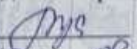
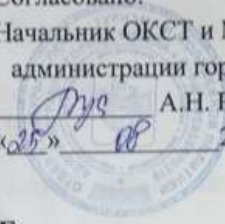


Утверждаю:
И.о. директора МБУ СШ
города Кизела
 И.А. Крайнова
« 25 » 08 2020 г.



Согласовано:
Начальник ОКСТ и МП
администрации города Кизела
 А.Н. Русинова
« 25 » 08 2020 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Кроссфит»
среди воспитанников МБУ «Спортивная школа» города Кизела,
посвященных Дню Шахтера

1 Цели и задачи:

- популяризация различных видов спорта среди детей и подростков;
- пропаганда здорового образа жизни;
- выявление сильнейших спортсменов.

2. Время и место проведения:

Соревнования проводятся **29 августа 2020 года** в МБУ «Культура и спорт» (стадион «Шахтер»), по адресу: г. Кизел, ул. Советская, 50.
9:00-10:00 – регистрация участников;
10:00-10:40 – судейская коллегия;
10:45 – торжественное открытие соревнований;
11:00 – начало соревнований.

3.Руководство организацией и проведением соревнований:

Общее руководство организацией и проведением осуществляет МБУ «Спортивная школа» города Кизела.
Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегияю:

Гл. судья: С.В.Ефремова.

Гл. секретарь: А.М.Фомичева.

4.Участники соревнований:

К участию в соревнованиях допускаются воспитанники МБУ СШ всех спортивных отделений, имеющие допуск врача

5.Программа соревнований и условия командного зачета:

Возрастные группы:

1. До 14 лет включительно (по спортивным отделениям)
2. 15-17 лет включительно (по спортивным отделениям)

Соревнования командные, состав команды **5 человек** (3 мальчика + 2 девочки). С программой соревновательной части (заданий) участники будут ознакомлены по ходу проведения соревнования. Проведение каждой команды будет проходить отдельно по времени.

6. Регламент проведения соревнований:

Соревнования проходят по этапам.

- 1.Бег с препятствиями;
2. Метание медбола через препятствие;
- 3.Прыжки на тумбу;
- 4.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимания);
- 5.Бег с гириями (гантели);

6. Берпи;
7. Челночный бег 3*10м.

7. Определение победителей:

Команда-победитель «Кроссфит» определяется по лучшему техническому результату в каждой возрастной группе.

8. Награждение:

Победители и призеры в каждой возрастной группе награждаются грамотами и медалями.

9. Заявки.

Предварительные заявки установленного образца на участие в соревнованиях принимаются до **27 августа 2020г.** на эл. адрес: dyusshkiz@mail.ru

тел. 8-(34255)-5-01-69

Примечание: в данное положение и регламент проведения соревнований судейской бригадой могут быть внесены изменения до начала мероприятия.

Данное положение является официальным приглашением на соревнования

Форма заявки:

Команда:

Спортивное отделение:

Тренер:

№п/п	Стартовый номер	ФИО участника	Возраст участника
1			
2			
3			
4			
5			

Капитан команды:

Представитель команды: