

**Програма проведення змагань 18 вересня 2021 р.
про проведення міського командного турніру зі стронгмену серед студентів ВУЗів м. Харкова
« Студентський Богатир м. Харкова 2021р.»**

1. ПРОГРАММА ПРОВЕДЕННЯ.

1.1.Зважування учасників по приїзду учасників з 15.00-16.00 години до проведення заходу.

16:00 – урочисте відкриття змагань;

16:15 – початок змагань;

- **Перша Вправа: «Супер -ЙОК»:**
(дистанція 20 метрів коромисло вагою 150 кг.)
- **Друга Вправа: «Тайєр Фліп»**
(Вправа "Колесо" кантівка колеса вага 150 кг. 6-8 переворотів)
- **Третя вправа: «Лог-ліфт»:**
(Бревно вага – до 60 кг.)
- **Четверта вправа «Прогулянка фермера»:**
(дистанція 20 метрів, валізи вагою до 70 кг. на кожен руку.)

По завершенню змагань – нагородження переможців та призерів змагань, урочисте закриття турніру.

- Заявки (2 примірника), завірені лікарем на участь у змаганнях, подаються до секретаріату в день прибуття учасників, за 2 години до початку заходу.
- **Обов'язкова попередня реєстрація до 15 вересня.**
- Попередні заявки на участь приймаються за електронною адресою: **podfok1974@ukr.net**
- За довідками з питань проведення змагань звертатися за телефоном:

(067)775-13-15 - Алла Олександрівна Подкосова-Фокіна.

- **Обов'язкова інформація при реєстрації:** ПІБ, дата народження, ВНЗ, контактний номер телефону, та загальна інформація спортсмена.

2. ВИТЯГ З ПРАВИЛ.(Загальні положення)

2.1 Категорії спортсменів.

- Змагання зі стронгмену проводяться серед осіб чоловічої статі;
- Вік спортсменів визначається роком, місяцем та днем народження;
- Змагання проводяться серед спортсменів, вік з 18 до 25 років;
- Вищий навчальний заклад представляє 1 спортсмен;
- Вагова категорія спортсмена повинна бути 80 кг.+;
- Обов'язкова загальна фізична підготовка;
- Обов'язкова наявність медичної довідки та страховки у спортсмена.

2.2 Екіпіровка:

- Спортсмени змагаються, вдягнені в майки, або футболки – на торсі та будь-якому одязі, що облягає ноги;
- Суворо заборонено використовувати олію, мазі або інші мастила на тілі, костюмі або особистих речах. Дитяча присипка (тальк), крейда, рідка крейда, каніфоль або магnezія можуть застосовуватися на тілі спортсмена або на його екіпіровці, за винятком бинтів;
- Забороняється роздягатися, або змінювати екіпіровку в полі зору глядачів, забороняється змагатися в брудному одязі або мати неохайний вигляд;
- Учасник може застосовувати пояс. Його треба одягати поверх одягу, щоб його було видно суддям;
- допускається тільки спортивне взуття у вигляді кросівок, спеціального взуття для важкої атлетики або пауерліфтингу, не дозволяється взуття з металевими шпичками або планками;
- Дозволяється застосовувати бинти, наколінники, налокітники або пов'язки з еластичних фабричних матеріалів, що мають один шар із поліестеру, бавовни;
- Перевірка особистої екіпіровки може проводитись у будь-який час виділений для змагань (може бути оголошений на технічній нараді).

Дане положення є офіційним викликом на змагання.

