


«СОГЛАСОВАНО»

Председатель
Комитета по физической культуре, спорту
и делам молодежи Администрации города
Пскова


А.Н. Гаврилов
« » _____ 2019

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель спортивного движения
STREET WORKOUT по Псковской
области


В.В. Дидыч
« » _____ 2019

ПОЛОЖЕНИЕ об открытых соревнованиях по Воркауту «Street Fest-2019»

1. Общие положения

Настоящее Положение об открытых соревнованиях по Воркауту «Street Fest» (далее – Соревнования) определяет порядок организации и проведения соревнований, его организационно-методическое обеспечение, порядок определения победителей.

2. Цели и задачи соревнований

Цель:

Открытые соревнования «Street Fest» проводятся с целью формирования здорового образа жизни (ЗОЖ) в молодежной среде

Основные задачи соревнований:

- продвижение среди молодежи Всероссийского физкультурно-спортивного-комплекса «Готов к труду и обороне»;
- пропаганда здорового образа жизни, объединение молодежных сообществ, реализующих здоровый образ жизни;
- популяризация и дальнейшее развитие Street Workout (Стрит воркаут) как самого доступного и безопасного вида спорта среди населения;
- вовлечение молодежи в занятия физической культурой и спортом
- предупреждение правонарушений среди подростков и молодёжи, профилактика наркомании, алкоголизма.

3. Место и сроки проведения соревнований

Соревнования проводятся в г. Пскове 30 марта 2019 г. по адресу:
ул. Коммунальная, 19, ДОСААФ.

Начало соревнований в 13:00.

11:30 – 12:30 - Регистрация участников

4. Руководство проведением соревнований

Организаторами соревнований являются:

1. Спортивное движение «STREET WORKOUT» по Псковской области
Общее руководство проведением мероприятия осуществляет оргкомитет в составе представителей организаторов мероприятия. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

5. Требования к участникам соревнований

1. К участию в Соревнованиях допускаются юноши и девушки, мужчины и женщины всех возрастных групп.
2. Участники допускаются только в спортивной форме и обуви.
3. Для участия заранее необходимо зарегистрироваться (с 11.30 до 12.30 час.)

6. Программа мероприятия

- 12:30 – 13:00 - Официальная церемония открытия;
13:00 – 14:30 - Первый этап соревнований;
14:30 – 17:30 - Второй этап соревнований
15:40 – 18:30 - Закрытие этапов и награждение победителей соревнований.

7. Порядок проведения соревнований

1. Участникам будут разъяснены правила участия в этапах «Workout Freestyle» и «Workout двоеборье», а также правила техники безопасности.
2. Каждый участник должен быть уведомлён под личную подпись о прохождении инструктажа:
 - по технике безопасности при выполнении элементов в «Workout Freestyle»;
 - по правилам техники безопасности участия в этапе «Workout двоеборье»
3. Каждый этап соревнований проходит в специально предназначенных для этого местах. Каждый участник выполняет элементы на турнике в порядке очереди.
4. На этапах «Workout Freestyle» и «Workout двоеборье» будут находиться закреплённые судьи.
5. Судья, принимающий норматив у участника, фиксирует результат в «бланке участников» с подписью участника.
6. После завершения принятия нормативов «бланки участников» сдаются независимому судье для распределения призовых мест.

8. Этапы соревнований

1 Этап

«Workout Freestyle» (свободный стиль упражнений) – каждый из участников может выполнить свободную программу, состоящую из нескольких элементов, т.е. участник делает те упражнения, которые он лучше всего умеет делать на турнике или брусьях по произвольной схеме.

Примечания:

1. Продолжительность выступления одного участника может составлять до 1 минуты.
2. Более высокими балами будут оцениваться самые зрелищные, сложные, техничные и силовые элементы с акробатическими.
3. Образцы упражнений и некоторых элементов для «Freestyle» можно посмотреть на видео в www.youtube.com, введя запрос Воркаут Батлы
4. При выполнении комплекса также разрешается переходить, перепрыгивать или перелезть с турника на брусья, шведскую стенку (или наоборот) и продолжать выступление.

2. Этап

«Workout двоеборье» - в этот этап включено подтягивание с дополнительным весом в весовых категориях: до 68 кг - доп вес 20кг, 68 - 80 кг - доп вес 30 кг, свыше 80 кг - доп вес 30 кг).

Отжимание на брусьях с дополнительным весом, в весовых категориях: до 68 кг - доп вес 30кг, 68 - 80 кг - доп вес 40 кг, свыше 80 кг - доп вес 40 кг).

Примечания:

1. Победитель определяется по наибольшему количеству повторений за один подход.

Оценивание

По 1 Этапу: оценка каждого участника будет происходить по нескольким критериям: по качеству исполнения, технике, зрелищности, количеству и сложности выполненных элементов.

По 2 Этапу: оцениваться будет по наибольшему количеству повторений за один подход.

9. Финансирование

Расходы по организации и проведению соревнований осуществляются за счет средств спонсоров, а также средств организаторов.

10. Награждение

1. В этапе «**Workout Freestyle**» - 3 призовых места. Участник, занявший 1 место, награждается грамотой, кубком, медалью, а также призом от спонсоров. Участники, занявшие 2 и 3 места, - грамотами, медалями, призами от спонсоров.

2. В этапе «**Workout двоеборье**» - 18 призовых мест в каждой весовой категории. Участники, занявшие 1 места, награждаются грамотой, кубком, медалью, а также призами от спонсоров. Участники, занявшие 2 и 3 места, - грамотами, медалями, призами от спонсоров.

Контактные данные

Руководитель движения «STREET WORKOUT» по Псковской области

Виталий Дидыч, т. 8-900-999-96-66

Заявка на участие
в открытых соревнованиях по Воркауту в городе Пскове «STREET FEST-
2019»

ФИО и возраст	
телефон	
В каких этапах желаете принять участие	