УТВЕРЖДАЮ: УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель спортивного клуба Председатель комитета

«Кроссфит-ТИТАН» по физической культуре и спорту

 администрации города Березники

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(А. Бауэр/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/А.В. Бушмакин/

**Положение**

**о проведении открытого Чемпионата и Первенства города Березники по кроссфиту,**

**посвященного Всероссийскому Дню физкультурника**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**
* Пропаганда здорового образа жизни и организация досуга.
* Привлечение жителей города Березники и районов Пермского края к занятиям спортом.
* Популяризация здорового образа жизни в городе Березники и районах Пермского края.
* Выявление лучших спортсменов.
1. **МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнования проводятся 12 августа 2017 года на спортивной площадке в Комсомольском парке.

1. **ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ**

Общее руководство организацией спортивного праздника осуществляет Комитет по физической культуре и спорту администрации г.Березники.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на спортклуб «Кроссфит-ТИТАН».

Главный судья соревнований – Бауэр А.

Главный секретарь соревнований – Мусский А.

1. **ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К соревнованиям допускаются все желающие от 14 лет и старше, имеющие медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях.

**Номинации участников:**

Женщины-любители (для всех желающих)

Мужчины-любители (для всех желающих)

Юноши до 18 лет (для всех желающих)

Девушки до 18 лет (для всех желающих)

**Экипировка участников:**

- Экипировка участников соревнований в обязательном порядке предусматривает наличие спортивной формы – коротких штанов, либо гимнастического трико, футболки, майки. Возможно участие в водолазке либо компрессионном костюме. Участникам не разрешается выступать босиком.

- Запрещается использование лямок для тяг и подтягиваний, использовать вещества, улучшающие трение с соприкасаемой поверхностью на клеевой основе.

- Разрешается использование наколенников, напульсников, перчаток, тейпов, поясных ремней для тяжелой атлетики и пауэрлифтинга, защиты рук, магнезии, талька.

*Участники должны иметь копию или оригинал свидетельства о рождении или паспорт*.

1. **ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ**

**12 августа 2017 года**

Регистрация участников с 11:00 до 11:45.

Начало соревнований в 12:00

Награждение победителей по окончании соревнований, ориентировочно в 14.30

Программа соревнований будет включать два этапа. Отборочный этап и финал.

На них атлеты должны выполнить определённые соревновательные комплексы.

Один комплекс состоит из нескольких упражнений. Программа состязаний и последовательность выполнения упражнений полностью будет представлена в день старта.

Соревновательные комплексы могут включать некоторые из упражнений:

бурпи, отжимания, скакалка, пресс, приседания, уголок.

Организаторы оставляют за собой право изменить, добавить или убрать упражнения из комплекса.

1. **УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Комплекс упражнений будет выполняться на время или на количество повторений за отведённый промежуток времени. Победители определяются по итогам прохождения всех этапов в каждой группе.

Атлет с лучшим результатом в отборочном этапе за 1 место получает 1 балл, 2м – 3 балла, 3м – 5 баллов, 4м – 7 баллов, 5м – 9 баллов, 6м – 12 баллов, 7м – 15 баллов, 8м – 18 баллов, 9м – 21 балл, 10м – 24 балла, 11м – 28 баллов и т.д.

Атлет с лучшим результатом в финальном этапе за 1 место получает 1 балл, 2м – 4 балла, 3м – 7 баллов, 4м – 10 баллов, 5м – 13 баллов, 6м – 17 баллов, 7м – 21 балл, 8м – 25 баллов, 9м – 29 баллов, 10м – 33 балла, 11м – 38 баллов и т.д.

1. **НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры в личном зачете в каждой группе награждаются медалями и грамотами КФКС, а так же ценными призами и подарками от спонсоров. Победители награждаются кубками.

1. **УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по организации, проведению турнира и награждению участников несет Комитета по физической культуре и спорту администрации города Березники.

1. **ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

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

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствие с приказом Министерства Здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.09.2010 г. №613 H «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

1. **ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Предварительные заявки принимаются до 11 августа 2017 года включительно в группу «Спортклуб Кроссфит-ТИТАН» https://m.vk.com/topic-75633890\_35691567

Вся новая информация в группе, в контакте «Спортклуб Кроссфит-ТИТАН»

http://vk.com/crossfitbrz

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