей. За выступление в двух номинациях 1200 руб. За каждую последующую номинацию 500 рублей.

Благотворительные стартовые взносы не возвращаются и не переносятся на других участников соревнований.

## **8. Регистрация нормативов.**

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

С разрядными нормативами ФМЖ можно ознакомиться на сайте:

## **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 «Федерации многоповторного жима» 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 потребуются 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 ФМЖ, 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 ФМЖ, используя привлечённые средства спонсоров и стартовые взносы участников.

Добровольные материальные стартовые взносы участников пойдут на изготовление наградной атрибутики, аренду помещения, аренду или покупку спортивного оборудования и погашение других расходов, связанных с проведением спортивного мероприятия.

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

#### **11. Контактная информация.**

Власов Дмитрий Александрович – организатор, тел. +7 (915) 823-01-85

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

Официальная группа ВКонтакте: <https://vk.com/sportifitness>

Контактный e-mail: [ivanovsport@mail.ru](mailto:ivanovsport@mail.ru).

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