



Екатеринбургская епархия Русской Православной Церкви
Главный казачий храм Оренбургского казачьего войска –
Храм-Памятник на Крови г. Екатеринбург
Молодежная Казачья Организация Свердловской области
Отдел по взаимодействию с казачеством, Спортивно-патриотический отдел
РОФСО РПСУ по СО Спортивный клуб «Русский силомер»

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении турнира по спортивной дисциплине «Русский силомер»
среди казачьей молодежи на Кубок Главного казачьего храма
Оренбургского казачьего войска – Храма-Памятника на Крови**

1. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

1.1. Соревнование пройдет 11 февраля 2018 г. с 13.00 до 15.00 в спортивном зале Уральского государственного аграрного университета, адрес: г. Екатеринбург, улица Карла Либкнехта, 42. Регистрация участников в 12.30.

1.2. В соревновании примут участие представители казачьей молодежи в возрасте от 14 до 30 лет.

1.3. Соревнование пройдет по спортивной дисциплине «Силовое многоборье на гимнастической перекладине «Русский силомер», которая состоит из 11 упражнений для развития и измерения силы. Правила соревнования и таблица упражнений прилагается.

2. ОРГАНИЗАЦИЯ

2.1. Казачье общество или молодежное объединений, может выставить для участия в соревновании, команду из 3-х человек или одного молодого казака или кадета. Организация должна обеспечить проезд своих учащихся на место проведения соревнования.

2.2. Организаторы обеспечивают участников необходимой инфраструктурой и предоставляют питьевую воду.

2.3. Судейство и безопасность будет обеспечена сертифицированными «Спортивным клубом «Русский силомер» судьями и рефери.

3. ПРАВИЛА

3.1. Соревнование проводится по правилам спортивной дисциплины «Силовое многоборье на гимнастической перекладине «Русский силомер», которая состоит из 11 упражнений, где каждому упражнению соответствует определенное количество баллов.

3.2. Участник соревнования должен выбрать любые упражнения, которые он будет выполнять на турнике в течении 1 минуты.

3.3. Выполненные упражнения умножаются на количество баллов, что и является результатом участника.

3.4. Все упражнения выполняются из положения виса (руки прямые) и должны быть выполнены правильно, согласно описанию, приведенному в «Таблице упражнений» (прил.№1).

3.5. Участник, выполняя упражнения в течении 1 минуты может в любой момент спрыгивать с турника, отдыхать и снова приступить к выполнению упражнения. Количество подходов к турнику в течение 1 минуты не ограничено. Секундомер во время отдыха спортсмена не останавливается.

3.6. Участник, перед началом выполнения упражнения, должен сообщить Судье какое упражнение он будет выполнять. После чего Судья дает команду «старт» и включает секундомер. По истечении одной минуты Судья дает команду «стоп» и останавливает секундомер.

3.7. Судья считает вслух количество выполненных упражнений. Если упражнение было выполнено неправильно, Судья не засчитывает это упражнение.

3.8. Форма участников: Обувь спортивная (без шипов), спортивные брюки или шорты, футболки.

3.10. Участники должны иметь на построении древко с табличкой А2, высота древка 1 метр с названием организации.

4. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ, НАГРАЖДЕНИЕ

4.1. Команды - победители соревнования определяются по наибольшему количеству баллов участников команды.

4.2. По результатам соревнований определяются три команды победительницы, которым вручается кубки.

4.3. Участникам, набравшим наибольшее количество баллов в личном зачете, вручаются кубки «Самый сильный» и медали. Все участники награждаются медалями, сертификатом участника и благодарственным письмом.

5. ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

Для участия в Турнире организация направляет заявку, на электронный адрес Храма-Памятника на Крови в которой, необходимо указать ФИО и возраст участников, а также ФИО ответственного лица. Заявка должна быть подписана ответственным лицом организации и заверена печатью. Заявки принимаются до 6 февраля 2017 года.

6. КОНТАКТЫ

Ответственный за организацию соревнования:

Помощник руководителя Отдела по взаимодействию с казачеством -

Григорьев Иннокентий Николаевич т. 8-922-602-14-85 eopvk-2017@yandex.ru

Ответственный за проведение соревнования:

Руководитель Спортивно-патриотического отдела Екатеринбургской епархии

Пыжьянов Игорь Владимирович т. 8-912-228-84-80 sportotdel-ekb@yandex.ru