

физкультурно-оздоровительном комплексе РУДН зал № 1, (разминка в большом тренажёрном зале ФОК РУДН) по адресу ул. Миклухо-Маклая 4.

Мандатная комиссия проводится: 21.02.2019 года в 15.45 час.

Взвешивание участников: **21.02.2018 года с 16.00 до 17.30 час.**

1. **Требования к участникам и условия допуска:**

К участию в открытом первенстве по классическому жиму (без экипировки) допускаются аспиранты/ки и студенты/ки-спортсмены/ки, очной-заочной (вечернее обучение) формы обучения из числа ВУЗов г. Москвы, которые имеют спортивный опыт, с обязательным допуском врача к участию в первенстве.

Участники/цы первенства допускаются в спортивной форме одежды: спортивная обувь и носки, облегающая футболка (полурукавка), облегающие шорты (велосипедки), трико-борцовки, кистевые бинты, пояс с пряжкой или карабином.

1. **Условия проведения:**

Первенство проводится по действующим международным правилам ФПР (IPF) с учётом изменений и дополнений на день начала первенства.

Первенство проводится в следующих весовых категориях: Среди **мужчин** до 66 кг, до 74 кг, до 83 кг, до 93 кг, до 105 кг, до 120 кг, свыше 120 кг.

Среди **женщин** до 52 кг, до 57 кг, до 63 кг, до 72 кг, до 84 кг.

По итогам первенства, подводятся, командные результаты среди ВУЗов г. Москвы участвующих в первенстве.

1. **Определение победителей:**

Победители и призёры первенства в каждой весовой категории среди мужчин и женщин определяются по наибольшему результату (весу штанги), из трёх попыток, показанному в классическом (без экипировки) жиме лёжа. Победители и призёры в абсолютном первенстве определяются по таблице Вилкса среди всех участников мужчин и отдельно женщин.

Командные результаты определяются по сумме очков, набранных из **5** лучших результатов в личном первенстве по шкале подсчёта очков:

1 место – 12 очков, 2 место – 9 очков, 3 место – 8 очков, 4 место – 7 очков, 5 место – 6 очков, 6 место – 5 очков, 7 место – 4 очка, 8 место – 3 очка, 9 место – 2 очка, 10 место – 1 очко.

Поощрительные очки участникам начисляются за выполнение норматива: МСМК – 9 очков, МС – 7 очков, КМС – 5 очков, 1 взр/разряд – 3 очка, 2 взр/разряд – 2 очка, 3 взр/разряд – 1очко (нормативы по жиму лёжа ФПР (IPF).

1. **Награждение:**

Победители и призёры в каждой весовой категории награждаются дипломами и медалями.

Победитель в абсолютном первенстве награждается дипломом, медалью и ценным призом.

Команды победители и призёры в командном первенстве награждаются дипломами и кубками.

1. **Финансирование:**

Расходы по организации первенства, аренде и подготовке материально-технической базы, наградному материалу, оплате работы судейской коллегии, ассистированию, и медицинского персонала за счёт физкультурно-оздоровительного комплекса и кафедры физического воспитания и спорта ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», г. Москва.

Информационную поддержку, рекламу и привлечение болельщиков осуществляет актив СК «Дружба».

Расходы по командированию участников первенства других ВУЗов за счёт командирующих организаций.

1. **Заявки:**

Подача предварительных заявок осуществляется до 20.02.2019 года включительно по электр. адресу: budarnikov.a.a.@yandex.ru, alexkozlov56@mail.ru (Приложение 2). Заявка подаётся представителем команды: капитаном команды факультета или ответственными преподавателями факультетов по спорту. Студенты/ки и аспиранты/ки РУДН должны иметь паспорт, действующий студенческий билет очного отделения и медицинскую справку с разрешением для участия в соревнованиях врача КДЦ МИ РУДН (поликлиника № 25 РУДН).

Сторонние участники/цы первенства должны иметь студенческий билет, паспорт и медицинскую справку с разрешением для участия в соревнованиях по пауэрлифтингу (жим лёжа) врача поликлиники с места жительства, учебы, физкультурно-спортивного диспансера.

Представители команд несут персональную ответственность за достоверность документов, предоставляемых в организационный комитет.

**Контактный телефон:**

+ 7 926 703 00 58 – Бударников Анатолий Александрович

+ 7 968 961 56 56 – Козлов Александр Викторович

**Данное положение является официальным действующим приглашением для участия в открытом первенстве РУДН по классическому пауэрлифтингу (жим лёжа).**

Оргкомитет.

Приложение 1

**Состав**

**открытого первенства РУДН**

**по классическому пауэрлифтингу (жиму лёжа)**

**посвящённому дню ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА.**

|  |
| --- |
| **Члены оргкомитета:** |
| Чешихин И.В. | — | директор физкультурно-оздоровительного комплекса ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», г. Москва |
|  |  |  |
|  Дилие Люк Дональд | — | председатель спортивного клуба «Дружба» ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов»,г. Москва |

|  |
| --- |
| **Члены судейской коллегии:** |
| Бударников А.А. | — | главный судья, мастер спорта, судья 3 категории по пауэрлифтингу ФПР, доцент кафедры физического воспитания и спорта ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», г. Москва. |
| Мирошниченко И.В. | — | помощник главного судьи, мастер спорта, председатель спортивного клуба «Дружба» ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», г. Москва. |
| Козлов А.В.Брагин Т. С. | **—****-** | главный секретарь, кандидат в мастера спорта, судья 3 категории ФПР, доцент кафедры физического воспитания и спорта ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», г. Москва.кандидат в мастера спорта, главный судья на помосте г. Москва. |
| Нифтуллаев Ф.Ю. | — | кандидат в мастера спорта, боковой судья на помосте г. Москва. |
| Андрианов А. А. | — | кандидат в мастера спорта, боковой судья на помосте г. Москва. |

Приложение 2

**Именная заявка**

от команды \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

наименование учреждения

**на участие в открытом первенстве РУДН**

**по классическому пауэрлифтингу (жиму лёжа)**

**посвящённому дню ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия Имя Отчество** | **год рож.** | **ВУЗ, факультет, курс** | **разряд** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Всего допущено \_\_\_\_\_\_\_\_ человек.

Дата и подпись врача \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| руководитель образовательного учрежденияМ.П. |  | Ф.И.О. |
|  |
| представитель команды |  | Ф.И.О. |

**ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА РОССИИ**

**ПРОТОКОЛ СОРЕВНОВАНИЯ**

**Открытое первенство РУДН по классическому жиму лёжа 21.02.2019 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** |  **Фамилия, Имя** | **Группа** | **Факул** | **Вес атлета** | **Высо-та стоек/ страху-ющих**  | **Жим лёжа (вес штанги)**  |  **Ме-сто** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА РОССИИ**

Весовая категория\_\_\_\_\_\_\_\_ Вес атлета (заполняется на взвешивании)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия, Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ВУЗ, группа, факультет\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись спортсмена или представителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|  Упражнение |  Жим лёжа (кг) |
| Вес первого подхода: (заполняется на взвешивании) |  |

**ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА РОССИИ**

Весовая категория\_\_\_\_\_\_\_\_ Вес атлета (заполняется на взвешивании)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия, Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ВУЗ, группа, факультет\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись спортсмена или представителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|  Упражнение |  Жим лёжа (кг) |
| Вес первого подхода: (заполняется на взвешивании) |  |

**ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА РОССИИ**

Весовая категория\_\_\_\_\_\_\_\_ Вес атлета (заполняется на взвешивании)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия, Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ВУЗ, группа, факультет\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись спортсмена или представителя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|  Упражнение |  Жим лёжа (кг) |
| Вес первого подхода: (заполняется на взвешивании) |  |

|  |
| --- |
| **Жим лежа****Фамилия……………** |
|  |  |  |
| **1-й** | **2-й** | **3-й** |
|
| **Подпись…………….** |

|  |
| --- |
| **Жим лежа****Фамилия……………** |
|  |  |  |
| **1-й** | **2-й** | **3-й** |
|
| **Подпись…………….** |

|  |
| --- |
| **Жим лежа****Фамилия……………** |
|  |  |  |
| **1-й** | **2-й** | **3-й** |
|
| **Подпись…………….** |

|  |
| --- |
| **Жим лежа****Фамилия……………** |
|  |  |  |
| **1-й** | **2-й** | **3-й** |
|
| **Подпись…………….** |