

  
Р. Ф. Фаезов

## РЕГЛАМЕНТ

### проведения восьмого этапа Кубка МАУДО «ЦДЮТур «Космос» (Общая физическая подготовка)

Соревнования проводятся 27 и 28 апреля 2023 на территории МАУДО «ЦДЮТур «Космос» (на улице) и Парка Дружбы.

Время проведения контрольной тренировки:

27 апреля – 15:00 – 17:00

28 апреля – 09:00 – 11:30

\*программа предварительная, точный график соревнований будет сформирован после подачи предварительных заявок на участие в соревнованиях.

Делегации пребывают на место проведения соревнований в отведенное время, согласно графику, размещенному на сайте.

Ответственный за проведение Пашнина С.А.

Вся информация о соревнованиях публикуется на сайте <http://космос-тур.рф/>

Соревнования проводятся среди обучающихся МАУДО «ЦДЮТур «Космос».

Количественный состав делегации – не регламентирован.

Участникам необходимо сдать нормативы по восьми физическим упражнениям:

- Подтягивание из виса на высокой перекладине;
- Сгибания и разгибание рук, в упоре лежа - 30 с;
- Поднимание туловища из положения, лежа на спине – 30с;
- Прыжки через скакалку – 30 с;
- Прыжок в длину с места, толчком двумя ногами;
- Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу;
- Кросс;
- Забег на 30/60 м.

Зачет подводится в следующих возрастных группах:

Возрастная группа
- группа мальчики, девочки, участники 2013-2012 г.р;
- группа мальчики, девочки, участники 2011-2010 г.р;
- группа мальчики, девочки, участники 2009-2008 г.р;
- группа мальчики, девочки, участники 2007-2006 г.р;
- группа мальчики, девочки, участники 2005-2004 г.р;

Ответственность за безопасность проведения соревнований, используемое оборудование и снаряжение несет Пашнина С.А.

Педагоги-руководители делегаций несут персональную ответственность за выполнение правил техники безопасности, соблюдение дисциплины и порядка и экологических норм на месте проведения соревнований

Старт участников на каждом физическом упражнении индивидуальный - дается отдельно каждому участнику.

Результат участника определяется отдельно в каждом физическом упражнении. Победитель определяется по наименьшему показателю суммы занятых мест за все 8 упражнений. В случае равенства результатов участников лучшим становится, участник, который пробежал кросс с наименьшим временем.

Участники обязаны:

- Соблюдать правила и не принимать запрещенных в спорте процедур;
- Соблюдать правила безопасности во время участия в мероприятии;
- Соблюдать этические нормы в области спорта;
- Соблюдать настоящее Положение и требования организаторов данного мероприятия.

Ответственность за здоровье и сохранность жизни участников в пути следования и в дни мероприятия возлагается на педагога-руководителя делегации.

Организаторы не принимают на себя ответственность за жизнь и здоровье участников, а также за возможные телесные повреждения или повреждения имущества.