 Вице-Президент

Всемирной Ассоциации Клубов

Гиревого спорта

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Н. Денисов

положение

кубок ЕВРАЗИИ по гиревой гонке

5-30 Июня 2023 года

Всемирная Ассоциация гиревых клубов

Российский союз гиревого спорта

1. Цели и задачи

- популяризация гиревого спорта в мире;

- создание и проведение серии турниров по гиревому спорту среди клубов по единым правилам в различных странах мира;

- пропаганда силовых видов спорта;  
 - пропаганда здорового образа жизни;

1. Время и место проведения

С 5 по 30 июня 2023 года

Онлайн платформа E-Champs <https://rosgiri.e-champs.com/>

1. участники соревнований

Мужчины и женщины, юноши и девушки (до 18 лет), мужчины и женщины ветераны (40-49 лет, 50-59 лет и старше 60 лет), дети до 12 лет.  
 К участию в соревнованиях допускаются спортсмены любого уровня. Соревнования проводятся по правилам Всемирной Ассоциации гиревых клубов (Российского Союза гиревого спорта).

1. Дисциплины и уровни

Гиревая гонка в трех упражнениях (Длинный цикл, Толчок, Рывок) на разных дистанциях (100, 250, 500, 750, 1000, 1500, 2500, 5000). Упражнения и дистанция меняются в зависимости от этапов. Каждый спортсмен выступает в произвольном уровне и видах программы. Участвовать можно в неограниченном количестве дистанций. В одном виде Гиревой гонки можно выступать только в одном уровне. (например, нельзя участвовать в гиревой гонке длинный цикл 100 и как любитель и как полупрофи, но можно участвовать как любитель на дистанции 100 подъемов и как полупрофи на дистанции 250 подъемов).

**Стартовый взнос для участия в одной дисциплинесоставляет 1200 рублей.**

Данные соревнования будут включены в рейтинг спортсменов Гиревой гонки!

Каждый спортсмен в рамках своей возрастной группы выбирает гирю, с которой он будет соревноваться. Каждой гире соответствует своей уровень среди которого соревнуются спортсмены, выбравшие эту гирю. Распределение весов гирь по уровням приведено в таблице 1.

Спортсмен может выбрать дистанцию выполнения упражнения. Победители определяются на каждой из дистанций отдельно.

1. Как добавить результат на платформу

Для добавления результата на онлайн платформу <https://rosgiri.e-champs.com/> нужно:

- пройти по ссылке для регистрации https://rosgiri.e-champs.com/

- пройти регистрацию спортсмена

- записать видео с выступлением и взвешиванием. Инструкция по сьемке видео: https://www.youtube.com/watch?v=OybXimNrdQg&feature=emb\_logo

- добавить видео на свой Youtube– канал или в свои видео в ВК.

- оплатить стартовый взнос на онлайн платформе https://rosgiri.e-champs.com/

- зарегистрироваться на соревнованиях и добавить результат и вставить ссылку на видео выступления

- Результаты подтверждаются судьей соревнований.

6. Требования к видеозаписи

- Отснятая видеозапись должна быть в качестве, позволяющим четко видеть весь процесс выступления участника от начала и до конца съемки

- в начале видеозаписи индивидуального выполнения упражнения участник называет Фамилию и Имя, название команды, весовую категорию, затем встает на весы сам, показывая на видео что он стоит один и его ничего не держит. Затем устанавливает на весы гири по очереди, показывая вес каждой гири. После чего участник должен встать на место для выполнения упражнения и приступить к выполнению. Если у участника есть возможность использовать счетчик подъемов, он его использует, если счетчика нет, то участнику должен помогать помощник, который недалеко от камеры выполняет счет голосом (на Русском или английском языках)

- В начале видеозаписи при организации клубных соревнований руководитель клуба выполняет взвешивание гирь, затем в дальнейшем отвечает за соответствие веса снарядов заявленным. Затем производит взвешивание участников соревнований. Далее участники по одному представляются в камеру (Фамилия Имя, команда, весовая категория). После чего приступают к выполнению упражнения. Одновременно с одной камеры не должно сниматься более 2 (двух) спортсменов. В случае наличия счетчиков, желательно их использование. В случае отсутствия счетчиков участникам считать помогает помощник, который недалеко от камеры выполняет счет голосом (на Русском или английском языках)

- Видеозапись выполняется либо с фронтальной плоскости, либо под небольшим углом до 30 градусов к фронтальной плоскости - Запись должна быть непрерывной, без смены ракурса съемки

- Расположить камеру таким образом, чтобы участник с гирями полностью находились в кадре на протяжении всего этапа.

- После завершения дистанции необходимо сфокусировать камеру и крупно показать экран монитора счетчика в течение не менее 2 секунд так, чтобы можно было четко увидеть результат, либо четким голосом называется результат вслух

- При несоблюдении условий выполнения видеозаписи выполнения упражнения соответствующего этапа, видеозапись не будет принята к рассмотрению и результат не будет засчитан.

7. Условия подведения итогов

Результаты оцениваются во времени выполнения упражнения!

Участник, показавший наилучшее время в рамках своего уровня и возрастной категории становится победителем Онлайн Кубка Евразии по гиревой гонке.

8. Награждение

Награждение осуществляется за каждую дистанцию. **Победители и призеры личных соревнований награждаются медалями Онлайн Кубка Евразии.**

Напоминаем! Если спортсмены не забирают наградной материал с пункта приема, повторная отправка будет за счет спортсмена. Также в связи с действующей в мире ситуацией бесплатная доставка медалей действует только по территории России!

9. Контактная информация

Эл. Почта для корреспонденции, вопросов по программе соревнований: [rosgiri@mail.ru](mailto:rosgiri@mail.ru)

Телефон для связи: 89823085772 - Иван.

10. ответственность

Участие спортсмена в соревнованиях означает его ознакомление согласие с техническими правилами гиревого спорта, а также полную личную ответственность за свою жизнь и здоровье. Участник соглашается с тем, что сам и в полной мере несет ответственность по всем прямым, косвенным и потенциальным рискам, связанным со своей жизнью и здоровьем в момент выступления. За нарушение правил съемки, монтажа видео спортсмен может быть снят с соревнований. За обман на соревнованиях спортсмен дисквалифицируется ПОЖИЗНЕННО со всех соревнований Всемирной Ассоциации гиревых клубов!!!

11. Руководство проведением соревнования

Непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегию по виду спорта, главного судью соревнований – Денисов И.Н. (ВК), главного секретаря соревнования – Подгорный И. (1 категория).

**НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Абсолютный возраст.** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 16 | 8 | 24 | 12 | 32 | 16 | 36 | 20 | 40 | 24 |
| **250** | 16 | 8 | 24 | 12 | 32 | 16 | 36 | 20 | 40 | 24 |
| **500** | 16 | 8 | 20 | 12 | 24 | 14 | 32 | 16 | 36 | 20 |
| **750** | 14 | 8 | 20 | 10 | 24 | 12 | 28 | 16 | 32 | 20 |
| **1000** | 12 | 8 | 16 | 10 | 24 | 12 | 28 | 14 | 32 | 16 |
| **1500** | 12 | 6 | 14 | 8 | 20 | 10 | 24 | 12 | 28 | 14 |
| **2500** | 10 | 6 | 14 | 8 | 20 | 10 | 24 | 12 | 28 | 14 |
| **5000** | 8 | 4 | 12 | 6 | 16 | 8 | 20 | 10 | 24 | 12 |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Юноши и девушки.** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 12 | 6 | 16 | 8 | 20 | 10 | 24 | 12 | 28 | 16 |
| **250** | 8 | 6 | 12 | 8 | 16 | 10 | 20 | 12 | 24 | 16 |
| **500** | 6 | 4 | 8 | 6 | 12 | 8 | 16 | 12 | 20 | 14 |
| **750** | 4 | 4 | 6 | 6 | 10 | 8 | 14 | 12 | 16 | 14 |
| **1000** | 4 | 4 | 6 | 6 | 8 | 8 | 12 | 10 | 16 | 12 |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Ветераны 40-49.** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 12 | 8 | 16 | 12 | 20 | 14 | 24 | 16 | 28 | 20 |
| **250** | 12 | 8 | 16 | 12 | 20 | 14 | 24 | 16 | 28 | 20 |
| **500** | 10 | 8 | 12 | 10 | 16 | 12 | 20 | 16 | 24 | 16 |
| **750** | 10 | 6 | 12 | 8 | 14 | 12 | 16 | 14 | 20 | 16 |
| **1000** | 8 | 6 | 12 | 8 | 14 | 12 | 16 | 14 | 20 | 16 |
| **1500** | 6 | 4 | 10 | 6 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 14 |
| **2500** | 6 | 4 | 8 | 6 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 14 |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Ветераны 50-59.** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 12 | 8 | 14 | 10 | 16 | 12 | 20 | 14 | 24 | 16 |
| **250** | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 14 | 20 | 16 |
| **500** | 8 | 6 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 | 16 | 16 |
| **750** | 8 | 6 | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 12 |
| **1000** | 6 | 4 | 8 | 6 | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Ветераны 60+ .** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 12 | 8 | 14 | 10 | 16 | 12 | 20 | 14 | 24 | 16 |
| **250** | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 14 | 20 | 16 |
| **500** | 8 | 6 | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 14 |
| **750** | 6 | 4 | 8 | 6 | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 |
| **1000** | 6 | 4 | 8 | 6 | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 |
| **Таблица Гиревая Гонка 2022 Юноши и девушки до 12 лет.** | | | | | | | | | | |
| **Дистанция** | **Начальный** | | **Любитель** | | **Средний** | | **Полупрофи** | | **Профессионал** | |
| **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** | **М** | **Ж** |
| **100** | 6 | 6 | 8 | 8 | 12 | 12 | 14 | 14 | 16 | 16 |
| **250** | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 |
| **500** | 4 | 4 |  |  | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| **750** | 4 | 4 |  |  | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| **1000** | 4 | 4 |  |  | 6 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 |

*Таблица 1. Веса гирь относительно возрастных групп*