

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
АНО ЦСХ РМЭ «Йолгорно»



Начальник Управления по физической культуре, спорту и молодёжной политике городского округа «Город Йошкар-Ола»



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении VI Физкультурно-спортивного состязания по северной (скандинавской) ходьбе в Йошкар-Оле в рамках Всероссийского дня ходьбы

Йошкар-Ола

2022 г.

1. Общие положения

VI Физкультурно-спортивное состязание по северной (скандинавской) ходьбе в Йошкар-Оле (далее Марш) проводится с целью укрепления здоровья граждан, формирования навыков здорового и активного образа жизни, популяризации ходьбы как наиболее доступного вида физической активности, а также продвижения ходьбы с палками в Республике. Марш будет проходить в рамках проведения Всероссийского дня ходьбы по программе Олимпийского комитета России содействия развитию массового спорта и в соответствии с планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий Министерства спорта России на 2022 год. Марш проводится в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм», утверждёнными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22.04.2021 № 255.

Задачами проведения Марша являются: привлечение внимания спортсменов к новому виду спорта, позволяющему поддерживать и совершенствовать спортивную форму круглый год; выявление сильнейших спортсменов по возрастным категориям; повышение их спортивного мастерства; массовое привлечение населения к регулярным занятиям физкультурой и спортом; обмен опытом между спортсменами, любителями, тренерами, судьями, руководителями спортивных организаций и клубов.

- Марш проводится на маркированной дистанции набережная Брюгге - Гоголевский мост - набережная Амстердам - Воскресенская набережная – Воскресенский мост, с постоянной оценкой техники передвижения и штрафной системой оценки нарушений.

- Класс дистанции 1, протяжённость состязательной дистанции 3, 6 км. и 800 м. «Марш здоровья» без учёта времени. Порядок старта общий.

- К «Маршу здоровья» на 800 м. допускаются самостоятельно передвигающиеся, дееспособные лица с ограниченными возможностями на общих основаниях.

2. Место и сроки проведения, программа мероприятия

Марш проводится 01 октября 2022 года в городе Йошкар-Оле на набережной Брюгге:

ПРОГРАММА Марша:

Комиссия по допуску участников, вручение стартовых номеров	11.00 -11.50
Ознакомление с трассой состязаний	11.10 -11.45
Общая разминка	11.35-11.45
Открытие Всероссийского дня ходьбы (доведение технической информации)	11.45 -11.55
Общий старт на пеший Марш для всех желающих	12.00
Общий старт для любителей северной (скандинавской) ходьбы на 3 и 6 км.	12.05
Общий старт для любителей северной (скандинавской) ходьбы на 800 м. «Марш здоровья»	12.10
Подведение итогов	13.40-14.30
Церемония награждения, закрытие Всероссийского дня ходьбы	14.30-15.00

Афиша с указанием дистанций и регламента проведения Марша размещается на официальном сайте Центра скандинавской ходьбы Марий Эл «Йолгорно» <http://hodi12.ru/>, в группах в социальных сетях и в средствах массовой информации. Предварительная

программа соревнований, а также правила техники передвижения, штрафы и условия дисквалификации отражены в приложении 1 к данному Положению.

3. Организаторы мероприятия

Общее руководство подготовкой и проведением Марша осуществляют Олимпийский совет Республики Марий Эл, Управление молодежной политики спорта и туризма города Йошкар-Ола, совместно с Центром скандинавской ходьбы Марий Эл «Йолгорно». Непосредственное проведение Марша возлагается на главную судейскую коллегию, главный судья состязаний – **Алексеев Алексей Семенович**.

4. Требования к участникам соревнования и условия их допуска

К участию в Марше допускаются все желающие в возрасте 10 лет и старше на день проведения мероприятия. К Маршу допускаются участники из городов Российской Федерации, городов и районов Республики Марий Эл, спортивных клубов, общественных спортивных организаций, спортивных обществ РФ, государственных и общественных учреждений и ведомств.

При регистрации, все участники Марша должны иметь действующий медицинский допуск по форме согласно Приложению № 2 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н с заключением о разрешении участвовать в соревнованиях по северной ходьбе на дистанции не менее той, на которой проводятся Соревнования. Участники Соревнований должны иметь действующую страховку от несчастных случаев.

Участники мероприятия должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и инвентарем (палки для северной (скандинавской) ходьбы).

Для участия в Марше участники или команда -участник должна своевременно пройти регистрацию в мобильном приложении «Пешеход»: <https://app.wellbeingpeople.ru/>, а также подать предварительную заявку через сервис <https://orgeo.ru/event/24111>

Заявки могут быть двух видов: индивидуальные и коллективные. Коллективная заявка подаётся руководителем клуба или команды.

Заявка в обязательном порядке включает следующую информацию: фамилия и имя участника; год рождения; дистанция; регион, город и название спортивного клуба (при наличии); личная расписка участника об ответственности за своё состояние здоровья и уровне физической подготовки, соответствующем заявленной дистанции (в исключительных обстоятельствах), согласие на обработку персональных данных;

Расходы по командированию (проезд, питание, размещение) участников обеспечивают сами участники и/или командирующие организации. Участие в Марше осуществляется без регистрационного взноса по предварительной заявке, одобренной Организаторами.

5. Условия подведения итогов

При подведении итогов Марша используется штрафная система оценки нарушений:

- При определении результатов используется сумма штрафных баллов. Временной эквивалент одного штрафного балла устанавливается в 15 секунд.

№/п	Техническое нарушение	Снижение оценки, баллов
1	Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом	1 балл
2	Наклон корпуса вперёд больше наклона передней палки	1 балл
3	Излишний подъём наконечников палок вверх и разброс в стороны	1 балл
4	Малая амплитуда движения рук - отсутствие выноса локтя вперёд корпуса при постановке палки	2 балла
5	Малая амплитуда движения рук - отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания	2 балла
6	Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног	3 балла
7	Отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью (однократное)	3 балла
8	Движение на полусогнутых ногах	3 балла
9	Движение без отталкивания – отсутствие акцентированного контакта палок с опорной поверхностью (отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги)	3 балла
10	Движение без отталкивания - волочение палок	3 балла
11	Создание помех для движения соперников	3 балла
12	Переход на бег или прыжки	Красная карточка
13	Отказ участника от остановки по требованию судьи	Красная карточка
14	Неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей зрителей)	Красная карточка
15	Сокращение участником дистанции соревнований	Красная карточка
16	Невыполнение участником условий соревнований	Красная карточка

6. Награждение

Участники, занявшие 1, 2, 3 места на дистанциях 3 и 6 км, в каждой возрастной категории, награждаются грамотами и медалями Управления молодежной политикой спорта и туризма города Йошкар-Ола. Организаторы оставляют за собой право по проведению дополнительного награждения и вручению специальных призов от

спонсоров и других организаций. Каждому участнику, преодолевшему выбранную дистанцию до конца, вручается памятный диплом «финишёра» Олимпийского совета Республики Марий Эл.

7. Условия финансирования

Расходы, связанные с проведением Марша, обеспечиваются на условиях долевого софинансирования. Олимпийский совет РМЭ предоставляет дипломы финишерам, Управлением по физической культуре, спорту и молодежной политике администрации городского округа «Город Йошкар-Ола» предоставляются медали и грамоты победителям соревнования по возрастным группам, медицинское обеспечение мероприятия, Центр скандинавской ходьбы РМЭ «Йолгорно» организует проведение соревнования по северной (скандинавской) ходьбе, обеспечение судейства на дистанции, предоставление палок для участников соревнования неимеющих снаряжения (палок), МБУ «Комплексная спортивная школа г.Йошкар-Олы» оплата главной судейской коллегии. Дополнительно могут устанавливаться призы спонсорами и другими организациями.

8. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Согласно Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 №353.

Оказание медицинской помощи на соревновании осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 №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, занимающимся физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» за счет средств Организатора.

9. КОНТАКТЫ ОРГАНИЗАТОРОВ

Добровольный физкультурный союз: телефон: 8 (499) 394-73-02, e-mail: info@dobrofiz.ru.

Центр скандинавской ходьбы РМЭ «Йолгорно»: 8 927 684 32 57, e-mail: anocx12@mail.ru.

Управление по физической культуре, спорту и молодежной политике: 8 (8362) 45-34-80,

e-mail: gorsportkomitet@i-ola.ru

Данное Положение является официальным приглашением всем желающим для участия в Марше по северной (скандинавской) ходьбе, проводимых в рамках Всероссийского дня ходьбы.

Предварительная программа проведения соревнования

Участники соревнований по северной (скандинавской) ходьбе (СХ) преодолевают фиксированные дистанции: 3 км, 6 км. Установлено контрольное время прохождения дистанций: 3 км – 40 мин, 6 км – 1 час.

Возрастные категории участников:

3 км	6 км
М/Д 10-17 (2010-2005)	
М/Ж 30 – 44 (1992-1978)	М/Ж 18 – 39 (2004/1983)
М/Ж 45 - 59 (1977-1963)	М/Ж 40 - 54 (1982/1968)
М/Ж 60 - 79 (1962 - 1943)	М/Ж 55 - 69 (1967 - 1953)

Правила техники передвижения, обгоны

Движение северной (скандинавской) ходьбой – это перемещение с соблюдением попеременной работы рук и ног, с одновременным отталкиванием палками под острым углом, при соблюдении постоянного контакта как минимум одной ноги с поверхностью.

БЕГ (ФАЗА ПОЛЁТА) – ЗАПРЕЩЕНА.

Обгоны разрешены в любом месте трассы за исключением опасных участков.

Ответственность за безопасный манёвр лежит на обгоняющем участнике. Обгоняемому участнику запрещается мешать обгоняющему.

Инвентарь, используемый участниками.

1. Палки – рекомендуется использовать палки, специально предназначенные для Скандинавской ходьбы, длина которых должна быть подобрана следующим образом:
- Рост человека, умноженный на коэффициент 0.68 - 0,70
2. Использование дополнительных приспособлений – разрешается использование любых радиоэлектронных и измерительных приспособлений при условии, что они не мешают движению участников северной (скандинавской) ходьбе. **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАУШНИКОВ ВО ВРЕМЯ ДВИЖЕНИЯ ПО ТРАССЕ – ЗАПРЕЩЕНО.**
3. Ёмкости для питья – участник может использовать собственные ёмкости для питья, но только в специально отведённых местах. Рекомендуется использовать специально подготовленные пункты для питья. Участник имеет право использовать собственные напитки (изотоник, вода и т.д.). **Алкоголь и спиртосодержащие напитки – ЗАПРЕЩЕНЫ.**