



РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО ФЕСТИВАЛЯ ГИРЕВОГО МАРАФОНА

СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Дата проведения: 2 - 4 сентября 2016 года;

Место проведения: Открытая площадка сквера Данилы Сердича, пересечение ул. Притыцкого и ул. Данилы Сердича, г. Минск. Проезд ст. м. Пушкинская тр. 13,44,77, авт.163,944 до ост. Д. Сердича

МЕСТО РЕГИСТРАЦИИ СПОРТСМЕНОВ.

Регистрация спортсменов проводится 3 сентября 2016 г. с 10⁰⁰ до 11⁰⁰, по месту проведения соревнований. Участники должны предоставить до 29 августа 2016 года предварительную заявку, оплатить стартовый взнос, заполнить документы участника, а также при регистрации иметь при себе: 1) документ удостоверяющий личность (паспорт); 2) медицинскую справку (страховку), 3) оригинал заявки.

ПОРЯДОК И ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ

Мужчины:

Соревновательные упражнения: Толчок, рывок, длинный цикл.

Соревновательные виды:

1) *Марафон* – упражнение выполняется с одной гирей попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук). Регламент времени 60 минут. Вес гири на выбор: 16, 20, 24, 32 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы не учитываются.

2) *Полумарафон* (1/2 марафона) – упражнение выполняется с одной гирей попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук). Регламент времени 30 минут. Вес гири на выбор: 16, 20, 24, 32 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы не учитываются.

3) *Гиревое марафонское троеборье (триатлон)* - последовательно (без постановки на помост гири) выполняются упражнения толчок-рывок-длинный цикл, с одной гирей, попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук), регламент времени 10 минут на каждое упражнение (общее время 30 минут). Вес гири на выбор: 16, 20, 24, 32 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы: до 39 лет, старше 40.

4) *Гиревое марафонское троеборье (триатлон)* - последовательно (без постановки на помост гири) выполняются упражнения толчок-рывок-длинный цикл, с одной гирей, попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук), регламент времени 5 минут на каждое упражнение (общее время 15 минут). Вес гири на выбор: 12, 16, 20 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы: до 18 лет и старше 60.

Женщины:

Соревновательные упражнения: Рывок, Длинный цикл

Соревновательные виды:

1) *Марафон* – упражнение выполняется с одной гирей попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук). Регламент времени 60 минут. Вес гири 8, 12, 16 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы не учитываются.

2) *Полумарафон* (1/2 марафона) – упражнение выполняется с одной гирей попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук). Регламент времени 30 минут. Вес гири 8, 12, 16 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы не учитываются.

3) *Гиревое марафонское троеборье (триатлон)* - последовательно (без постановки на помост гири) выполняются упражнения толчок-рывок-длинный цикл, с одной гирей, попеременно правой и левой рукой (неограниченная смена рук), регламент времени 5 минут на каждое упражнение (общее время 30 минут). Вес гири на выбор: 8, 12, 16 кг. Весовая категория: абсолютная. Возрастные группы не учитываются.

Смешанная эстафета:

Командное соревнование. Регламент времени: 3 минуты на участника. Вес гири по выбору. Участники последовательно выполняют упражнения толчок гири длинным циклом-толчок-рывок мужчина-мужчина-женщина. Возрастные группы и весовые категории не учитываются.

Произвольные способы подъёма гирь.

Номинация, вес гири, регламент времени только по предварительному согласованию с оргкомитетом соревнований. Возрастная группа и весовая категория не учитываются.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ

Личные места определяются по сумме кг (по формуле поднимаемый вес*количество подъёмов), поднятых участником (в эстафете всеми участниками), в регламентное время.

СТАРТОВЫЕ ВЗНОСЫ

Стартовый взнос за участие в соревнованиях составляет 15 (150 000) белорусских рублей, за каждый вид программы, эстафета – 30 (300 000) с команды, **участники не представившие предварительную заявку оплачивают взнос в двойном размере.** Студенты, школьники, дневной формы обучения оплачивают 50% взноса, при предъявлении действующего студенческого билета или справки образовательного учреждения. Персонально приглашенные спортсмены от стартового взноса освобождаются.

Взносы могут быть оплачены:

1) Путем безналичного перечисления денежных средств на реквизиты РОО «БМГС» до 31 августа 2016 года (при регистрации представляется копия платежного поручения):

Получатель: РОО «БЕЛОРУСКИЕ МАСТЕРА ГИРЕВОГО СПОРТА», УНП 805001655 Р/с 3015742095014, в дирекции ОАО "Белинвестбанк" по г. Минску и Минской области, УНП 807000028, код 739, адрес банка: г. Минск, ул. Коллекторная, 11

Назначение платежа: Стартовый взнос за участие в соревнованиях по гиревому спорту

2) Наличными денежными средствами при прохождении регистрации.

ЗАЯВКИ И ДОПУСК НА СОРЕВНОВАНИЯ

Предварительные заявки на участие в соревнованиях принимаются до 29 августа 2016 года на E-mail: girevoi-sport@tut.by. **Уточняйте пожалуйста, получение заявки.** Оригинал заявки (заверенный печатью), представляется при регистрации.

Контактная информация:

Все вопросы, не оговоренные в данном регламенте, вы можете уточнить по тел: +375 29 682-71-62

Примечание:

1. Данный регламент носит справочно-информационный характер.
2. При необходимости получения официального положения, свяжитесь с организаторами соревнований.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАЯВКА
НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ РОО «БМГС»

Наименование соревнований: _____

Личные данные спортсменов:

№ п/п	ФИО	Год рожде ния	Спортивный разряд	Вид программы	Тренер

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАЯВКА
(образец заполнения)

НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ РОО «БМГС»

Наименование соревнований: **Кубок Победы**

Личные данные спортсменов:

№ п/п	Фамилия, имя	Год рожден ия	Спортивн ый разряд	Вид программы	Тренер
1.	<i>Иванов Степан</i>	<i>1982</i>	<i>МС</i>	<i>П/марафон рывок</i>	<i>Терентьев И.П.</i>
2.	<i>Петров Иван</i>	<i>1988</i>	<i>1 разряд</i>	<i>марафон ДЦ</i>	<i>Терентьев И.П.</i>