**«***Утверждаю***»**

главный специалист отдела по социальной политике администрации Ленинского муниципального района

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Сулейманов Р.Х.)

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении открытого Кубка Ленинского района**

**по гиревому спорту (толчок по длинному циклу)**

* **Цели и задачи:**
	1. Выявление сильнейших спортсменов района.
	2. Пропаганда здорового образа жизни и гиревого спорта среди жителей района.
	3. Комплектование сборной района для участия в соревнованиях высшего ранга.
	+ **Время и место проведения:**

Спортзал ДЮСШ г. Ленинска. **23 января** **2016 года.** Начало соревнований в **10-00**. Взвешивание участников и жеребьёвка (сильнейшие 8 гиревиков Ленинского района сеются по восьми стартовым сменам, для представителей других команд будут предложен вариант выбора разных смен для своих 8 сильнейших участников, остальные будут расставлены согласно с общей жеребьёвкой) **с 9 до 10ч**.

* **Участники соревнований:**

К соревнованиям допускаются спортсмены, имеющие допуск врача и соответствующую подготовку. Возраст участников и количество представителей от одной команды не ограничены. Если от команды выступает 8 участников и более, команда обязана предоставить судью для судейства соревнований.

* **Правила и порядок проведения соревнований:**

Соревнования проводятся по правилам гиревого спорта (толчок двух гирь по длинному циклу, с опусканием на грудь и в вис после каждого толчка). Абсолютная весовая категория. Вес гирь – по выбору участников от 4 до 32 кг (первым выбирает гири участник, имеющий меньший номер по жребию). Менять вес гирь нельзя до конца турнира (исключение: отсутствие второй пары гирь для участников одной смены). Регламент времени: для 1/8 финала – 5 минут, ¼ финала – 4 минуты, полуфинал – 3 минуты, финал – 2 минуты. Если участников более 64 человек, тогда проводится отборочный круг 1минута для всех участников (кроме сеянных), лучшие отбираются, чтобы заполнить все смены до 8 человек.

* **Порядок определения победителей:**

Победитель определяется по лучшему показателю количества набранных очков. Очки подсчитываются по формуле: количество подъёмов, умноженное на вес гирь и делённое на личный вес спортсмена. В случае равенства очков преимущество получает участник: а) выступавший с более тяжёлыми гирями, б) имеющий меньший личный вес, в) имеющий лучший результат в предыдущем круге. Соревнования проводятся на восьми помостах. Из каждой смены в следующий круг выходит два сильнейших участника напрямую, остальные отбираются из всех смен по лучшему результату.

* **Награждение победителей:**

Победитель награждается кубком, грамотой и медалью, призёры награждаются грамотами и медалями. Финалисты памятными вымпелами.

* **Судейство соревнований:**

Главный судья соревнований – Бирюков С.Н. (РК); главный секретарь соревнований – Косьяненко С.И. (РК)

* **Финансирование соревнований:**

Все расходы связанные с питанием, размещением и проездом к месту соревнований несут командирующие организации. Расходы, связанные с судейством, награждением победителей и призёров берёт на себя администрация Ленинского муниципального района.

Данное положение является официальным вызовом на соревнования. Предварительные заявки высылать по эл/почте: servankos@gmail.com, в заявке указать: фамилию, имя атлета, год рождения и вес гирь с которыми собирается выступать, отметить сеянных атлетов. Чтобы соревнования начались вовремя и не затягивались, просьба, заранее прислать такие заявки (не менее чем за три дня до старта)!