**Р О С И Й С К А Я Ф Е Д Е Р А Ц И Я**

**А В Т О Н О М Н А Я Н Е К О М Е Р Ч Е С К А Я О Р Г А Н И З А Ц И Я**

**«Н А Ц И О Н А Л Ь Н А Я А С С О Ц И А Ц И Я П А У Э Р Л И Ф Т И Н Г А»**



**ПОЛОЖЕНИЕ**

О проведении соревнований Озерского городского округа

по жиму лёжа и становой тяге

Посвященные 80-летию Победы в Великой Отечественной Войне и 16-летию тренажерного зала «Геркулес»

г. Озерск, 2025

**1.Цели и задачи**

* выявление сильнейших спортсменов Озерского городского округа в упражнениях жим лежа и становой тяга;
* выполнение разрядных нормативов АНО «НАП» вплоть до КМС НАП;
* пропаганда силовых видов спорта как массовых и зрелищных среди молодежи;
* пропаганда здорового образа жизни;
* формирование престижности занятий спортом в молодежной среде;
* развитие массового спорта в России, как приоритетная задача, поставленная Президентом Российской федерации В.В.Путиным.

**2. Сроки и место проведения:**

Соревнования проводятся 19 апреля 2025 года;

Место проведения: КСК «Лидер», СК «Геркулес», город Озерск

Взвешивание: КСК «Лидер», СК «Геркулес», город Озерск

18 апреля с 16-00 до 20-00

19 апреля с 11-00 до 13-00

Начало соревнований 19 апреля в 14-00.

**3. Руководство проведением соревнований:**

Общее руководство по подготовке и проведению соревнований осуществляется региональным представителем НАП в г. Озерске.

Главный судья – Щеголихин О.С.

Главный секретарь – Бердникова Н.В.

Судьи: Викторов А.

Шувалов В.

Федулов Н.

Гафина Е.

**4. Судейство:**

Соревнования проводятся по международным правилам АНО «НАП»;

Судьи должны иметь соответствующую одежду (белая рубашка, темные или серые брюки, галстук, нагрудный шеврон судьи, судейскую книжку) и соответствующую судейскую квалификацию.

**5. Участники соревнований:**

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены достигшие 14 лет, имеющие соответствующую спортивно- техническую подготовку, прошедшие медосмотр. Экипировка участников – согласно правилам федерации НАП. Участники, не выполняющие требования по экипировке – на помост не допускаются.

**6. Виды спортивных дисциплин:**

Жим лежа;

Становая тяга.

**7. Виды дивизионов:**

Безэкипировочный

**8. Весовые и возрастные категории участников:**

**Возрастные категории:**

-открытая

-юноши и девушки до 18 лет

**Весовые категории жима лежа:**

юноши: 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90.

девушки: 52; 56; 60; 60+

мужчины:67,5; 75; 82,5; 90; 100; 100+

женщины: 52; 56; 60; 60+

**Весовые категории становая тяга:**

юноши: 56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90.

девушки: 52; 56; 60; 60+

мужчины:67,5; 75; 82,5; 90; 100; 100+

женщины: 52; 56; 60; 60+

Абсолютные победители определяются по формуле Шварца (мужчины) и Малоуна (женщины)

**9. Присвоение нормативов:**

Разряды присваиваются по нормативам, вступившим в силу с 01.02.2025 г. вплоть до Кандидата в мастера спорта НАП включительно.

**10. Благотворительный стартовый взнос:**

Стартовый взнос равен 500 рублей с участника старше 18 лет. Все виды взносов, сборов и оплат, оплачиваемые спортсменом на данных соревнованиях, указанные в настоящем положении, являются благотворительными.

**11. Награждение:**

Спортсмены, занявшие первые три места в каждой весовой категории, награждаются медалями и дипломами.

Абсолютные победители награждаются кубками.

Возможны дополнительные ценные призы при привлечении средств спонсоров и благотворительных взносов.

Все призеры или их представители обязаны присутствовать на награждении. В противном случае выдача награды не гарантируется.

**12. Финансирование:**

Расходы по командированию, размещению и питанию участников, тренеров, судей и зрителей несут командирующие организации.

**13. Договор на участие в соревнованиях:**

Проходя процедуру взвешивания и регистрации, каждый спортсмен подписывает заявочную карточку. Факт подписания данной карточки является заключением Договора об участии в соревнованиях между спортсменом и организаторами. Подписывая карточку, спортсмен соглашается со всеми пунктами настоящего Положения, а также со всеми пунктами Технических правил АНО «НАП» и всех Постановлений АНО «НАП», принятых до начала данных соревнований и опубликованных на официальном сайте АНО «НАП» ([www.пауэрлифтинг-россия.рф](http://www.пауэрлифтинг-россия.рф)), в разделах «Документы ассоциации» и «Правила и нормативы».

Спортсмен безоговорочно соглашается со следующими условиями:

* принимая участие в соревнованиях, спортсмен признает, что от него потребуется максимальное физическое и психологическое напряжение, что влечет за собой риск получения травмы, либо увечья. Спортсмен принимает на себя все риски, связанные с этим, и несет всю ответственность за любые травмы и увечья, известные ему, либо не известные ему, которые он может получить.
* Спортсмен осознает, что на его ответственности лежит контроль за состояния своего здоровья перед участием в соревнованиях, тем самым подтверждает проведение регулярного врачебного медосмотра, и отсутствие медицинских противопоказаний для участия в соревнованиях, соответственно свою полную физическую пригодность и добровольно застраховал свою жизнь и здоровье на период участия в соревнованиях.
* Принимая участие в соревнованиях, спортсмен сознательно отказывается от любых претензий, в случае получения травмы или увечья в этом турнире, в отношении Организаторов турнира, АНО «Национальная ассоциация пауэрлифтинга», собственника помещений, руководителей, должностных лиц, работников упомянутых организаций, ассистентов на помосте и всего обслуживающего соревнования персонала.
* Спортсмен добровольно оплачивает все благотворительные взносы, предназначенные для погашения расходов по проведению соревнований, изготовлению наградной атрибутики и других расходов, связанных с проведением спортивных мероприятий.
* Спортсмен ознакомился с данным Положением и полностью понимает его содержание.
* Спортсмен добровольно соглашается принять все вышеописанные в п. 13 настоящего Положения условия. Тем самым подтверждает это, подписывая заявочную карточку в присутствии секретариата на процедуре регистрации и взвешивания.

**14.Персональные данные участника соревнований (спортсмена):**

Персональные данные участника соревнований подлежат обработке в соответствии с требованиями Закона № 152-ФЗ «О персональных данных». Письменное согласие на обработку его персональных данных дается участником соревнований при подписании заявочной карточки в соответствии с п. 13 настоящего Положения.

**15. контактная информация:**

По всем интересующим Вас вопросам, касающимся организации и проведения соревнований Озерского городского округа по жиму лежа и становой тяге, Вы можете связаться с Главным судьей соревнований Щеголихиным О.С. тел. 8(35130)70629

**16. настоящее положение служит официальным вызовом на соревнования.**