



«УТВЕРЖДАЮ»

Региональный представитель ФКР в Красноярском крае  
Председатель Межрегиональной детской спортивной общественной организации  
«Федерация Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия»

\_\_\_\_\_/А.В. Бревнов

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

## РЕГЛАМЕНТ

### О проведении «Зимние игры Кроссфит – 2018» под руководством сэнсэя А.В.Бревнова (4 Дан)г. Минусинск 26 декабря 2018 года

#### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- повышение мастерства спортсменов;
- привлечение населения и, прежде всего детей и молодёжи, к занятиям физкультурой и спортом;
- повышение роли физической культуры и спорта во всестороннем и гармоничном развитии личности.

#### 1. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ: г. Минусинск, Горького, 106а

<p style="text-align: center;"><b><u>26 декабря 2018 года</u></b> <b><i>Регистрация участников и оплата</i></b> <b>– с 15.30 до 16.00</b> <b>соревнования – с 16.00 до 19.00</b> <b>награждение – с 19.00</b></p>
---

**СУДЕЙСТВО** Судейство осуществляется инструкторами федерации. Главный судья - Бревнов А.В.  
Главный Секретарь Д.С. Бревнова

#### 1. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

**ПОЛИАТЛОН (КРОССФИТ)** - это комплексные спортивные многоборья, целью которых является развитие у занимающихся основных физических качеств и прикладных навыков.

Для реализации этой цели в содержание полиатлона включены виды программы из разных видов спорта: лёгкой атлетики, плавания, гимнастики, пулевой стрельбы, лыжного спорта.

Отличительными особенностями полиатлона являются доступность, оздоровительная направленность и возможность заниматься этим видом спорта лицам различного возраста, пола и интересов.

Соревнования проходят в форме личного первенства.

1 вариант: Участник соревнований, в своей возрастной категории, за определенное время, выполняет ряд определенных физических упражнений. Победителем становится тот, кто наберет наибольшее кол-во баллов. Баллами считаются кол-во повторений упражнения.

2 вариант: Участник соревнований, в своей возрастной категории, выполняет ряд определенных физических упражнений на время. Победителем становится тот, кто потратит на выполнение, заданного количества упражнений, наименьшее количество времени.

Непосредственно упражнения утверждаются Сэнсэем А.В. Бревновым.

Организаторы соревнований за травмы, полученные в период проведения соревнований, ответственности не несут.

#### 2. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

Первенство проводится среди Учеников Федераций и клубов Федерации Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия, не имеющие ограничения по состоянию здоровья.

Форма для участников Первенства: белое чистое кимоно (ШТАНЫ + БЕЛАЯ ФУТБОЛКА)

#### 3. КАТЕГОРИИ

6-7 лет, 8-9 лет (мальчики, девочки);

Организаторы оставляют за собой право изменять категории.

#### 4. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определение победителей производится в каждой категории. Победители и призёры награждаются дипломами и подарками от организаторов турнира.

**Стоимость участия: 500 руб.**

**«Зимние игр Кроссфит – 2018»  
под руководством сэнсэя А.В. Бревнова (4 Дан) г. Минусинск**

**26 декабря 2018 года спортсмены с 6 до 9 лет**

**МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:** г. Минусинск, Горького, 106а

*Регистрация участников и оплата – с 15.30 до 16.00*

соревнования – с 16.00 до 19.00

награждение – с 19.00

**УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

1.Первенство проводится среди спортсменов Федераций и клубов Федерации Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия, не имеющие ограничения по состоянию здоровья.

Форма для участников Первенства: белое чистое кимоно (ШТАНЫ кимоно+ БЕЛАЯ ФУТБОЛКА)

**КАТЕГОРИИ**

6-7 лет, 8-9 лет (мальчики, девочки);

**Стоимость участия: 500 руб.**

**«Зимние игр Кроссфит – 2018»  
под руководством сэнсэя А.В. Бревнова (4 Дан) г. Минусинск**

**26 декабря 2018 года спортсмены с 6 до 9 лет**

**МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:** г. Минусинск, Горького, 106а

*Регистрация участников и оплата – с 15.30 до 16.00*

соревнования – с 16.00 до 19.00

награждение – с 19.00

**УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

1.Первенство проводится среди спортсменов Федераций и клубов Федерации Кёкусин каратэ Красноярского края и республики Хакасия, не имеющие ограничения по состоянию здоровья.

Форма для участников Первенства: белое чистое кимоно (ШТАНЫ кимоно+ БЕЛАЯ ФУТБОЛКА)

**КАТЕГОРИИ**

6-7 лет, 8-9 лет (мальчики, девочки);

**Стоимость участия: 500 руб.**