

«Утверждаю»

Председатель Федерации альпинизма
Республики Башкортостан



А.А. Минибаев

«Согласовано»

Председатель
Комитета по физической культуре и
спорту управления по
гуманитарным вопросам и
образованию Администрации
Советского района городского
округа город Уфа Республики
Башкортостан



Р.Н. Камалдинов

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении открытых Соревнований по Скандинавской ходьбе
«Быстрые башмачки – Весна 2016» в Советском районе г.Уфы**



2016 г.

1. Цели и задачи.

Открытые соревнования по скандинавской ходьбе «Быстрые башмачки – Весна 2016» (далее - Соревнования) проводится в целях:

- пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации скандинавской ходьбы как дисциплины ГТО в Советском районе г. Уфы;
- выявления сильнейших по возрастным категориям.

2. Место и сроки проведения.

Место проведения соревнования: парк им. Лесоводов Башкортостана-территория ГАУ РБ «Уфимский лесхоз».

Соревнования проводятся: «30» апреля 2016 г.

Начало соревнований в 12 часов 00 минут. Старт: стелла парка им. Лесоводов Башкортостана.

3. Организаторы соревнований.

Непосредственное проведение мероприятия возлагается на Федерацию альпинизма РБ, Клуб скандинавской ходьбы «Твой ход!» и комитет по физической культуре и спорту управления по гуманитарным вопросам и образованию Администрации Советского района городского округа город Уфа Республики Башкортостан.

4. Участники соревнований.

4.1. К участию в соревнованиях допускаются женщины и мужчины от 18 лет и старше, вне зависимости от места проживания, владеющие начальным уровнем техники скандинавской ходьбы.

4.2. Участники моложе 18 лет допускаются к соревнованиям по решению оргкомитета, при обязательном условии предоставления копии свидетельства о рождении, справки от врача о медицинском допуске к участию в соревнованиях, оплаты стартового взноса сопровождающим законным представителем – родителем или опекуном, которые должны представить документы, подтверждающие их статус.

5. Условия допуска и порядок регистрации.

5.1. Участники соревнований должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и палками для скандинавской ходьбы или трекинговыми/телескопическими.

6. Порядок регистрации.

6.1. Каждый участник соревнований обязан пройти в установленном настоящим Положением порядке регистрацию.

6.2. Предварительная регистрация участников Соревнований осуществляется по эл.адресу falprb@mail.ru или по тел. 8-903-311-9-311, 8-917-44-000-16 до 28 апреля 2016 года включительно.

6.3. В день проведения соревнований с 11.00 до 11:30 проводится регистрация участников для включения в стартовые протоколы.

6.4. При подтверждении регистрации в день соревнований необходимо предъявить документ с указанием даты рождения для подтверждения возраста, записанного в карточке участника.

6.5. Каждый участник соревнований в каждой из трех разыгрываемых дисциплин должен не позднее, чем за 20 минут до начала соревнований:

- заполнить «карточку участника соревнований», в которой, в обязательном порядке, поставить свою подпись под заявлением о личной ответственности за состояние своего здоровья и необходимом уровне физической и технической подготовки для участия в дисциплинах по скандинавской ходьбе, либо сдать в группу регистрации участников соревнований официальную медицинскую справку о допуске к соревнованиям;

- получить стартовый номер участника соревнований.

7. Порядок проведения соревнований.

7.1. Соревнования проходят по следующим видам:

- личные соревнования женщин и мужчин по ходьбе на дистанцию 100 м;
- личные соревнования женщин и мужчин по ходьбе на дистанцию 2000 м;
- личные соревнования женщин и мужчин по ходьбе на дистанцию 5000 м

7.2. Личные соревнования проводятся в два этапа: предварительный и финальный.

7.3. Победитель каждого этапа определяется по наименьшему времени, затраченному на преодоление дистанции.

7.4. Личные соревнования **ЖЕНЩИН И МУЖЧИН** по ходьбе на дистанцию 100 м для возраста от 60 лет и старше, 2000 м – от 51 года и старше, 5000 м – для участников от 18 до 30 лет и от 31 до 50 полных лет.

7.4.1. В соревнованиях разыгрываются 1, 2, 3 места среди женщин и мужчин во всех возрастных категориях.

7.4.2. В предварительных этапах участники соревнуются в заходах тройками или четверками – в зависимости от числа заявленных участников в данной дисциплине.

7.4.3. Четыре участника, показавших лучшее время на предварительном этапе, выходят в финал. В финальном заходе разыгрывается первое, второе и третье места. При невозможности определить распределение мест по итогам финиша, судейская коллегия вправе назначить дополнительный заход для участников финала, показавших одинаковое время.

8. Правила соревнований.

8.1. Судейство соревнований осуществляется судьями, приглашёнными организаторами.

8.2. Каждый зарегистрированный участник соревнований экипируется самостоятельно.

8.3. При прохождении дистанции кисти рук должны быть зафиксированы на палках темляками, темляки застёгнуты.

8.4. Участники соревнований передвигаются по дистанции с использованием техники классической скандинавской ходьбы, соответствующей лыжному попеременному двухшажному ходу.

8.5. Каждая нога во время движения попеременно всегда должна сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег и прыжки запрещены.

9. Награждение.

9.1. Всем призерам соревнований вручаются грамоты от организаторов соревнований.

10. Подведение итогов соревнований.

10.1. Итоги соревнований подводятся оргкомитетом.

10.2. Итоговые протоколы соревнований будут опубликованы.

10.3. По итогам соревнований Оргкомитетом составляется рейтинг участников, результаты которого будут учтены на последующих соревнованиях.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Оргкомитет