

СОГЛАСОВАНО  
Начальник Управления по физической культуре и спорту Администрации городского округа Электросталь Московской области  
\_\_\_\_\_ А.В. Журавлев  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель начальника Управления - начальник отдела по спортивной и физкультурно-оздоровительной работе Управления по физической культуре и спорту Администрации городского округа Электросталь Московской области  
\_\_\_\_\_ О.В. Цацорина  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель Клуба скандинавской ходьбы «Скандивита»  
\_\_\_\_\_ Е.А.Пухтий  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований по северной ( скандинавской ) ходьбе «Горячий снег»

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования по северной ( скандинавской ) ходьбе «Горячий снег» (далее – «соревнования») проводятся с целью популяризации северной (скандинавской) ходьбы, как эффективной физкультурно-оздоровительной методике, пропаганды здорового образа жизни, привлечения жителей к регулярным занятиям спортом, выявления сильнейших спортсменов-ходоков

### 2. ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ И ПРОГРАММА

Соревнования проводятся **25 февраля 2023 года** в г.о. Электросталь в районе лесопарка водоема «Юбилейный». Старт в 11.00.

Онлайн-регистрация участников проводится на сайте [www.scandivita.ru](http://www.scandivita.ru) до **23.02.2023**  
В день соревнований регистрация НЕ проводится.

#### ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

**9.30-10.30 –выдача стартовых пакетов**

**10.30- построение участников, представление судей**

**10.45 - разминка**

**11.00 - раздельный старт 5 км**

**13.00 - награждение;**

Соревнования личные. Старт раздельный :

Дистанция	мужчины	женщины
5 км	M18-44	Ж18-44
	M45-59	Ж45-59
	M60-64	M60-64
	M65-70	Ж65-70
	M71+	Ж71+

### 3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство организацией и проведением соревнований, техническое обеспечение осуществляет Клуб скандинавской ходьбы «Скандивита» при поддержке Управления по физической культуре и спорту Администрации г.о. Электросталь.

Непосредственное проведение и организация соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.

Главный судья - руководитель клуба «Скандивита» Пухтий Е.А.

Главный секретарь – Афанасьев А.П

### 4. УЧАСТНИКИ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

К участию в соревнованиях допускаются клубы, центры и сообщества по скандинавской ходьбе, а также все желающие, владеющие техникой северной ходьбы.

К участию в соревнованиях допускаются лица, включенные в *командную медицинскую заявку* или по *индивидуальной медицинской справке* (отсутствие противопоказаний для занятий северной (скандинавской) ходьбой и участия в соревнованиях на дистанции 5 км).

**Для подтверждения регистрации в день соревнований необходимо предъявить паспорт (с целью подтверждения возраста) и медицинскую справку.**

В день старта участникам соревнований необходимо получить нагрудный номер и стартовый пакет. На старт допускаются участники только с нагрудными номерами.

*Участники соревнований несут полную личную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чём расписываются при подаче заявки на участие в соревнованиях или получении стартового пакета.*

#### ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ:

1) На старт допускаются участники, своевременно зарегистрировавшиеся на соревнование, с надетой манишкой-номером. Участники выступают под номерами, выданными им при регистрации. Обмен манишками между участниками соревнования запрещен.

2) Участники должны быть одеты в спортивную форму и спортивную обувь.

3) Все участники соревнования должны иметь специальные палки для скандинавской ходьбы, подобранные в соответствии с ростом участника. Длина палок для скандинавской ходьбы не должна превышать значения, получаемого при расчете по формуле: «рост участника в сантиметрах \* коэффициент 0,68», без резиновых наконечников (башмаков);

4) При прохождении дистанции участники должны идти, соблюдая технику скандинавской ходьбы.

Нарушением считаются:

-Переход с ходьбы на бег и любые прыжки строго запрещаются.

-Акцентированное отталкивание палками, волочение и пронос палок запрещены.

-Амплитуда движения рук: вынос руки перед собой без сгибания локтя с поворотом плеча, отведение руки назад с отталкиванием от поверхности с раскрытием ладони за бедром.

-Спортивная ходьба, короткий шаг запрещены

-Наклон корпуса и сгибание коленей во время движения.

За нарушения участнику начисляется штраф -30 сек.

Результат участника, грубо нарушившего технику скандинавской ходьбы, не засчитывается. Участник, допустивший грубое нарушение техники скандинавской ходьбы, решением судьи снимается с дистанции и отстраняется от участия в дальнейшем соревновании.

5) Участники должны соблюдать спортивную дисциплину: уважительно относиться к другим участникам соревнования, уступать дорогу обгоняющим их участникам при подаче ими голосового сигнала (например, «Слева», «Дорогу!»). Не допускается создавать препятствия обгоняющим.

Подавать сигнал об обгоне следует лишь в том случае, когда ширина трассы не позволяет совершить обгон без опасности контакта с другим участником. Подавать сигнал следует при сокращении дистанции между участниками менее 2 м.

В финишном створе участник при обгоне должен занять свободную дорожку.

6) Запрещается отвлекать судей во время их работы. Все претензии необходимо подавать в письменном виде в течении 20 мин после вывешивания предварительного протокола.

7) В случае схода с дистанции участник должен сообщить об этом судьям на финише или на дистанции.

## 5. НАГРАЖДЕНИЕ

**Победители и призеры в соревнованиях определяются по наименьшему времени преодоления дистанции с учетом штрафного времени, начисленного судьями за нарушение техники передвижения северной ходьбой.**

Призёры, занявшие 1-3 места в каждой возрастной группе, награждаются медалями, грамотами и памятными призами.

## 6. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ

Расходы, связанные с проведением соревнований в части награждения, производятся за счет средств организаторов, спонсоров и партнеров соревнований.

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

***Главная судейская коллегия оставляет за собой право на изменение формата проведения соревнования и время начала соревнований.***

***Данное положение является официальным вызовом на соревнования.***