Положение соревнований по функциональному многоборью среди мужчин и женщин.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1. Пропаганда здорового образа жизни и регулярных занятий спортом

и физической культурой;

 популяризация молодёжного движения функционального многоборья;

привлечение молодежи к регулярным занятиям физической

культурой в городе Выкса;

− обеспечение доступности занятий физической культурой в городе Выкса;

обеспечение доступности занятий функциональным многоборьем в городе Выкса;

− определение победителей и призеров соревнований

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся в : спортивном клубе Русь

Ответственный – .Мартьянов Владимер Александрович,Фролов Павел Сергеевич

Сроки проведения: 25 февраля 2018 год

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство проведением соревнований осуществляет

Общественная организация

4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И ПОРЯДОК ДОПУСКА

К СОРЕВНОВАНИЯМ

Распределение участников по группам по кроссфиту производится в

соответствии с действующими правилами соревнований.

К соревнованиям допускаются:

− мужчины 18 лет и старше (1 группа);

− женщины 18 лет и старше (2 группа).

Оргкомитет соревнований, главная судейская коллегия, Общественная

организация «спортивный клуб Русь», не несут ответственности за действия или

бездействия участников соревнований, а также за их здоровье.

5. ПРОГРАММА, ПРАВИЛА И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

СОРЕВНОВАНИЙ

 Ориентировочная программа:

–10-00 объявление начала регистрации участников.

 11-00 Объявляется программа мероприятия. Представление судейского

состава

11-30 Объявление о призах, о спонсорах.

11-40Презинтация упражнений от судейского состава

12-00Начало соревнования.

Первое задание длится 7 мнут приблизительно затраченное время 45 минут

Вызываются по 4 участника атлеты мужчины

Батлы участников

Вызываются по 4 участника атлеты женщины

Батлы участников

 Подведение итогов первого комплекса

Начало второй части

Вызываются по 4 участника атлеты мужчины

Батлы участников

Вызываются по 4 участника атлеты женщины

Батлы участников

Подведение итогов второго комплекса

Начало третей части

Вызываются по 4 участника атлеты мужчины

Батлы участников

Вызываются по 4 участника атлеты женщины

Батлы участников

Подведение итогов третьего комплекса

17.40-18.10 Окончание. Подведение итогов. Подготовка наград и грамот.

Проходят мастер-классы, выступления, викторины от спонсоров

мероприятия.

18.10. Начало церемонии награждения:

Вручение благодарностей судьям и организаторам. Совместная

фотосессия.

Соревнования проходят в личном зачёте.

Функциональное многоборье: мужчины:

 пресс

 15@?8

 <0E8 38@59

 ?@8A540=8O A <OG><

 ?@K6:8 =0 BC<1C

Взятие штанги на грудь

Подтягивание на турнике

Скакалка

Трастеры

Кроссфит: женщины:

 ?@5AA

 15@?8

 <0E8 38@59

 ?@8A540=8O A <OG><

 ?@K6:8 =0 BC<1C

Взятие штанги на грудь

Подтягивание на турнике

Скакалка

Трастеры

6. НАГРАЖДЕНИЕ

Победителей и призёров награждают медалями, грамотами и

памятными призами, руководство организации.

7. ЭТИКЕТ

Участники, зрители и болельщики соревнований должны строго

соблюдать Правила соревнований.

Участники соревнований, зрители и болельщики должны корректно

вести себя по отношению к публике, официальным лицам и оргкомитету.

Во время проведения соревнований зрителям и болельщикам не

допускается оскорблять участников соревнований, судей и иных лиц.

Участникам, зрителям и болельщикам запрещается курить и

употреблять спиртные напитки в местах проведения соревнования.

Контактный номер 79200775058 Павел