



Инструкция

подача заявления на норматив
НАП РОССИЯ

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Подача заявления на присвоение разряда (взрослый \юношеский)	5
1.1 Заявление.....	5
1.2 Зачетная книжка.....	7
1.3 Отправка и отслеживание	8
2. Подача заявления на норматив КМС\МС\ МСМК\ЭЛИТА	9
2.1 Заявление	9
2.2 Удостоверение	12
2.3 Отправка и отслеживание.....	13
Приложение 1.....	14
Приложения 2.....	15

ВВЕДЕНИЕ

Здравствуйте!

Если вы читаете этот текст, значит, вас можно поздравить с получением нового звания, достижения, результата!

Здесь мы поделились информацией о получении удостоверений. Надеемся, это будет полезно.

Итак, начнём с самого начала... Подать заявления можно не позднее 3 лет с момента вашего выступления. Подача заявления осуществляется в двух вариантах:

1. Бумажный вид – оформляется в тех регионах, где подача заявления в электронном виде - невозможна. Для этого необходимо заполнить форму заявления на бумаге, приложить к нему фотографии (3*4) - 2 штуки.

Скачать бланк заявления можно на оф.сайте НАП Россия в разделе «Правила, нормативы, бланки» или в «Приложении 1 или 2» данной инструкции.

Бумажный вид заявления и фотографии 2 шт, отправляются обычным (не заказным) письмом, почтой России, на адрес: 620085, Екатеринбург, Агрономическая 30А-43 Репнициной Марине Владимировне.

2. Электронный вид – оформляется на официальном сайте НАП Россия в разделе «Онлайн оформление удостоверений» Заполняется форма с обязательной фотографией спортсмена.

Электронный вид заявления автоматически попадает в программу, после заполнения. Программа рассчитана на несколько этапов.

- Принято – что означает, заявление поступило и находится в ожидании проверки.
- Проверено - заявление проверили, с ним всё хорошо, ожидает передачи в типографию.
- Типография – ваше удостоверение на стадии печати, сборки. Оформляется и передается на почту.
- Отправлено - удостоверение отправлено в регион - представителю НАП. Если такого нет, то лично спортсмену на адрес, указанный в заявлении.

А так же программа имеет такие статусы, как:

- Требуется оплата – когда требуется оплата за удостоверение.
(Согласно Постановления № 29: Спортсмен, оплативший билет, имеет право по результатам своих выступлений бесплатно оформить не более одного удостоверения КМС НАП, не более одного удостоверения МС НАП, не более одного удостоверения МСМК НАП, не более одного удостоверения ЗМС НАП, и не более одного удостоверения ЭЛИТА-Любители НАП. Вне зависимости от того, в каком количестве спортивных дисциплин он выполнил тот или иной норматив.)
- Отказ - может быть по причине:
 1. Некорректной фотографии или её отсутствия.
 2. Нет годового взноса.
 3. Не сдан допинг контроль (только у МСМК и Элиты)

Если результат был выполнен давно, более двух лет назад, программа автоматически может поменять статус заявления на «требуется оплата», так как истек срок годового билета. Мы не сможем это отследить. В таком случае, необходимо написать на электронную почту: oplata.npa@mail.ru, для исправления статуса вручную на статус «принято»

Оповещение об изменении статуса вашего заявления, а так же приказы о выполнении норматива и присвоение разряда, приходят на электронную почту указанную в заявлении при подаче или телеграмм - бот [@PowerTable_bot](https://t.me/PowerTable_bot)

1. Подача заявления на присвоение разряда (взрослый \юношеский)

1.1 Заявление

Все полученные РАЗРЯДЫ оформляются только при подаче заявления в бумажном виде и двух фото. Скачать заявление можно на официальном сайте НАП РОССИЯ или в «Приложении 1» данного пособия. Заполнить форму, как показано на примере (рис 1.1)

ВАЖНО! Заполнять форму только печатными буквами, разборчиво, во избежание опечатки ФИО в удостоверении, и прочих опечаток. В таком случае, спортсмену придется возвращать удостоверение обратно в Екатеринбург и ждать его переделку, что очень сильно затянет сроки получения, а так же финансовые расходы, связанные с транспортными издержками доставки.



К заполненной форме приложить два фото 3x4см.



ФОРМАТ ФОТО КАК НА ДОКУМЕНТ, УДОСТОВЕРЯЮЩИЙ ЛИЧНОСТЬ.

При заполнении заявления на разряд важно учитывать некоторые моменты:

- **Номер годового билета** находится на индивидуальной пластиковой членской карте спортсмена НАП, с лицевой стороны, состоящий из 8 цифр.

Если, по каким либо причинам, невозможно узнать номер билета или спортсмен младше 13 лет или СОВ или 70 лет и старше, строку можно оставить пустой. Но если окажется, что годовой взнос не оплачен, присвоить разряд не получится. Тогда спортсмену необходимо произвести оплату годового взноса онлайн, что может повлечь за собой увеличение сроков изготовления зачетной книжки.

- **Адрес** указывать фактический, где вы собираетесь получить зачетную книжку.
- **Номер** телефона и адрес **Электронной почты** - указать действующие, ваши.

На электронную почту высылается трек-номер для отслеживания письма с зачетной книжкой. Если нет регионального представителя, письмо отправляется лично спортсмену.

- **Название и дату соревнований** списать с диплома или с официального сайта НАП РОССИЯ в разделе «Календарь соревнований» или «Протоколы соревнований»

Интересный факт – на официальном сайте НАП РОССИЯ в разделе «Протоколы соревнований» можно скачать протокол участия, найти в нём себя и ещё раз, с гордостью, взглянуть на свой результат!

Конец формы заполнить согласно результатам соревнований и протоколу





**УКАЗАТЬ ГАЛОЧКОЙ
В ПУСТОМ КВАДРАТЕ
ВЫПОЛНЕННЫЙ НОРМАТИВ:**

ПРИМЕР ЗАПОЛНЕНИЯ

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ФОРМА РЕГИСТРАЦИИ НОРМАТИВА

№ _____

(заполняется организаторами)

Разряд 1 взр.	
Разряд 2 взр.	
Разряд 3 взр.	✓
Разряд 1 юн.	
Разряд 2 юн.	
Разряд 3 юн.	

ФИО (разборчиво!): Иванов Иван Иванович
Дата рождения: « 6 » сентября 1996 г. Номер годового билета: 12345678

Почтовый адрес (разборчиво!) Индекс: 123456 Область: Свердл.обл
Екатеринбург Уличная 99 66
ГОРОД УЛИЦА ДОМ КОРПУС КВАРТИРА

Телефон: 8 – (9 9 9) 696-96-96 Эл.почта: Pochtanuzhna@mai.ru
Название соревнований: Чемпионат по силовым видам спорта "Золотой Тигр 99"

ВЕРСИЯ: ЛЮБИТЕЛИ (с допинг-контролем) ✓ ПРО(без допинг-контроля) _____

ФИО тренера: Петров П.П или – Дата соревнований: 16.06.2026 Подпись: _____

ПАУЭРЛИФТИНГ и отдельные упр-я, ПАУЭРСПОРТ, СТРИТЛИФТИНГ				
ВИД УПРАЖНЕНИЯ: <u>Жим лежа</u> (Пауэрлифтинг, Жим лёжа, Приседания, Тяга, Военный жим, Пауэрспорт, Стритлифтинг)				
ДИВИЗИОН: <u>Без экипировки</u> (Без экипировки, Софт-экип 1-2 слоя, Софт экип 3 слоя, Однослойная экипировка, Многослойная экипировка)				
Весовая категория: <u>44 кг</u> Возраст: <u>23</u> г РЕЗУЛЬТАТ: <u>47,5</u> кг				

НАРОДНЫЙ ЖИМ, многоповторный СТРИТЛИФТИНГ				
Весовая категория: Вес штанги: Возраст: РЕЗУЛЬТАТ: повт.				

РУССКИЙ ЖИМ				
Номинация: Весовая категория: Возраст: РЕЗУЛЬТАТ: повт.				

КУЛЬТУРИЗМ И ФИТНЕС (поставить галочку):				
Культуризм _____ Фитнес атлетик _____ Пляжный фитнес _____ Фитнес-бикини _____				
Ростовая категория: Возрастная группа: МЕСТО В НОМИНАЦИИ:				

Образец заполнения формы, для разрядников. Рис 1.1

1.2 Зачетная книжка

Зачетная книжка - это официальный документ, удостоверяющий квалификацию спортсмена. В нём фиксируются личные данные с фотографией, результаты соревнований, выполненные нормативы, присвоенные спортивные разряды (рис 1.2).



Зачетная квалификационная книжка НАП. рис 1.2

Книжка приобретается однократно и действует на протяжении всего времени участия в соревнованиях. Стоимость зачетной книжки составляет - 200 рублей.

Если у вас уже есть зачетная книжка, и нужно вписать новый результат или новое участие в соревнованиях, есть несколько способов это сделать:

1. По окончанию соревнований с дипломом участника обращаться к организатору или представителю НАП. Если имеется такая возможность, результат внесут сразу на соревнованиях.
2. Обратиться к представителю НАП вашего региона. Если есть такая возможность, книжку заполнит он.
3. Если по первым двум вариантам не получается заполнить зачетную книжку, тогда необходимо прислать её, в г. Екатеринбург 620085 Агрономическая 30А-43 Репнициной Марине Владимировне, (вместе с заявлением и фотографиями 3*4 (2 шт) для первого раза).

По готовности, не более 4 месяцев с момента поступления в офис НАП, книжку отправят обратно с новыми результатами.

Письмо отправят почтой России, заказным письмом и вышлют трек-номер для отслеживания. Трек-номер высыпают на электронную почту указанную в вашем заявлении.

1.3 Отправка и отслеживание

Сроки изготовления зачетных книжек составляет до 4 месяцев с момента поступления вашего заявления в федерацию НАП г. Екатеринбург.

По готовности, удостоверение будет выслано вашему региональному представителю. Если представителя в вашем регионе нет, то на адрес указанный вами в форме заявления.

Список представителей и их контакты, находятся на официальном сайте НАП РОССИЯ, в разделе: «НАП в Регионах».

Все письма с удостоверениями отправляются Почтой России.

Если в вашем регионе имеется официальный представитель НАП, всю информацию по получению зачетной книжки необходимо уточнять у него т.к в этом случае трек-номер для отслеживания письма отправляется ему.

Если получателем является лично спортсмен (нет регионального представителя) , то отследить письмо с удостоверением можно при помощи приложения или сайта Почты России, получив трек-номер (его отправляют на электронную почту)

При возникновении дополнительных вопросов, просьба обращаться: oplata.npa@mail.ru , указав при этом ФИО спортсмена, дату соревнований, дисциплину и вопрос.

2. Подача заявления на норматив КМС\МС\ МСМК\ЭЛИТА

2.1 Заявление

Все нормативы можно оформить в электронном виде. На официальном сайте НАП Россия в разделе «Онлайн оформление удостоверений». Для этого необходимо заполнить данные, следуя подсказкам сайта и обязательно прикрепить фотографию 3*4.

За исключением некоторых регионов, где эл.вид заявления невозможен. Тогда следует, оформить заявление в бумажном виде. Скачать бумажный вид можно на официальном сайте НАП Россия или в «Приложении 2» данной инструкции. Заполнить форму, как показано на примере (рис 2.1)

ВАЖНО! Заполнять форму только печатными буквами, разборчиво, во избежание опечатки ФИО в удостоверении, и прочих опечаток. В таком случае, спортсмену придется возвращать удостоверение обратно в Екатеринбург и ждать его переделку, что очень сильно затянет сроки получения, а так же финансовые расходы, связанные с транспортными издержками доставки.

К заполненной форме приложить два фото 3x4см.



ФОРМАТ ФОТО В ЭЛЕКТРОННОМ ИЛИ БУМАЖНОМ ВИДЕ ВСЕГДА КАК НА ДОКУМЕНТ,
УДОСТОВЕРЯЮЩИЙ ЛИЧНОСТЬ.

При заполнении заявления на норматив важно учитывать некоторые моменты:

- **НОМЕР ГОДОВОГО БИЛЕТА** находится на индивидуальной пластиковой членской карте спортсмена НАП, с лицевой стороны, состоящий из 8 цифр.

Если, по каким либо причинам, невозможно узнать номер билета или спортсмен младше 13 лет или СОВ или 70 лет и старше, строку можно оставить пустой. (При подаче в эл.виде программа может не пропустить без номера год. билета, введите рандомные 8 цифр)

Но если при проверке окажется, что годовой взнос не оплачен, присвоить разряд не получится. Тогда спортсмену необходимо произвести оплату годового взноса онлайн, что может повлечь за собой значительное увеличение сроков изготовления удостоверения.

- **АДРЕС** указывать фактический, где вы собираетесь получить удостоверение.
- **НОМЕР** телефона и адрес **ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ** - указать действующие, ваши.

На электронную почту высылается трек-номер для отслеживания отправленного письма с удостоверением. **ЕСЛИ НЕТ РЕГИОНАЛЬНОГО ПРЕДСТАВИТЕЛЯ, ПИСЬМО ОТПРАВЛЯЕТСЯ ЛИЧНО СПОРТСМЕНУ.**

- **НАЗВАНИЕ И ДАТУ СОРЕВНОВАНИЙ** списать с диплома или с официального сайта НАП Россия в разделе «Календарь соревнований» или «Протоколы соревнований»

Интересный факт – на официальном сайте НАП Россия в разделе «Протоколы соревнований» можно скачать протокол участия, найти в нём себя и ещё раз, с гордостью, взглянуть на свой результат!

Конец формы заполнить согласно результатам соревнований и протоколу

ПРИМЕР ЗАПОЛНЕНИЯ



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ФОРМА РЕГИСТРАЦИИ НОРМАТИВА

Инструкция по заполнению:

1. Заполняете бланк только ПЕЧАТНЫМИ буквами.
2. Прилагаете к бланку два фото 3x4.
3. Отправляете Почтой России ОБЫЧНЫМ письмом! Заказным (через почтальона) отправлять НЕЛЬЗЯ! Просто кидаете в почтовый ящик.
Адрес: 620085, Екатеринбург, Агрономическая 30А-43 Репнициной Марине Владимировне
4. Готовность – до 4 месяцев.
5. По ВСЕМ вопросам пишите строго на эл.адрес: 1nra@mail.ru

Выполненный норматив: MC

ЗМС/ЭЛИТА/МСМК/МС/КМС

ФИО (разборчиво!): Иванов Иван Иванович
Дата рождения: «6» сентября 1996 г. Номер годового билета: 12345678

Почтовый адрес (разборчиво!) Индекс: 123456 Область: Свердл.обл
Екатеринбург Уличная 99 66
ГОРОД УЛИЦА ДОМ КОРПУС КВАРТИРА

Телефон: 8 – (9 9 9) 696-96-96 Эл.почта: Pochtanuzhna@mail.ru
Название соревнований: Чемпионат по силовым видам спорта "Золотой Тигр 99"

ВЕРСИЯ: ЛЮБИТЕЛИ (с допинг-контролем) v ПРО(без допинг-контроля) _____

ФИО тренера: Петров П.П или – Дата соревнований: 16.06.2026 Подпись: رض

ПАУЭРЛИФТИНГ и отдельные упр-я, ПАУЭРСПОРТ, СТРИЛIFTИНГ

ВИД УПРАЖНЕНИЯ: Жим лежа
(Пауэрлифтинг, Жим лёжа, Приседания, Тяга, Военный жим, Пауэрспорт, Стритлифтинг)

ДИВИЗИОН: Без экипировки
(Без экипировки, Софт-экип 1-2 слоя, Софт экип 3 слоя, Однослойная экипировка, Многослойная экипировка)

Весовая категория: 44 кг Возраст: 23 г РЕЗУЛЬТАТ: 50 кг

НАРОДНЫЙ ЖИМ, многоповторный СТРИЛIFTИНГ

Весовая категория: Вес штанги: Возраст: РЕЗУЛЬТАТ: повт.

РУССКИЙ ЖИМ				
Номинация:	Весовая категория:	Возраст:	РЕЗУЛЬТАТ:	повт.
КУЛЬТУРИЗМ И ФИТНЕС (поставить галочку): Культуризм_____ Фитнес атлетик_____ Пляжный фитнес_____ Фитнес-бикини_____				
Ростовая категория:	Возрастная группа:	МЕСТО В НОМИНАЦИИ:		

Образец заполнения формы, для разрядников. Рис 2.1

2.2 Удостоверение

Удостоверение — это официальный документ, подтверждающий присвоение спортсмену высокого спортивного звания, за достижение значительных результатов на соревнованиях, и выдается вместе с нагрудным знаком, свидетельствуя о его высоком уровне подготовки и соответствующа нормам.

У КМС нагрудного знака — не существует.

У ЭЛИТЫ ПРО вместе нагрудного знака, выдается перстень. С правилами получения перстня можно ознакомится на оф.сайте НАП Россия.



Удостоверение мастер спорта НАП рис 2.2



Нагрудный знак мастер спорта НАП рис 2.3

2.3 Отправка и отслеживание

Сроки изготовления удостоверений составляет до 4 месяцев с момента поступления вашего заявления в федерацию НАП г. Екатеринбург.

По готовности, удостоверение будет выслано вашему региональному представителю. Если представителя в вашем регионе нет, то на адрес указанный вами в форме заявления.

Список представителей и их контакты, находятся на официальном сайте НАП РОССИЯ, в разделе: «НАП в Регионах».

Все письма с удостоверениями отправляются Почтой России.

Если в вашем регионе имеется официальный представитель НАП, всю информацию по получению удостоверению необходимо уточнять у него т.к в этом случае трек-номер для отслеживания письма отправляется ему.

Если получателем является лично спортсмен (нет регионального представителя), то отследить письмо с удостоверением можно при помощи приложения или сайта Почты России, получив трек-номер (его отправляют на электронную почту)

При возникновении дополнительных вопросов, просьба обращаться: oplata.npa@mail.ru, указав при этом ФИО спортсмена, дату соревнований, дисциплину и вопрос.



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ФОРМА
РЕГИСТРАЦИИ НОРМАТИВА

Приложение 1

№ _____

(заполняется организаторами)

УКАЗАТЬ ГАЛОЧКОЙ
В ПУСТОМ КВАДРАТЕ
ВЫПОЛНЕННЫЙ НОРМАТИВ:

<u>Разряд 1 взр.</u>	
<u>Разряд 2 взр.</u>	
<u>Разряд 3 взр.</u>	
<u>Разряд 1 юн.</u>	
<u>Разряд 2 юн.</u>	
<u>Разряд 3 юн.</u>	

ФИО (разборчиво!): _____

Дата рождения: « ____ » _____ г. Номер годового билета: _____

Почтовый адрес (разборчиво!) Индекс: _____ Область: _____

ГОРОД _____ УЛИЦА _____ ДОМ _____ КОРПУС _____ КВАРТИРА _____

Телефон: 8 – () _____ Эл.почта: _____

Название соревнований: _____

ВЕРСИЯ: ЛЮБИТЕЛИ (с допинг-контролем) _____ ПРО(без допинг-контроля) _____

ФИО тренера: _____ Дата соревнований _____ Подпись: _____

ПАУЭРЛИФТИНГ и отдельные упр-я, ПАУЭРСПОРТ, СТРИТЛИФТИНГ

ВИД УПРАЖНЕНИЯ: _____
(Пауэрлифтинг, Жим лёжа, Приседания, Тяга, Военный жим, Пауэрспорт, Стритлифтинг)

ДИВИЗИОН: _____
(Без экипировки, Софт-экип 1-2 слоя, Софт экип 3 слоя, Однослойная экипировка, Многослойная экипировка)

Весовая категория: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____

НАРОДНЫЙ ЖИМ, многоповторный СТРИТЛИФТИНГ

Весовая категория: _____ Вес штанги: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____ повт.

РУССКИЙ ЖИМ

Номинация: _____ Весовая категория: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____ повт.

КУЛЬТУРИЗМ И ФИТНЕС (поставить галочку):

Культуризм _____ Фитнес атлетик _____ Пляжный фитнес _____ Фитнес-бикини _____

Ростовая категория: _____ Возрастная группа: _____ МЕСТО В НОМИНАЦИИ: _____

Прилагаете к бланку два фото 3x4.

Отправляете Почтой России ОБЫЧНЫМ письмом! Заказным (через почтальона) отправлять НЕЛЬЗЯ!

Просто кидаете в почтовый ящик.

Адрес: 620085, Екатеринбург, Агрономическая 30А-43 Репницыной Марине Владимировне



ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ФОРМА
РЕГИСТРАЦИИ НОРМАТИВА

Приложение 2

№ _____

(заполняется организаторами)

Инструкция по заполнению:

1. Заполняете бланк только ПЕЧАТНЫМИ буквами.
2. Прилагаете к бланку два фото 3x4.
3. Отправляете Почтой России ОБЫЧНЫМ письмом! **Заказным (через почтальона) отправлять НЕЛЬЗЯ!** Просто кидаете в почтовый ящик.
Адрес: 620085, Екатеринбург, Агрономическая 30А-43 Репницыной Марине
Владимировне
4. Готовность – до 4 месяцев.
5. По ВСЕМ вопросам пишите строго на эл.адрес: 1nra@mail.ru

Выполненный норматив: _____

ЗМС/ЭЛИТА/МСМК/МС/КМС

ФИО (разборчиво!): _____

Дата рождения: « ____ » _____ г. Номер годового билета: _____

Почтовый адрес (разборчиво!) Индекс: _____ Область: _____

_____ ГОРОД

_____ УЛИЦА

_____ ДОМ

_____ КОРПУС

_____ КВАРТИРА

Телефон: 8 – () _____ Эл.почта: _____

Название соревнований: _____

ВЕРСИЯ: ЛЮБИТЕЛИ (с допинг-контролем) _____ ПРО(без допинг-контроля) _____

ФИО тренера: _____ Дата соревнований _____ Подпись: _____

ПАУЭРЛИФТИНГ и отдельные упр-я, ПАУЭРСПОРТ, СТРИТЛИФТИНГ

ВИД УПРАЖНЕНИЯ: _____
(Пауэрлифтинг, Жим лёжа, Приседания, Тяга, Военный жим, Пауэрспорт, Стритлифтинг)

ДИВИЗИОН: _____
(Без экипировки, Софт-экип 1-2 слоя, Софт экип 3 слоя, Однослойная экипировка, Многослойная экипировка)

Весовая категория: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____

НАРОДНЫЙ ЖИМ, многоповторный СТРИТЛИФТИНГ

Весовая категория: _____ Вес штанги: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____ повт.

РУССКИЙ ЖИМ

Номинация: _____ Весовая категория: _____ Возраст: _____ РЕЗУЛЬТАТ: _____ повт.

КУЛЬТУРИЗМ И ФИТНЕС (поставить галочку):

Культуризм _____ Фитнес атлетик _____ Пляжный фитнес _____ Фитнес-бикини _____

Ростовая категория: _____ Возрастная группа: _____ МЕСТО В НОМИНАЦИИ: _____