|  |  |
| --- | --- |
| **«УТВЕРЖДАЮ»**  Директор Департамента  по физической культуре и спорту  Администрации городского округа город Рыбинск Ярославской области  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Б. Кондратенко | **«УТВЕРЖДАЮ»**  Директор МАУ ДО СШОР «Метеор»  им. почетного гражданина  г. Рыбинска Г.Ф. Шахова  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Аристов |

**ПОЛОЖЕНИЕ**о проведении

IV ЛЕТНЕЙ СПАРТАКИАДЫ СИЛОВЫХ ВИДОВ СПОРТА

г. Рыбинск

2025г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Спортивные соревнования проводятся в соответствии:

* с Федеральным законом от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- с календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий на 2025 год городского округа город Рыбинск, утвержденный приказом Департамента по физической культуре и спорту Администрации городского округа город Рыбинск Ярославской области № 02-01/313 от 23.12.2024

Спортивные соревнования проводятся с целью развития силовых видов спорта в городе Рыбинске и Ярославской области

Задачами проведения спортивных соревнований являются:

1. популяризация и пропаганда силовых видов спорта как массового вида спорта;
2. выявление сильнейших спортсменов;
3. расширение спортивных связей и привлечение молодёжи к занятиям физической культурой и спортом;

Обработка персональных данных участников спортивных соревнований осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2006 года №152-Ф «О персональных данных». Согласие на обработку персональных данных предоставляется в комиссию по допуску участников.

Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты спортивных соревнований, включенных в настоящее положение о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях.

II ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство соревнований осуществляется Департаментом по физической культуре и спорту Администрации городского округа город Рыбинск Ярославской области;

Непосредственное проведение соревнований возлагается на МАУ ДО СШОР «Метеор» и главную судейскую коллегию.

**III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Спортивные соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта, в соответствии с частью 5 статьи 37.1 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также отвечающих требованиям правил вида спорта.

Обеспечение безопасности участников и зрителей при проведении спортивных соревнований осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. №353.

Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям по медицинским заключениям является заявка с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена с подписью врача по лечебной физкультуре или врача по спортивной медицине и заверенной личной печатью, при наличии подписи с расшифровкой ФИО врача, в конце заявки, заверенной печатью допустившей спортсмена медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, перечень работ и услуг, который включает лечебную физкультуру и спортивную медицину (возможна медицинская справка о допуске к соревнованиям, подписанная врачом по лечебной физкультуре или врачом по спортивной медицине и заверенная печатью медицинской организация, отвечающей вышеуказанным требованиям).

Медицинский допуск участников к спортивным соревнованиям осуществляется не ранее чем за 7 дней до участия в спортивных соревнованиях.

Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии договора о страховании: несчастных случаев, жизни и здоровья, который представляется в комиссию по допуску на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет бюджетных, так и внебюджетных средств в соответствии с законодательством РФ и субъектов РФ.

Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами (далее - Антидопинговые правила), утвержденными приказом Минспорта России от 24 июня 2021 г ода N 464.

В соответствии с пунктом 12.14.1 Антидопинговых правил, ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которых были применены дисквалификация или временное отстранение, не имеют права во время срока дисквалификации или временного отстранения участвовать в каком-либо качестве в спортивных соревнованиях.

Медицинское заключение по допуску участников к Мероприятию должно быть оформлено в соответствии с приказом Минздрава Российской Федерации от 03.12.2020 г. N 1144 н "О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц. желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом, в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне".

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СПОРТИВНОМ СОРЕВНОВАНИИ

Соревнования проводятся 23 августа 2025 года по адресу г. Рыбинск, ул. Софьи Перовской 7, ФОКОТ «Восход». Торжественное открытие в 11-00, начало соревнований в 11-30.

Комиссии по допуску и взвешивание 23 августа с 8-00 до 10-30

ГИРЕВОЙ СПОРТ

Соревнования по гиревому спорту проводятся среди мужчин в двоеборье (в случае большого количества участников - только в классическом толчке) и в рывке среди женщин.

Весовые категории у мужчин: до 58 кг, до 63 кг, до 73 кг, до 85 кг, св. 85 кг. Весовые категории у женщин: до 63 кг, св. 63 кг.

Регламент времени - 5 минут.

Вес гирь у мужчин: 16 кг, 24 кг.

Вес гирь у женщин: 12 кг, 16 кг.

Коэффициенты, применяемые для подсчета очков: у мужчин 16 кг - 1, 24 кг - 2,5; у женщин 12 кг - 1, 16 кг-2,5.

Выполнение упражнений производится в соответствии с общероссийскими правилами гиревого спорта.

***По всем вопросам обращаться: Егоров Валентин Владимирович 89109758562***

АРМРЕСТЛИНГ

Соревнования проводятся в двоеборье (юниоры 14-17 лет).

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

Юниорки – абсолютный зачет.

Соревнования по армрестлингу проводятся по правилам ФАР (федерация армрестлинга России

***По всем вопросам обращаться: Миронов Станислав Игоревич 89159693365***

РУССКИЙ ЖИМ

Упражнение жим лежа выполняется спортсменом на протяжении 5 минут на максимальное количество повторений.

Первые 8 повторений выполняются под специальный счет главного судьи (стоп 1; стоп 2 и т. д.)

При выполнении упражнения разрешается как прямой, так и обратный хват штанги, ширина хвата не превышает 81 см.

В процессе выполнения упражнения спортсмен имеет право на два отдыха на груди. Время на протяжении отдыха не останавливается.

Также при отдыхе на груди разрешается перемещать руки по всей ширине грифа не отпуская его. Вес штанги, предусмотренный для спортсменов:

Девушки до 18 лет - 25 кг;

Женщины - 35 кг, 30 кг, 25кг;

Юноши до 18 лет - 45 кг;

Мужчины - 55 кг, 75 кг, 100 кг, 125 кг, 150 кг;

Ветераны - 40+ - 55кг, 100кг.

Также возможны разделения на открытую и ветеранскую номинации.

В случае отсутствия интереса спортсменов к номинации, номинация может быть аннулирована. Участникам будет предложено выступить в другой номинации. Один спортсмен может выступить не более чем в двух номинациях. Перезачет не допускается.

Организаторы могут увеличить количество соревновательных номинаций, ввести дополнительные дивизионы, возрастные деления.

Победители и призеры выявляются по формуле коэффициента атлетизма (КА).

**ТЯГА В ЛЯМКАХ**

Мужчины абсолютный зачёт до 93кг.

абсолютный зачёт свыше 93кг.

Женщины абсолютный зачёт до 63кг.

абсолютный зачёт свыше 63кг.

**СТРОГИЙ ПОДЪЕМ НА БИЦЕПС**

Упражнение строгий подъем на бицепс выполняется в вертикальном положении стоя, с упором к стене.  
 Запрещено при выполнении движения отрывать ягодицы и плечи от стены.  
Стопы можно отодвигать от стены не более чем на 25см. Разрешается использовать кистевые бинты и пояс. На Упражнение даётся 3 попытки, в зачёт идёт лучший результат показанный спортсменом.

Мужчины  
 Абсолютный зачёт до 90кг  
 Абсолютный зачёт свыше 90кг

Абсолютный зачёт ветераны (40+)  
 Женщины  
 Абсолютный зачёт до 60кг  
 Абсолютный зачёт свыше 60кг  
 Юноши до 18 лет абсолютный зачет

***По всем вопросам обращаться Смекалов Валерий Александрович: 89201327932***

ПАУЭРЛИФТИНГ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

В соревнованиях принимают участие мужчины и женщины с поражением ОДА.

Весовые категории

Женщины 45, 50, 55, 55+ Мужчины 49, 54, 59, 65, 72, 80, 88, 97

***По всем вопросам обращаться: Смирнов Евгений Валерьевич 89106626769***

ПАУЭРЛИФТИНГ

Соревнования проводятся по виду упражнений становая тяга классическая и жим классический.

К участию в спортивных соревнованиях допускаются спортсмены от 14 лет и старше.

Соревнования проводятся в следующих весовых категориях

Девушки, юниорки, женщины: 47кг,52кг,57кг,63кг,69 кг,76кг,84кг,84+.

Мужчины: 59кг,66кг,74кг,83кг,93кг,105кг,120кг,120+.

Соревнования личные. Определение призеров соревнований производится в каждой весовой категории без учета возраста.

Соревнования по пауэрлифтингу (тяга становая классическая) проводятся в соответствии с правилами утвержденными приказом Минспорта РФ N 138 от 02.03.2023.

Соревнования по пауэрлифтингу (жиму классическому) проводятся в соответствии с правилами утвержденными приказом Минспорта РФ N 138 от 02.03.2023.

***По всем вопросам обращаться: Бесова Алина Александровна 89038242241***

V. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки подаются не позднее, чем за 7 дней до начала соревнований по электронным адресам:

Гиревой спорт: [evvwork@gmail.com](mailto:evvwork@gmail.com)

Армрестлинг: [sorokinserg87@mail.ru](mailto:sorokinserg87@mail.ru)

Русский жим: [Lancercedia4@gmail.com](mailto:Lancercedia4@gmail.com)

Строгий подъем на бицепс: [Lancercedia4@gmail.com](mailto:Lancercedia4@gmail.com)

Пауэрлифтинг: [fpr76@mail.ru](mailto:fpr76@mail.ru)

Именные заявки на участие в соревновании установленной формы, заверенные врачом и другие необходимые документы предоставляются в комиссию по допуску в день проведения соревнований.

VI. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ, УСЛОВИЯ

ФИНАНСИРОВАНИЯ

Победители и призеры в весовых категориях, награждаются дизайнерскими медалями и грамотами.

Расходы, которые могут возникнуть в ходе подготовки и проведения настоящего соревнования, осуществляются за счет средств МАУ ДО СШОР «Метеор» от приносящей доход деятельности.

Для частичного погашения расходов, связанных с проведением соревнований, установлен благотворительный взнос, **детский** - 800 рублей, взрослый 1000 рублей. для каждого участника соревнований.

Все расходы по командированию иногородних участников к месту соревнований и обратно за счет командирующих организаций и других источников.

Данное Положение является официальным вызовом на соревнования.