

«Утверждаю»



Президент РОО «Федерация гребного спорта в городе Москве»

А.Ю. Сазонов

«14» марта 2022 г.

РЕГЛАМЕНТ проведения Турнира ФГСМ «Геркулес» по гребному спорту города Москвы

Спортивное соревнование проводится на основании Единого календарного плана физкультурных, спортивных и массовых спортивно-зрелищных мероприятий города Москвы на 2022 год, Положения об официальных спортивных мероприятиях города Москвы на 2022 год по гребному спорту, в соответствии с действующими Правилами вида спорта «гребной спорт», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 июня 2017 г. № 566 с изменениями, внесенными приказом Минспорта России от 13 декабря 2019 № 1061 и настоящим Регламентом.

1. Классификация соревнований

1.1 Соревнования личные.

2. Место и сроки проведения

2.1. Место проведения: ВСК «Буревестник» (г. Москва, ул. Летная, дом 99А).

2.2. Сроки проведения: **26 марта 2022 года.**

Совещание представителей команд и работа комиссии по допуску спортсменов будет проходить **24 марта 2022 года с 13:00 до 14:00 часов** по адресу: г. Москва, ул. Крылатская, д.2, стр.2 (СШОР "Юность Москвы" по гребным видам спорта)

3. Организаторы соревнований

3.1. Организаторы: РОО «Федерация гребного спорта в городе Москве» (далее – ФГСМ). Москомспорт

3.2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на Оргкомитет и главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – судья ВК категории – Фирсова Ольга Николаевна

Главный секретарь соревнований – судья ВК категории – Михайлова Жанна Валентиновна

4. Требования к участникам соревнований и условия их допуска

4.1. К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены спортивных организаций по гребному спорту г. Москвы, подавшие предварительные заявки на участие **до 24 марта 2022 года.**

4.2. К соревнованиям допускаются спортсмены возрастной категории:

- юноши и девушки до 17 лет 2006-2007 г.р., допуск без разряда.

- юноши и девушки до 15 лет 2008 г.р. и младше, допуск без разряда.

4.3. Участники соревнований (спортсмены, тренеры, судьи, технический персонал) обязаны:

- соблюдать социальную дистанцию не мене 1,5 метра.

- при нахождении и перемещении в спортивном зале использовать средства индивидуальной защиты;

- ношение защитной маски и перчаток на территории спортивного объекта обязательно для всех;

- соблюдать регулярную дезинфекцию (мытьё) рук;

- участник соревнований за несоблюдение рекомендаций Роспотребнадзора может быть дисквалифицирован.

5. Программа соревнований

Программа соревнований включает в себя состязания:

в дисциплине гребля-индор:

№	Наименование упражнения	Юноши	Девушки
1	гребля – индор, дистанция (м)	250	250
2	прыжок в длину толчком 2 - х ног	кол-во метров	кол-во метров
3	отжимание от горизонтальной поверхности	кол-во раз	кол-во раз
4	бег челноком 10м x 3	время	время
5	Подтягивания на перекладине	кол-во раз	кол-во раз
6	бег 30м	время	время

Правила выполнения упражнений:

Все упражнения выполняются отдельно.

- Упражнение №1 Упражнение выполняется на гребном эргометре на дистанции **250** метров.
- Упражнение №2 Упражнение выполняется с места, дается три попытки каждому участнику. Зачет по лучшему прыжку.
- Упражнение №3 Упражнение выполняется в упоре лежа на горизонтальной поверхности сгибанием рук до касания грудью предмета высотой 20 см.
- Упражнение №4 Упражнение выполняется на дистанции 10 метров с обязательным касанием предмета на одном и другом конце дистанции на время.
- Упражнение №5 Упражнение на перекладине выполняется любым хватом с обязательным касанием подбородком перекладины
- Упражнение №6 Упражнение выполняется на дистанции 30 метров на время.

24 марта, четверг

- Комиссия по допуску (13:00 – 14:00)
- Жеребьевка (14:00)

26 марта, суббота

Время	Наименование упражнения	Возрастная категория
10.00-11.00	бег 30 м	2006-2007 г.р.
10.00-11.00	гребля – индор	2008 г.р. и младше
11.00-12.00	бег 30 м	2008 г.р. и младше
11.00-12.00	гребля – индор	2006-2007 г.р.

Точное расписание будет опубликовано на сайте mosrow.ru и направлено представителям спортивных организаций после проведения жеребьевки

6. Условия подведения итогов.

6.1. Места победителей, призеров и остальных участников соревнований определяются по сумме занятых мест на этапах. Если спортсмены показали одинаковый результат в финальном заезде, то им присуждается одинаковое место, а следующее по порядку место остается вакантным.

7. Награждение победителей и призеров.

7.1. Спортсмены – победители и призеры спортивных соревнований награждаются медалями и дипломами ФГСМ.

8. Заявки на участие.

8.1. Именные заявки на участие в соревнованиях заполняются отдельно - спортсмены мужского и женского пола в алфавитном порядке и с указанием категории и тренера участника в формате Excel, согласно Приложению №1.

8.2. Предварительные заявки на участие направляются по электронной почте: rowing@burevest.ru до 24 марта до 13:00 часов.

8.3. Заявки на участие (Приложение №1), подписанные руководителем спортивной организации или учреждения, заверенные врачом врачебно-физкультурного диспансера, представляется в комиссию по допуску участников в одном экземпляре в день проведения комиссии по допуску.

8.4. В заявке должна быть указана дата и срок действия допуска к спортивным соревнованиям.

8.5. К заявке на каждого спортсмена прилагаются следующие документы:

- Паспорт гражданина Российской Федерации;
- Оригиналы полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, полиса обязательного медицинского страхования (подаются в комиссию по допуску с выделенным сроком действия).

9. Условия финансирования.

9.1 Финансирование спортивных мероприятий осуществляется за счет средств РОО «Федерация гребного спорта в городе Москве», Москомспорта и привлеченных средств.

Оргкомитет

(наименование спортивной организации)

З А Я В К А
на участие в соревнованиях по академической гребле

_____ (наименование соревнования)

Дата проведения соревнования

г. Москва

№ пп	Возраст. кат. (Спартакиады)	Фамилия, имя спортсмена	Дата рожден.	Разряд	Спортивная организация	Виза врача	Подпись в умении плавать

Все заявленные участники к соревнованиям подготовлены и, плавать умеют.

Представитель команды _____
(Фамилия, имя, телефон)

К соревнованиям допущено _____ чел.
(цифра прописью)

Врач _____ М.П. _____
печать медицинского учреждения

_____ 2022 г.
(подпись) (Фамилия врача)

Руководитель спортивной организации _____ М.П.

Указания к заполнению заявки:

1. Запись спортсменов производится в гендерном порядке и по алфавиту.
2. Фамилии, имена, отчества запасных спортсменов указываются в конце заявки.
3. В заявке по гребле-индор указывается тренер (последняя графа).