



«СОГЛАСОВАННО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Региональный представитель ФКР в
Красноярском крае

Руководитель клуба «Сайха»

Председатель Межрегиональной детской
спортивной общественной организации

Инструктор Межрегиональной детской
спортивной общественной организации

«Федерация Кёкусин каратэ Красноярского
края и республики Хакасия»

«Федерация Кёкусин каратэ
Красноярского края и республики
Хакасия»

_____/А.В. Бревнов

_____/Р.С. Голубев

« _____ » _____ 2018г. « _____ » _____ 2018г.

РЕГЛАМЕНТ

О проведении кубка Федерации каратэ города Минусинска по подтягиванию на турнике

«Самый сильный »

05 января 2019 года

1. Цели и задачи:

- Выявление сильнейших в подтягиваниях на перекладине, повышение личного мастерства.
- Привлечение детей и подростков к занятиям спортом, воспитание физической культуры;
- Подготовка юношей к выполнению священного долга- защите Родины в рядах вооружённых сил Российской Федерации;
- Профилактика потребления алкоголя, табака и других наркотиков, утверждение **Трезвого Образа Жизни**.

2. Дата и место проведения:

Соревнования проводятся **05 января 2019 года** по адресу: ул. Максима Горького, 106
а «Центр Изучения Кёкусинкай»

3. Организаторы:

МДСОО «Федерация каратэ города Минусинска»

МДСОО «Федерация Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия»

4. Руководство подготовкой и проведением:

Ответственный за проведение мероприятия Р.С.Голубев.

Главный судья соревнований **А.В Бревнов**, заместитель главного судьи Р.С.Голубев,
главный секретарь **Д.С. Бревнова**.

5. Участники соревнований:

5.1 К участию в соревнованиях по подтягиваниям на перекладине приглашаются ученики федерации каратэ города Минусинска.

5.2 Экипировка участников:

Участники допускаются только в кимоно. Разрешены напульсники.

5.3. Запрещено к использованию: лямки для подтягиваний.

5.4. Спортсмены, не выполняющие требования по экипировке, к участию не допускаются.

6. Регламент:

6.1. Регистрация участников: 12.00-12.30.

6.2. Соревнования: 12.30-14.00.

7. Программа соревнований:

7.1. Соревнования личные, проводятся по правилам соревнований по подтягиванию на турнике, с учётом изменений и дополнений на день начала соревнований.

Соревнования проводятся в 12 категориях.

Соревнования проводятся по системе «лесенка». Три тура. В первом участвуют все спортсмены в своих категориях, во второй круг проходят 16-8 спортсменов (в зависимости от количества в категории) с лучшими результатами. В финал проходят 8-4 спортсмена с лучшими результатами второго круга. В финале среди спортсменов каждой категории разыгрываются 3 призовых места.

7.2. Порядок определения победителей:

-Победители определяются по самому лучшему результату в «Финальном» туре соревнований.

В том случае, если у претендентов на призовые места окажутся одинаковые результаты, то после трёхминутной паузы будет предложено подтянуться максимальное количество раз до определения лучшего. Очередь выступления участника определит жеребьёвка.

7.3. Технические требования к выполнению подтягиваний на перекладине из положения виса:

-Время для выхода и начала подтягиваний, согласно очереди-30 сек. В случае задержки времени- участник снимается с соревнований с уже имеющимся результатом.

-Хват сверху, ширина плеч.

-Амплитуда движения полная- от нижнего положения, с выпрямленными локтями, до верхнего с пересечением подбородком линии перекладины и возвратом в исходное положение.

-Подтягивания рывками запрещены.

7.4. Судейская коллегия имеет право вносить изменения и дополнения в систему организации и проведения соревнований, а так же определения победителей и призёров, не затрагивающие принципиальные основы вышеуказанных правил.

8. Условия приёма участников:

8.1. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены прошедшие регистрацию.

8.2. Все участники должны иметь паспорт или документ, заменяющий его.

8.3. Расходы по проведению соревнований принимает на себя проводящая сторона.

9. Награждение:

Победитель и призёры награждаются дипломами и памятными наградами.

10. Финансирование:

10.1. Оплата доставки оборудования, звуковое оформление, судейство, приобретение медалей, кубка, дипломов осуществляется МДСОО «Федерация Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия».

10.2. Место для проведения соревнований, оборудование (столы, стулья) энергообеспечение предоставляется администрацией Центра изучения Кёкусинкай.

11. Стартовый взнос: 500 руб.