

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель
Региональной физкультурно-
спортивной организации
«Федерация спортивного туризма
Мурманской области»
Д.Е. Старичкин
2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ФГБУ «Лапландский
государственный природный
заповедник»



С.В. Шестаков
2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Министр спорта
Мурманской области



С.И. Наумова
2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении официального физкультурного мероприятия
по спортивному туризму в дисциплине «северная ходьба»
«СредиЗимье»

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Официальное физкультурное мероприятие по спортивному туризму в дисциплине «северная ходьба» «СредиЗимье» (далее – Мероприятие) проводится в соответствии с:

- календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Мурманской области на 2026 год, утверждённым приказом Министерства спорта Мурманской области (далее – Министерство) от 27.11.2025 № 975;
- приказом Министерства от 05.09.2023 № 580 о государственной аккредитации Региональной физкультурно-спортивной организации «Федерация спортивного туризма Мурманской области» (далее – Федерация);
- правилами вида спорта «спортивный туризм» (далее – Правила), утверждёнными приказом Министерства спорта Российской Федерации (далее – Минспорт России) от 22.04.2021 № 255.

Мероприятие проводится в целях пропаганды физической культуры и спорта среди населения Мурманской области.

Задачами проведения мероприятия являются:

- совершенствования форм организации массовой физкультурно-спортивной работы;
- привлечения жителей Мурманской области к регулярным занятиям физической культурой.

Запрещается взимать заявочные взносы со спортсменов, не достигших возраста 18 лет, на основании приказа Министерства от 25.04.2025 № 510.

Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты соревнований, включённых в настоящее Положение о соревнованиях.

Запрещается участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2. Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – Закон № 329-ФЗ).

Настоящее Положение о соревнованиях является основанием для командирования спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта на Мероприятие.

II. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ

В соответствии с пунктом 2.4. статьи 16.1 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007, организатором соревнований выступает Федерация.

Федерация осуществляет непосредственное проведение соревнований в полном соответствии с Правилами и Положением и утверждает спортивных судей в судейские коллегии

ФГБУ «Лапландский государственный природный биосферный заповедник» (далее – Заповедник) предоставляет место проведения соревнований.

Федерация формирует судейскую коллегию с должностями спортивных судей и функциональными обязанностями в соответствии с квалификационными требованиями

к спортивным судьям по виду спорта «спортивный туризм», утвержденным приказом Минспорта России от 25.12.2017 № 1101.

Главный судья соревнований – Загаров Андрей Анатольевич (ССВК, город Мурманск).

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ И МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Мероприятие проводится за закрытой охраняемой территории.

Обеспечение безопасности участников и зрителей на Мероприятии осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденным Постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 № 353.

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований.

Оказание медицинской помощи на Мероприятии осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Антидопинговое обеспечение соревнований осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Минспорта России от 24.06.2021 № 464.

IV. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

Мероприятие проводится **08 января 2026 года** на территории муниципального округа город Мончегорск с подведомственной территорией, Чунозерская усадьба Заповедника.

V. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Мероприятие проводится в следующих видах программы:

- протяжённость дистанции 5 километров, перепад высот 20 метров, класс дистанции 2, общее контрольное время (далее – ОКВ) 1 час 10 минут;
- протяжённость дистанции 10 километров, перепад высот 20 метров, класс дистанции 3, ОКВ 1 час 50 минут

10:00 – 12:40	- комиссия по допуску участников, выдача стартовых пакетов
12:45 – 12:55	- церемония открытия мероприятия
13:00	- старт на дистанции 10 км, группа участников мужчины
13:05	- старт на дистанции 10 км, группа участников женщины

13:10	- старт на дистанции 5 км, группа участников мужчины
13:15	- старт на дистанции 5 км, группа участников женщины
15:00 – 17:00	- церемония награждения, закрытие мероприятия

VI. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Мероприятии допускаются участники 2008 года рождения и старше, проживающие на территории Мурманской области и других субъектов Российской Федерации, имеющие медицинский допуск, полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев и прошедшие онлайн-регистрацию.

Общее количество участников 100 человек.

Участники должны быть самостоятельно экипированы палками для северной ходьбы, а также спортивной одеждой и обувью.

VII. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Участникам необходимо до 07.01.2026 пройти онлайн-регистрацию по ссылке, опубликованной на сайте: <https://vk.com/nw.murmansk>.

В комиссию по допуску участников предоставляются:

- паспорт или иной документ, удостоверяющий личность;
- медицинское заключение о допуске к соревнованиям по виду спорта «спортивный туризм», в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н;
- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев с указанием в качестве риска вида спорта «спортивный туризм», действующий на дату проведения соревнований;
- зачётную квалификационную книжку спортсмена или копию приказа о присвоении спортивного разряда по виду спорта «спортивный туризм» (при наличии);

Участники несут персональную ответственность за подлинность документов, представленных в комиссию по допуску.

VIII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Соревнования личные.

Результаты участников определяются по времени прохождения дистанции с учётом штрафного времени. Требования к технике передвижения по дистанции и система оценки нарушений приведены в Приложении 1.

Результаты участников подводятся на дистанциях 5 и 10 километров в следующих возрастных группах у мужчин и женщин:

Дистанция	Возрастные группы	
	Мужчины	Женщины
5 километров	M18+	Ж18-39
		Ж40-49
		Ж50-59
		Ж60+
10 километров	M18+	Ж18+

Возраст участников определяется на 31.12.2026. Возрастная группа, в которой финишировало менее трёх участников, по решению ГСК может быть объединена со смежной группой. Объединение более двух групп не допускается.

IX. НАГРАЖДЕНИЕ

Все участники Мероприятия, закончившие дистанцию до истечения ОКВ, награждаются медалями финишёра.

Победители в абсолютном зачёте среди мужчин и женщин награждаются кубками.

Победители и призёры в возрастных группах награждаются медалями.

X. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение организации и проведения Мероприятия (в части обеспечения безопасности, медицинского обеспечения, награждения победителей и призеров) осуществляется за счет средств Федерации.

Дополнительное финансовое обеспечение соревнований осуществляется за счет средств Федерации, внебюджетных средств других участвующих организаций.

Расходы по командированию (проезд, питание, размещение, страхование) участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

XI. КОНТАКТЫ

Загаров Андрей Анатольевич, +7 921 7243064, zagarov@gmail.com

ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

1. Участники передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.
2. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.
3. На каждый шаг должно производиться отталкивание палкой от опорной поверхности. При завершении отталкивания палка не должна отрываться от опорной поверхности раньше находящейся сзади ноги. Волочение палок запрещено.
4. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания.
5. Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом.

СИСТЕМА ОЦЕНКИ НАРУШЕНИЙ

1. Для контроля действий участников на дистанции вводится система оценки нарушений. Нарушения фиксируются судьями-контролёрами и записываются в протокол контроля. Участники должны быть по возможности проинформированы о нарушении.
2. За каждое совершённое нарушение, предусмотренное пунктами 1-5, участник получает штрафные баллы. За нарушение, предусмотренное пунктом 6, участник получает красную карточку. К результату участника, получившего красную карточку, добавляется штрафное время, равное ОКВ.
3. При определении результатов используется сумма штрафных баллов. Временной эквивалент одного штрафного балла устанавливается в 15 секунд.

№ п/п	Нарушение	Штраф
1	Малая амплитуда движения рук – отсутствие выноса локтя впереди корпуса при постановке палки	2 балла
2	Малая амплитуда движения рук – отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания	2 балла
3	Движение на полусогнутых ногах	3 балла
4	Движение без отталкивания – отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги («укол» палкой)	3 балла
5	Движение без отталкивания – волочение палок	3 балла
6	Переход на бег или прыжки	Красная карточка