|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| УТВЕРЖДАЮ:Заместитель начальника УКМПиС\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.Ю. Мезенцев«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018 г. | УТВЕРЖДАЮ: Директор МБУ «Спорткомплекс «Здоровье» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р.Г.Саматов «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г. | УТВЕРЖДАЮ:Директор МБУ «Организационный центр»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.А. Любовцова«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018 г. |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении открытых соревновании по пауэрлифтингу, по правилам АНО «НАП» посвященные Дню защитника Отечества**

1. **Цель:**

Открытые соревнования по пауэрлифтингу проводятся с целью популяризации и развития силовых видов спорта в городском округе Сухой Лог.

1. **Задачи:**

- повышение спортивного мастерства спортсменов;

- выявление перспективных спортсменов;

- выполнение разрядных нормативов АНО «НАП» вплоть до КМС.

1. **Сроки и место проведения.**

Соревнование по пауэрлифтингу проводятся 23 февраля 2018 года в спортивно-оздоровительном центре «Богатырь» по адресу: г. Сухой Лог, улица Милицейская, 6. Начало соревнований в 11.00. Начало регистрации и взвешивания участников в 10.00 час.

1. **Руководство проведения соревнований.**

 Общее руководство по подготовке и проведению соревнований осуществляет МБУ «Организационный центр УКМПиС». Непосредственное проведение соревновании возлагается на МБУ «Спорткомплекс «Здоровье», спортивно-оздоровительный центр «Богатырь».

Главный судья: Кочнев Евгений Александрович. Главный секретарь: Клюева Наталья Александровна.

1. **Участники соревнований.**

К участию в соревновании по пауэрлифтингу допускаются спортсмены и все желающие, имеющие соответствующую спортивно-техническую подготовку, прошедшие регистрацию и не имеющие медицинских противопоказаний. Возраст участников от 11 лет. Экипировка участников согласно правилам федерации АНО «НАП». Для безэкипировочного дивизиона разрешается использовать трико – борцовка, пояс, кистевые бинты и гетры (для становой тяги). Как исключение - обтягивающие шорты и футболка.

1. **Условия проведения соревнований.**

 Соревнования проводятся согласно Международным правилам соревнований АНО,

 «НАП».

**Пауэрлифтинг:**

* приседание;
* жим лёжа;
* тяга становая.

Три попытки в каждом движении.

Лучшая удавшаяся попытка спортсмена в каждом движении входит в сумму, набранную на данном соревновании.

Соревнования проводятся по четырём весовым категориям для мужчин: до 60 кг, до 75 кг до 90 кг и 100+ кг, в четырёх возрастных группах: с 11 до 14 лет, с 15 до 18 лет, с 19 до 23 лет и 24 старше. Женщины выступают в двух весовых категориях: до 56 кг и 60+ кг.

Участники допускаются к соревнованиям согласно личной подписи в карточке участника соревнований, подтверждающей персональную ответственность за свое здоровье. Благотворительный взнос 300 рублей.

1. **Определение победителей по пауэрлифтингу.**

Победитель определяется в каждой весовой и возрастной категориях, набравший наибольшую сумму во всех упражнениях. Абсолютный победитель выявляется отдельно в мужском и женском дивизионах (абсолютный победитель в мужском и в женском дивизионах выявляется по формуле Шварца).

1. **Награждение**

Участники по пауэрлифтингу, занявшие I, II, III место в своей весовой и возрастной категории награждаются медалями и дипломами.

Абсолютные победители в мужском и женском дивизионах награждаются кубком и дипломом.

1. **Расходы**

Расходы по проведению соревнований: питание судей, награждение победителей и призеров несёт МБУ «Организационный центр УКМПиС».

По всем интересующим вопросам, касающимся организаций и проведении турнира вы можете связаться с главным судей Кочневым Е.А. тел. 89530541997

 **Данное положение является вызовом на соревнования.**