«Утверждаю» «Утверждаю»
Генеральный директор Организатор соревнований
«Спортивный клуб “Energy” Псков»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Еремеев А.Г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Еремеев А.Г
 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кондратьев Ю.В
«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018 г

 **ПОЛОЖЕНИЕ
 О проведении турнира

 «Открытый Чемпионат г. Пскова»
 в номинации «Классический русский жим».** 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

· Популяризация силовых видов спорта в г.Пскове и Псковской области, а так же содействие их массовому развитию;
· Формирование престижности занятий спортом и физкультурой в молодежной среде жителей г.Пскова и Псковской области ;
· Выявление сильнейших спортсменов по русскому жиму среди разных возрастов;
· Повышение спортивного мастерства участников соревнований;
· Создание положительного образа силового вида спорта – русский жим;

 2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Соревнования проводятся 7 апреля 2018 года по адресу: Псковская область, г.Псков , ул.Печорская, д.3.

**Взвешивание:** 10:00 – 11:00
**Начало соревнований:** 12:00

 3. РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЙ:

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет спортивный клуб «Energy».

Главные судья соревнования – Игорь Ильиных, Елена Демченкова

Главные секретари – Ирина Плиска

 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ:

Определение победителей и призёров производится по формуле атлетизма.

**Формула Атлетизма:** Вес штанги умножается на кол-во повторений и делится на собственный вес спортсмена, полученное значение называется коэффициент атлетизма (КА). Места в каждой соревновательной номинации распределяются от наивысшего КА к меньшему. При равенстве Коэффициента атлетизма следует производить расчёт общего тоннажа.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены из всех регионов России. Спортсмены, не достигшие 16 лет, допускаются до участия в соревнованиях только в сопровождении тренера или родителей (законных представителей) с их письменного разрешения (образец прилагается).

Участники соревнований должны иметь при себе **документ, удостоверяющий личность, спортивную форму одежды. Обязательна сменная спортивная обувь.** Участник подписывает заявку о полной личной ответственности за собственное здоровье. Участники соревнования выступают в номинации, в которую подали заявку до начала соревнований. Количество номинаций, в которые может быть заявлен спортсмен, не ограничено.

 6. СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НОМИНАЦИИ В ЛИЧНОМ ЗАЧЁТЕ:

1. КРЖ, Женщины (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 25кг ; 35 кг;
2. КРЖ, Юноши (до 15 включительно), вес штанги 25 кг;
3. КРЖ, Юноши (до 18 включительно), вес штанги 35; 45 кг;
4. КРЖ, Мужчины (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 55 кг;
5. КРЖ, Мужчины (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 75 кг;
6. КРЖ, Мужчины (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 100 кг;
7. КРЖ, Ветераны (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 75 кг;
8. КРЖ, Ветераны (открытый зачёт), абсолютная номинация, вес штанги 100 кг;
9. КРЖ, Абсолютная номинация (открытый зачёт), вес штанги 150 кг;

 7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ:

В личном первенстве за 1-е, 2-е и 3-е места в каждой соревновательной номинации участники награждаются медалями и грамотами. Также 1-е места награждаются ценными призами.

 8. ФИНАНСИРОВАНИЕ:

Расходы на организацию и проведение соревнований несёт спортивный клуб «Energy» и спонсор соревнования - **спортивное питание DO4A LAB**.

Приложение для несовершеннолетних участников чемпионата.

 **Разрешение от родителей (опекунов)
 несовершеннолетних спортсменов для участия в открытом чемпионате среди любителей
 по русскому жиму по Псковской области**

Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, адрес
 Фамилия, имя, отчество

фактического проживания и номер мобильного телефона:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
разрешаю моему(-ей) сыну/дочери\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
 Фамилия, имя, отчество
полная дата рождения: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ участвовать 7 апреля 2018 г. в открытом чемпионате среди любителей по русскому жиму по Псковской области спортивный клуб «Energy» по адресу: Псковская область, г.Псков , ул.Печорская , д.3, в возрастной номинации до 18 лет.
 Прошу Оргкомитет турнира допустить моего ребёнка до участия в соревнованиях в соответствии с его возрастом.

 С Положением о соревнованиях ознакомлен

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_ г \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
 (подпись)