

«СОГЛАСОВАННО»



И.о. директор департамента
культуры, спорта, туризма и
молодёжной политики
МО «Южно-Курильский
городской округ»

С.В. Даниленко

«4» 12 2020г.

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора МБУ «СОК «Афалина»

А.В. Палошкевич



«4» декабря 2020г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований
по Пауэрлифтингу
посвященные Дню Конституции РФ

п.г.т. Южно-Курильск
2020г.

1. Общие положения.

Соревнования по Пауэрлифтингу, посвящены Дню Конституции РФ, проводятся в соответствии с календарным планом спортивно-массовых мероприятий МБУ «СОК «Афалина» на 2020г. Цели мероприятия: пропаганда здорового образа жизни, популяризация силовых видов спорта, организации досуга населения и приобщение его к регулярным занятиям спортом, как средства активного отдыха и укрепления здоровья.

Пауэрлифтинг – силовой вид спорта, суть которого заключается в преодолении сопротивления максимально тяжёлого для спортсмена веса. Пауэрлифтинг также называют силовым троеборьем. Связано это с тем, что в качестве соревновательных дисциплин в него входят три упражнения (приседание со штангой на спине (точнее на верхней части лопаток), жим штанги лежа на горизонтальной скамье и становая тяга штанги), которые в сумме определяют квалификацию спортсмена.

2. Организация и проведение.

Организатором соревнований по Пауэрлифтингу выступает МБУ «СОК «Афалина», при поддержке Департамента КСТМП МО «Южно-Курильский городской округ».

Непосредственное проведение возлагается на судейскую бригаду в составе:

Судья соревнований – Афанасьев Владимир Николаевич,

Судья соревнований – Палюшкевич Анастасия Викторовна,

Секретарь соревнований – Джуманазаров Сержан Рустемович

Для осуществления контроля и руководства на мероприятие могут дополнительно привлекаться участники, имеющие соответствующий опыт.

3. Место и сроки проведения спортивного мероприятия.

Начало соревнований 12 декабря 2020г. в 11:00 по адресу: Сахалинская область, пгт. Южно-Курильск, ул. 60 лет ВЛКСМ д.28, муниципальное бюджетное учреждение «Спортивно-оздоровительный комплекс «Афалина».

Регистрация участников соревнований в 10 часов 40 минут.

4. Требования к участникам и условия их допуска.

В соревнованиях по Пауэрлифтингу могут принять участие все желающие мужчины от 18 лет.

Соревнования проводятся по следующим весовым категориям:

Мужчины от 18 лет и старше:

- 1 категория – до 74 кг;
- 2 категория — 74 кг до 84 кг;
- 3 категория — 84 кг и выше.

К соревнованиям допускаются участники только в спортивной одежде и обуви.

5. Программа мероприятия.

- Взвешивание;
- Приседание;
- Жим штанги лежа на скамье;
- Тяга станова;
- Подведение итогов;
- Награждение.

6. Условия определения победителя.

Каждому участнику предоставляется по три попытки в каждом упражнении. Наибольший поднятый вес в каждом из упражнений засчитывается в сумму. Атлеты, получившие нулевую оценку в любом упражнении, выбывают из соревнований в сумме троеборья.

Личные места определяются по показателям спортсменов одной весовой категории. Оценка идёт по суммарному максимально взятому весу во всех трёх упражнениях. При одинаковых показателях победа присуждается спортсмену, обладающему меньшей массой.

7. Награждение.

По окончании соревнований состоится церемония награждения победителей и призеров соревнований.

Победители и призеры, занявшие 1,2,3 место, награждаются медалями, грамотами, подарочными абонементом.

1 место- 12 посещений, 2 место- 8 посещений, 3 место -6 посещений.

8. Условия финансирования.

Расходы по проведению соревнований осуществляются за счет организатора мероприятия, муниципального бюджетного учреждения «Спортивного-оздоровительного комплекса «Афалина» и привлекаемых на добровольной основе средств спонсоров.

9. Заявки на участие.

Заявки (приложение 1) на участие в соревнованиях по Пауэрлифтингу принимаются на электронную почту mbu.sok.afalina@inbox.ru и на рецепции муниципального бюджетного учреждения «Спортивно-оздоровительного комплекса «Афалина».

10. Спонсоры

Спонсоры получают право быть указанными в средствах массовой информации и рекламных объявлениях. А также принимают участие, учреждая призы, и другими видами содействия.

11. Информационная поддержка мероприятия

Информационная поддержка мероприятия обеспечивается общественно-политической газетой Южно-Курильского городского округа «На рубеже», официальным сайтом администрации МО «Южно-Курильский городской округ», официальным сайтом <https://sok-afalina.ru/>, на информационных стендах, а также посредством адресной рассылки.

Координатор мероприятия: Палюшкевич Анастасия Викторовна 8924-196-21-40.

12.12.2020г. в 11:00

ЗАЯВКА

на участие в соревнованиях по Пауэрлифтингу.

№	ФИО	Полных лет	вес	телефон
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Администратор _____ / _____
(ФИО)