

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ «Спортоград»  
\_\_\_\_\_ А.В.Паренкова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ  
ОТКРЫТЫЙ КУБОК Г.БЕРДСКА  
ПО СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЕ  
(ЕКП официальных физкультурных мероприятий и  
спортивных мероприятий города Бердска на 2024 год)  
**п.3. строка № 77**

## **1. Общие положения**

1.1. Открытый Кубок г. Бердска по скандинавской (северной) ходьбе (далее - Соревнования) проводится в соответствии с Постановлением Об утверждении Календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Бердска на 2024 год от 13.12.2023 года № 5817/65 ЕКП официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий города Бердска на 2024 год п.3. строка № 77.

1.2. Соревнования проводятся в 4 этапа на различных дистанциях и дисциплинах (Положение о соревнованиях разрабатывается дополнительно к каждому этапу) с использованием техники скандинавской ходьбы в соответствии с Едиными правилами соревнований по скандинавской (северной) ходьбе (Приложение 1).

1.3. Соревнования проводятся с целью привлечения населения г. Бердска всех возрастов к активным занятиям физкультурой и спортом.

Задачи соревнований:

- популяризация и развитие скандинавской (северной) ходьбы на территории города Бердска;

- привлечение людей старшего и среднего поколения к здоровому и активному образу жизни, к систематическим занятиям скандинавской ходьбой;

- выявление сильнейших спортсменов в каждой возрастной группе среди мужчин и среди женщин, а также выявление сильнейшего спортсмена, независимо от возраста и пола в сумме 4-х этапов открытого Кубка г. Бердска.

## **2. Место и сроки проведения**

2.1. Соревнования проводятся по адресу: 633010, г. Бердск Новосибирской области ул. Ленина 2г, МАУ ФОК «Метелица».

2.2. Соревнования проводятся в течение года с января по декабрь. Каждый этап Открытого Кубка г. Бердска по скандинавской ходьбе будет проходить 1 раз в квартал (дата и время разрабатывается организаторами дополнительно).

2.3. Трасса пролегает по территории Бердского леса в районе «Красного Сокола» и на территории «Зеленого острова».

2.4. Старт и финиш 1 и 4 этапа на стартовой поляне лыжной базы «Метелица», старт и финиш 2 и 3 этапа на берегу Обского залива в районе «Зеленого острова».

## **3. Организаторы мероприятия**

3.1. Организаторы соревнований: Отдел физической культуры и спорта г. Бердска, МАУ ФОК «Метелица», МБУ «Спортоград». Непосредственное проведение соревнований возлагается на МБУ «Спортоград».

3.2. Состав оргкомитета соревнований по северной (скандинавской) ходьбе:

В состав оргкомитета входят специалисты МБУ «Спортоград», МАУ ФОК «Метелица».

3.2.1. Функции оргкомитета соревнований:

- утверждение и контроль за процедурами подготовки к Соревнованиям;
- организация и проведение Соревнований по северной (скандинавской) ходьбе;
- организация процедуры подведения итогов;
- организация и проведение награждения участников по итогам соревнований.

3.3. Руководитель соревнований: Поваляева Людмила Викторовна - инструктор по спорту Контактный телефон: 8-913-394-90-92, e-mail: [bax.19@mail.ru](mailto:bax.19@mail.ru).

3.4. Состав судей Соревнований по северной (скандинавской) ходьбе:

• В состав судей Соревнований входят инструкторы МБУ «Спортограда», активные члены «Школы активной ходьбы» и специалисты спортивных организаций г. Бердска (по согласованию).

• Состав формируется оргкомитетом Соревнований. Количество судей - 5 человек.

Главный судья Соревнований – Поваляева Л.В., инструктор по спорту МБУ «Спортоград»;

Главный секретарь – Митракова Е.А.

3.4.1. Функции судей:

- Разметка дистанции;
- Судейство на дистанции;
- Фиксирование результатов;
- определение победителей и призеров Соревнований;
- оформление протоколов Соревнования.

3.5. В соответствии с п.3 ч.4 ст.26.2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» запрещается оказывать противоправное влияние на результаты Соревнований. При проведении Соревнований осуществляется обработка персональных данных с соблюдением Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», воспроизведения музыкальных произведений.

#### **4. Требования к участникам и условия их допуска**

4.1. К участию в соревнованиях допускаются все желающие, имеющие необходимую спортивную подготовку и не имеющие

противопоказаний по состоянию здоровья.

4.2. Участники соревнований несут личную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чём расписываются на листе регистрации для участия в соревнованиях.

4.3. В соревнованиях принимают участие женщины и мужчины.

4.4. Соревнования личные среди участников в соответствии с возрастными группами:

п/п	№	Возраст	Группа	
			Ж	М
1		До 39 лет	I	I
2		40-49 лет	II	II
3		50 - 54 лет	III	III
4		55-59 лет	IV	IV
5		60-64 года	V	V
6		65-69 лет	VI	VI
7		70-74 года	VII	VII
8		75 +	VIII	VIII

4.5. Возраст всех участников определяется на 31 декабря 2023 года. Пример расчета: участник 1960 года рождения: Возраст = 2022 - 1960 = 63 года.

4.6. При условии, что в возрастной группе зарегистрировано менее 3 участников, группа объединяется в сторону младшей группы, за исключением группы № I, она объединяется с группой № II и результаты соревнований определяются с учетом объединенных групп.

4.7. Инвентарь - участники соревнований должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и палками для скандинавской ходьбы (допускаются треккинговые палки).

4.8. При получении стартового номера, участник должен **лично** расписаться в регистрационной форме для подтверждения согласия с условиями соревнований, согласия о персональных данных, обязательств и достоверности личных данных.

4.9. Стартовый номер участника в обязательном порядке должен быть прикреплен к спортивной одежде участника к моменту старта и сохраняться до момента финиша.

4.10. Каждый участник обязан на финише сдать свой номер судейской коллегии.

## 5. Программа мероприятия

5.1. Соревнования состоят из 4-х этапов. Даты проведения соревнований:

09 февраля – Гонка с гандикапом;  
6 апреля – Гонка до острова «Умовский»;  
11 мая – Песчаная гонка;  
28 сентября – Гонка патрулей.

5.2. В зависимости от погодных условий, организаторы оставляют за собой права внести изменения в программу этапов Кубка.

## **6. Условия подведения итогов**

6.1. Определение победителей и призеров участников проводится в каждой возрастной группе среди мужчин и среди женщин после проведения каждого этапа соревнований в зависимости от программы Соревнования.

6.2. Победителем на каждом этапе Соревнования признаётся участник, преодолевший дистанцию за наименьшее время. Остальные места распределяются в порядке возрастания времени.

6.3. Результаты участников соревнований оцениваются по 100 бальной шкале, например, участник, занявший 1 место получает 100 баллов, 2 место – 95 баллов, 3 место – 90 баллов и т.д. Все баллы заносятся в таблицу и суммируются с предыдущими этапами Открытого Кубка г. Бердска.

6.4. В случае, если участники после участия в 4-х этапах показывают одинаковую сумму баллов, предпочтение отдается более старшему участнику, например, Иванова И.И. – 70 лет – 400 баллов, Сидорова Т.Т. – 60 лет – 400 баллов., Петров Н.Н. – 50 лет – 400 баллов, 1 место присуждается Ивановой И.И., 2 место – Сидорова Т.Т., 3 место – Петрову Н.Н. и т.д.

## **7. Награждение**

7.1. Награждение победителей и призеров Соревнований каждого этапа проводится в день соревнований в зависимости от программы дня Соревнований.

7.2. Участники, занявшие 1, 2 и 3 место в день соревнований награждаются грамотами и медалями.

7.3. Участники, занявшие 1 место в общем зачете каждой возрастной группы (сумма баллов 4 этапов), награждаются малым кубком, медалью и грамотой. Участники, занявшие 2 и 3 место, награждаются медалью и грамотой.

6.5. Участник, набравший наибольшее количество баллов в сумме 4-х этапов и занявший 1 место в общем зачете, независимо от возраста и пола, награждается большим кубком, медалью и грамотой победителя. Участники, занявшие 2 и 3 место, награждаются медалью и грамотой, участники, занявшие 4, 5, 6 место – грамотами.

## **8. Условия финансирования**

8.1. Расходы по подготовке мест соревнований, организации и проведения соревнований несут принимающие стороны.

8.2. Расходы, связанные с награждением победителей и призеров, приобретением наградной атрибутики (кубки, грамоты, медали), компенсационные выплаты, связанные с оплатой стоимости обслуживания спортивным судьям, несет МБУ «Спортоград».

## **9. Обеспечение безопасности участников и зрителей**

9.1. Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353. Соревнования проводятся на спортивных сооружениях, включённых во Всероссийский реестр объектов спорта в соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», а также в спортивных сооружениях, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и общественной безопасности участников и зрителей, а также при условии наличия актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятия, утверждённых в установленном порядке.

9.2. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях.

## **10. Видео и фотосъемка**

Регистрация участника на соревнования означает его согласие на использование его изображения полученного фото и видеосъемкой.

В соответствии с частью 4 статьи 20 Федерального закона от 04.12.2007

№ 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организаторам соревнований принадлежат права на их освещение посредством трансляции изображения и (или) звука мероприятий любыми способами и (или) с помощью любых технологий, а также посредством осуществления записи указанной трансляции и (или) фотосъемки мероприятия.

Организаторы соревнований осуществляют фото- и видеосъемку без ограничений. Организаторы оставляют за собой право использовать полученные ими во время соревнований фото- и видеоматериалы по своему усмотрению в рамках уставной деятельности, а также рекламы спортивных событий.

### **. Страхование участников**

Участникам мероприятий рекомендуется при себе иметь договор (оригинал) о страховании от несчастных случаев, жизни и здоровья.

### **. Заявки и порядок допуска на соревнования**

Предварительная регистрация участников осуществляется в онлайн-режиме на [эл.почту: sportograd@yandex.ru](mailto:sportograd@yandex.ru).

Регистрация участников день соревнований осуществляется в соответствии с Положением о предстоящем Соревновании. Контактный телефон: 2-51-65, 3-70-91

**Настоящее Положение является официальным приглашением на Открытый Кубок г. Бердска по скандинавской ходьбе.**

## **Приложение 1.**

### **13. Требования к технике ходьбы на соревнованиях**

13.1. Участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы *с обязательным отталкиванием палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.*

13.2. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.

13.3 На каждый шаг должно производиться акцентированное отталкивание палкой от опорной поверхности. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы *при постановке палки локоть находился впереди корпуса*, при завершении *отталкивания кисть находилась позади корпуса.*

Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания. Волочение палок запрещено.

13.4. Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью *под острым углом*. Наклон корпуса вперёд не должен быть больше наклона передней палки. Излишний подъём наконечников палок вверх и разброс в стороны запрещены.

13.5. Участники должны использовать палки с темляками, застёгивающимися на запястье. Во время движения участника по дистанции темляки должны быть застёгнуты, темляки/перчатки с системой быстрой фиксации должны быть пристёгнуты к ручкам палок.

13.6. Палки участника должны быть одинаковой длины. Рекомендуемая длина палок определяется формулой « $0,68$  от роста участника  $\pm 5$  сантиметров». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленной на опорную поверхность, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому. Контроль длины палок производится при построении

участников на старте. При использовании телескопических палок участникам запрещается менять их длину во время нахождения на дистанции. Разрешается замена повреждённых палок.

13.7. По требованию организатора участники должны использовать мягкие наконечники (насадки, башмаки) для палок на всей дистанции или отдельных участках. Надевание/снятие наконечников на дистанции производится в сервисных зонах, а при их отсутствии на обочине трассы. Надевание/снятие наконечников на ходу запрещено.

13.8. Участникам разрешается использование любых носимых устройств, если это не создаёт помех для движения соперников. Использование индивидуальных фонарей разрешено при недостаточном освещении, использование наушников запрещено.