

УТВЕРЖДАЮ

Министр спорта и туризма  
Республики Марий Эл

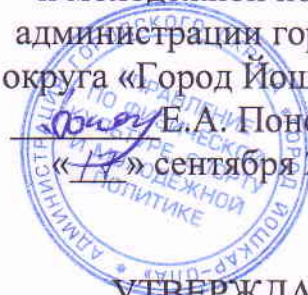
  
Л.А. Батиюкова  
«17» сентября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Начальник управления по  
физической культуре, спорту  
и молодежной политике  
администрации городского  
округа «Город Йошкар-Ола»

  
Е.А. Пономаренко  
«17» сентября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор  
АНО «Центр северной ходьбы  
Республики Марий Эл «Йолгорно»

  
А.С. Алексеев  
«17» сентября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Президент  
ООО «Олимпийский совет  
Республики Марий Эл»

\_\_\_\_\_ В.М. Чумаков  
«  » сентября 2024 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении X физкультурно-спортивного фестиваля  
по северной ходьбе «Ходьба для всех!»  
в рамках Всероссийского дня ходьбы в Республике Марий Эл

Йошкар-Ола  
2024 г.

## 1. Общие положения

X-й физкультурно-спортивный фестиваль по северной ходьбе «Ходьба для всех!» в рамках Всероссийского дня ходьбы в Республике Марий Эл (далее Фестиваль) в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Республики Марий Эл на 2024 год (1 часть КП № 200)

Фестиваль проводится с целью:

- привлечение населения Республики Марий Эл всех возрастных категорий к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- продвижения принципов и ценностей олимпизма;
- популяризация ходьбы, как наиболее доступного вида двигательной активности, включая северную (скандинавскую) ходьбу;
- популяризация и сохранение национальных традиций и видов двигательной активности.

Фестиваль будет проходить в рамках проведения Всероссийского дня ходьбы по программе Олимпийского комитета России и содействия развитию массового спорта.

Фестиваль проводится в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм», утверждёнными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22.04.2021 № 255.

Задачами проведения Фестиваля являются:

- привлечение внимания спортсменов и любителей северной (скандинавской) ходьбы к новому виду физической активности, 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.

## 2. Место и сроки проведения, программа Фестиваля

Фестиваль проводится по адресу: **Йошкар-Ола, ул. Машиностроителей 55, стадион «Дружба»**

Дата проведения: **28 сентября 2024 г.**

Регистрация и выдача стартовых пакетов проводится по адресу: Йошкар-Ола, ул. Машиностроителей 55, стадион «Дружба»

**Дистанции:**

- соревновательная дистанция на 3 км. проходит по территории стадиона «Дружба» на маркированной дистанции по внешнему контуру по асфальтовой дорожке. Контроль на дистанции осуществляется с постоянной оценкой техники передвижения и штрафной системой оценки нарушений. Порядок старта общий. Спортсмены, входящие в 14-18 возрастные группы по сдаче ГТО, могут использовать результаты старта для получения знака о сдаче нормативов ГТО по скандинавской (северной) ходьбе при сдаче необходимого количества испытаний.
- несоревновательная дистанция 800 м. - «Марш здоровья» - проходит внутри стадиона по беговым дорожкам без учёта времени. Порядок старта общий. Участники могут стартовать с палками по северной ходьбе и без них.
- несоревновательная дистанция 400 м.- «Марш парафизкультурников» - проходит внутри стадиона по беговым дорожкам без учёта времени. Порядок старта общий.
- К «Маршу парафизкультурников» на 400 м. допускаются самостоятельно передвигающиеся, дееспособные лица с ограниченными возможностями на общих основаниях.

**Участники Фестиваля на старт без резиновых наконечников не допускаются.**

### **Программа соревнований:**

Регистрация участников	10.20 – 10.50
Открытие Всероссийского дня ходьбы (доведение технической информации)	11.00 – 11.40
Общая разминка	11.45 – 11.55
Общий старт для любителей и спортсменов по северной (скандинавской) ходьбе на 3 км.	12.00
Общий старт для любителей северной (скандинавской) ходьбы на 400 м. «Марш парафизкультурников»	12.05
Общий старт для любителей северной (скандинавской) ходьбы на 800 м. «Марш здоровья»	12.10
Подведение итогов	13.00 – 14.00
Церемония награждения, закрытие Всероссийского дня ходьбы	14.00 – 14.30

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

### **3. Организаторы Фестиваля**

Общее руководство подготовкой Фестиваля осуществляют Министерство спорта и туризма Республики Марий Эл, Олимпийский совет Республики Марий Эл, Управление по физической культуре, спорту и молодежной политике администрации городского округа «Город Йошкар-Ола».

Непосредственное проведение Фестиваля возлагается на Центр северной ходьбы Республики Марий Эл «Йолгорно» и главную судейскую коллегию (далее - ГСК).

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

К участию в Фестивале по северной ходьбе допускаются все желающие в возрасте 6 лет и старше на день проведения мероприятия. На Фестиваль 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.

Участники Фестиваля несут полную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чём расписываются при регистрации. Участник принимает на себя всю ответственность за подлинность медицинской справки, получении её в установленном законом порядке на основании проведённого медицинского обследования в уполномоченном медицинском учреждении и относит на себя все негативные последствия, связанные с нарушением данного условия. Участники, стартующие на 3 км., должны иметь страховку на старты по спортивному туризму.

Участники Фестиваля должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и инвентарём (палки для северной (скандинавской) ходьбы), палки должны иметь резиновые наконечники.

Для участия в Фестивале участники и команды проходят онлайн регистрацию по ссылке: <https://orgeo.ru/event/participants/37498> или заполняют заявку и направляют её по электронному адресу организаторов на e-mail: [almar888@mail.ru](mailto:almar888@mail.ru).

Справочную информацию по регистрации можно получить по телефонам: 89276843257, 89297343157.

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 уровень физической подготовки, соответствующие заявленной дистанции, и согласие на обработку персональных данных оформляются при регистрации.

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

#### 5. Условия подведения итогов

При подведении итогов Соревнования используется штрафная система оценки нарушений:

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

№ п/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 впереди 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 дистанции 3 км, в каждой возрастной категории среди мужчин и женщин, награждаются грамотами, медалями, памятным призом МБУ ДО «Комплексная спортивная школа г. Йошкар-Олы».

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

Участники, прошедшие дистанцию 3 км., «Марш здоровья» - 800 метров и «Марш парафизкультурников» - 400 метров, получают медаль «финишёра» от Центра северной ходьбы Республики Марий Эл «Йолгорно».

Первые 48 участников «Марш парафизкультурников» - 400 метров получают памятный сувенир- кружку МБУ ДО «Комплексная спортивная школа г. Йошкар-Олы».

Участники в категории самый опытный участник и самый молодой участник получают памятный сувенир-кружку МБУ ДО «Комплексная спортивная школа г. Йошкар-Олы».

Организаторы оставляют за собой право по проведению дополнительного награждения и вручению специальных призов от спонсоров и других организаций.

## **7. Условия финансирования**

Министерство спорта и туризма Республики Марий Эл предоставляет спортивный объект стадион «Дружба» для проведения фестиваля, обеспечивает медицинское сопровождение.

Расходы, связанные с проведением Фестиваля, обеспечиваются на условиях долевого софинансирования Олимпийским советом РМЭ, Центром скандинавской ходьбы РМЭ «Йолгорно». Дополнительно могут устанавливаться призы спонсорами и другими организациями.

Расходы, связанные с организацией и проведением торжественной церемонии открытия и закрытия фестиваля несет МБУ ДО «Комплексная спортивная школа г. Йошкар-Олы».

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

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 года № 353. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020г. № 1144н «Об утверждении порядка 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 мероприятий».

Участники, зарегистрировавшиеся на дистанцию 3 км. для сдачи нормативов ГТО по северной (скандинавской) ходьбе, должны иметь медицинскую справку и документ удостоверяющий личность.

При доведении технической информации команды выстраиваются на территории стадиона.

## **9. Контакты организаторов**

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

Управление по физической культуре, спорту и молодежной политике администрации городского округа «Город Йошкар-Ола»: 8 (8362) 45-34-80, e-mail: [gorsportkomitet@i-ola.ru](mailto:gorsportkomitet@i-ola.ru)

Олимпийский совет Марий Эл: тел.: (906) 137-10-70 [cpartak3@mail.ru](mailto:cpartak3@mail.ru)

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

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 1

##### Предварительная программа проведения соревнования

Участники соревнований по северной (скандинавской) ходьбе (СХ) преодолевают фиксированную дистанцию: 3 км. Установлено контрольное время прохождения дистанций: 3 км – 1 час.

##### Возрастные категории участников:

3 км.	800 м.	400 м.
М/Д 10 – 16 (2011/2008)	М/Д 6-90 (2018/1934)	М/Ж 18 – 75 (2006/1949)
М/Ж 17 – 25 (2007/1999)		
М/Ж 26 - 49 (1988/1975)		
М/Ж 50 - 65 (1974/1959)		
М/Ж 66 - 80 (1959/1944)		

##### 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. **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.

- Палки – рекомендуется использовать палки, специально предназначенные для северной (скандинавской) ходьбы, длина которых должна быть подобрана следующим образом:

- Рост человека, умноженный на коэффициент 0,70

- 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.**

- 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.**