



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «УСКиМП»
МО «Город Мирный»

А.Н. Степанова

« _____ » _____ 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении открытого онлайн-Первенства города Мирного по становой тяге

1. Цели и задачи соревнований

- привлечение к регулярным занятиям силовых видов спорта;
- приобретение опыта благодаря участию в Первенстве;
- выявление сильнейших спортсменов;
- привлечение населения к здоровому образу жизни;
- популяризация силовых видов спорта и организация досуга жителей города

Мирного.

2. Руководство проведением соревнований.

Общее руководство и подготовка соревнований осуществляются отделом по физической культуре и спорту МАУ «УСКиМП» МО «Город Мирный». Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию. Главный судья соревнований - Берлизов Максим Владимирович тел. 8-914-224-59-92. Главный секретарь соревнований - Деев Александр Андреевич.

3. Время и место проведения

Онлайн-Первенство проводится с 5 по 8 ноября 2020 года.

Видео упражнений (попыток) принимаются с 5 по 8 ноября 2020 года до 21.00 часов, заявки на участие подаются не позднее 4 ноября 2020 года.

Место проведения - любой тренажёрный зал с маркированными дисками.

4. Условия проведения и участники соревнований.

К участию в Первенстве допускаются спортсмены 2004 г.р. и старше, в соответствии с предварительной заявкой.

Спортсмены, от 16 лет до 18 лет, допускаются к Первенству при подписании законным представителем расписки о личной ответственности за жизнь и здоровье несовершеннолетнего участника (Приложение 1).

Спортсмены, от 18 лет и старше, допускаются к Первенству при подписании расписки о личной ответственности за жизнь и здоровье (Приложение 2).


Подписав данное заявление, вы подтверждаете, что полностью осознаете все возможные последствия и риски здоровью в ходе участия в соревнованиях.

Видео с взвешиванием в полный рост и с переходом на показатели на весах должны отправить до 5 ноября по номеру 8-914-224-59-92 в приложении Telegram, либо с помощью приложения в WhatsApp.

Весовые категории:

Мужчины (16 лет и старше): 74 кг, 93 кг, 105 кг, свыше 105 кг и абсолютная категория (категории при недостаточной наполняемости могут объединяться).

Девушки: абсолютная категория.



Правила выполнения: используется стандартный тяжелоатлетический гриф, диски заводского изготовления. Набор веса демонстрируется на видео. Разрешается использовать силовой пояс, магнезию, наколенники. Кистевые лямки запрещены.

Видео одной попытки должно быть два (спереди и сбоку), как два разных видео с разных средств видеосъёмки (камера). Для первого видео камера должна быть установлена с правого или левого бока спортсмена, для второго видео камера должна быть установлена перед спортсменом, т.е. «лицом к лицу».

Видео одной попытки не должно длиться более 2 минут, снимается все одним кадром без пауз на уровне пояса спортсмена в полный рост. Отсылаются все 3 попытки и каждый раз набор веса на штанге необходимо снимать на камеру.

Первенство проводится по действующим правилам Международной Федерации пауэрлифтинга.

5. Награждение победителей и призёров.

Победители и призёры награждаются грамотами и медалями, ценными призами.

6. Заявки.

Предварительные заявки на участие подаются **не позднее 4 ноября 2020 на WhatsApp по номеру телефона 8-914-224-59-92.**

В заявке должно быть указано:

1. Ф.И.О.;
2. Дата рождения;
3. Собственный вес.

Справки и вопросы по телефону: 8-914-224-59-92, Берлизов Максим Владимирович.

За неправильно заполненную заявку или отсутствие любого документа для мандатной комиссии спортсмены к Первенству не допускаются.

Приложение 1

Заявление от законного представителя

Я, _____,

Законный представитель _____

мобильный телефон _____

настоящим подтверждаю, что беру на себя ответственность за жизнь и здоровье своего ребенка на время проведения открытого онлайн-Первенства города Мирного по становой тяге (с 5 по 8 ноября 2020 года).

« ____ » ноября 2020 г.

_____/ _____/

(Подпись)

(Расшифровка)

Приложение 2

Заявление

Я, _____,
(Фамилия, Имя, Отчество полностью)

мобильный телефон _____

настоящим подтверждаю, что беру на себя ответственность за свою жизнь и здоровье на время проведения открытого онлайн-Первенства города Мирного по становой тяге (с 5 по 8 ноября 2020 года).

« ____ » ноября 2020 г.

_____/ _____/

(Подпись)

(Расшифровка)