

УТВЕРЖДЕНО
Министр спорта Республики
Татарстан


Леонов В.А.
«14» 04 2023г.



СОГЛАСОВАНО
Председатель Комитета
Физической культуры и
спорта Исполнительного
комитета г.Казани


Гарипов Л.З.
«3» 04 2023г.

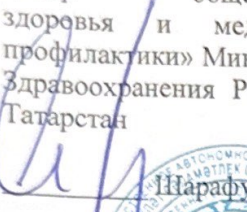


СОГЛАСОВАНО
Региональная общественная
организация Федерация
северной ходьбы Республики
Татарстан


Минсталиев М.В.
«14» 04 2023г.



СОГЛАСОВАНО
ГАУЗ «Республиканский
центр общественного
здоровья и медицинской
профилактики» Министерства
Здравоохранения Республики
Татарстан


Шарафутдинов И.Х.
«13» 04 2023г.



СОГЛАСОВАНО
МБУ «Дирекция парков и
скверов г.Казани»


Латынова А.Ф.
«12» 04 2023г.



СОГЛАСОВАНО
Татарстанское
Республиканское отделение
ВООВ «Боевое братство»


Сторников И.Д.
«14» 04 2023г.



СОГЛАСОВАНО

Республиканская общественная
организация ветеранов (инвалидов)
«Союз ветеранов РТ»


Бородин А.И.
«14» 04 2023г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении массового спортивного мероприятия
по северной (скандинавской) ходьбе
«Кубок Республики Татарстан»

Казань 2023г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1.1 Открытое соревнование по Северной ходьбе «Кубок Республики Татарстан» (далее – Соревнование) проводится в целях пропаганды здорового образа жизни приобщение населения к активным занятиям физической культурой и спортом;

1.2. Основные задачи: повышение спортивного мастерства людей, занимающихся северной ходьбой; выявление сильнейших спортсменов по возрастным категориям; развитие дружеских связей между клубами любителей северной (скандинавской) ходьбы г. Казани и регионов России.

2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

2.1 Дата проведения соревнований – 30 апреля 2023 года. Начало соревнований – в 10:00;

2.2. Соревнования проводятся в стадионе Трудовые резервы : по адресу: г. Казань, ул. Николая Ершова, 7а (центральный парк им. Горького)

3. ОРГАНИЗАТОРЫ И ПАРТНЕРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

3.1. Организаторами соревнований являются:

- Региональная общественная организация «Федерация северной ходьбы» Республики Татарстан.

3.2. Партнеры соревнований:

- Министерство спорта Республики Татарстан
- ГАУЗ «Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики» Республики Татарстан;
- Комитет Физической культуры и спорта Исполнительного комитета г.Казани;
- МБУ «Дирекция парков и скверов г.Казани».

4. ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ

4.1. Время проведения:

09:00 — регистрация участников с выдачей нагрудных номеров;

10:00 — торжественное открытие соревнований по северной ходьбе «Кубок Республики Татарстан», выступление ответственных лиц, небольшой мастер-класс;

10:30 — старт соревнований;

13:00 — подведение итогов;

13:30 — церемония награждения, закрытие мероприятия.

4.2. Возрастные категории участников:

- Мужчины от 18 до 59 лет;
- Мужчины от 60 и выше;
- Женщины от 18 до 59 лет;
- Женщины от 60 лет и выше.

4.3. Дистанция прохождения:

3 км и 6 км.

5. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ И ПОДАЧА ЗАЯВОК

5.1. Онлайн-регистрация будет проводиться до 29 апреля 2023 года на веб-ресурсе Федерации по адресу: <https://nordicwalk-kzn.ru>;

5.2. Прием заявок и выдача стартовых номеров будет производиться 30 апреля 2023 года с 09:00 до 10:00 на месте проведения мероприятия;

5.3. Регистрационный взнос: для членов Федерации северной ходьбы РТ, инвалидов и ветеранов боевых действий участие бесплатное. Для остальных участников регистрационный взнос 200 рублей.

5.4. Участники соревнования предоставляют: паспорт или его копию; медицинскую справку, дающую право на участие в соревнованиях по северной ходьбе, в которой берет полную ответственность о состоянии своего здоровья;

5.5. Участники соревнования при регистрации проходят обязательный медицинский осмотр, который включает в себя: измерение температуры тела, артериальное давление, пульс, уровень кислорода в крови.

5.6. Все расходы, связанные с проездом, питанием и размещением участников несут командирующие организации или сами спортсмены.

6. УСЛОВИЯ ДОПУСКА УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЯ

6.1. К участию в соревнованиях допускаются женщины и мужчины от 18 лет и старше, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;

6.2. Участники соревнований должны быть самостоятельно экипированы спортивной формой (включая спортивную обувь) и палками для скандинавской ходьбы.

6.3. Участник, не явившийся на заявленный вид соревнований в срок менее, чем за 5 минут до старта, к старту не допускается.

6.4. Приложение №1

7. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

7.1. Судейство соревнований осуществляется судьями РОО ФСХ РТ.

7.2. Участник, дисквалифицированный за неспортивное поведение или нарушение правил поведения на спортивном сооружении, лишается права дальнейшего участия в соревнованиях.

7.3. При прохождении дистанции кисти рук должны быть зафиксированы на палках темляками, темляки должны быть застегнуты. Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленная на опору, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому.

7.4. Участники соревнований передвигаются по дистанции с использованием техники классической северной (скандинавской) ходьбы, соответствующей лыжному попеременному двухшажному ходу. Движению левой ноги вперед соответствует движение правой руки с палкой и наоборот. Движения рук в стороны должны быть ограничены.

7.5. Ноги ставятся на опорную поверхность (дорожку стадиона) параллельно направлению движения. Каждая нога во время движения попеременно всегда должна сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег и прыжки запрещены.

7.6. Выносимая вперед нога должна ставиться на пятку. Допускается незначительное сгибание выносимой вперед ноги в коленном суставе. Движение на полусогнутых ногах запрещается.

7.7. На каждый шаг должно производиться отталкивание палкой от опорной поверхности. Отталкивание производится путем давления на ручку палки и темляк. Кисть руки при завершении отталкивания должна заводиться назад за корпус тела, рука должна распрямляться в локтевом суставе.

7.8. Допускаются укороченные отталкивания или пропуски отталкивания с одной стороны при поворотах, перестроениях, обходе препятствий. Пропуски отталкивания одновременно с разных сторон и волочение палок без отталкивания запрещены.

7.9. Выносимая вперед палка ставится на опорную поверхность под углом, наконечник палки при этом должен быть направлен назад по отношению к корпусу. Наконечники палок во время движения не должны подниматься над опорной поверхностью выше коленного сустава участника. Наконечники не должны быть направлены в стороны. Отталкивание палками впереди корпуса без выноса палки за переднюю линию бедра запрещены.

7.10. Любые манипуляции с одеждой, обувью или палками участник может производить, только сойдя с дистанции за пределы дорожки. Запрещены действия, создающие помехи другим участникам соревнований, находящимся на дистанции.

7.11. Участник, умышленно сокративший дистанцию (ходьба по чужой дорожке, наступание на линию справа или слева, нарушение правил обгона), подлежит дисквалификации. Нарушением правил обгона считается действие спортсмена, производящего обгон впереди идущего таким

образом, что обгоняемому приходится выйти с размеченной трассы соревнований (создание явной помехи).

7.12. Если в процессе движения на дистанции у участника происходит раскручивание телескопической палки, участник обязан остановиться, не покидая своей дорожки, зафиксировать палку и потом продолжить движение.

7.13. Использование треккинговых палок запрещено.

7.14. Использование наушников не допускается.

8. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

8.1. При подведении итогов Соревнований 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 вперед 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

9. НАГРАЖДЕНИЕ

9.1. Участники, занявшие 1 место на дистанции 6 км, в каждой возрастной категории, награждаются кубком.

9.2. Участники, занявшие 1, 2, 3 места на дистанциях 3 км и 6 км, в каждой возрастной категории, награждаются грамотами и медалями соответствующих степеней.

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

10. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ПРОТЕСТОВ

10.1. Протесты и заявления подаются участниками не позднее:
устные – 10 минут после окончания соревнований;
письменные – 30 минут после окончания соревнований.

11. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

11.1. Организаторы имеют право вносить изменения и дополнения в Положение, но не позднее, чем за 10 дней до проведения соревнований.

Положение является официальным вызовом для участия в соревнованиях.

Контакты организаторов Региональная Общественная организация «Федерация Северной ходьбы» Республики Татарстан: www.nordicwalk-kzn.ru.

Информированное добровольное согласие
на участие в спортивном мероприятии по северной (скандинавской) ходьбе
«Кубок Республики Татарстан» 30 апреля 2023 года

Я, _____
(Ф.И.О., полностью)

« ____ » _____ года рождения,

Проживающий по адресу: _____

даю информированное добровольное согласие на участие в спортивном мероприятии г. Казани по Северной ходьбе «Кубок Республики Татарстан», организованный РОО ФСХ РТ и сообщаю, что считаю себя здоровым и могу участвовать в данном спортивном мероприятии, сообщаю о полной дееспособности и беру на себя всю ответственность за возможные последствия для здоровья.

В соответствии с Положением о проведении спортивного мероприятия по Северной ходьбе «Кубок Республики Татарстан», подтверждаю, что мне разъяснены цели и программа спортивного мероприятия, связанные с ними риски, в том числе вероятность развития состояний, при которых возможно потребуются медицинская помощь, а также предполагаемые результаты оказания медицинской помощи. Мне разъяснено, что я имею право отказаться от одного или нескольких этапов участия в спортивном мероприятии или потребовать его прекращения, в любой момент по своему желанию.

Выражаю свое согласие на обработку моих персональных данных. Разрешаю использовать фото и видеоматериалы, на которых может быть мое изображение, по усмотрению организаторов спортивного мероприятия «Кубок Республики Татарстан».

(Ф.И.О., полностью)

(подпись)

(контактный телефон)

« ____ » _____ 2023 г..
(дата)

Обязуюсь вернуть стартовый номер _____ (подпись)