**ПОЛОЖЕНИЕ**

**Открытого турнира по становой тяге среди мужчин и женщин**

**на призы фитнес-клубов «Сталь» и «X-fit»**

1. Цели и задачи:

-содействие массовому развитию силовых видов спорта;

-укрепление связей между спортсменами Республики Саха (Якутия);

-приобретения опыта участия в соревнованиях и повышения спортивного мастерства

1. Сроки и место проведения соревнований:
	1. Соревнования проводятся 7 сентября 2024 г. Место проведения: Комсомольская площадь.
	2. Начало соревнований – 11:00, взвешивание и регистрация - с 09.30 до 10.30.
2. Руководство:
	1. Общее руководство проведением соревнований осуществляет фитнес-клуб «Сталь».
	2. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию: Главный судья – Пельменев М.В.
3. Требования к участникам и условия их допуска:
	1. К участию в соревнованиях допускаются все жители и гости Республики Саха (Якутия), достигшие 14 лет на момент проведения соревнований.
	2. Требования к внешнему виду спортсменов: футболка стрейч с рукавами не ниже локтя, трико (шорты выше колен, велосипедки), гетры, спортивная обувь.
	3. Необходимо иметь при себе: паспорт, договор о страховании от несчастных случаев.
	4. Стартовый взнос у мужчин и женщин – 1000 (Одна тысяча) рублей.
	5. Девушки и юноши до 18 лет без стартового взноса.
	6. Ветераны без стартового взноса.
4. Условия проведения становой тяги:
	1. В соревнованиях разрешается использовать любую поддерживающую экипировку (лямки, комбинезоны, удерживающие майки, бинты) подъем с двойным движением засчитывается, условием успешного подхода является подъем штанги и фиксация до команды старшего судьи.
	2. Соревнование личное, отдельно среди мужчин, женщин и ветеранов в следующих весовых категориях:

- Женщины – 47 кг., 52 кг., 57 кг., 63 кг., 69 кг., 76 кг., 84 кг., свыше 84 кг.

- Абсолютный зачет.

- Мужчины – 59 кг., 66 кг., 74 кг., 83 кг., 93 кг., 105 кг., 120 кг., свыше 120 кг.

* 1. Абсолютный зачет до 83 кг. и свыше.
	2. Ветераны мужчины 50 лет и старше – Абсолютный зачет.
1. Определение победителей:
	1. Победители и призеры соревнований в каждой весовой категории определяются по наибольшему поднятому весу в становой тяге.
	2. Победители и призеры среди мужчин и женщин в абсолютном зачете определяются по формуле расчета коэффициентов Уилкса. У мужчин два абсолютных зачета: до 83кг. и свыше 83кг.
	3. Победители и призеры среди ветеранов в абсолютном зачете определяются по формуле расчета коэффициентов Шварца.
2. Награждение:
	1. Спортсмены, занявшие призовые места, в каждой номинации, награждаются медалями, грамотами, спортсмены, занявшие первые места будут награждены призами от магазина спортивного питания. Абсолютные чемпионы награждаются за первое место – денежный приз в размере – 60 000 рублей; второе место – 30 000 руб., третье место – 10 000 руб.
3. Заявки на участие
	1. Предварительные заявки на участие подаются до 05 сентября 2024 года, на электронную почту [stal.fit\_ykt@mail.ru](https://e.mail.ru/compose/?mailto=mailto%3astal.fit_ykt@mail.ru) или WhatsApp +7(924) 369-51-11.

В письме необходимо указать ФИО спортсмена, дату рождения и весовую категорию.

* 1. В день соревнований на взвешивании все участники должны иметь при себе паспорт и договор о страховании от несчастных случаев.

**Данное положение является официальным вызовом на соревнования.**