


СОГЛАСОВАНО

**Президент Регионального
общественного движения
«Ассоциация скандинавской
ходьбы Мурманской области»**

_____ **А.А.Загаров**

УТВЕРЖДАЮ
**Председатель Комитета по физической
культуре и спорту Мурманской области**





_____ **С.И. Наумова**

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований
по скандинавской ходьбе
в рамках Всемирного дня ходьбы

г. Мурманск



I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Соревнования по скандинавской ходьбе в рамках Всероссийского дня ходьбы (далее – соревнования) проводятся в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Мурманской области на 2015 год, утверждённым Комитетом по физической культуре и спорту Мурманской области (далее – Комитет).

Соревнования проводятся с целью развития скандинавской ходьбы в Мурманской области и Российской Федерации.

Задачами проведения соревнования являются:

- массовое привлечение населения к регулярным занятиям физкультурой и спортом;
- выявление сильнейших спортсменов по возрастным категориям;
- повышение спортивного мастерства спортсменов;
- широкий обмен опытом между физкультурными, спортивными организациями, тренерами и спортсменами.

Настоящее Положение является основанием для командирования на соревнования структурными подразделениями органов местного самоуправления Мурманской области, подведомственными учреждениями органов местного самоуправления или структурных подразделений указанных органов, осуществляющими полномочия в сфере физической культуры и спорта.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Соревнования проводятся в городе Мурманске 3 октября 2015 года в с/к «Долина Уюта».

День приезда иногородних спортсменов 3 октября 2015 года.

III. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ

Комитет и региональное общественное движение «Ассоциация скандинавской ходьбы Мурманской области» (далее – Ассоциация) определяют условия проведения соревнований, предусмотренного настоящим Положением.

Комитет возлагает полномочия по непосредственному проведению и финансовому обеспечению соревнований на Государственное автономное учреждение Мурманской области «Центр спортивной подготовки» (далее – ЦСП).

IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Соревнования проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и

безопасности участников и зрителей, при условии наличия актов готовности объекта спорта к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.08.2012 № 613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий».

V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К соревнованиям допускаются мужчины, женщины, юноши 1997-2000 г.р. и девушки 1997-2000 г.р.

Участники соревнуются в следующих возрастных категориях и на соответствующих дистанциях:

5 км («фитнес»)	10 км («элита»)
Ю14-17/Д14-17	М18-69/Ж18-69
М18-29/Ж18-29	
М30-39/Ж30-39	
М40-49/Ж40-49	
М50-59/Ж50-59	
М60-69/Ж60-69	
М70+/Ж70+	

Возраст участников (количество полных лет) определяется по состоянию на 31 декабря 2014 года.

Дополнительно проводится массовый старт без учёта времени на дистанции 3 км (категория «туризм»). К участию в массовом старте допускаются все желающие без ограничения возраста.

Участники соревнований моложе 18 лет допускаются только при наличии допуска врача.

При регистрации остальные участники письменно подтверждает личную ответственность за состояние здоровья, техническую подготовленность и степень тренированности.

Участники соревнований должны передвигаться по дистанции, используя технику, соответствующую лыжному попеременному двухшажному ходу. Движению левой ноги вперёд соответствует движение вперёд правой руки с палкой и наоборот. На каждый шаг должно производиться отталкивание палкой от опорной поверхности. Одна нога и одна палка во время движения должны всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.

Участники при движении должны придерживаться правой стороны трассы.

Участники должны использовать палки с темляками, застёгивающимися на запястье. Темляки должны быть застёгнуты всё время нахождения участника на дистанции. Темляки с системой быстрой фиксации должны быть пристёгнуты к ручкам палок всё время нахождения участника на дистанции.

Палки участника должны быть одинаковой длины. Длина палок должна находиться в пределах формулы «0.7 от роста участника \pm 5 сантиметров». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленной на опорную поверхность, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому. Контроль длины палок производится при построении участников на старте. При использовании телескопических палок участникам запрещается менять их длину во время нахождения на дистанции.

VI. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Соревнования по скандинавской ходьбе проводятся в соответствии с правилами, рекомендованными Русской Национальной Ассоциацией скандинавской ходьбы (далее – Национальная Ассоциация).

12.00-14.00	Регистрация участников соревнований по скандинавской ходьбе
14.00- 14.25	Просмотр трасс
14.30	Сбор участников
14.55	Построение, приветственное слово
15.00	Старт
После проведения соревнований	Церемония награждения победителей и призеров по скандинавской ходьбе

VII УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Соревнования личные. Победители и призеры соревнований на дистанциях 10 км и 5 км определяются по наименьшему времени, затраченному на преодоление дистанции.

Итоговые результаты (протоколы) и отчёты на бумажном и электронном носителях представляются в Комитет и ЦСП в течение десяти дней со дня окончания соревнований.

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ

Награждаются участники, занявшие с 1 по 3 место на каждой дистанции в каждой возрастной категории у мужчин, юношей 1997-2000 г.р., женщин, девушек 1997-2000 г.р.

Возрастная категория, в которой финишировали менее трёх участников, по решению организаторов может быть объединена со смежными категориями. Объединение более двух категорий не допускается.

Участники массового старта на 3км награждаются за лучшую технику прохождения дистанции.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

ЦСП осуществляет финансовое обеспечение соревнований в соответствии с Порядком финансирования за счёт средств областного бюджета и Нормами

расходов средств на проведение физкультурных мероприятий, включенных в календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Мурманской области на 2015 год Комитета.

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

Х. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ

Предварительные заявки подаются до 2 октября 2015 года включительно в Ассоциацию по адресу электронной почты andrew@zagarov.com, контактный телефон (мобильный) +7 921 7243064. Также заявки подаются в день соревнований 3 октября 2015 года с 12.00 до 14.00 по адресу: г.Мурманск, с/к «Долина Уюта», здание пресс-центра, третий этаж.

Заявки по скандинавской ходьбе подаются по следующей форме:

№ п.п.	Фамилия, Имя	Год рождения	Территория, спортивный клуб (при наличии)	Дистанция	Расписка о полной ответственности за состояние здоровья и уровень физической подготовки	Отметка о наличии справки от врача (для участников моложе 18 лет)

Групповые заявки должны быть подписаны представителями команд (клубов).