

УТВЕРЖДАЮ:

Министр
физической культуры и спорта
Липецкой области



К.Д. Казакова

Утверждаю:

Председатель РФСОО
«Федерация воздушно-силовой
атлетики и пилонного спорта
Липецкой области»



А.Н. Ткаченко

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении фестиваля воркаута
памяти павших участников СВО

Липецкая область,
2026 год

1. Общие положения:

- 1.1. Фестиваль воркаута памяти павших участников СВО (далее – Фестиваль), проводится в соответствии с календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Липецкой области на 2026 год.
- 1.2. Фестиваль проводится в целях создания условий для развития физической культуры и массового спорта, увековечения памяти павших участников СВО, популяризации здорового образа жизни на территории Липецкой области.
- 1.3. Задачами проведения Фестиваля являются:
 - вовлечение подрастающего поколения в занятия физической культурой и спортом;
 - популяризация воркаута среди подростков и молодежи;
 - физическое и нравственное воспитание молодежи;
 - совершенствование спортивного мастерства;
 - гражданско-патриотическое воспитание детей и молодежи.

2. Организаторы соревнований:

2.1. Общее руководство подготовкой и проведением Фестиваля осуществляет министерство физической культуры и спорта Липецкой области (далее - МФКС Липецкой области).

Полномочия МФКС Липецкой области, как организатора соревнований, осуществляются ГБУ ЛО «Центр развития и мониторинга физической культуры и спорта».

2.2. Непосредственная организация и проведение Фестиваля возлагается на РФСОО «Федерация воздушно-силовой атлетики и пилонного спорта Липецкой области».

3. Сроки и место проведения:

3.1. Фестиваль проводится 23 февраля 2026 года на базе МБОУДО «СШ №1» (г. Липецк, ул. Циолковского, 31А).

4. Программа соревнований:

11:00 – 11:50 – регистрация, открытая тренировка, разминка
12:00 – 12:10 – церемония открытия
12:10 – 16:30 – соревновательная часть
16:30 – 17:00 – подведение итогов, награждение победителей и призеров
17:00 – 17:30 – закрытие

5. Требования к участникам и порядок их допуска.

5.1. К участию в Фестивале допускаются все желающие согласно возрастным группам, не имеющие медицинских противопоказаний.

5.2. Дисциплины Фестиваля:

- Воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2008 г.р. и старше).

- Воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2009 г.р. – 2012 г.р.);
- Воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2013 г.р. – 2016 г.р.);
- Двоеборье (2008 г.р. и старше);
- Двоеборье (2009 г.р. и младше);
- Многоборье (2008 г.р. и старше);
- Многоборье (2009 г.р. – 2012 г.р.);
- Многоборье (2013 г.р. – 2016 г.р.);
- Многоборье (2017 г.р. – 2020 г.р.);
- Трикинг (2008 г. р. и старше);
- Трикинг (2009 г. р. и младше);
- Вис на вращающейся перекладине (2008 г.р. и старше)
- Вис на вращающейся перекладине (2009 г.р. – 2012 г.р.);
- Вис на вращающейся перекладине (2013 г.р. – 2016 г.р.);
- Вис на вращающейся перекладине (2017 г.р. – 2020 г.р.).

Дисциплина «Двоеборье» включает в себя подтягивания на высокой перекладине и отжимания на брусьях на максимальное количество повторений за один подход на каждом снаряде без контроля времени. Каждое выполненное подтягивание оценивается в 2 балла, каждое выполненное отжимание на брусьях – в 1 балл. Побеждает участник, набравший наибольшую сумму баллов по результатам выполненных упражнений. При равенстве итоговых результатов побеждает участник, выполнивший большее количество подтягиваний. Запрещается использовать вис на одной руке в качестве отдыха при выполнении подтягиваний. Двоеборье проводится без дополнительного веса.

Дисциплина «Многоборье 2008 г.р. и старше» включает в себя 10 подтягиваний на перекладине, 20 приседаний, 20 берпи, 20 отжиманий от пола на время.

Дисциплины «Многоборье 2009 г.р. – 2012 г.р.», «Многоборье 2013 г.р. – 2016 г.р.» включают в себя 5 подтягиваний на перекладине, 20 приседаний, 20 берпи, 20 отжиманий от пола на время.

Дисциплина «Многоборье 2017 г.р. – 2020 г.р.» включает в себя 20 подъемов туловища из положения лежа (пресс), 20 приседаний, 20 берпи, 10 отжиманий от пола на время. Во всех дисциплинах многоборья запрещается менять порядок выполняемых упражнений. Побеждает участник, выполнивший данный комплекс упражнений за наименьшее время. При равенстве результатов участники соревнуются повторно.

Дисциплины трикинга включают в себя выполнение акробатических связок и комбинаций, оцениваемых судьями, за 2 минуты. В данной дисциплине запрещено выполнять связки, комбинации и элементы, которые подвергают риску безопасность участника. При выполнении участником связок или комбинаций допускаются паузы между связками и комбинациями, однако длительность пауз не должна превышать 10 секунд. Общая оценка формируется путем сложения оценки, полученной по каждому критерию. Среди критериев «Чистота техники», «Сложность связок и комбинаций»,

«Плавность переходов», «Контроль над телом и приземлениями». Каждый критерий оценивается по 10-ти бальной шкале.

Дисциплины виса на вращающейся перекладине включают в себя вис на вращающейся перекладине диаметром 42 мм на время. Побеждает участник, провисевший на вращающейся перекладине наибольшее время. При равенстве результатов участники соревнуются повторно.

5.3. Организаторы оставляют за собой право уменьшить количество дисциплин без объяснения причин.

5.4. Своим участием в Фестивале каждый участник подтверждает согласие с положением о проведении Фестиваля, а также дает согласие организаторам, судейской коллегии на сбор, хранение, обработку и передачу персональных данных (фамилия, имя, полная дата рождения, результат выступления на Фестивале, личная подпись, контактный телефон, адрес электронной почты,) размещение информации в сети Интернет и СМИ.

5.5. Для участия в Фестивале участник предоставляет в комиссию по допуску следующие документы:

- копия или оригинал паспорта / свидетельства о рождении (для участников до 14 лет)
- согласие участника (законного представителя) и отказ от претензий;
- медицинская справка с допуском врача для участия в физкультурных мероприятиях
- копия полиса обязательного медицинского страхования.

6. Финансовые расходы

Расходы, связанные с проведением Фестиваля, включающие оплату скорой медицинской помощи, оплату судейской бригады, приобретение наградной атрибутики, изготовление баннера, услуги фотографа и видеографа, а также другие сопутствующие расходы, связанные с организацией и проведением Фестиваля - за счет средств РФСОО «Федерация воздушно-силовой атлетики и пилонного спорта Липецкой области» в рамках социального проекта «Здоровое будущее» при финансовой поддержке Министерства внутренней политики Липецкой области.

Расходы по командированию команды на Фестиваль (проезд до места проведения и обратно, питание, страхование участников) обеспечивают командирующие организации.

7. Награждение

Участники, занявшие 1 места в дисциплинах воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2008 г.р. и старше), воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2009 г.р. – 2012 г.р.), двоеборье (2008 г.р. и старше), двоеборье (2009 г.р. и младше), многоборье (2008 г.р. и старше), многоборье (2009 г.р. – 2012 г.р.), вис на вращающейся перекладине (2008 г.р. и старше), награждаются призами, кубками, медалями и дипломами.

Участники, занявшие 2,3 места в дисциплинах воздушно-силовая атлетика - воркаут фристайл (2008 г.р. и старше), воздушно-силовая атлетика

Лица, указанные в приказе о командировании, несут ответственность за жизнь и здоровье спортсменов-обучающихся в пути и во время проведения соревнований.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

ОРГКОМИТЕТ

Фестиваль воркаута памяти павших участников СВО

Онлайн регистрация



<https://e-champs.com/event/407298>