

УТВЕРЖДЕНО:

Международная
федерация гиревых
видов спорта

СОГЛАСОВАНО:

Белорусская
федерация мастеров
гиревого спорта
и силового
жонглирования

СОГЛАСОВАНО:

УО Витебский
государственный
технический колледж

РАЗРАБОТАНО:

Международная
федерация гиревого
триатлона

Председатель
правления
Е.Е. Назаревич

«27» декабря 2023 г.



Председатель
президиума
В.С. Каташук

«25» декабря 2023 г.



Директор
А.М. Лосыкин

«25» декабря 2023 г.



Президент федерации
Н.И. Левченко

«25» декабря 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении чемпионатов мира, Европы, Азии, Евразии (Европы и Азии),
Союзного государства (России и Беларуси), СНГ, международного турнира в
честь Победы над немецко-фашистскими захватчиками в Великой
Отечественной войне, международного турнира в честь первого заслуженного
мастера спорта по гиревому триатлону Ежова Анатолий Николаевича
в сфере массового спорта и гиревого триатлона
в 2024 году в Беларуси в городе Витебске**

Время и место проведения соревнований: 14-16 июня 2024 года, Республика Беларусь, г. Витебск, ул. Лазо, 113А УО Витебский государственный технический колледж. Спортивный комплекс. **Проезд** от ж/д вокзала и гостиницы «Витебск» до остановки «Технический колледж» троллейбусом № 5.

Места проживания:

Гостиница «Витебск» (ул. Замковая, 5/2а). **Проезд** от ж/д вокзала троллейбусами № 3, 5, 10; автобусом № 7 до остановки «Универмаг». Пешком – 500 м по прямой.

Общежитие УО Витебский государственный технический колледж, ул. Лазо, 103 (на регистрации будет дано направление). Для спортсменов, приславших вовремя заявки, прибывших 14 июня до 16 часов проживание в общежитии бесплатное.

Регистрация спортсменов (взвешивание, прием стартовых взносов в белорусских рублях) проводится в день приезда - **14 июня 2024 года по адресу: г. Витебск, ул. Лазо, 113 Спорткомплекс УО Витебский государственный технический колледж.**

К соревнованиям допускаются спортсмены(-ки) без ограничения возраста, имеющие при себе документ, удостоверяющий личность и возраст; медицинскую справку, заверенную врачом (физкультурно-медицинским диспансером), медицинскую спортивную страховку и страховой полис – для спортсменов Российской Федерации. Для спортсменов старше 40 лет в медицинской справке должна быть отметка о максимально допустимом весе гирь.

Если у спортсмена нет заявки, заверенной медицинским учреждением спортивного профиля, медицинской спортивной страховки, он **не допускается** до соревнований.

ВНИМАТЕЛЬНО ЧИТАЙТЕ ПОЛОЖЕНИЕ!

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Мужчины

Весовые категории: до 60кг, до 70кг, до 80кг, до 90кг, свыше 90 кг.

Гири - любого веса

Женщины

Весовые категории: до 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, свыше 70 кг.

Гири-любого веса

Награждение проводится за **1, 2, 3 места специальными дипломами и медалями**. Победители определяются по наибольшей сумме поднятых килограммов в каждой весовой категории. Упражнения выполняются с одной гирей.

Выписка из правил гиревого триатлона

Упражнения выполняются с одной гирей (за исключением жима лёжа).

Результат подсчитывается в килограммах путём умножения количества подъёмов гири на её вес. **Смена руки - произвольная.** Во время выступления можно отдыхать- ставить гирю на помост, садиться, пить воду, вытираться полотенцем, использовать магнезию.

Можно пользоваться поясами, наколенниками, налокотниками, напульсниками- без ограничений.

Регламент времени (мужчины и женщины): 1 минута, 2 минуты, 3 минуты, 5 минут, 10 минут, 30 минут, 60 минут.

Номинации: толчок гири, толчок гири длинным циклом, рывок гири, жим гири, жим двух гирь лёжа попеременно за 1 минуту и за 1 час. **Стартовое положение - гиря на груди (за исключением рывка)**

Фиксация: вверху гиря должна быть поднята на вытянутую прямую руку и прямых ногах. Внизу - лежать на груди, локоть прижать к телу. При рывке гири - внизу гиря находится на вытянутой прямой руке (рывок можно осуществлять при прохождении гири внизу как между ног, так и через стороны).

СПОРТ МАСТЕРОВ И МАССОВЫЙ СПОРТ

Мужчины и женщины - мастера:

До 18 лет- дифференцированный подход; 18-21 год; 22-29 лет; 30-34 года; 35-39 лет; 40-44 года; 45-49 лет; 50-54 года; 55-59 лет; 60-64 года; 65-69 лет; 70-74 года 75-79 лет; 80-84 года; 85-89 лет, 90 лет и выше.

ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ

Мужчины и женщины - мастера:

До 55 кг; до 60 кг; до 65 кг; до 70 кг; до 75 кг; до 80 кг; до 85 кг; до 90 кг; свыше 90 кг - **женщины**. Далее **мужчины:** до 95 кг; до 100 кг; до 105 кг; до 110 кг; свыше 110 кг.

ВЕС ГИРЬ

Мужчины - мастера:

До 18 лет (индивидуальный подход); до 22 лет (20 кг); 22-34 года (24 кг); 35-39 лет (22 кг); 40-44 года (20 кг); 45-49 лет (18кг); 50-54 года (16 кг); 55-59 лет (14 кг); 60-64 года (12 кг); 65-69 лет (10кг); 70-74 года (8кг); 75-79 лет (6 кг); 80-84 года (4 кг); свыше 85 лет (2,5 кг).

ВНИМАТЕЛЬНО ЧИТАЙТЕ ПОЛОЖЕНИЕ!

Женщины - мастера:

До 16 лет (индивидуальный подход); 16-17 лет (8 кг); 18-19 лет (10 кг); 20-21 год (12кг); 22-29 лет (14 кг); 30-34 года (12кг); 35-39 лет (10 кг); 40-49 лет (8 кг); 50-59 лет (6 кг); 60-74 года (4кг); свыше 75 лет (2,5 кг).

ДЛЯ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН НОМИНАЦИИ:

1. Толчок;
2. Жим;
3. Толчок длинным циклом;
4. Рывок одной гири;
5. Жим лёжа попеременно двух гирь;
6. Произвольные способы.

Регламенты времени: 1 минута; 2 минуты; 3 минуты; 5 минут; 10 минут; 30 минут; 60 минут.

СПОРТ НОВИЧКОВ

Произвольные способы подъёма одной гири с регламентом времени - 1 минута.

Для всех участников- жим лёжа попеременно двух гирь в течение 1 минуты.

Награждение- победители и призёры соревнований награждаются специальными медалями и дипломами.

Соревнования проводятся на основе самофинансирования. Все расходы по командированию участников и представителей (проезд, проживание, питание, стартовый взнос) несут командирующие организации или сами участники.

Стартовый взнос по каждой номинации чемпионата мира, Европы, СНГ, международного турнира – 2000 российских рублей; чемпионатов Азии, Евразии, Союзного государства – 1000 российских рублей. Оплата - в белорусских рублях, эквивалентная названным суммам, по курсу национального банка Республики Беларусь.

ВНИМАНИЮ УЧАСТНИКОВ! На награждение участники обязаны явиться в спортивной форме с символикой своей страны - в форме, в которой они выступали на помосте. Организаторы соревнований оставляют за собой право внесения изменений в регламент соревнований.

Заявки на участие в соревнованиях подаются по адресу: ул. Урицкого, д. 43, Архангельск, Россия, 163060. Международная федерация гиревых видов спорта. Тел./факс: 8 (8182) 64-62-08, 23-74-03. Адрес электронной почты: liza57@list.ru.

Ответственные: Ильина Лидия Николаевна – секретарь МФГВС; Левченко Николай Николаевич – президент международной федерации гиревого триатлона МФГТ, Левченко Ольга Григорьевна вице – президент МФГВС, телефон 8-958-508-54-39

Заявки принимаются до 01 июня 2024 года. Участники, чьи заявки поступили в оргкомитет после указанного срока, к соревнованиям допускаться будут с уплатой стартовых взносов в двойном размере. Заявки принимаются в установленной форме, где указаны ФИО, год рождения, возрастная группа, вес, весовая категория, в каких номинациях предполагается выступать.

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ
ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ
НА СОРЕВНОВАНИЯ!**