

«Утверждаю»:

Председатель НФА

_____ Е. В. Клиницкая



«Согласовано»:

Представитель НФА

в Орловской области

_____ А. Е. Поляков



Положение
Открытый Кубок п. Глазуновка, Орловской области
по армлифтингу
по версии «Национальной федерации армлифтинга»
(далее НФА) и соревнования по грір спорту на силу хвата.

1. Цели и задачи:

- популяризация армлифтинга среди жителей Орловской области;
- выявление сильнейших спортсменов;
- фиксирование рекордов Орловской области;
- сплочение спортсменов и воспитание чувства коллективизма и командного духа;
- формирование престижности занятиями спортом и как следствие формирование престижности здорового образа жизни;
- соревнования приурочены к Дню Защитника Отечества.

2. Руководство проведением соревнований.

Общее руководство проведением соревнований осуществляет НФА в лице ее регионального представителя в Орловской области – Полякова Андрея Евгеньевича.

3. Сроки и место проведения.

Соревнования проводятся **23 февраля** 2019 года.

Адрес места проведения: Орловская область, п.Глазуновка, ул. Ленина, 69, МЦ «Юность»

Расписание взвешиваний и выступлений будет составлено на основании предварительных заявок и доступно с 15 февраля 2019 года в сообществе vk.com/streetlifting57

4. Регламент и судейство.

Соревнования проводятся на оборудовании фирмы: «Медвежья Лапа» по правилам федерации НФА. С правилами можно ознакомиться на официальном сайте:

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

4.1. Соревновательные дисциплины:

- ЭСТАФЕТА (смотри Приложение1);
- Two handed Pinch Grip Block;
- Девелопер.

Организаторы имеют право корректировать программу соревнований.

4.2. Весовые и возрастные категории:

- ЭСТАФЕТА мужчины весовые категории до 90 кг, 90 + , юноши абсолютная категория;

- Two handed Pinch Block (абсолютная категория, мужчины, юноши);
- Девелопер (абсолютная категория, мужчины, юноши).

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

Главный судья соревнований – Гордин Андрей Валерьевич

Главный секретарь соревнований – Елисеев Виктор Викторович.

5. Участники соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены из всех регионов России, ближнего и дальнего зарубежья, достигшие 13 лет.

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>.

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 также риски, связанные с травмами.

Экипировка и форма одежды участников согласно технических правил соревнований «Национальной федерации армлифтинга». 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 наибольшему поднятому весу.

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 можно отправлять по почте region57@streetlifting.ru оставить в группе ВКонтакте vk.com/streetlifting57, по тел. 8-920-804-47-52 Андрей Гордин.
или заполнить заявку непосредственно перед соревнованиями на регистрации.

За выступление установлен благотворительный стартовый взнос в размере **150 рублей**. Спортсмены, представляющие Глазуновский район, от взносов освобождаются.

8. Регистрация нормативов.

Для присвоения спортивных разрядов НФА необходимо оформить и отправить онлайн заявку с официального сайта федерации: <https://www.wpsf.ru/zayavka/zvanie>, либо написать на почту: card@wpsa.pro, указав свои данные (ИФО, телефон, выполненный разряд, наименование турнира, результат, полный почтовый адрес) и вложив в письмо файл с цветной фотографией 3x4.

С разрядными нормативами НФА 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 армлифтинга» 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 НФА, организаторов турнира, собственника помещения, руководителей, должностных лиц, работников упомянутых организаций, ассистентов на помосте и всего обслуживающего соревнования персонала.

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 НФА, 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.

Гордин Андрей Валерьевич – организатор, тел. +7 (920) 804-47-52

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

Официальная группа ВКонтакте: vk.com/streelifting57

Контактный e-mail: region57@streelifting.ru

Данное положение является вызовом на соревнования.

УПРАЖНЕНИЯ АРМЛИФТИНГА И ПРАВИЛА ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ

Общие требования:

- ☞ На соревнованиях под эгидой НФА разрешено использование, как сухой, так и жидкой магнезии, предоставленной организаторами.
- ☞ Запрещается использование подошвы обуви, изготовленной из любых видов сцепляющих материалов, это касается и любого вида сцепляющих вставок в подошву, например, накладки из наждачной бумаги, шкурки и т.п. Запрещается использование на подошвах канифоли и магнезии. Разрешается смачивание подошвы водой.
- ☞ Запрещается использование для обработки оборудования для армлифтинга каких-либо инородных веществ, за исключением тех, которые периодически используются в качестве стерилизующих средств.

Соревновательный вид: ЭСТАФЕТА на разные виды хвата, до 90 кг, 90 +, подъем снарядов на оборудовании компаний на высоту 30 см. (**8 снарядов для юношей, 10 снарядов для мужчин**)

.Юноши (до 18 лет включительно абсолютная весовая категория), стартовый вес на снаряде :Вращающаяся ручка 70мм - 30 кг., Moon Top – 12,5 кг., Блок 80 мм -34 кг., Наковальня- 25 кг, Эскалибур -45 кг, Гантель с ручкой 60 мм- 45 кг, Колодец- 50 кг, Монета- 5 кг.

2.1.Мужчины, весовая категория до 90 кг стартовый вес на снаряде: Вращающаяся ручка d - 70мм - 50 кг., Moon Top -15 кг., Блок 100 мм- 45 кг., Наковальня- 35 кг, Эскалибур d -60 мм,- 50 кг, Блоб-19 кг, Гантель -54 кг, Колодец- 60 кг, Монета- 10 кг , Стаб -13 кг

2.2.Мужчины, весовая категория 90 + стартовый вес на снаряде: Вращающаяся ручка d -70мм - 54 кг., Moon Top – 17,4 кг., Блок 100 мм- 60 кг., Наковальня- 45 кг , Эскалибур d -60 мм -70 кг, Блоб-25 кг, Гантель ИНЧА-67 кг, Колодец- 100 кг, Монета- 13 кг , Стаб -17 кг

На выполнение упражнений дается две минуты

Причины, по которым попытка выполнения упражнения может быть не засчитана:

Несоблюдение сигналов центрального судьи на помосте.

Неполное выпрямление коленей в конце выполнения упражнения.

Любое движение стоп во время выполнения упражнения.

Опускание снаряда на помост без сопровождения руками.

Поддержка снаряда бедрами во время выполнения упражнения.

Упор снаряда или руки, в которой он находится, в любую часть тела (упор в бедро, живот и т.д.).

Соревновательный вид: Two handed Pinch Grip Block Правила APL Атлет располагается лицом к передней части помоста. Снаряд должен располагаться вертикально между ног атлета, и подниматься вверх двумя руками «щипковым» хватом до того момента, пока атлет не примет вертикальное положение. При постановке ног допускается расстояние между внутренними рантами обуви не более 80 см. Снаряд может иметь остановку в движении, но не допускается движение вниз. По завершении подъема ноги в коленях должны быть полностью выпрямлены, атлет должен принять вертикальное положение. Сигнал старшего судьи состоит из движения руки вниз и отчетливой команды “Down” («Опустить»). После этого атлет должен опустить снаряд на помост, контролируя его руками.

Причины, по которым попытка выполнения упражнения может быть не засчитана:

Несоблюдение сигналов центрального судьи на помосте.

Неполное выпрямление коленей в конце выполнения упражнения.

Любое движение стоп во время выполнения упражнения.

Опускание снаряда на помост без сопровождения руками.

Поддержка снаряда бедрами во время выполнения упражнения.

Упор снаряда или руки, в которой он находится, в любую часть тела (упор в бедро, живот и т.д.).

Соревновательный вид: Девелопер – сжатие девелопера до максимального уровня .

Имитация движение «обратного сгибания». Диапазон движения на девелопере от стартовой позиции до полного сжатия в одном движении 40 градусов. Выигрывает спортсмен сжавший девелопер с максимальным перемещение пружины вдоль насечки.

Причины, по которым попытка выполнения упражнения может быть не засчитана:

Несоблюдение сигналов центрального судьи на помосте.

Неполное сжатие в конце выполнения упражнения.

Любое движение стоп во время выполнения упражнения.

Упор снаряда или руки, в которой он находится, в любую часть тела (упор в бедро, живот и т.д.).