



Общероссийская физкультурно-спортивная общественная организация
«Федерация стронгмена России»

ПРИКАЗ

№ _____

Об утверждении правил проведения спортивных соревнований по
стронгмену

В целях обеспечения организационно-методической деятельности федерации
и высокого уровня проведения соревнований,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить правила проведения спортивных соревнований по стронгмену.
2. Президенту Московского регионального отделения Иванову И.В. довести приказ до сведения руководителей региональных отделений.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Президент ОФСОО

«Федерация стронгмена России» _____ Дворецкий М.Я.

Утверждено

Приказ ОФСОО «Федерация стронгмена России»

_____ 2020 № _____

ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СТРОНГМЕНУ

I. Программа, ранг и характер соревнований

1.1. Программа и ранг соревнований

1. Перечень упражнений, входящих в программы соревнований по стронгмену утвержден «Федерацией стронгмена России».

1.1.10. Соревнования проводятся по действующим правилам Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация стронгмена России» (сокращенное название согласно уставу – Федерация стронгмена России, далее — ФСР), что согласуются с правилами международной федерации стронгмена (далее — WSF).

1.1.11. ФСР проводит:

а) соревнования по стронгмену различного ранга среди женщин, мужчин, ветеранов, юниоров, юношей, студенческой и учащейся молодежи;

б) комплексные мероприятия среди различных групп населения.

1.2. Общие положения

1.2.1. Соревнования по стронгмену делятся на личные, командные и лично-командные. В личных соревнованиях определяются только результаты каждого спортсмена, за которые ему предоставляется соответствующее место. В командных соревнованиях итоговые результаты каждого спортсмена засчитываются команде. В лично-командных соревнованиях итоговые результаты каждого спортсмена засчитываются как каждому участнику, так и команде.

1.2.2. В соревнованиях могут принимать участие спортсмены вне конкурса. Решение об их допуске принимает мандатная комиссия. Если спортсмен соревнуется вне конкурса, он не влияет ни на личные, ни на командные итоги, не устанавливает рекорды. По результатам этих соревнований ему не может быть присвоено спортивное звание (разряд).

1.2.3. Если спортсмен соревнуется в личном зачете, он не входит в состав команды, не влияет на его итоговые достижения, но вмешивается в распределения личных мест в данной весовой категории, может устанавливать рекорды. По результатам этих соревнований ему может быть присвоено спортивное звание (разряд).

1.2.4. Характер соревнований и количество и последовательность соревновательных упражнений в каждом конкретном случае определяется положением о них.

1.2.5. В соревнования включены в официальный календарный план, должно быть включено не менее четырех стандартных упражнений.

2. Кроме соревнований по многоборью, проводятся турниры в отдельных стандартных упражнениях.

3. Соревнования проводятся между спортсменами в категориях, определенных в соответствии с их весом и возрастом.

4. Соревнования проводятся в порядке возрастания весовых категорий от самых легких до самых тяжелых.

5. Весовые категории спортсменов подразделяются в соответствии с регламентом соревнований на потоки (выступление группы спортсменов в соответствии с регламента и сценария соревнований в тот или другой временной промежуток), если количество спортсменов в весовой категории превышает 20, участники обязательно делятся на две (или более) группы.

6. В одном потоке соревнуются спортсмены одной или нескольких смежных весовых категорий.

7. Распределение спортсменов на группы (первая — легкая, вторая — тяжелее и дальше) проводится главной судейской коллегией (далее — ГСК) в зависимости от их спортивных достижений (за 12 месяцев до начала соревнований), что представлены в предыдущих заявках. Списки спортсменов, которые разделены на группы, обнародуются не позднее, чем за 15 минут, до начала взвешивания в потоке.

8. Первыми соревнуются спортсмены более легкой группы.

9. Каждому участнику соревнований предоставляется одна попытка в каждом упражнении. Исключения излагаются в соответствующих разделах этих правил. Спортсмен, набравший большую сумму баллов, становится победителем в своей весовой категории. Другие участники классифицируются в соответствии с набранной суммой. Если два участника показывают одинаковый результат по сумме баллов, то преимущество имеет спортсмен, имеющий большее количество побед в упражнениях. Для определения мест в упражнениях баллы будут начисляться следующим образом (пример для 8 участников):

1 место – 8 баллов;

2 место – 7 баллов;

3 место – 6 баллов;

4 место – 5 баллов;

5 место – 4 балла;

6 место – 3 балла;

7 место – 2 балла;

8 место – 1 балл.

В случае, когда спортсмен не выполнил задание в каком-то упражнении баллы не начисляются. При ничьих в упражнениях баллы участников делятся поровну. Если необходимо определить места в общем зачете, места будут определяться по одному из следующих принципов:

а) по большинству первых мест;

б) по большинству вторых мест и так далее.

Перед началом соревнований будет проведена слепая жеребьевка, чтобы определить стартовый порядок участников для первого упражнения. После этого, если другого не заявлено, порядок выхода спортсменов в следующем упражнении будет реверсным или обратным, согласно результатам предыдущего упражнения, то есть, спортсмен, который показал худший результат в предыдущем упражнении, будет выходить первым и наоборот. При парных упражнениях участники выходят так же в обратном порядке занятого места в предыдущем упражнении, то есть: 8 и 7, 6 и 5, 4 и 3, 2 и 1.

Перед последним упражнением участники выходят так же в обратном порядке, но по сумме набранных во всех предыдущих упражнениях баллов. То есть, участник с наименьшим количеством баллов выходит первым и наоборот.

Если спортсмены продемонстрировали одинаковые результаты в упражнении (одинаковая зафиксирована вес, одинаковое количество подъемов и т. п), то сумма баллов суммируется и делится на количество тождественных результатов (среднее арифметическое), соответственно распределяются места по принципу средних величин (например 1-3; 5-8; 3-4).

II. Организационные вопросы

2.1. Положение о соревновании.

2.1.1. Соревнования по стронгмену проводятся на основании положения, которое разрабатывается ФСР и утверждается. Информация о спортсменах (фамилия, имя, дата рождения, представительство, спортивный разряд, фамилия тренера), указанная в заявке не подлежит изменениям в процессе соревнований.

2.1.2. Положение о соревновании не должно противоречить Правилам.

2.1.3. Положение направляется соответствующим спортивным организациям не позднее, чем за месяц до начала соревнований.

2.2. Именные заявки.

2.2.1. Именные заявки для участия в соревнованиях подаются генеральному секретарю ФСР в сроки, определенные положением о соревнованиях. Предварительные именные заявки на соревнования, которые проводит ФСР, направляются по адресам, указанным в приложении 1, не позднее, чем за 14 день до начала соревнований.

2.2.2. Все разделы именной заявки (приложение 2) заполняются обязательно печатью. В них проставляются подпись врача и печать физкультурно-спортивного диспансера с датой прохождения медицинского осмотра каждого участника. Документом, который может подтвердить решение врача, является справка медицинского учреждения.

2.2.3. Все спортсмены, участвующие в соревнованиях, должны быть застрахованы. Соответствующие страховые полисы предоставляются при прохождении Мандатной комиссии.

2.2.4. Спортсмен допускается к соревнованиям Мандатной комиссией, о чем делается соответствующая отметка в заявке.

2.3. Мандатная комиссия (МК)

2.3.1. Вопрос об участии спортсменов или команд в соревнованиях решает МК, которая создается на месте их проведения.

2.3.2. В состав МК входят: представитель организации, которая финансирует и проводит соревнования (председатель), главный судья, главный секретарь и врач.

2.3.3. После рассмотрения заявок МК решает вопросы допуска команд и спортсменов к соревнованиям. Сведения о количественном составе участников соревнований заносятся в протокол МК .

III. Участники соревнований, представители и тренеры команд

3.1. Категории спортсменов.

3.1.1. Соревнования по стронгмену проводятся среди лиц мужского и женского пола.

3.1.2. Возраст спортсменов определяется годом, месяцем и днем рождения.

3.1.3. Соревнования проводятся среди спортсменов, которые распределяются на такие возрастные группы:

Чемпионат / Кубок	Возрастная группа
Открытый чемпионат (без учета возраста)	– 15 лет и старше
Юноши	– 15-18 лет (от дня, когда исполняется 15 лет, включая весь календарный год, в котором исполняется 18 лет)
Юниоры	– 19-23 года

	(от дня, когда исполняется 19 лет, включая весь календарный год, в котором исполняется 23 года)
Взрослые	– 24-39 лет
Ветераны (мужчины)	<ul style="list-style-type: none"> – 1 группа — 40-49 лет (с 1 января календарного года, когда исполняется 40 лет, включая весь календарный год, в котором исполняется 49 лет) – 2 группа — 50-59 лет (с 1 января календарного года, когда исполняется 50 лет, включая весь календарный год, в котором исполняется 59 лет) – 3 группа — 60-69 лет (с 1 января календарного года, когда исполняется 60 лет, включая весь календарный год, в котором исполняется 69 лет) – 4 группа — 70 лет и старше (с 1 января календарного года, когда исполняется 70 лет)

Как исключение, к участию к соревнованиям могут быть допущены спортсмены, которым еще не исполнилось 15 лет, но имеющие достаточный уровень физической и технической подготовки, отдельное разрешение врача и письменное заявление родителей о том, что они не возражают против участия их ребенка в соревнованиях.

3.1.4. Участие спортсменов той или иной возрастной группы в соревнованиях (вместе или отдельно) регламентируется положением о соревнованиях.

3.2. Весовые категории

3.2.1. Точность измерения собственного веса спортсменов проводится в соответствии с калибровки измерительных устройств, на которых взвешиваются участники соревнований, но не более 0,01 кг и не менее 0,05 кг.

3.2.2. Все соревнования проводятся с распределением спортсменов на такие весовые категории:

а) до 80 кг

б) 80,01-95 кг,

в) 95,01-110 кг,

г) более 110 кг.

3.3. Общие правила

3.3.1. Каждая команда может иметь в составе 9 спортсменов. От одной команды в любой весовой категории может быть не более, чем 3 участника.

3.3.2. Каждой команде разрешается производить предварительную заявку с включением максимум пяти резервных спортсменов. Они могут быть заявлены в любое время до начала взвешивания в соответствующей весовой категории. Фамилия, имя, дата рождения и другие данные о запасных спортсменов должны быть включены в предварительной именной заявки (см. Приложение 1), подается на рассмотрение Мандатной комиссии.

3.3.3. Начисление командных баллов на соревнованиях всех рангов проводится в таком порядке:

1 место — 10 баллов,

2 место — 9 баллов,

3 место — 8 баллов,

4 место — 7 баллов,

5 место — 6 баллов,

6 место — 5 баллов,

7 место — 4 балла,

8 место — 3 балла,

9 место — 2 балла.

За другие места каждый спортсмен, который закончил соревнование получает 1 балл. В соревнованиях всех рангов в командный зачет включаются результаты 3 лучших спортсменов от каждой команды. Другие варианты начисления баллов регламентируются отдельными положениями.

3.3.4. Каждая региональная организация должна предоставить список членов команды для участия во всероссийских соревнованиях с указанием лучших результатов (в стандартных упражнениях), которые были показаны спортсменом за последние 12 месяцев в официальных соревнованиях именно в той весовой категории, в которой он заявлен. Также необходимо указать название и дату проведения соревнований, на которых этот результат был показан. Если за последние 12 месяцев спортсмен не выступал в данной весовой категории, необходимо указать результат, который был показан им именно в этой весовой категории раньше. Все то, что указано выше, касается резервных спортсменов также. Заявка должна быть подана до технического секретаря ФСР не позднее, чем за 14 дней до начала соревнований. Если результат в той весовой категории, в которой заявлен спортсмен, не указано, при распределении участников соревнований на группы, он автоматически относится к более слабой группы. Отсутствие предварительной заявки или ошибки при подаче информации в заявке могут привести к дисквалификации команды (спортсмена) или к другому ее (его) наказанию. Если спортсмен был дисквалифицирован, результат, показанный им в период дисквалификации на других соревнованиях, не может быть внесен в заявку для участия во всероссийских соревнованиях.

3.3.5. Команды награждаются за первые три места. Если две или более команд имеют одинаковую сумму баллов, первенство получает команда, которая имеет больше первых мест. Если количество первых мест одинаковое, первенство по команде, которая имеет больше вторых и т. д. мест, учитывая места, занявшие шесть зачетных участников. Если победитель снова не определен, принимаются во внимание результаты всех участников команды. Если все показатели одинаковы, обе команды занимают одно место, а следующее место не распределяется.

3.3.6. На всех соревнованиях медали за первое, второе и третье места в каждой весовой категории вручаются в соответствии с накопленной суммы баллов. Также к этим наградам могут вручаться медали или дипломы за места в отдельных упражнениях в каждой весовой категории. Награждение за призовое место, которое участник занял в отдельном упражнении, проводится в конце соревнований.

IV. Оборудование

4.1. Площадка соревнований

Площадка соревнований должна быть прямоугольной формы 40x25 метров, плоской (без наклонов поверхности), огражденной турникетами, высотой 1 метр. Внутри площадки должны быть расположены отдельные дорожки (для дисциплин на дистанцию), параллельно друг другу размером 2x20 м, в

середине площадки должен быть расположен минимум один деревянный помост (не менее) 3х3 метра (для статических упражнений).

4.2. Технические характеристики стандартного оборудования для установления рекордов Мира, Европы, России, предоставлены в приложении № 1 к данным правилам.

V. Экипировка

Спортсмены соревнуются, одеты в майки, или футболки-на торсе и любой одежде, облегающей ноги.

5.1. Специальные трико.

К использованию в соревновании допускаются специальные трико для пауэрлифтинга только тех фирм-производителей, которые зарегистрированы и утверждены техническим комитетом международной федерации пауэрлифтинга IPF. Трико спортсмена должно быть сплошным и изготовленным из материала, имеющего один слой материала. Оно должно растягиваться, иметь одинаковую толщину по всей поверхности, без каких-либо дополнительных заплат, подкладок или полос. Трико с любыми швами, накладками, другими деталями, что, по мнению судей, вставлены исключительно для укрепления, запрещаются для использования в соревнованиях.

5.2. Трусы (плавки)

Под костюм спортсмена должны быть одеты стандартный фабричный бандаж или стандартные фабричные трусы типа плавков из смеси хлопка, нейлона или полиэстера (но не плавки пловца, содержащие компоненты резины или подобного материала за исключением прорезиненной тесьмы для трусов в области талии).

5.3. Носки:

1. а) может быть любой цвет или цвет и иметь фабричный логотип;

б) должны быть такой длины, чтобы не касаться бинтов, что намотаны на коленях, или наколенников;

в) разрешается защитное покрытие внутри носочков для защиты голеней при выполнении тяги, если при проверке экипировки решено, что это не помогает при выполнении упражнения.

5.4. Пояс (ремень)

Участник может применять пояс. Его надо надевать поверх одежды, чтобы его было видно судьям.

5.5. Обувь

а) допускается только спортивную обувь в виде кроссовок, специальной обуви для тяжелой атлетики или пауэрлифтинга;

б) не разрешается обувь с металлическими булавками или планками;

5.6. Бинты

Разрешается применять бинты, наколенники, налокотники или повязки из эластичных фабричных материалов, которые имеют один слой из полиэстера, хлопка.

5.6.1. Бинты на запястье

а) можно использовать бинты, длина которых не превышает 1 м, а ширина — 8 см. бинты с петлей, в которую просовывается рука, должны быть не длиннее 50 см;

б) если используют специальные бинты в виде “рукава”, их длина вместе с липкими фиксаторами не должна превышать 1 м также они могут иметь петлю для большого пальца. во время выполнения упражнения петля не должна быть накинутой на пальцы;

5.7. Проверка экипировки

5.7.1. Проверка личной экипировки может производиться в любое время выделенный для соревнований (может быть объявлено на техническом совещании), но не позднее, чем за 20 минут до начала соревнований в соответствующей весовой категории. Если в соревнованиях одного потока принимает участие большое количество участников, процедура контроля экипировки может начинаться за 0,5-1 час раньше времени, предусмотренного регламентом. Для этого коллегия судей ФСР может назначить дополнительных судей.

5.7.2. Для выполнения этой процедуры назначаются минимум двое судей. Все предметы должны проверяться до того, как на них поставят отметку (промаркируют). С тех пор они являются разрешенными для выступления в соревнованиях.

5.7.3. В случае возникновения сомнений относительно экипировки, судья должен консультироваться с членами коллегии судей ФСР, или с судьей высшей категории среди тех судей, которые присутствуют на соревнованиях.

5.8. Общие положения.

5.8.1. Строго запрещено использовать масло, мази или другие смазки на теле, костюме или личных вещах.

5.8.2. Детская присыпка (тальк), мел, жидкий мел, канифоль или магнезия могут применяться на теле спортсмена или на его экипировки.

5.8.3. Запрещаются любые неразрешенные вещества для обработки оборудования для стронгмену, за исключением тех веществ, которые периодически используются для стерилизации.

5.8.4. Запрещается раздеваться, или менять экипировку в поле зрения зрителей.

5.8.5. Запрещается соревноваться в грязной одежде или иметь неопрятный вид.

5.8.6. Спортсмен обязан:

а) соблюдать нормы поведения и этики на месте соревнований и вне их;

б) знать и выполнять правила и положение о соревнованиях;

в) участвовать в церемониях открытия соревнований и награждения;

г) немедленно являться к судьям по их вызову, выполнять их распоряжения относительно правил соревнований;

г) если на соревнованиях предусмотрен антидопинговый контроль, присутствовать на месте размещения спортсменов с дня приезда до окончания соревнований;

д) своевременно являться для прохождения допинг-контроля, если предупрежден о нем;

е) находиться на месте соревнований в своей весовой категории до их окончания, если сам соревнования закончил раньше.

5.8.7. Согласно решению ГСК или жюри спортсмены отстраняются от соревнований, а результаты аннулируются:

а) за отсутствие на процедурах награждения или преждевременное их оставления;

б) повторное нарушение (после предупреждения) правил соревнований, этических норм на месте соревнований и вне их;

в) за отказ от прохождения допинг-контроля.

VI. Упражнения стронгмена и правила их выполнения

6.1. Участники примут участие во всех 5-7 видах (виды выбираются организатором из списка дисциплин, утвержденным ССР), согласно расписанию турнира. Соревнования проходят 1-2 дня, согласно расписанию.

6.1.1. «Прогулка фермера»

Атлет берет в обе руки баллоны и по сигналу судьи начинает движение вперед. При завершении упражнения атлет должен занести чемоданы за финишную линию полностью.

Вариант 1 – упражнение выполняется на время. Атлет преодолевает отрезки по 20 м, пересекая после первого отрезка передом снарядов, в случае если отрезков несколько то при каждом втором отрезке необходимо занести снаряд полностью за линию. При пересечении финиша необходимо занести снаряд полностью за линию. Побеждает тот атлет, который пройдет заданную дистанцию в кратчайшее время. Если атлет не уложился в отведенный лимит времени, то фиксируется его фактический результат. Атлет имеет право ставить снаряды на пол любое количество раз в течение лимита времени. За умышленное продвижения снарядов по дорожке, атлет получает 5 штрафных секунд за каждую попытку продвижения. Лимит времени: 60 секунд. Дистанция 40 или 60 м.

Вариант 2 – упражнение выполняется на дистанцию. Атлет поднимает снаряды и несет их до первого падения на пол. Побеждает тот атлет, который преодолел наибольшую дистанцию.

Вес 100, 110, 120, 130, 140, 150, 160, 170, 180, 200 кг.

Использование лямок не допускается

6.1.2. «Супер йок»

Атлет, после стартового сигнала судьи, берет на плчи супер-йок и начинает движение вперед. При завершении упражнения атлет должен пересечь финишную линию и занести середину коромысла за финишную линию. Упражнение выполняется на время. Побеждает тот атлет, который пройдет заданную дистанцию в кратчайшее время. Если атлет не уложился в отведенный тайм лимит, то фиксируется его фактический результат. Атлет имеет право ставить снаряды на пол любое количество раз в течение тайм лимита. За умышленное продвижение супер-йока по дорожке, атлет получает 5 штрафных секунд за каждую попытку продвижения.

Вес– 260; 280; 300; 320; 360; 380; 400; 420; 450 кг.

Дистанция – 20 м.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.3. «Лог-лифт»

Атлет, после стартового сигнала судьи, поднимает лог-лифт с пола (покрышек, матов и т.д.), фиксируя над головой (1 сек). Локти и колени должны быть выпрямленными, стопы в одну линию, спина так же должна находится в прямом положении (без отклонения назад). Запрещается удерживание лог-лифту на голове, во время выжимания из груди и отрыв обеих рук от снаряда в процессе выполнения. После команды судьи, атлет возвращает снаряд в исходное положение.

Вариант 1 – упражнение выполняется на поднятие максимального веса. Для определения победителя спортсменов подходит к каждому весу лог-лифта до тех пор, пока не хватит сил на фиксированное выполнение попытки. Шаг повышения веса и начальный вес снаряда определяются положением соревнований. Побеждает тот атлет, который зафиксировал над головой наибольший вес.

Вариант 2 – упражнение выполняется на количество повторений за отведенный тайм лимит. Побеждает тот атлет, который зафиксирует наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес: 90; 100; 110; 120; 130; 140; 150; 160; 170; 180; 200 кг.

6.1.4. «Апполон Аксель»

Атлет, после стартового сигнала судьи, поднимает амксель с пола, фиксируя над головой (1 сек). Локти и колени должны быть выпрямленными, стопы в одну линию, спина так же должна находиться в прямом положении (без отклонения назад). При поднятии акселя запрещается ставить и удерживать его на ремне. После команды судьи, атлет возвращает снаряд в исходное положение.

Вариант 1 – упражнение выполняется на поднятие максимального веса. Для определения победителя спортсмен подходит к каждому весу акселя до тех пор, пока не хватит сил на фиксированное выполнение попытки. Шаг повышения веса и начальный вес снаряда определяются положением соревнований. Побеждает тот атлет, который зафиксировал над головой наибольший вес.

Вариант 2 – упражнение выполняется на количество повторений за отведенный тайм лимит. Побеждает тот атлет, который зафиксирует наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес: 90; 100; 110; 120; 130; 140; 150; 160; 170; 180; 200 кг.

6.1.5. «Дамбл»

Атлет, после стартового сигнала судьи, поднимает дамбл двумя руками с пола, устанавливает на плечо и выталкивает одной рукой вверх, фиксируя над головой (1 сек). Локоть (работающей руки) и колени должны быть выпрямленными, стопы в одну линию, спина так же должна находиться в прямом положении (без отклонения назад). При поднятии дамбл с плеча запрещается поддерживать его второй рукой. После команды судьи, атлет возвращает снаряд в исходное положение.

Вариант 1 – упражнение выполняется на поднятие максимального веса. Для определения победителя спортсмен подходит к каждому весу дамбла до тех пор, пока не хватит сил на фиксированное выполнение попытки. Шаг повышения веса и начальный вес снаряда определяются положением

соревнований. Побеждает тот атлет, который зафиксировал над головой наибольший вес.

Вариант 2 – упражнение выполняется на количество повторений за отведенный тайм лимит. Побеждает тот атлет, который зафиксирует наибольшее количество раз. Для следующего подъема атлет должен опустить дамбл ниже уровня колен, то есть не обязательно ставить на пол. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес: 40; 50; 60; 70; 80; 90; 100; 110; 120; 130; 140; 150; кг.

6.1.6. «Вейт фор хай»

Атлет, после стартового сигнала судьи, должен перебросить снаряд через перекладину (планку), высота которой увеличивается с каждым последующим раундом. Спортсмен подбирает и подбрасывает груз (пивная кега, гиря специальной формы, мешок) двумя руками (гиря подбрасывается одной рукой), предварительно размахнувшись перед попыткой. Начальная высота – 3 метра – является зачетной и тот, кто не преодолел ее, выбывает из борьбы. Спортсмены осуществляют 3 подхода, имея право пропускать определенную высоту, предупредив об этом судью. После каждой попытки спортсмен заказывает новую высоту. Две подряд неудачные попытки заставляют спортсмена выйти из борьбы. Степень увеличения высоты – 10 см. Одинаково взятой высоты, победу одерживает тот спортсмен, который преодолел самую большую высоту. Минимальная высота планки, через которую перебрасывают снаряд – 3м.

Вес – 24 кг.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.7. «Кантовка покрышки»

Атлет на время или на количество переворачиваний (не менее трех) выполняет кантование большого ската. Перед спортсменом в вертикальном положении, за стартовой линией, поставлена большая тракторная шина. По сигналу судьи, спортсмен толкает шину вперед на землю и после этого переворачивает шину в направлении финишной линии или на количество раз, пока не достигнет финиша (шина должна быть в горизонтальном, а не вертикальном положении). Спортсмены, которые не смогли перекантовать покрышку к финишной линии, своим результатом считают количество переворачиваний или пройденное расстояние.

Вес – до 450 кг.

Расстояние – 20 м.

Лимит времени – 60 секунд.

6.1.8. «Тяга акселя»

Атлет встает перед снарядом, наклоняется и захватывает аксель, после команды судьи поднимает снаряд, таща его вверх до полного выпрямления тела. В финальной позиции колени должны быть выпрямленными, плечи заведены назад. После фиксации (1 сек) судья дает команду «Down (опустить)», после чего атлет возвращает снаряд в исходное положение. Использовать лямки разрешено. Использовать комбез запрещено.

Вариант 1 – упражнение выполняется на поднятие максимального веса. Для определения победителя спортсмен подходит к каждому весу снаряда до тех пор, пока не хватит сил на фиксированное выполнение попытки. Шаг повышения веса и начальный вес снаряда определяются положением соревнований. Побеждает тот атлет, который зафиксировал наибольший вес.

Вариант 2 – упражнение выполняется на количество повторений за отведенный лимит времени. Побеждает тот атлет, который зафиксировал наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес акселя: от 90 кг

6.1. 9 «Приседания с акселем»

Атлет берет аксель со стоек на, делает шаг вперед (или назад) и после стартового сигнала судьи начинает приседать вниз. В нижнем положении линия бедренной кости должна быть параллельна полу. Судья фиксирует повторение после возвращения атлета в исходное положение. Упражнение выполняется на количество повторений за отведенный тайм лимит. Побеждает тот атлет, который зафиксировал наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой засчитанной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес акселя: 130; 150; 160; 170; 180; 190; 200; 210; 220; 240; кг.

6.1.10. «Шилд»

Атлет берет снаряд с пола или подставки руками, охватывая его руками и несет его вперед. Точками опоры со снарядом должны быть только грудь и живот, движение с касанием другими частями туловища (плечи) – запрещается.

Вариант 1. Атлет выполняет упражнение на время, проходя дистанцию 20 м. Побеждает тот атлет, который преодолел дистанцию быстрее. Если атлет вронив снаряд из рук, то он имеет возможность снова поднять его до сигнала судьи, что время вышло. Лимит времени 60 сек.

Вариант 2. Атлет выполняет упражнение на дистанцию, проходя отрезки по 20 м и обходя фишку на линии двадцати метрового отрезка, и несет шилд до первого падения на пол. Побеждает тот атлет, который преодолел наибольшую дистанцию.

Вес 171 кг.

6.1.11. «Викинг-пресс»

Спортсмены поднимают специальную груженую платформу, закрепленную с одной стороны, на количество раз – повторений. По команде судьи, спортсмен подходит к снаряду, становится на линию, за ручки снимает платформу с подставки и начинает жим с груди. Спортсмен выжимает вес над головой на вытянутых прямых руках и фиксирует на время до сигнала арбитра (1 сек). Колени спортсмена не должны быть согнуты, ноги должны быть выпрямлены, ступни неподвижны и в линию. Далее спортсмен опускает вес на грудь и продолжает повторение с этой позиции на максимальное количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Вес – до 200 кг.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.12. «Холд»

Спортсмен стоит, вытянув руки в стороны на уровне плеч, и кистями сжимает рукоятки, присоединенных цепями к снарада (например, к автомобилям) по одному с каждой стороны. Снаряды находятся на наклонных плоскостях. Когда спортсмен занял позицию, судья дает первый сигнал (Приготовиться!/Напрячься!). Спортсмен дает знак, что он готов, судья дает сигнал отпустить снаряды (снять машину с тормозов) и отсчет времени пошел. Арбитр сообщит об окончании выполнения, когда спортсмен

уже не может удерживать рычаги и отпустил их. Ограничения времени нет и спортсмен удерживает вес так долго, как только может.

6.1.13 «Крусификс»

Спортсмены стоят, прижав спину и ягодицы к доске, что за спиной, и вытянув руки в стороны, удерживают за ручки два рычага (снаряды) – по одному в каждой руке. Руки прижаты к горизонтальным пластинам. Занять стартовую позицию спортсмену помогают два ассистента. Спортсмен, кивая, дает знак о готовности, судья дает сигнал ассистентам отпустить снаряды и время пошло. Ноги спортсмена должны быть прямыми, руки не должны быть выше горизонтальной линии и не согнуты в локтях (позиции кистей рук зависят от оснащения). Судья останавливает время, когда спортсмен опускает руки от пластин, отрывает спину или ягодицы от доски.

Предметы для содержания определяются самостоятельно организаторами.

Вес: от 12 кг до 24 кг

6.1.14. «Арм овер Арм»

Спортсмен занимает стартовую позицию сидя, упирая ноги в упор на полу, и по указанию судьи берет канат, присоединенный к средству передвижения. После стартового сигнала спортсмен натягивает канат и, находясь в сидячем положении с ногами в упор, за канат, стараясь перетянуть транспорт через финишную линию. Спортсмен должен оставаться в положении сидя, в течение всего выполнения упражнения. Время будет зафиксировано, когда «перед» транспорта пересечет финишную линию. Если спортсмен не смог завершить тягу, то результат определяется в соответствии с расстояния, которое прошло транспортное средство. Дистанция – до 30 м.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.15. «Трак-пул»

Спортсмен встает на стартовую линию, надевает упряжку или специальные лямки, прикрепленные к транспортному средству. Ассистенты натягивают канат, закрепленный у финишной линии. Спортсмен берет канат, сигнализирует о своей готовности. После стартового сигнала судьи, ассистенты отпускают канат, и спортсмен начинает движение вперед, пытаясь дотянуть транспортное средство до финишной линии. Время будет

зафиксировано, когда «перед» транспорта пересечет финишную линию. Если спортсмен не смог завершить упражнение, то результат определяется в соответствии с расстоянием, которое прошло транспортное средство.

Дистанция – до 30 м.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.16. «Карусель Конана»

Груз прикреплен к металлическому шесту, который свободно вращается вокруг похужей на ворота основы, и прикреплен к ней с одного конца. Спортсмен берет второй конец (вместе с грузом) в согнутые руки (согнутые локти). После сигнала спортсмен поднимает шест с грузом и должен нести его так далеко, как только может, не опуская. Траектория движения описывает круг, как это позволяет снаряд. Место, к которому перемещен груз, отмечается. Каждый спортсмен должен нести груз в одном и том же направлении.

Вес груза 300-400 кг, в зависимости от расположения груза на шесте.

Длина шеста – 3-4 м.

6.1.17. «Ступени силы»

Атлет стоит в стартовой позиции над первой гирей, руки на ручках. Три груза (гири) от 150 до 275 кг (например, 175 кг, 225 кг, 275 кг) должны быть подняты вверх по 5-ти ступенькам и все возложенные на верхней платформе. Первый вес должен быть поднят вверх перед тем, как будет поднят второй, и соответственно – третий после второй. На верхней платформе снаряды должны быть расположены так, чтобы они не выступали за край и не смещались. Побеждает тот атлет, который скорее заложил все гири по ступенькам, если атлет не уложился в соответствующий лимит времени, то победитель определяется по фактическому количеству преодоленных ступенек.

Лимит времени – 120 сек.

6.1.18. «Камни Атласа»

Атлет стоит в стартовой позиции над первой платформой, руки над ней. По команде судьи атлет должен, последовательно от самого легкого до самого тяжелого, поднять шары на тумбы. Побеждает тот атлет, который скорее заложил все камни, если атлет не уложился в соответствующий лимит времени, то победитель определяется по фактическому количеству

заложенных камней. Если после закидывания камня на тумбу, снаряд падает на пол, то повторение не фиксируется и атлет должен снова заложить его, время при этом не останавливается. Разрешается использование специального клея.

Вес камней – от 110 кг до 220 кг.

Количество камней – 4-6 шт.

Лимит времени – 120 сек.

6.1.19. «Манхуд стоун»

Атлет стоит в стартовой позиции над камнем, руки над ней. По команде судьи атлет должен поднять и перебросить камень через планку высотой 130 см (ассистенты должны возвращать шар в исходное положение после каждого пертекидания атлетом) . Побеждает тот атлет, который сделает наибольшее количество перекидываний за отведенное время. Разрешается использование специального клея. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Вес камней – от 110 кг до 220 кг.

Лимит времени – 60 сек.

6.1.20. «Тачка»

По сигналу судьи, спортсмен за ручки поднимает тачку, или авто с закрепленными ручками за фаркоп и как можно быстрее катит снаряд к финишной линии, и пересекает ее передней частью снаряда (финиш). Побеждает тот атлет, который пройдет заданную дистанцию в кратчайшее время. Если атлет не уложился в отведенный тайм лимит, то фиксируется его фактический результат. Атлет имеет право ставить снаряды на пол любое количество раз в течение тайм лимита. За умышленное продвижения снаряда по дорожке (касания задними колесами пола в случае с транспортировкой машины), атлет получает 5 штрафных секунд за каждую попытку продвижения. Лимит времени: 60 секунд. Дистанция 20 м.

6.1.21. «Приседания с платформой»

Атлет берет гриф платформы на плечи и располагает ноги за стартовой линией, которая соответствует проекции грифа на полу. По команде судьи атлет начинает выполнять приседания на количество раз. Глубина седа определяется параллелью бедренной кости до пола. Судья фиксирует повторение после возвращения атлета в исходное положение. Упражнение выполняется на количество повторений за отведенный лимит времени. Побеждает тот атлет, который зафиксирует наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждого зачисленного подъема.

6.1.22. «Пул-пуш»

Спортсмены стоят в центре круга (квадрата) и держатся за специальные веревки на разных концах бревна. По команде судьи «Старт» пытаются силой вытолкнуть соперника за пределы круга (или квадрата) или заставить соперника коснуться бревном пола.

Поединок проводится до 2 побед.

6.1.23. «Стронг-Борьба»

Перед началом каждого раунда спортсмены стоят в центре круга и кладут руки друг другу на плечи, ноги стоят параллельно друг другу. По команде судьи пытаются силой, засчет приема (броска) вытолкнуть соперника за пределы круга (или квадрата) или заставить соперника коснуться пола обоими коленями, третьей точкой опоры, спиной, животом. Стоять на одном колене разрешено.

Начисление баллов: вытолкнуть соперника за пределы круга (или квадрата) или уложить на третью точку опоры - 1 балл, в случае амплитудного броска, касание ковра спиной или животом - 2 балла.

Поединок проводится до 2 баллов.

Запрещено: удушающие приемы, болевые приемы, захваты соперника ниже пояса, подсечки ногами, хватать соперника двумя руками за шею, наносить сопернику удары, смазывать чем-либо тело перед схваткой (если спина мокрая от пота или воды, то вытереть полотенцем), спорить с судьёй, разговаривать друг с другом.

6.1.24 «Тяга»

Атлет встает перед снарядом, наклоняется и захватывает штангу, платформу и после команды судьи поднимает снаряд, таща его вверх до полного выпрямления тела. В финальной позиции колени должны быть выпрямленными, плечи заведены назад. После фиксации (1 сек) судья дает

команду «Down (опустить)», после чего атлет возвращает снаряд в исходное положение. Использовать лямки разрешено. Использовать комбез запрещено.

Вариант 1 – упражнение выполняется на поднятие максимального веса. Для определения победителя спортсмен подходит к каждому весу снаряда до тех пор, пока не хватит сил на фиксированное выполнение попытки. Шаг повышения веса и начальный вес снаряда определяются положением соревнований. Побеждает тот атлет, который зафиксировал наибольший вес.

Вариант 2 – упражнение выполняется на количество повторений за отведенный лимит времени. Побеждает тот атлет, который зафиксировал наибольшее количество раз. Судья должен давать команду, или свисток после каждой зачисленной попытки.

Лимит времени: 60 секунд.

Вес акселя: от 90 кг

VII. Взвешивание

7.1. Взвешивание участников должно проводиться не позднее, чем за два часа до объявленного времени начала соревнований в соответствующей весовой категории. Допускается проводить процедуру взвешивания за сутки до соревнований. Все спортсмены должны пройти процедуру взвешивания, которая проводится в присутствии назначенных двух или трех судей. В случае необходимости весовые категории могут быть объединены в один соревновательный поток.

7.2. Для установления порядка взвешивания должна быть проведена жеребьевка. Если жеребьевка не была проведена заранее, она проводится перед началом взвешивания. Жеребьевка также устанавливает порядок выхода спортсменов на соревнования.

7.3. Взвешивание длится полтора часа.

7.4. Взвешивание каждого участника проводится в комнате с закрытыми дверями, где находятся спортсмен, его тренер или представитель и два (три) судьи. Из гигиенических соображений на ногах спортсмена должны быть одеты носки или он должен иметь бумажное полотенце для покрытия платформы весов.

7.5. Спортсмены могут взвешиваться обнаженными или в нижнем белье, что соответствует правилам и не меняет значительно вес спортсмена. Если возникает вопрос о взвешивании без белья, может быть назначено повторное взвешивание.

7.6. Каждый спортсмен может взвешиваться только один раз. Повторное взвешивание разрешено только спортсменам, у которых собственный вес больше или меньше лимита категории. Они должны вернуться на взвешивание и пройти его в пределах 1,5 часа, иначе не будут допущены до соревнований в этой весовой категории. Спортсмен вновь может решиться только после того, как все участники этой весовой категории будут вызваны на процедуру взвешивания. Спортсмены, пытающиеся подстроить свой вес к названной весовой категории, могут взвешиваться повторно несколько раз, но в пределах времени, отведенного на взвешивание, и в порядке жеребьевки. Спортсмен может быть взвешен и после того, как полтора часа исчерпано, но только в том случае, когда он появился на повторное взвешивание своевременно, но из-за большого количества спортсменов, пытающихся подогнать вес, он не может встать на весы. Судьи могут позволить ему решиться, но только один раз. Собственный вес участника, зафиксированный на взвешивании, не может быть объявлен до того, пока все участники не будут взвешены. Если спортсмен не прошел процедуру взвешивания в весовой категории, в которой он был заявлен, он может быть допущен к участию в соревнованиях в более тяжелой весовой категории, в т.ч. и в процедуре взвешивания, но только в личном зачете.

7.7. Спортсмену следует выступать в весовой категории, которая соответствует его весу. Однако каждый спортсмен имеет право перейти к более легкой или более тяжелой категории, чем заказана. Желая использовать это право, он должен лично обратиться к старшему судье в комнате взвешивания не позднее чем за 10 мин. до начала взвешивания в весовой категории, которую он в конце концов избрал для себя. Желая перейти к более тяжелой категории, он должен уведомить об этом старшего судью той категории (более легкой), которую он выбрал вначале, не позднее чем за 10 мин. до начала взвешивания, чтобы его удалили из списка участников этой категории. Если новая для спортсмена категория разделена на группы, он автоматически включается в первую (более слабой) группы.

VIII. Судейская коллегия

8.1. Обязанности членов судейской коллегии

8.1.1. Судейская коллегия всероссийских соревнований комплектуется Коллегией судей ФСР и утверждается Президиумом ФСР не позднее, чем за 30 дней до начала соревнований.

8.1.2. Судьи, которые вызваны на судейство, должны быть членами ФСР, иметь экземпляр правил и форму, которую предоставляют организаторы.

8.1.3. Судьи должны находиться на месте соревнований от начала и до их завершения.

8.1.4. До региональных соревнований могут привлекаться судьи, которые не имеют судейской категории.

8.1.5. Судьи, прибывшие на соревнования, до начала технического совещания проходят регистрацию и проверку наличия в них судейских атрибутов (форма и тому подобное).

8.1.6. Судьи обязаны в совершенстве знать правила и положение о соревнованиях, умело их использовать, а также быть объективными и принципиальными в своих решениях.

8.1.7. Присутствие судей на судейских семинарах и ежедневных судейских совещаниях — обязательна.

8.1.8. Составы судейских бригад на каждый день в отдельных весовых категориях (или потоках) назначаются Председателем КС, или главным судьей соревнований или его заместителем.

8.1.9. В состав судейской коллегии входят судьи, имеющие постоянные или временные должности:

а) постоянными судейскими должностями являются главный судья и его заместители, главный секретарь и его заместители, судьи с награждения и допинг-контроля;

б) временными судейскими должностями (для судейства соревнований отдельного потока) являются члены жюри, секретарь соревнований и его помощники, судья-информатор, судья-хронометрист, судьи на дублирующем протоколе (информационном табло), технический диспетчер, ассистенты.

8.1.10. Замена судьи на резервный может осуществляться: в связи с его болезнью, в случае получения неудовлетворительной оценки за судейство, в случае заказа спортсменом рекордного веса (если его судейская категория не соответствует требованиям правил).

8.1.11. Ответственным за установку веса остается старший судья. Он может использовать таблицу установки веса, которая также должна находиться у старшего ассистента и на столе жюри.

8.1.12. Если судья сомневается ли успешной была попытка, его оценка должна быть в пользу спортсмена.

8.1.13. Судьи, члены жюри и ассистенты, которые находятся на соревнованиях, не должны употреблять пищу, пить и жевать резинку. Члены жюри могут употреблять безалкогольные напитки.

8.1.14. Мобильные телефоны судей, ассистентов и членов жюри должны быть выключены в течение рабочего времени.

8.2. Главная судейская коллегия (ГСК).

8.2.1. В состав ГСК входят: Председатель КС, главный судья, его заместители, главный секретарь и его заместители. Председателем ГСК является председатель КС.

8.2.2. Главный судья и главный секретарь прибывают на место соревнований за сутки до дня приезда участников и судей.

8.2.3. Члены ГСК имеют право:

а) вносить изменения в расписание соревнований;

б) задержать начало соревнований или отменить их вовсе, если отсутствует медицинский персонал, оборудование и инвентарь не готовы к соревнованиям или вышли из строя;

в) отстранять от соревнований спортсменов, представителей, тренеров, судей за нарушения регламентирующих положений и правил.

8.2.4. Члены ГСК не имеют права изменять положение о соревнованиях.

8.3. Жюри

8.3.1. Контроль за судейством соревнований в отдельном потоке от начала до окончания процедуры награждения осуществляет жюри.

8.3.2. В состав жюри входят судьи международной или национальной категории. Председателем жюри может быть Председатель КС, или член КС, или главный судья соревнований, или опытнейший судья среди членов жюри.

8.3.3. Жюри должно состоять из трех судей из разных регионов (не распространяется на Председателя КС ФСР).

8.3.4. Функция жюри — обеспечивать выполнение технических правил.

8.3.5. Во время соревнований жюри большинством голосов может уволить любого судью, если его решение являются некомпетентными. До увольнения этот судья должен быть предупрежден.

8.3.6. Решение судей не может ставиться под сомнение, хотя ошибки в судействе могут допускаться. В этом случае судья должен дать объяснение своему решению, являющемуся предметом предупреждения.

8.3.7. Если против действий судьи подан протест, судья может быть предупрежден об этом.

8.3.8. Если в судействе допущена серьезная ошибка, которая противоречит правилам, жюри может принять соответствующее решение для исправления ошибки и предоставить спортсмену дополнительную попытку.

8.3.9. Только как исключение, жюри большинством голосов может изменить судейское решение, после консультации с судьями, если в судействе была допущена несомненная ошибка.

8.3.10. Члены жюри размещаются так, чтобы они могли без помех видеть ход соревнований. За столом жюри сидят только его члены. Стол жюри должен быть оборудован микрофоном. В распоряжение жюри предоставляются: лист назначения судей, таблица рекордов, стартовый протокол потока.

8.3.11. Перед началом соревнований председатель жюри должен удостовериться, что все члены жюри полностью знают свои функции и все изменения или дополнения к этим Правилам.

8.3.12. Отбор спортсменов для допинг-контроля проводит жюри с помощью жребия.

8.3.13. Если соревнования сопровождаются музыкой, жюри определяет громкость звукового оборудования.

8.4. Главный судья и его заместители

8.4.1. Главный судья несет ответственность за качество проведения соревнований и судейство перед организацией, которая проводит соревнования и перед ФСР (региональными представителями ФСР).

8.4.2. Обязанности главного судьи перед началом соревнований:

- а) проверка готовности мест соревнований, подсобных помещений, оборудования и инвентаря;
- б) проведение технического совещания судейской коллегии вместе с представителями, тренерами;

Для проведения технического совещания главный судья должен:

- а) подготовить соответствующее место для технического совещания;
- б) вместе с председателем КС составить список судей;
- в) вместе с председателем КС определить на техническом совещании состав судей и жюри в первый день соревнований, другие могут утверждаться позже, информация об этом должна быть в информационном листке на доске объявлений.

После технического совещания главный судья должен:

- а) разместить информацию о назначении судей на доске объявлений;
- б) провести инструктаж с врачом соревнований, ассистентами, обслуживающим персоналом.

8.4.3. Обязанности главного судьи в ходе соревнований:

- а) вместе с председателем КС утверждению составов судейских бригад;
- б) проведение после каждого дня соревнований совещаний представителей, тренеров и судей с целью утверждения результатов соревнований.

8.4.4. Обязанностью главного судьи (председателя КС) после окончания соревнований является подготовка отчета о соревнованиях и передача его (в

течение 3-х дней) к ФСР и спортивного учреждения, которая проводила соревнования.

8.4.5. При отсутствии главного судьи его обязанности выполняет один из его заместителей (как правило 2-3 человека).

8.5. Исполнительный директор

Исполнительный директор назначается на соревнованиях. Его функции может выполнять главный судья соревнований. Исполнительный директор отвечает за техническое и организационное обеспечение соревнований.

8.5.1. Технический контрольный лист должен быть заполнен исполнителем директором. Такой контрольный лист должен быть направлен генеральному секретарю ФСР, а копия — председателю коллегии судей ФСР.

8.5.2. Требования, перечисленные ниже, которые исполнительный директор соревнования должен выполнить, считаются минимальными. В случае возникновения затруднений с выполнением этих требований, организатору нужно сообщить о них генеральному секретарю председателя коллегии судей ФСР до того, как будет разослано приглашение на соревнования.

Место проведения соревнования	Место проведения соревнования должно иметь достаточно места, чтобы могли разместиться зрители и участники. На площадке должно быть достаточно места для судей, жюри, помоста и тому подобное. Если на площадке недостаточно места, тогда жюри и судьи могут располагаться возле площадки, но в удобном для обозрения месте. Доска (экран) для демонстрации хода соревнований (дубль-протокол) должна находиться сбоку от помоста, или за ним. Оборудование, на котором будет проводиться соревнование, должно быть одобрено WSF/ ФСР
-------------------------------	--

Комната взвешивания	<p>В комнате взвешивания должны быть:</p> <p>а) проверенные весы, сертификат на весы;</p> <p>б) стол и стулья для судей.</p> <p>Главный секретарь соревнований или его заместитель передает старшему судье конверт с карточками участников, карточки заявок, протокол проверки экипировки, протокол ассистентов, стартовый протокол, список фирм-производителей экипировки, продукция которых разрешена WSF/CCP для использования на соревнованиях.</p>
Комната проверки экипировки	Желательно. В комнате должны быть: стол и стулья для судей, стулья для спортсменов
Раздевалка для спортсменов	Должна соответствовать общепринятым нормам
Комната врача	Врач должен быть обязательно
Комната массажиста-хиропрактика	Желательно
Комната допинг-контроля	<p>В комнате должны быть:</p> <p>а) напитки (вода и т. п) в закупоренном виде;</p> <p>б) стол и стулья для персон, которые проводят тестирование;</p> <p>в) стулья для спортсменов, которые ждут на тестирование;</p> <p>г) холодильник для хранения проб</p>
Офис соревнований	<p>В офисе должно быть расположено следующее оборудование:</p> <p>а) множительный аппарат;</p> <p>б) компьютер и принтер;</p> <p>в) достаточное количество бумаги для размножения и печатание;</p>

	г) достаточное количество необходимой документации для проведения соревнований.
Должностные лица	Исполнительный директор должен назначить исполнителей в достаточном количестве, чтобы обеспечить эффективную работу. Список должностных лиц: а) судья церемонии награждения; б) судья-секундометрист; в) ассистенты

Организатор (Исполнительный директор) обязан подтвердить (по вышеуказанным пунктам) готовность к соревнованиям и предоставить техническому секретарю ФСР не позднее, чем за 6 месяцев (для всероссийских соревнований по отдельному распоряжению), следующий документ:

Я, _____, подтверждаю, что вышеупомянутые требования будут соблюдены мной во время проведения соревнования

Дата Подпись организатора

Адрес: _____ Тел. _____

8.6. Главный секретарь и его заместители (помощники)

8.6.1. Главный секретарь работает под руководством главного судьи и выполняет следующие обязанности:

- а) участвует в работе мандатной комиссии;
- б) готовит, обрабатывает и распространяет судейскую документацию;
- в) инструктирует и руководит работой секретарей соревнований и работников секретариата;
- г) контролирует качество оформления протоколов соревнований и проводит подсчет командных результатов;
- г) предоставляет информацию о ходе соревнований судье-информатору, представителям команд, представителям средств массовой информации;

д) оформляет акты установленных мировых и европейских рекордов, готовит материалы к отчету о соревнованиях, утверждает своей подписью выписки из протоколов;

е) перед началом соревнований каждой весовой категории готовит для жюри экземпляры стартовых протоколов и лист назначения судей.

есть) заполняет список всех заказанных участников в каждой весовой категории, изготавливает копии и раздает для всех старших судей в конверте вместе с другими необходимыми протоколами и документами.

8.6.2. Главный секретарь работает с судейской документацией, которую условно разделяют на подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная документация	регламент соревнований, именные заявки, заявления представителей команд или спортсменов, личные карточки спортсменов (карточки участников), таблицы оценки командных результатов, правила соревнований
Основная документация	протоколы жеребьевки, рабочий протокол соревнований, справки врача, спортивная классификация, таблица рекордов, письменные протесты и решения из них
Заключительная документация	акты рекордов, выдержки из протоколов, отчет главного судьи о соревновании, финальный протокол соревнований, отчет врача соревнований

8.6.3. Обязанности заместителей (помощников) главного секретаря в каждом конкретном случае определяет сам главный секретарь.

8.7. Судьи на площадке

8.7.1. В состав судей на площадке входят: старший судья и два судьи, которые имеют равные права относительно оценки выполнения попыток спортсменами.

8.7.2. Судьи на площадке обязаны: взвешивать спортсменов потока, в котором они осуществляют судейство, проводить проверку экипировки, оценивать правильность выполнения соревновательных упражнений во время судейства на помосте, наблюдать за правильностью установления веса на снаряды.

8.7.3. Дополнительными обязанностями старшего судьи являются: контроль за правильностью установления веса, за экипировкой участников, порядком на площадке и возле него, управление ассистентами на помосте в ходе соревнований.

8.8. Секретарь соревнований и его помощник

8.8.1. Обязанности секретаря:

а) перед началом соревнований в весовой категории (потоке) получить в секретариате заполненные карточки участников, таблицу рекордов, стартовые (рабочие) протоколы;

б) сразу же после свершения процедуры взвешивания передать карточки участников компьютерному секретарю для введения информации в компьютерную;

в) вести соревнования в соответствии с требованиями действующих правил соревнований, объявлять вес очередной попытки и фамилия спортсмена. Когда вес установлен, старший судья сигнализирует об этом секретарю, который, в свою очередь, незамедлительно объявляет, что вес установлен, и называет спортсмена, который должен выполнять попытку, и следующих двух спортсменов, которые готовятся;

г) после окончания соревнований в потоке проработать карточки участников, рабочий протокол, подать их на подпись судьям на площадке старшему

судье, председателю жюри и подписать самому и передать документацию главному секретарю.

8.8.2. Помощник секретаря должен получить от секретаря рабочий протокол соревнований в потоке, вести его аккуратно, брать у участников или тренеров карточки заказа попыток, заносить заказанный вес до протокола и передавать их секретарю.

8.9. Судья-информатор

8.9.1. В соревнованиях может принимать участие судья-информатор, который информирует зрителей, судей, участников и тренеров программы, хода соревнований, рекордов, промежуточных и конечных результатов спортсменов, представление призеров соревнований в ходе процедуры награждения, а также лиц, которые ее проводят. Судья-информатор назначается из лиц, свободно владеющих русским языком, имеющих способности диктора.

8.9.2. Объявление судьи-информатора не должны мешать работе судей, секретаря или спортсменам.

8.10. Технический диспетчер

Технический диспетчер (ТД) назначается из числа опытных судей. В его обязанности входит участие в процедуре обследования экипировки, контроль за соблюдением порядка в розминочноу зале, в месте подготовки участников соревнований к выходу на площадку. ТД контролирует выход на площадку именно того спортсмена, которого вызвали, и использование только той экипировки, которая прошла проверку. Перед выходом к рекордному весу спортсмен в обязательном порядке должен представить для осмотра ТД те предметы экипировки, которые он собирается использовать во время подхода.

8.11. Судьи-ассистенты

Судьи-ассистенты отвечают за своевременную подготовку инвентаря для выполнения соревновательных попыток спортсменами, проводят монтаж/демонтаж площадки.

8.12. Общие требования к проведению соревнований по стронгмену.

8.12.1. Во время выполнения упражнения только спортсмену, ассистентам и судьям разрешается находиться на площадке. Тренеры остаются в пределах места, определенного для них ГСК.

8.12.2. Вес снаряда должна объявляться в килограммах. Минимальное увеличение веса – 0,5 кг.

8.12.3. Ответственность за решения, принимаемые в случае ошибок в установке веса снаряда или неправильного объявления, сделанного секретарем, лежит исключительно на старшему судье. Его решение сообщается секретарю, который дает соответствующее объявление.

8.12.4. Если во время разминки или соревнований спортсмен жалуется на травму или его здоровью угрожает опасность, дежурный врач имеет право на осмотр спортсмена. Если врач считает, что спортсмену не стоит продолжать соревнования, он должен сообщить об этом жюри и представителю команды. Врач должен привести доказательства, прежде, чем изъять (снять) спортсмена с соревнований.

8.12.5. Любой спортсмен или тренер, который нарушает порядок возле соревновательной площадки, что приводит к дискредитации спорта, должны официально предупреждаться. Если нарушение продолжается, жюри, а в его отсутствие — судьи, могут дисквалифицировать спортсмена или тренера и заставить их покинуть соревнования. Представитель команды должен быть официально информирован о предупреждении и дисквалификации.

8.12.6. Жюри и судьи имеют право немедленно дисквалифицировать спортсмена, если они считают, что было серьезное нарушение правил. Представитель команды должен немедленно быть об этом проинформирован.

8.12.7. На соревнованиях все протесты на судейские решения, жалобы, касающиеся хода соревнований или против любых лиц, которые принимают участие в соревнованиях, должны подаваться в жюри в письменном виде. Протест или жалоба должны передаваться представителем (тренером) команды председателю жюри. Это должно быть сделано сразу же за действием, на которое подается протест или жалоба.

8.12.8. Если необходимо, жюри может прекратить соревнования и рассмотреть заявление для принятия решения. После рассмотрения и определения решения большинством голосов членов жюри председатель информирует о нем. Вердикт жюри окончательный и не дает права обращаться с апелляцией в другой орган. Приостановленные соревнования

возобновляются после того, как следующему спортсмену предоставляется для подготовки 3 минуты.

8.12.9. Спортсмен самостоятельно осматривает состояние инвентаря до начала выполнения упражнения. Если после сигнала судьи о начале упражнения, спортсмен обнаруживает неисправность оборудования, то время на выполнение не останавливается и фиксируется фактический результат спортсмена.

8.13. Врач соревнований

8.13.1. Врач соревнований назначается из числа опытных медицинских работников, он входит в состав судейской коллегии и отвечает за медицинское обслуживание соревнований.

8.13.2. Врач соревнований:

- а) участвует в работе мандатной комиссии;
- б) проверяет правильность оформления заявок, наличие в них визы врача команды о допуске к соревнованиям;
- в) проводит внешний осмотр участников на взвешивании;
- г) следит за соблюдением санитарно-гигиенических условий проведения соревнований;
- д) осуществляет медицинское наблюдение за участниками в процессе соревнований, а также оказывает помощь при заболеваниях и травмах по заявлению секунданта (тренера) или представителя команды;
- е) по окончании соревнований представляет отчет об их медико-санитарном обеспечении, нарушении санитарных норм.

8.13.3. Медицинскую помощь участнику на соревнованиях осуществляет врач. Судьи, представитель, тренер и другие лица действуют только по указанию врача.

8.13.4. Врач принимает решение относительно допуска к соревнованиям участника, получившего травму.

8.13.5. Медицинские работники располагаются в удобном месте (на входе-выходе участников) за столом, должны быть одеты в медицинские

халаты, иметь видимые знаки их профессиональной принадлежности, необходимые медикаменты, оборудование и инструмент.

IX. Рекорды

9.1. Если спортсмен демонстрирует рекордное достижение в одном из стандартных упражнений, то протокол соревнований со всеми соответствующими подписями вместе с видеозаписью выполнения упражнения направляется в технический комитет ФСР, который в 30-ти дневный срок должен дать окончательный ответ об утверждении или отказе в регистрации рекорда.

9.2. Рекорды фиксируются исключительно при условии использования стандартного и сертифицированного оборудования.

9.3. Если в ходе соревнований зафиксирован одинаковый результат двух и более атлетов, превышающий зарегистрированный рекорд, рекордсменом будет считаться тот, кто выполнил его первым

X. Страховка и безопасность

10.1. Каждый спортсмен перед турниром обязан подписать контракт на турнир, самостоятельно застраховаться и подписать отказ от претензий в случае травм или случаев неосторожного обращения со снарядами. Перед каждым турниром проводится инструктаж по правилам безопасности, спортсмены расписываются в книге инструктажей. В ответственности каждого спортсмена перед каждым подходом проверить и при необходимости подстроить оборудование в интересах безопасности, удобства и т. д., Например, приспособить лямки, упряжки, вытереть снаряды и т. д.

Президент ОФСОО

«Федерация стронгмена России» _____ Дворецкий М.Я.