|  |  |
| --- | --- |
| Утверждено | Согласовано |
| Международная федерация | Гродненский областной |
| гиревых видов спорта | исполнительный комитет |
| Председатель президиума | Заместитель председателя |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Е. Назаревич | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Лискович |
| «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года | «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года |
|  |  |
| Согласовано | Согласовано |
| Управление спорта и туризма | Представительство |
| Гродненского облисполкома | Национального олимпийского |
| Начальник | Комитета по Гродненской области |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Е. Андрейчик | Председатель |
| «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Г. Жук |
|  | «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года |
|  |  |
| Согласовано | Согласовано |
| Мировая ассоциация клубов | Белорусская федерация мастеров |
| гиревого спорта | гиревого спорта и силового |
| Президент | жонглирования |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.А. Рачинский | Председатель президиума |
| «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.С. Каташук |
|  | «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года |
|  |  |
| Согласовано |  |
| Паралимпийский комитет |  |
| Республики Беларусь |  |
| Председатель |  |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.А. Шепель |  |
| «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_ года |  |

ПОЛОЖЕНИЕ

о Кубке мира по гиревому спорту, чемпионате мира, чемпионате Европы, чемпионате Союзного государства России-Беларуси, I Международного инклюзивного турнира в сфере массового спорта и гиревого триатлона

в 2019 году.

г. Гродно, Беларусь

1. Цели и задачи

Физическое и духовное развитие общества.

Пропаганда здорового образа жизни, популяризация гиревого триатлона и гиревого спорта. Внедрение инновационных методов проведения соревнований. Выявление сильнейших спортсменов в различных видах гиревого спорта. Реабилитация и адаптация спортсменов с ограниченными физическими возможностями (инклюзивный подход).

Укрепление спортивных связей с иностранными государствами на международной арене.

2. Место и время

Соревнования проводятся с 15 по 17 ноября 2019 года в г. Гродно (Республика Беларусь) на Центральном спортивном комплексе «Неман» (ул. Коммунальная 3).

3. Условия и заявки

Соревнования являются лично-командными. Проводятся по правилам Международной федерации гиревых видов спорта (МФГВС) и Международной федерации гиревого триатлона (МФГТ). К соревнованиях допускаются мужчины и женщины без ограничения возраста, имеющие при себе документ, удостоверяющий личность и возраст, медицинскую справку, заверенную врачом (диспансером спортивной медицины), медицинскую спортивную страховку. Для спортсменов Российской Федерации и других стран Ближнего и Дальнего зарубежья – страховой полис.

Для спортсменов старше 40 лет в медицинском допуске указывается максимально допустимое время выполнения упражнения и вес гири.

Если у спортсмена отсутствует заявка, заверенная медицинским учреждением спортивного профиля или страховка, он не допускается к участию в соревнованиях.

Вопросы, не оговоренные в данном Положении, а также изменения и порядок проведения соревнований решаются на мандатной комиссии до начала соревнований. Информация об изменениях в проведении соревнований размещается на сайте [www.sportgiri.ru](http://www.sportgiri.ru).

Команды стран СНГ и Дальнего зарубежья должны иметь при себе государственный флаг и государственный гимн страны.

*Данное Положение является официальным вызовом на соревнования.*

3.1 Проезд, регистрация, размещение и питание

Проезд от железнодорожного вокзала – автобус №№ 10 и 15 до гостиницы «Беларусь», от автовокзала – автобус № 15, троллейбусы №№ 2, 3, 6, 11 до гостиницы «Беларусь».

Регистрация участников проводится 15 ноября 2019 года с 08.00 до 21.00 по адресу: г. Гродно, Центральный спортивный комплекс «Неман», ул. Коммунальная 3.

Размещение в гостинице «Беларусь» (ул. Калиновского 1), гостинице «Спорт» (ул. Коммунальная 3) и других гостиницах г. Гродно. Питание возможно в кафе «Арена» на территории Центрального спортивного комплекса «Неман», тел.+375 0152 773265 и +375 0152 73-88-88.

3.2. Заявки

Прием заявок начинается 15 июля 2019 года и заканчивается 15 октября. Заявки, отправленные позже 15.10.2019, будут рассмотрены после уплаты двойного целевого организационного взноса в момент регистрации на соревнованиях.

Заявки принимаются по установленной форме, где указаны фамилия, имя, отчество (полностью), год рождения, возрастная группа, в которой предполагается выступление, весовая категория. Дается краткое описание упражнений, четко указано, в каких номинациях предполагается выступление, регламент времени. Образец можно скачать на официальном сайте МФГВС [www.sportgiri.ru](http://www.sportgiri.ru) .

Заявки можно отправлять почтой на адрес: Республика Беларусь, 230028 г. Гродно, ул. Стрелковая д.11, кв. 1, «Международная федерация гиревых видов спорта» или на e-mail: [iksfpresident@gmail.com](mailto:iksfpresident@gmail.com) .

Ответственный: Назваревич Евгений Евгеньевич, председатель президиума МОО МФГВС, тел. +37529 5865 353, WhatsApp, Viber.

Заявки на участие в группе «Гиревой спорт» (Кубок мира) отправлять на e-mail: [srir@mai.ru](mailto:srir@mai.ru) . Ответственные: Рачинский Сергей Анатольевич, тел. +7921 4404 937, WhatsApp, Viber и Денисов Иван Николаевич, тел. +7922 0100 001, WhatsApp, Viber.

4. Участники

**1. Паралимпийский спорт**

*1.1 Спортсмены-колясочники* (жим гири, жим гири по длинному циклу попеременно левой и правой рукой). Выполняется одной гирей мужчинами и женщинами. Регламент: 1, 3, 5 минут.

*Весовые категории. Мужчины.* До 60 кг, до 70 кг, до 80 кг, до 90 кг, свыше 90 кг. Женщины. До 55, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, свыше 70 кг.

*Возрастные группы и вес гирь. Мужчины.* До 18 лет (индивидуальный подход), 18- 22 года (14 кг), 23-39 лет (16 кг), 40-44 года (12 кг), 45-49 лет (10 кг), 50-54 года (8 кг), 55-59 лет (6 кг), 60-79 лет (4 кг).

*Женщины.* До 18лет (индивидуальный подход), 18-24 года (8 кг), 25-34 года (10 кг), 35-44 года (8 кг), 45-59 лет (6 кг), 60-74 года (4 кг), свыше 75лет (2,5 кг). Абсолютная весовая категория.

*1.2 Спортсмены с нарушением опорно-двигательного аппарата* (жим лёжа двух гирь, попеременно левой и правой рукой, жим сидя попеременно левой и правой рукой одной или двумя гирями, жим гири по длинному циклу попеременно левой и правой рукой, выполняется одной гирей). Регламент: 1, 3, 5, 10, 30, 60 минут.

*Возрастные группы и вес гирь. Мужчины.* До 18 лет (индивидуальный подход), 18- 22 года (14 кг), 23-39 лет (16 кг), 40-44 года (12 кг), 45-49 лет (10 кг), 50-54 года (8 кг), 55-59 лет (6 кг), 60-79 лет (4 кг).

*Женщины.* До 18лет (индивидуальный подход), 18-24 года (8 кг), 25-34 года (10 кг), 35-44 года (8 кг), 45-59 лет (6 кг), 60-74 года (4 кг), свыше 75лет (2,5 кг). Абсолютная весовая категория.

*1.3 Спортсмены с нарушением слуха и зрения* (рывок, толчок, толчок по длинному циклу, жим стоя выполняются с одной гирей, жим лёжа двух гирь попеременно). Регламент: 1, 3, 5, 10 минут.

*Возрастные группы и вес гирь. Мужчины.* До 18 лет (индивидуальный подход), до 22лет (20 кг), 23-34 года (24 кг), 35-39 лет (22 кг), 40-44 года (20 кг), 45-49 лет (18 кг), 50-54 года (16 кг), 55-59 лет (14 кг), 60-64 года (12 кг), 65-69 лет (10 кг). Выступают с одной гирей – 70-74 года (8 кг), 75-79 лет (6 кг), 80-84 года (4 кг), свыше 85 лет (2,5 кг).

*Женщины.* До 18 лет (индивидуальный подход), 18-19 лет (10 кг), 20-21 год (12 кг), 22-24 года (14 кг), 25-29 лет (16 кг), 30-34 лет (12 кг), 35-39 лет (10 кг), 40-49 лет (8 кг), 50-59 лет (6 кг), 60-74 года (4 кг), свыше 75лет (2,5 кг).

Победители и призеры определяются в каждой возрастной группе и весовой категории. Награждаются медалью и дипломом.

**2.** **Спорт высших достижений**

*Весовые категории. Мужчины.* До 60 кг, до 70 кг, до 80 кг, до 90 кг, свыше 90 кг.

*Женщины.* До 55, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, свыше 70 кг. Абсолютная возрастная категория.

*Упражнения и регламент*

- Толчок гири - (3мин., 5 мин., 15мин., 30 мин., 60 минут)

- толчок гири длинным циклом (3мин., 5 мин., 15мин., 30 мин., 60 минут)

- рывок гири (3мин., 5 мин., 15мин., 30 мин., 60 минут)

- жим гири (3мин., 5 мин., 15мин., 30 мин., 60 минут)

- жим лёжа двух гирь попеременно (1 минута, 1 час)

Все упражнения, кроме упражнения «жим лёжа», выполняются с одной гирей. Вес гири спортсмен выбирает самостоятельно. Используется тактический подход с учетом индивидуальной физической подготовленности.

Победители и призеры определяются в каждой весовой категории по наибольшей сумме поднятых килограммов. Награждаются медалями и дипломами за первое, второе, третье место. Победитель в каждом упражнении и временном регламенте дополнительно награждается призом.

**3. Ветераны спорта и массовый спорт**

*Весовые категории. Мужчины и женщины.* До 55 кг, до 60 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 85 кг, до 90 кг. Далее мужчины: до 95 кг, до 100 кг, до 105 кг, до 110 кг, свыше 110 кг.

*Возрастные группы и вес гирь. Мужчины.* До 18 лет (индивидуальный подход), до 21 года (20 кг), 22-34 года (24 кг), 35-39 лет (22 кг), 40-44 года (20 кг), 45-49 лет (18 кг), 50-54 года (16 кг), 55-59 лет (14 кг), 60-64 года (12 кг), 65-69 лет (10 кг). Выступают с одной гирей 70-74 года (8 кг) и 75-79 лет (6 кг).

*Женщины.* До 18 лет (индивидуальный подход), 18-19 лет (10 кг), 20-21 год (12 кг), 22-24 года (14 кг), 25-29 лет (16 кг), 30-34 лет (12 кг), 35-39 лет (10 кг), 40-49 лет (8 кг), 50-59 лет (6 кг), 60-74 года (4 кг), свыше 75лет (2,5 кг).

*Упражнения и регламент. Мужчины до 64 лет*

- толчок двух гирь двумя руками (3 мин., 5 мин.)

- рывок гири с одноразовой сменой руки, произвольно (3 мин., 5 мин.)

- толчок двух гирь длинным циклом (3 мин., 5 мин.)

- марафон (1 час), полумарафон (30 мин.)

- гиревое многоборье (3 мин. толчок по длинному циклу, 3 мин. толчок, 3 мин. рывок)

- гири по выбору

- свободная номинация (толчок, рывок, двоеборье) 10 минут.

*Мужчины 65-74 года*

-толчок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин.)

- рывок гири с одноразовой сменой руки, произвольно (2 мин.)

- гиревое многоборье (1 мин. толчок по длинному циклу, 1 мин. толчок, 1 мин. рывок). Гири по выбору.

*Мужчины 75 лет и старше.* Все номинации с регламентом времени 1минута.

*Женщины до 59 лет*

- толчок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- рывок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- толчок одной гири длинным циклом с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- гиревой марафон (1 час) и полумарафон (30 минут).

- свободная номинация (толчок, рывок, двоеборье) 10 минут.

- гиревое многоборье (3 мин. толчок по длинному циклу, 3 мин. толчок, 3 мин. рывок).

- жим лежа попеременно двух гирь (1 мин.). Гири по выбору.

*Женщины от 60 лет*

- толчок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин.)

- рывок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин.).

**4. Силовое жонглирование**

Выступают спортивные жонглеры с индивидуальными программами в номинации «Произвольные способы подъема гирь». Победители в личном зачете награждаются дипломом, медалью и призом.

**5. Спорт новичков**

Подъемы одной гири (толчок, жим, рывок, толчок по длинному циклу) с регламентом времени 1 минута. Участники награждаются памятными призами.

**6. Семейный спорт**

Одновременное выступление членов семьи (дедушка, бабушка, внук, внучка, отец, мать, сын, дочь). Участники выполняют упражнения: толчок, рывок, толчок по длинному циклу, жим гири ( на выбор) в течении 1 минуты. Определение победителей и призеров осуществляется по наибольшей сумме поднятых килограммов. Семья, занявшая первое место, награждается призом. Семьи, занявшие второе и третье место, награждаются медалями и дипломами.

**7. Гиревой спорт. Выступление под эгидой Мировой Ассоциации Клубов Гиревого спорта**

**7.1 Программа соревнований.**

Соревнования проводятся как лично-командные.

Соревнования проводятся в длинном цикле 5 минут и 10 минут, двоеборье 10 минут на упражнение, троеборье – 5 и 10 минут на упражнение, марафоне (60 мин.), полумарафоне (30 мин.). Упражнения толчок, длинный цикл выполняются двумя гирями (за исключением марафона. Рывок выполняется одной гирей.

Смешанная эстафета проводится в классическом толчке. Состав команды в эстафете 5 этапов по 3 минуты. Спортсмены могут быть любой весовой категории. Вес гирь: мужчины – 24 кг, женщины 16 кг.

*Возрастные группы. Ветераны (мужчины и женщины).* До 40, до 50, до 60, до 70, до 80, старше 80 лет. Дети: До 14, до 18 лет. Юниоры: до 22 лет. Группы спортсменов: Любители и Профессионалы. Подробнее Приложение 3.

- Двоеборье включает в себя толчок и рывок. Время выполнения 10 минут на каждое упражнение. Вес гирь выбирается произвольный по желанию спортсмена от 16 кг до 32 кг в каждой весовой категории. Абсолютный коэффициент в весовой категории считается по таблице (Приложение 1). По итогам выступления в весовых категориях выбирается абсолютный чемпион по таблице определения абсолютного чемпиона (Приложение 2). Весовые категории указаны в Приложении 3. Вес гири одинаковый на оба упражнения.

- Троеборье состоит из длинного цикла двумя гирями, толчка двух гирь, рывка гири. Время на выполнение упражнения 5 минут. За один подъем в длинном цикле 3 очка, за один подъем в толчке – 2 очка, за один подъем в рывке – 1 очка. Вес гирь Приложение 4. Отдых между упражнениями не менее 60 минут. Весовые категории указаны в Приложении 3.

Вес гири одинаковый на все упражнения.

- Полумарафон (30 минут) и марафон (60 минут) у мужчин и женщин проводится в толчке гири, рывке гири и длинном цикле одной гирей. Вес гирь Приложение 4.

Весовые категории на марафон и полумарафон указаны в Приложении 3.

Упражнения выполняются с неограниченной сменой рук во время подхода по правилам гиревого марафона. Победители марафона определяются в каждой весовой категории по коэффициенту умноженному на результат в каждом упражнении:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Очки  За 1 подъем | 1 | 1,5 | 2 | 2,5 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8,5 | 10 | 11,5 | 13 | 14,5 | 16 |
| Мужчины | 12 | 14 | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 | 28 | 30 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 |
| Женщины | 8 | 10 | 12 | 14 | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 | 28 |  | 30 |  | 32 |

Таблица коэффициента гири.

- Рывок у мужчин и женщин, выполняется гирей по выбору: 16-36 кг у мужчин, 12-24 кг у женщин с коэффициентом (Приложение 1). Разрешается смена рук один раз. Весовые категории указаны в Приложении 3.

- Длинный цикл проводится по правилам ПРО и по любительским правилам (БОЛТ) Время выполнения 10 минут. Вес гирь выбирается произвольный по желанию спортсмена (Приложение 4) Абсолютный коэффициент в весовой категории считается по таблице (Приложение 1). По итогам выступления в весовых категориях выбирается абсолютный чемпион по таблице определения абсолютного чемпиона (Приложение 2). Весовые категории указаны в Приложении 3.

**Определение победителей соревнований.**

Победители и призеры в личном зачете определяются во всех спортивных дисциплинах в соответствии с правилами соревнований WAKSC.

Личные места в двоеборье толчке, и рывке у мужчин и у женщин, длинном цикле у мужчин женщин, определяются в каждой весовой категории в абсолютном первенстве среди весов снарядов (Приложение 1), награждаются медалями и грамотами.

Личные места в троеборье у мужчин, определяются по наибольшему количеству набранных очков в каждой весовой категории. Награждаются медалями и грамотами.

По таблице коэффициентов (Приложение 2) определяются абсолютные победители в двоеборье у мужчин, длинном цикле, рывке у мужчин и женщин, которые награждаются Призами от спонсоров. В абсолютном зачете у среди команд по наибольшему количеству выполненных подъемов.

Победители в личном первенстве награждаются грамотами, призами.

Спортсмены, прошедшие марафон, награждаются Сертификатами и медалями участников марафона. Победители в марафоне определяются по произведению коэффициента гири на количество выполненных подъемов, награждаются ценными призами.

Оценка результатов для мужчин и женщин: рывок – 1 очко; длинный цикл – 1 очко; двоеборье двумя руками: толчок – 1 очко, рывок – 0,5 очка, троеборье: длинный цикл – 3 очка, толчок – 2 очка, рывок -1 очко.

Командный зачет осуществляется по 10 лучшим личным результатам команды плюс эстафета. Один участник может дать не более двух результатов в командный зачет и в командной эстафете.

Формат медали в Приложение 5.

Подсчет очков командного зачета осуществляется по таблице

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Место** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** |
| Очки | 30 | 27 | 25 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 |
| **Место** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** |
| Очки | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

**7.2 Финансовые расходы на Кубок мира WAKSC.**

Стартовые взносы за участие в соревнованиях: $50 для мужчин и женщин, 40$ для юниоров и юниорок, 30$ для ветеранов и юношей в Первой дисциплине вместе с заявкой на участие в соревнованиях. Предварительная оплата стартового взноса до 00:00 01.06.2019 – 80% (соответственно 40$, 32$, 24$), до 00:00 01.10.2019 – 90% от взноса (соответственно 45$, 36$, 27$) за первую дисциплину. Оплата осуществляется на Pay Pal [ivandenisov82@mail.ru](mailto:ivandenisov82@mail.ru) Оплата Второй и последующих дисциплин участия может осуществляться в любое время до момента выступления участников в этой дисциплине и составляет 25 $ для взрослых и 20$ юниоров, юношей, ветеранов. Дети до 12 лет включительно допускаются до соревнований бесплатно.

Предварительная регистрация осуществляется на электронном адресе [rosgiri@mail.ru](mailto:rosgiri@mail.ru). По всем вопросам просьба общаться по электронной почте [rosgiri@mail.ru](mailto:rosgiri@mail.ru) . Отправление приглашений возможно только после прохождения регистрации и полной оплаты стартовых взносов.

5. Программа

**15 ноября 2019 года (пятница)**

**08.00-21.00** – приезд, регистрация, взвешивание участников, мандатная комиссия, размещение, заседание судейской коллегии, семинар судей.

**16 ноября 2019 года (суббота)**

**09.00** – торжественное открытие соревнований

**10.00** – начало соревнований. Последовательность выступлений по группам

*1. Силовое жонглирование. Индивидуальные программы*

*2. Паралимпийский спорт. Упражнения с регламентом 1, 3, 5 минут* (спортсмены-колясочники, спортсмены с нарушением опорно-двигательного аппарата, спортсмены с нарушением слуха и зрения)

*3. Спорт высших достижений (гиревой триатлон)*

Упражнения с регламентом 1, 3, 5 минут

- толчок гири (3 мин., 5 мин.)

- толчок гири длинным циклом (3 мин., 5 мин.)

- рывок гири (3 мин. 5 мин.)

- жим гири (3 мин., 5 мин.)

- жим лежа двух гирь попеременно (1 мин.)

*4. Ветераны спорта и массовый спорт.*

Упражнения с регламентом 1, 2, 5 минут. Женщины

- толчок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- рывок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- толчок одной гири длинным циклом с одноразовым перехватом (2 мин., 5 мин.)

- жим лежа попеременно двух гирь (1 мин.)

- гири по выбору, толчок (2 мин., 5 мин.)

- гири по выбору, рывок (2 мин., 5 мин.)

*Ветераны спорта и массовый спорт.*

Упражнения с регламентом 1, 2, 3, 5 минут. Мужчины

- толчок двух гирь двумя руками (3 мин., 5 мин.)

- рывок гири с одноразовой сменой руки, произвольно (3 мин., 5 мин.)

- толчок двух гирь длинным циклом (3 мин., 5 мин.)

- гиревое многоборье (3 мин. толчок по длинному циклу, 3 мин. толчок, 3 мин. рывок)

- гири по выбору, толчок (3 мин., 5 мин.)

- гири по выбору, рывок (3 мин., 5 мин.)

- толчок одной гири с одноразовым перехватом (2 мин.)

- рывок гири с одноразовой сменой руки, произвольно (2 мин.)

- гиревое многоборье (1 мин. толчок по длинному циклу, 1 мин. толчок, 1 мин. рывок)

- гири по выбору, толчок 2 мин.)

- гири по выбору, рывок (2 мин.)

*Мужчины 75 лет и старше.*Все номинации с регламентом 1 минута.

*5. Семейный спорт*

*6. Спорт новичков*

*7. Гиревой спорт.*

- Толчок мужчины Любители 10 минут

- Толчок женщины Любители 10 минут

- Толчок мужчины Про 10 минут

- Толчок женщины Про 10 минут

- Рывок мужчины Любители 10 минут

- Рывок женщины Любители 10 минут

- Рывок мужчины Про 10 минут

- Рывок женщины Про 10 минут

- Длинный цикл 10 минут (мужчины и женщины)

- Полумарафон 1 часть.

- Награждение победителей и призеров Толчка, рывка, Длинного цикла, полумарафона.

*8. Подведение итогов первого дня. Утверждение протоколов.*

**17 ноября 2019 года (воскресенье)**

**08.00** – начало соревнований. Последовательность выступлений участников по группам.

1. Спорт высших достижений (гиревой триатлон)

Упражнения с регламентом 15, 30, 60 минут

- толчок гири (15 мин., 30 мин., 60 мин.)

- толчок гири длинным циклом (15 мин., 30 мин., 60 мин.)

- рывок гири (15 мин., 30 мин., 60 мин.)

- жим гири (3 мин., 5 мин.)

- жим лежа двух гирь попеременно (60 мин.).

2. Ветераны спорта и массовый спорт

Упражнение с регламентом 10,30, 60 минут. Женщины

- толчок одной гири (10 мин., 30 мин., 60 мин.)

- рывок одной гири (10 мин., 30 мин., 60 мин.)

- толчок одной гири длинным циклом (10 мин., 30 мин., 60 мин.)

*Ветераны спорта и массовый спорт*

Упражнение с регламентом 10,30, 60 минут. Мужчины

- марафон (60 мин.), полумарафон (30 мин.)

- гиревое многоборье (3 мин. толчок по длинному циклу, 3 мин. толчок, 3 мин. рывок)

- свободная номинация (толчок, рывок, двоеборье 10 мин.)

3. Гиревой спорт.

- Длинный цикл 5 минут (мужчины и женщины)

- Толчок 5 минут(мужчины и женщины)

- Рывок 5 минут (мужчины и женщины)

- Полумарафон (мужчины и женщины)

- Командные эстафеты

- Марафон (мужчины и женщины)

- Награждение победителей и призеров соревнований.

4. Подведение итогов второго дня. Утверждение протоколов.

5. Закрытие соревнований. Отъезд участников.

6. Определение победителей командного первенства

Командное первенство определяется по максимальной сумме килограммов (наилучшему результату), поднятых представителями государств в группе “Спорт высших достижений”, в каждом из упражнений, весовой категории и временном регламенте.

Награждение за 1,2,3 место.

7. Финансирование

Соревнования проводятся на основе самофинансирования. Все расходы по командированию участников и представителей (проезд, размещение, питание, стартовый взнос) несут командирующие организации или сами участники.

Целевой организационный взнос спортсмена в каждой группе и дисциплине составлят 25 евро (по эквиваленту в белорусских рублях). Целевые взносы расходуются на организацию, проведение соревнований (оплату профессиональных услуг третьим лицам), приобретение спортивного электронного оборудования и инвентаря, оформление мест соревнований и наградную атрибутику, другие нужды, предусмотренные Уставом Международной федерации гиревых видов спорта (IKSF).

*Стартовые взносы принимаются в национальной валюте.*

*Спортсмены, принимающие участие в группе «Паралимпийский спорт», освобождаются от уплаты целевых организационных взносов при предъявлении удостоверения инвалида.*

ИНФОРМАЦИЯ

о безвизовом передвижении через пункт пропуска «Национальный аэропорт «Минск»

С 27 июля 2018 года вступил в силу Указ Президента Республики Беларусь, согласно которому граждане 74 государств могут въехать и выехать в Республику Беларусь в безвизовом режиме на срок до 30 суток через государственную границу Республики Беларусь в пункте пропуска «Национальный аэропорт «Минск».

Устанавливаемый порядок безвизового передвижения через аэропорт не распространяется на лиц, прибывающих в Беларусь авиарейсами из Российской Федерации, а также намеревающихся осуществить вылет в аэропорты России (данные рейсы являются внутренними, пограничный контроль на них не осуществляется). Срок безвизового пребывания исчисляется в целых календарных сутках; первым суткам соответствует дата прибытия, последним дата убытия (вне зависимости от времени прибытия и/или убытия).

Безвизовый режим не распространяет свое действие на владельцев дипломатических, служебных, специальных и иных приравненных к ним паспортов. Поездка осуществляется с частной, деловой, туристической и прочими целями, не связанными с трудоустройством, занятием коммерческой деятельностью и обучением, срок которого превышает 30 суток.

Для въезда в Республику Беларусь в безвизовом режиме через пункт пропуска «Национальный аэропорт «Минск» иностранным гражданам необходимо при себе иметь:

- действительный общегражданский паспорт, срок действия которого должен превышать дату предполагаемого выезда из Республики Беларусь не менее чем на 90 суток;

- деньги на каждый день пребывания сумму в валюте или белорусских рублях, эквивалентную не менее чем 2 базовым величинам, либо 50 базовым величинам, если пребывание составит полные 30 дней;

- медицинский страховой полис на сумму не менее 10000 евро, действительный в Беларуси в течение всего срока пребывания.

Для граждан Вьетнама, Гаити, Гамбии, Индии, Китая, Ливана, Намибии, Самоа обязательным дополнительным требованием является наличие в документе для выезда за границу действительной многократной визы государств ЕС или Шенгенской зоны с отметкой о въезде на их территорию, а также авиабилетов с подтверждением в них вылета из Национального аэропорта «Минск» в течение 30 дней с даты въезда.

ВАЖНО: При пребывании в Беларуси более 10 рабочих дней иностранным гражданам необходимо зарегистрироваться в подразделениях по гражданству и миграции территориальных органов внутренних дел. При проживании в гостиницах, хостелах, санаториях и прочих коллективных средствах размещения регистрация иностранных граждан осуществляется администрациями таких учреждений по умолчанию при заселении. Срок безвизового пребывания не может быть продлен сверх установленных 30 суток.

