Утверждаю:

Начальник управления физической

культуры и спорта

\_\_\_\_\_\_\_\_М.В.Егрушов

**Положение**

**О проведении открытого командного Чемпионата городского**

**округа город Выкса по кроссфиту «Железная роза»,**

**посвященного празднованию Дня физкультурника, в рамках акции «Спорт против наркотиков».**

**1.ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Соревнования кроссфит (далее – Соревнования) проводятся с целью:

1.1. Повышения уровня физической подготовленности;

1.2. Пропаганда здорового образа жизни;

1.3. Выявления победителей и популяризация кроссфита;

1.4. Развития и укрепления отношений между различными спортивными секциями, населением;

1.5. Повышения спортивного мастерства;

1.6. Пропаганда активного и здорового образа жизни среди подростков и молодежи;

1.7. Профилактика наркомании, алкоголизма, табакокурения;

1.8. Профилактика экстремизма, гармонизация межэтнических и межнациональных отношений;

1.9.Профилактика нелегального оборота алкогольной и спиртосодержащей продукции.

**2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

2.1. Соревнования проводятся 13 августа 2016 года в г. Выкса на городском пляже «Беленький песочек» в районе «косы». Регистрация участников с 10.30 до 10.50 часов. Начало в 11.00 часов.

**3.ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

3.1. К участию допускаются все желающие старше 17 лет мужчины, имеющие допуск врача.

3.2. Соревнования проводятся в командном зачете. Состав команды 3 человека: 3 мужчины. Каждая организация может представить для участия в соревнованиях не более двух команд.

3.3. Деление участников по весовым категориям не производится.

3.4. Каждый участник обязан демонстрировать спортивное поведение:

3.4.1. Неспортивное поведение, такое как споры, насмешки, оскорбления или физическое насилие по отношению к представителям оргкомитета соревнований, другим спортсменам, зрителям, может наказываться дисквалификацией или удалением с соревнований.

3.5. Оргкомитет оставляет за главным врачом соревнований право, при вероятности вреда здоровью спортсмена, безоговорочно снятия с участия в соревнованиях.

**4.РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ**

4.1. Общую организацию и контроль за проведением соревнований осуществляет УФКиС администрации городского округа город Выкса.

4.2. Непосредственное проведение возлагается на судей.

**5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

5.1. Программа Соревнований будет включать КОМПЛЕКС упражнений:

1. Бег с отягощением (в упряжке) 40 м;

2.Махи гирей 16 кг., 30 раз;

3. Прыжок через барьер, 30 раз;

4.Скручивание на пресс, с набивным мячом 6 кг., 30 раз

5.Подъем штанги с пола над головой, 30 кг. 20 раз

6.Перенос гирь,24кг. На площадку,20 м.

7. Бег 30 м, плавание 20-30 м;

8.Отжиманеи касанием груди, 20 раз

Организаторы оставляют за собой право изменить, добавить или убрать упражнения из комплекса. Участник выполняет последовательно все упражнения, переходя от одного выполненного упражнения к другому. Участник, не выполнивший очередное упражнение, к следующему упражнению перейти не имеет право. Время прохождения дистанции останавливается после выполнения всех упражнений командой.

Последовательность и порядок прохождения участниками упражнений не изменяется. Последовательность выхода команд на старт определяется после результата жеребьевки.

**6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

6.1. Команда с лучшим результатом становится первой (по наименьшему времени прохождения комплекса упражнений).

**7. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ**

7.1. Команды, занявшие призовые места награждаются кубками, грамотами.

7.2. Участники призовых команд, получают медали, ценные призы.

7.3. Предусмотрен приз самому сильному участнику, по мнению судейской коллегии.

**8.ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ**

8.1. Расходы, связанные с организацией, проведением соревнований, награждением победителей и призеров, несет УФКиС администрации городского округа город Выкса.

8.2. Расходы, связанные с командированием команд (проезд, суточные, питание, проживание) за счет командирующих организаций.

**9.СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ, СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ**

9.1. Судьи ответственны за отслеживание стандартов движений и подтверждение результата спортсмена.

9.2. Нарушение участником требований установленных стандартов движения или его амплитуды ведет к незачету повторения.

9.3. Спортсмен является единственно ответственным за уточнение всех вопросов относительно стандартов движения перед выполнением соревновательного комплекса.

9.4. В случае наличия физических ограничений в реализации полной амплитуды движения, обусловленных физическими дефектами или временными или хроническими травмами, спортсмен обязан заранее уведомить судейский состав

9.5. Отказ в выполнении инструкций судьи, перебранки или попытки унизить судью или персонал Соревнований может вылиться в штрафные санкции или дисквалификацию участника с соревнований или будущих соревнований. Это также касается уничижительных комментариев со стороны тренера спортсмена, его представителя, группы поддержки или гостя.

9.6. Судьи соревнований и члены Оргкомитета имеют право остановить выполнение участником задания в любой момент соревнований, если предполагают, что спортсмен находится под угрозой нанесения серьезной травмы себе или окружающих.

9.7. Как только участник вступил на соревновательную территорию, тренерам и зрителям запрещено передавать ему какие-либо предметы (воду, магнезию, тейпы и т.д.)

9.8. В случае спорных ситуаций решения оставляет за собой судейская коллегия.

9.9.В случае событий, не прописанного в данном положении, решение принимается судейской коллегией.

**10.УСЛОВИЯ ПОДАЧИ ЗАЯВОК**

10.1. Заявки от команд направляются посредствам электронной почты или по факсу в срок до 12 августа 16.00. ufkis.vyksa@mail.ru, факс (83177) 32600, 910-1312676- Саратовцев Вадим Игоревич.

**11. ТРЕБОВАНИЕ О ЗАПРЕТЕ**

11.1. Организаторам соревнований, спортивным судьям, спортсменам, тренерам и другим участникам официального спортивного соревнования запрещено оказывать противоправное влияние на результат официального спортивного соревнования. Организаторам соревнований, спортивным судьям, спортсменам, тренерам и другим участникам официального спортивного соревнования запрещено участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальное спортивное соревнование, в котором они принимают участие.