

«Утверждаю»:
**Президент Региональной Общественной
Организации «Нижегородская Областная
Федерация Северной Ходьбы»**



Л.В. Логинова
Л.В. Логинова

« 08 2020 года

о проведении соревнования «3 Открытый Кубок Нижнего Новгорода 2020» по северной (скандинавской) ходьбе.

Соревнования «3 Открытый Кубок Нижнего Новгорода 2020» проводится с целью:

- пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации северной (скандинавской) ходьбы как вида спорта в Нижнем Новгороде и области;
- выявления сильнейших спортсменов по возрастным категориям.
- развитие дружеских связей между клубами любителей северной (скандинавской) ходьбы города Нижнего Новгорода и городов России.

1. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся в городе Нижний Новгород, в парке «Сормовский», ул. Энгельса, на дистанциях 5 км (личный зачет), в рейтинговой дисциплине РФСХ «Техника северной ходьбы (nordic skills)» далее - ТСХ. В рамках соревнований проводится квалификационный отбор участников на Шестой Кубок Москвы 2020 года. Покрытие дорожек на дистанциях –лесные тропы. Дата проведения соревнований 5 сентября 2020 года.

2. Учредители соревнования

Учредителями соревнований являются:

- Департамент физической культуры и спорта администрации города Нижнего Новгорода;
- Региональная общественная организация «Нижегородская Областная Федерация Северной Ходьбы» (далее – Федерация).

3. Руководство проведением соревнования

Общее руководство проведением Соревнований осуществляется организационным комитетом, в состав которого входят представители департамента физической культуры и спорта администрации города Нижнего Новгорода и Федерации.

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на главную судейскую коллегию (далее – ГСК), утверждённую Федерацией.

Обязанности ГСК:

- проверить правильность оформления заявочных документов участников;
- проверить готовность спортивной базы;

- определить победителей и призёров соревнований, подготовить итоговые протоколы.

4. Программа проведения соревнования

Все дистанции преодолеваются по правилам скандинавской ходьбы. Старт на территории парка «Сормовский», ул Энгельса

09:00 – 10:00 - регистрация участников;

10:00 -10:20 торжественное открытие соревнования;

10-30-12:30 Дистанция 5 км. Возрастные категории мужчины и женщины отдельно 15-20 лет; 21-35лет; 36-55лет; 56-69лет; 70+ лет мужчины и женщины. Старт общий.

12:30 –13:00 Фестиваль «Северная ходьба –мир новых возможностей» 1 км –без категорий.

13:00-14:00 «Техника северной ходьбы (nordic skills)»

14:00-14:30 - окончание соревнований, общая заминка участников;

15:00 – подведение итогов и награждение победителей и призеров Соревнований.

Старт по спортивной дисциплине на 5 км. Старт общий в соответствии с возрастными категориями, как среди женщин, так и среди мужчин.

Временное ограничение на преодоление дистанций 5км для участников составляет 2 часа.

Возрастная категория, в которой заявлено менее трёх участников, по решению ГСК может быть объединена со смежной категорией.

«Техника северной ходьбы (nordic skills)»- входит в рейтинговую дисциплину РФСХ, (nordic skills) проходит без учета возраста.

5. Участники соревнования и условия их допуска

К участию в соревнованиях на 5км допускаются все желающие спортсмены-любители – женщины, мужчины и дети от 15 лет и старше, вне зависимости от места проживания и гражданства.

Участники, заявившиеся на дистанцию 5 км, должны владеть правильной техникой северной (скандинавской) ходьбы (см. раздел I Приложения № 2), пройти в установленном порядке регистрацию и уплатить к моменту начала состязаний стартовый взнос в размере 500 (Пятсот рублей). Члены РОО «Нижегородская областная Федерация северной ходьбы» допускаются к участию в соревнованиях без оплаты стартового взноса. К участию в дисциплине nordic skills допускаются все желающие спортсмены с 15 лет. Участники, заявившиеся на рейтинговую дисциплину nordic skills вносят взнос в размере 500 руб. Фестиваль 1км -бесплатно

Возраст участников (количество полных лет) определяется по состоянию на 31 декабря 2020 года.

Участники соревнований на 5 км представляют медицинскую справку от врача о допуске к мероприятиям по северной (скандинавской) ходьбе, обязательно иметь страховку (страхование жизни). Взрослые спортсмены несут полную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чем расписываются при подтверждении регистрации на месте старта в день соревнований (см. приложение №3). На месте старта так же заполняется форма на согласие по обработке персональных данных для проведения соревнования.

6. Заявка на соревнование

Регистрация участников спортивного мероприятия «3 Открытый Кубок Нижнего Новгорода 2020» по северной ходьбе на 5 км и nordic skills осуществляется путем подачи заявки:

- по каналам Viber и WhatsApp: +7 930 7149167;
- и/или на электронную почту nordicdeernn@mail.ru;

Отправка заявки на участие с помощью Viber, WhatsApp, электронной почты, СМС означает одновременно согласие с требованиями правил соревнований данного положения, ответственность за состояние здоровья и уровень физической подготовленности, согласие на использование персональных данных (фамилия, имя, год рождения, регион) для формирования стартового и финишного протоколов, проведения церемонии награждения победителей и призёров.

При предварительной подаче заявки на 5 км участник вносится в протокол под конкретным номером, однако его регистрация подтверждается только после оплаты стартового взноса. Подтверждение регистрации в день соревнований необходимо предъявить паспорт (с целью подтверждения возраста) и страховой полис обязательного медицинского страхования.

В заявке указывается: фамилия, имя; год рождения; населенный пункт проживания, регион; контактный телефон и/или электронный почтовый адрес и дисциплина 5 км или nordic skills

Прием предварительных заявок на дистанцию 5 км и nordic skills осуществляется по 3 сентября 2020 г. включительно.

Без подачи предварительной заявки на участие в старте на 5 км регистрация в день соревнований на месте старта не проводится, а nordic skills ограничена. Телефон для справок указан в конце данного положения о соревновании.

7. Подведение итогов

Победители и призеры в личных соревнованиях на 5 км определяются по наименьшему времени преодоления дистанции - абсолютной и в каждой из указанных возрастных групп (см. Приложение № 2), при условии соблюдения техники северной (скандинавской) ходьбы (см. раздел I Приложения № 2).

В дисциплине nordic skills победителем является лучший, по итогам судейских баллов.

Участники соревнований дисциплины Nordic skills, в соответствии с занятыми местами в абсолютном зачете, участвуют так же во Всероссийском рейтинге спортсменов по северной ходьбе РФСХ

8. Порядок подачи протеста

Протесты подаются и рассматриваются согласно п. IV.1–IV.4 Приложения № 2.

9. Награждение

Призеры и победители соревнований на 1 км и 5 км награждаются дипломами и медалями от департамента по физической культуре и спорта администрации города Нижнего Новгорода, а также ценными призами от спонсоров и партнеров соревнований.

Призеры в дисциплине nordic skills награждаются дипломами и кубком от РОО «Нижегородская областная Федерация северной ходьбы», а также ценными призами от спонсоров и партнеров соревнований.

10. Финансовое обеспечение соревнований

11.1 Расходы, связанные с проведением Соревнований в части награждения, производятся за счет средств департамента физической культуры и спорта администрации города Нижнего Новгорода, федерации северной ходьбы.

11.2 Расходы, связанные с подготовкой и оформлением мест Соревнований, обеспечением судейства, производятся за счёт Федерации.

11.3 Расходы, связанные с командированием команд (проезд к месту проведения Соревнований и обратно, питание), несут командирующие организации.

Настоящее положение является официальным вызовом на Соревнования

Оргкомитет

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

Информированное добровольное согласие

на участие в спортивном мероприятии по северной (скандинавской) ходьбе
«3 Открытый Кубок Нижний Новгород 2020»

5 сентября 2020года

Я, _____
(Ф.И.О., полностью)

«_____» _____ год рождения,

Адрес регистрации: _____
(адрес места жительства)

даю информированное добровольное согласие на участие в спортивном мероприятии «3 Открытый Кубок Нижний Новгород 2020», организованным РООО «Нижегородская Областная Федерация Северной Ходьбы» И Департаментом физической культуры и спорта администрации города Нижнего Новгорода, 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 «3 Открытый Кубок Нижний Новгород 2020», президентом НОФСХ Логиновой Л.В., в доступной для меня форме 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 видео материалы, на которых может быть мое изображение, по усмотрению организаторов спортивного мероприятия «3 Открытый Кубок Нижний Новгород» по северной ходьбе.

(Ф.И.О., полностью)

(подпись)

(контактный телефон)

«_____» _____ 2020г.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2
ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ на 5 км
Рейтинговый старт

I. Техника передвижения

- I.1 Участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.
- I.2 Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.
- I.3 На каждый шаг должно производиться акцентированное отталкивание палкой от опорной поверхности, при завершении отталкивания палка не должна отрываться от опоры раньше находящейся сзади ноги. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания. Волочение палок запрещено.
- I.4 Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом. Наклон корпуса вперёд не должен быть больше наклона передней палки. Излишний подъём наконечников палок вверх и разброс в стороны запрещены.

II. Инвентарь

- II.1 Участники должны использовать палки с темляками, застёгивающимися на запястье. Во время движения участника по дистанции темляки должны быть застёгнуты, темляки/перчатки с системой быстрой фиксации должны быть пристёгнуты к ручкам палок.
- II.2 Палки участника должны быть одинаковой длины. Рекомендуемая длина палок определяется формулой «0,7 от роста участника ± 5 сантиметров». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленной на опорную поверхность, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому. Контроль длины палок производится при построении участников на старте. При использовании телескопических палок участникам запрещается менять их длину во время нахождения на дистанции. Разрешается замена повреждённых палок.
- II.3 По требованию организатора участники должны использовать мягкие наконечники (насадки, башмаки) для палок на всей дистанции или отдельных участках. Надевание/снятие наконечников на дистанции производится в сервисных зонах, а при их отсутствии на обочине трассы. Надевание/снятие наконечников на ходу запрещено.
- II.4 Участникам разрешается использование любых носимых устройств, если это не создаёт помех для движения соперников. Использование индивидуальных фонарей разрешено при недостаточном освещении, использование наушников запрещено.

III. Контроль на дистанции, наказания

- III.1 Контроль на дистанции за соблюдением участниками настоящих Правил осуществляет судейская коллегия. На каждом километре трассы должен быть, по крайней мере, один судья-контролёр. Судьи-контролёры могут менять свою позицию в пределах отведённого им участка трассы.
- III.2 Судьи-контролёры должны выполнять свои обязанности непредвзято и автономно.

III.3 Нарушение участниками соревнований настоящих Правил влечёт наказание в виде замечания, предупреждения или дисквалификации. Наказанию подлежат только те нарушения, которые могут повлиять на результаты или безопасность соревнований.

III.4 Предупреждением с обязательной остановкой участника наказываются нарушения следующих пунктов раздела I данного Приложения:

- I.2 в части сохранения постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью, выпрямления ноги в коленном суставе при завершении толчка, движения на полусогнутых ногах;
- I.3 в части акцентированного отталкивания палкой от опорной поверхности, недостаточной амплитуды движения рук, волочения палок
- I.4 в части сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом, наклона корпуса вперёд больше наклона передней палки

III.5 При выявлении нарушений, указанных в пункте III.4 данного Приложения, судья-контролёр показывает участнику жёлтую карточку и громко называет его стартовый номер. Участник, которому вынесено предупреждение, обязан остановиться возле судьи-контролёра, и может продолжить движение только после команды «марш». В случае если участник допустил нарушение после прохождения мимо судьи-контролёра, тот передаёт информацию о нарушении следующему по дистанции судье-контролёру с соответствующей пометкой в протоколе контроля.

III.6 Судья-контролёр, зафиксировавший нарушения, указанные в пункте III.4 данного Приложения, или получивший информацию о нарушении от предыдущего по дистанции судьи-контролёра, после остановки участника разъясняет ему суть нарушения и даёт команду «марш» на продолжение движения. Судье-контролёру запрещается задерживать участника сверх необходимости. Информация о нарушении должна быть занесена судьёй-контролёром в протокол контроля с указанием стартового номера участника, пункта Правил техники передвижения и времени нарушения.

III.7 Дисквалификацией наказываются следующие нарушения:

- переход участника на бег или прыжки;
- сокращение участником дистанции соревнований;
- три предупреждения участнику за нарушения, указанные в пункте III.4 данного Приложения;
- создание помех для движения соперников в финишной зоне;
- отказ участника от остановки по требованию судьи-контролёра;
- неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организатора, участников, судей, зрителей).

III.8 Судья-контролёр обязан незамедлительно оповестить дисквалифицированного участника путём показа ему красной карточки с обязательным названием стартового номера участника. После остановки участника судья-контролёр разъясняет ему суть нарушения. Невозможность оповестить участника о дисквалификации до пересечения им финишной линии не может служить основанием для отмены дисквалификации как таковой. Решение о дисквалификации участника при нарушении им Правил техники передвижения в финишной зоне принимает главный судья соревнований.

III.9 Участник, которому предъявлена красная карточка, должен прекратить движение по дистанции. Отказ участника от прекращения движения не может служить основанием для отмены дисквалификации как таковой.

III.10 Пункты III.8, III.9 Правил также применяются в отношении участников, снятых с соревнований за превышение временного ограничения прохождения дистанции.

III.11 Прочие нарушения участниками настоящих Правил, которые могут повлиять на результаты или безопасность соревнований, наказываются замечаниями. Информация о замечаниях (стартовый номер, нарушенный пункт Правил, время нарушения) должна быть занесена судьёй-контролёром в протокол контроля. Участник, получивший пять и более замечаний, по крайней мере, от двух разных судей-контролёров, по решению главного судьи может быть подвергнут штрафу в размере до 5 минут.

IV. Протесты, апелляции

IV.1 Участники соревнований и представители команд (клубов) могут подавать протесты на действия организатора соревнований, судей и других участников. Протесты, связанные с допуском к соревнованиям, состоянием трассы, изменениями в программе соревнований, подаются не позже, чем за 30 минут до начала соревнований. Остальные протесты – не позже, чем в течение 30 минут после публикации предварительных результатов соревнований. Протесты, поданные не в надлежащее время, не рассматриваются. Протест может быть снят протестующей стороной до публикации решения по нему.

IV.2 Протесты подаются в письменном виде на имя ТД (если он присутствует на соревнованиях) и главного судьи соревнований. Протесты должны детально обосновываться, т.е. включать все доказательства и показания. Протесты рассматриваются с привлечением представителей организатора и судейской бригады.

IV.3 Протесты, связанные с допуском к соревнованиям, состоянием трассы, изменениями в программе соревнований, рассматриваются до начала соревнований. Остальные протесты – до публикации итоговых протоколов соревнований. Решения по протестам должны быть опубликованы в месте проведения соревнований сразу после вынесения с указанием времени публикации.

IV.4 На решения по протестам и ошибки в итоговых протоколах представителями команд (клубов) может быть подана апелляция в НОФСХ. Апелляция подаётся в письменном виде в течение трёх дней после окончания соревнований и должна детально обосновываться, т.е. включать все доказательства и показания. Рассмотрение апелляции производится в течение трёх дней с момента получения, решение публикуется на сайте НОФСХ.