

УТВЕРЖДАЮ
Председатель Регионального
молодежного общественного
экологического движения
«Третья планета от Солнца»
Вязов Е.В.
«*ЕВ*» *11/07/15* 2015 г.



УТВЕРЖДАЮ
Начальник управления по
физической культуре и спорту
администрации города Покачи
В.И. Руленков
«*В.И.*» *11/07/15* 2015 г.



ПОЛОЖЕНИЕ о Городском открытом турнире по Street Workout «SW-GREEN»

1. Общие положения

- 1.1. Городской открытый турнир по Street Workout «SW-GREEN» (далее – турнир «SW-GREEN») проводится в рамках празднования 23-летия города Покачи и 15-летия Регионального молодежного общественного экологического движения «Третья планета от Солнца».
- 1.2. Настоящее Положение определяет цель, задачи, сроки, место, порядок проведения, перечень организаторов, участников, порядок проведения, награждения, источники и порядок финансирования.
- 1.3. Участие в турнире подтверждает согласие участников со всеми пунктами данного Положения.

2. Цель и задачи

- 2.1. Целью турнира «SW-GREEN» является популяризация здорового образа жизни и поддержка молодежных движений.
- 2.2. Задачи:
 - популяризация и дальнейшее развитие Street Workout на территории г. Покачи и Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, как самого доступного и экологически чистого вида спорта;
 - совершенствование форм организации массовой физкультурно-спортивной и эколого-просветительской работы;
 - профилактика и предупреждения правонарушений среди молодежи;
 - поиск наиболее эффективных форм работы с детьми, подростками, молодежью.

3. Руководство

- 3.1. Учредители турнира «SW-GREEN»:
 - Региональное молодежное общественное экологическое движение «Третья планета от Солнца»;
 - Управление по физической культуре и спорту администрации города Покачи.

- 3.2. Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляется учредителями турнира «SW-GREEN»;
- 3.3. Непосредственное проведение турнира «SW-GREEN» осуществляется коллективом РМОЭД «Третья планета от Солнца»;
- 3.4. К судейству соревновательной части турнира приглашаются ведущие спортсмены по Street Workout Ханты-Мансийского автономного округа – Югры;
- 3.5. Для обеспечения оказания медицинской помощи на соревновательной части турнира «SW-GREEN» присутствует бригада скорой медицинской помощи.

4. Требования к участникам

- 4.1. К участию в турнире «SW-GREEN» допускаются жители города Покачи и населенных пунктов Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.
- 4.2. Количество участников турнира «SW-GREEN» не ограничено.
- 4.3. Предусмотрена предварительная регистрация участников турнира «SW-GREEN» по установленной заявке (Приложение 1), направленной по e-mail: YPEM@yandex.ru.
- 4.4. Турнир проводится в двух возрастных категориях:
 - от 14 до 17 лет включительно;
 - от 18 до 30 лет включительно;
- 4.5. Турнир проводится в двух уровнях сложности:
 - «Новичок» – для тех, кто занимается 1 год или выполняет не весь комплекс упражнений;
 - «Профессионал» – для тех, кто имеет стаж занятий Street Workout более года и выполняет полный комплекс упражнений.
- 4.6. В случае возраста участника до 18 лет – участник должен предоставить разрешение от родителей (с указанием номера телефона одного из родителей) на участие в турнире.
- 4.7. На соревнованиях участник обязан иметь при себе документ, удостоверяющий личность (паспорт или свидетельство о рождении).
- 4.8. К соревнованиям не допускаются лица:
 - имеющие медицинские противопоказания;
 - не зарегистрированные в общем списке участников соревнований;
 - в алкогольном, наркотическом или ином опьянении.
- 4.9. Одежда участника и параметры вспомогательного инвентаря:
 - одежда участника должна быть аккуратной, подходить по размеру; обувь – спортивная. К выступлению допускаются участники в стилизованных костюмах, с голым торсом или в фирменной одежде. Стилевая тематика одежды ограничений не имеет;
 - не допускается на одежде содержание рекламы без предварительного согласования с организаторами соревнований;

- вспомогательный инвентарь при выступлениях должен быть безопасен для спортсмена и зрителей и соответствовать правилам пожарной безопасности при проведении культурно-массовых мероприятий;
- запрещено использовать вспомогательные бинты, укрепляющие повязки, превышающие ширину 10 см.

5. Сроки и место проведения

- 5.1. Турнир «SW-GREEN» проводится в городе Покачи 12 сентября 2015 года. Регистрация участников проводится на лыжной базе города. Соревнования проходят на территории турникового комплекса, расположенного на территории лыжной трассы.
Начало регистрации: 11-00.
Начало соревнований: 12-00.

6. Содержание

- 6.1. Участие в турнире может быть индивидуальным и командным. Индивидуальное участие засчитывается только в личный зачет, командное участие засчитывается и в личный, и в командный зачет.
- 6.2. Каждая команда состоит из 3 человек. Команды-участники формируются сами, по собственному усмотрению либо непосредственно на месте проведения соревнований при регистрации.
- 6.3. Дисциплины турнира:

6.3.1. Троеборье

- **Отжимания на брусьях**

Индивидуальный зачет: каждый участник выполняет отжимания. Оценивается количество отжиманий. При отжимании на брусьях спортсмен при подъеме корпуса должен полностью разгибать локоть и при опускании корпуса угол сгибания руки в локте должен быть не менее 90 градусов.

Командный зачет: все 3 участника одновременно запрыгивают на брусья и по очереди начинают отжимания. Участники сами определяют кто, по сколько раз и в каком порядке должен отжаться (т.е один из участников может сделать больше другого), при этом пока кто-то один отжимается – все продолжают держаться за брусья руками. При отжимании на брусьях спортсмен при подъеме корпуса должен полностью разгибать локоть и при опускании корпуса угол сгибания руки в локте должен быть не менее 90 градусов.

- **Отжимания от пола**

Индивидуальный зачет: каждый участник выполняет отжимания. Оценивается количество отжиманий. При отжиманиях участник обязан опускаться касаясь грудью земли и разгибать руки полностью при подъеме.

Командный зачет: все 3 участника одновременно отжимаются от пола. Участники сами определяют кто, по сколько раз и в каком порядке должен отжаться (т.е. один из участников может сделать больше другого), при этом пока кто-то один отжимается – все продолжают находиться в упоре лежа.

При отжиманиях участник обязан опускаться касаясь грудью земли и разгибать руки полностью при подъеме.

– **Подтягивания на турнике**

Индивидуальный зачет: каждый участник выполняет подтягивания. Оценивается количество подтягиваний. При подтягивании участник обязан полностью разгибать руки при опускании, а при подъеме корпуса подбородок должен быть выше турника и без рывков.

Командный зачет: все участники подтягиваются по очереди и при этом вся команда висит на турнике. При подтягивании участник обязан полностью разгибать руки при опускании, а при подъеме корпуса подбородок должен быть выше турника и без рывков.

6.3.2. **Workout Freestyle**

каждый из участников может выполнить свободную программу, состоящую из нескольких элементов. Оценка идет и в индивидуальный, и в командный зачет. Оценивается зрелищность выполненной программы, ее сложность. Продолжительность выступления одного участника может составлять не более 4 минут.

6.4. Если одна из команд не выполняет какой-либо из вышеперечисленных элементов – то она все равно продолжает делать остальные и только потом определяется победитель.

6.5. При выполнении любого из элементов касание земли одного из участников – означает проигрыш всей команды.

7. Награждение

7.1. Награждение победителей и призеров состоится по окончании соревнований;

7.2. Участники, занявшие 1, 2 и 3-е места в индивидуальном зачете, а также команды в своей возрастной категории, а также в своем уровне сложности, награждаются дипломами и ценными подарками. Команда, занявшая 1 место в командном зачете в каждом уровне сложности дополнительно награждается кубком турнира «SW-GREEN».

8. Расходы по организации и проведению

8.1. Расходы, связанные с организацией и проведением турнира «SW-GREEN» несет Региональное молодежное общественное экологическое движение «Третья планета от Солнца» за счет привлеченных средств;

8.2. Партнеры могут учредить собственные призы.

9. Контактная информация

9.1. Региональное молодежное общественное экологическое движение «Третья планета от Солнца» – тел. 8 (922) 799-66-79, e-mail: YPEM@yandex.ru, контактное лицо – Вязов Евгений Викторович;

9.2. Управление по физической культуре и спорту администрации города Покачи – тел. 8 (34669) 7-42-72, e-mail: sport@admpokachi.ru, контактное лицо – Руленков Владимир Иванович.

ЗАЯВКА
на участие в Городском открытом турнире по street workout
«SW-GREEN»

Ф.И.О. (полностью)	
Населенный пункт	
Дата рождения (дд.мм.гггг.)	
Основная занятость (место учебы/ работы, профиль/специальность)	
Участие в команде (отметить нужное)	Да <input type="checkbox"/> Нет <input type="checkbox"/> Если да, то в какой команде (название) _____
Возрастная категория	От 14 до 17 лет <input type="checkbox"/> От 18 до 30 лет <input type="checkbox"/>
Уровень сложности	Новичок <input type="checkbox"/> Профессионал <input type="checkbox"/>
В каких дисциплинах принимаешь участие (отметить нужное)	Троеборье <input type="checkbox"/> Workout Freestyle <input type="checkbox"/>
Стаж занятий Street Workout	
Участие в других соревнованиях (участие в подобных турнирах, звания, награды)	
Наличие травм	
Контактные данные (домашний адрес, телефон, e-mail)	
Я осознаю всю опасность занятий Street Workout, беру на себя всю ответственность за собственную жизнь и здоровье при моем участии в Городском открытом турнире по Street Workout «SW-GREEN» Дата « ____ » _____ 2015 г. Подпись _____	

ВНИМАНИЕ!

Данную анкету необходимо отправить по адресу: YPEM@yandex.ru в формате .doc (без подписи и даты), а также предъявить при регистрации оригинал (с подписью). Участникам младше 18 лет при себе необходимо также иметь разрешение от одного из родителей (Приложение 2.)

Тема письма – Участник городского турнира по Street Workout

Заявки принимаются до 6 сентября 2015 года (включительно).

Контактный телефон: 8 (922) 799-66-79 (Евгений)

Страница Вконтакте: https://vk.com/sw_green

**Согласие родителей на участие в
Городском открытом турнире по Street Workout
«SW-GREEN»**

Я, _____
(Ф.И.О. родителя / законного представителя полностью)
родитель/законный представитель _____
(нужное подчеркнуть) (ФИО участника полностью)
(далее - «Участник»), _____ года рождения, зарегистрированный по адресу:

_____ добровольно соглашаюсь на участие моего ребенка (опекаемого) в Городском открытом турнире по Street Workout «SW-GREEN» (далее - «Турнир»), проводимого 12 сентября 2015 года на площадке турникового комплекса напротив школы № 4 и при этом:

1. Я принимаю всю ответственность за любую травму, полученную мной и/или моим ребенком (опекаемым) по ходу Турнира, и не имею права требовать какой-либо компенсации за нанесение ущерба от Организаторов Турнира.
2. Если во время Турнира с ребенком произойдет несчастный случай, прошу сообщить об этом _____
(указывается кому (ФИО) и номер телефона)
3. Я обязуюсь, что я и мой ребенок (опекаемый) будем следовать всем требованиям Организаторов Турнира, связанным с вопросами безопасности.
4. Я самостоятельно несу ответственность за личное имущество, оставленное на месте проведения Турнира, и в случае его утери не имею право требовать компенсации от Организаторов Турнира.
5. В случае необходимости я готов воспользоваться медицинской помощью, предоставленной мне и/или моему ребенку (опекаемому) Организаторами Турнира.
6. С Положением о проведении Турнира ознакомлен.
7. Я согласен с тем, что выступление моего ребенка (опекаемого) и интервью с ним и/или со мной может быть записано и показано в средствах массовой информации, а так же записано и показано в целях рекламы без ограничений по времени и формату; я отказываюсь от компенсации в отношении этих материалов.

« _____ » _____ 2015 г.

(ФИО родителя / законного представителя)

(подпись)

ВНИМАНИЕ!

Данное разрешение требуется только участникам младше 18 лет. Его необходимо заполнить и иметь при себе на момент регистрации для участия в турнире. В случае отсутствия такого разрешения, лица младше 18 лет к участию не допускаются.