

Утверждаю:
Президент ЧГОО
«Федерация силового
экстрима»



Г.Г. Исмагилов
23 февраля 2011 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении турнира по жиму штанги лёжа памяти С.Б. Сиденко

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации силовых видов спорта в городе Череповце;
- повышения спортивного мастерства;
- содействие массовому развитию силового экстрима и силовых видов спорта.

2. Место и время проведения соревнований

Соревнования проводятся 23 февраля 2011 г. по адресу: г. Череповец, ул. Сталеваров, 47, Дом физкультуры. Начало соревнований в 11.00 час. Взвешивание и регистрация с 09.30 до 10.30 час.

3. Руководство подготовкой и проведением соревнований

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет ЧГОО «Федерация силового экстрима», непосредственное проведение возлагается на главную судейскую коллегию в составе:

Главный судья - судья первой категории Ильичёв Н.А.

Главный секретарь - судья первой категории Коротаев К.В.

Ответственность за безопасность зрителей и участников во время проведения соревнований возлагается на администрацию Дома физкультуры МУ «Физкультура и спорт».

4. Условия проведения соревнований

Соревнования проводятся в трех номинациях:

- **абсолютный жим:** Судейство проводится по действующим техническим правилам ФПР. Победители определяются в абсолютной категории:

- по наибольшему поднятому весу;
- по наибольшему результату по таблице Уилкса.

Минимальный начальный вес для участников - 170 кг.

- **народный жим 100 кг:** Победители определяются в двух категориях до 80 кг и свыше 80 кг по наибольшему количеству засчитанных повторений. Не разрешается использование специальной майки для жима лёжа. Повторение засчитывается при полном выпрямлении локтей.

- **народный жим 150 кг:** Победители определяются в двух категориях до 100 кг и свыше 100 кг по наибольшему количеству засчитанных повторений. Не разрешается использование специальной майки для жима лёжа. Повторение засчитывается при полном выпрямлении локтей.

5. Участники соревнований

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены, имеющие соответствующую подготовку и допуск врача.

6. Награждение

Победители и призеры в каждой номинации награждаются медалями, грамотами и ценными призами Федерации.

7. Финансирование

Расходы по проведению соревнований и награждению несет ЧГОО «Федерация силового экстрима».

8. Заявки

Предварительные заявки на участие принимаются по телефонам: (8202) 577738, 89212570844, 89212508036 или по адресу: ул. Metallургов, 26, до 10 февраля 2011 г. Без предварительной заявки спортсмены к участию в соревнованиях не допускаются.