



ПОЛОЖЕНИЕ О проведение физкультурного мероприятия по ГТО.

1. Цели и задачи

1.1. Физкультурное мероприятие по ГТО (далее – «Мероприятие») проводятся в целях:

- популяризации корпоративного спорта и здорового образа жизни;
- популяризация оздоровительного бега;
- привлечение к участию в мероприятии любителей бега из разных городов и дружественных стран;
- продвижения корпоративного досуга в России;
- объединения людей из разных компаний.
- пропаганда здорового образа жизни;
- поддержание корпоративного духа и формирование здоровой конкуренции как в спорте, так и в бизнесе»;

2. Время и место проведения

2.1. Мероприятие проводится на территории легкоатлетического манежа НИУ МГСУ (Москва, Ярославское ш., д.26, к.4).

2.2. Мероприятие пройдет «22» февраля 2025 г., в период с 11:00 до 16:00.

2.3. Выдача стартовых пакетов производится «22» февраля 2025 г., в период с 09:00 до 10:30 на месте проведения Мероприятия.

3. Организатор и документация

3.1. Общее руководство организацией и проведением Мероприятия осуществляется компанией ООО «ЮПЛЭЙ», торговое название «PINKOV» (далее - «Организатор»).

3.2. Документами, регламентирующими проведение Мероприятия, являются настоящее Положение и Регламент (Приложение №1 к настоящему Положению).

4. Условия участия в Турнире

4.1. Желаящим принять участие в Турнире необходимо связаться с Организатором Турнира по электронной почте pinkov@pinkov.ru или телефону +7(495)146-88-40 для оформления заявки на участие, либо оформить заявку на сайте www.pinkov.ru.

4.2. После одобрения заявки капитану команды направляется доступ в личный

кабинет для заполнения следующей информацией: название команды (организации), логотип, Ф.И.О. атлетов, дату их рождения, должность в компании.

4.3. Прислать логотип компании в векторном виде на pinkov@pinkov.ru.

4.4. Оплатить участие в размере 85 000 (восемьдесят пять тысяч) рублей.

4.5. К участию, не допускаются лица, не подписавшие Отказной медицинский лист (Приложение №2 к настоящему Положению).

5. Участники Мероприятия

5.1. В Мероприятии может принять участие организация (далее - «команда») в лице сотрудников компании, достигших 18 лет. К мероприятию допускаются только смешанные команды (в составе команды должно быть не менее 2 девушек).

5.2. Запрещается участие одного атлета в составе двух или более команд.

6. Экипировка

6.1. На каждом члене команды должен быть надет номер из стартового набора. Номерами обмениваться запрещено.

6.2. Атлеты, имеющие на себе предметы, способные причинить повреждения, как себе, так и другим Атлетам (часы, крупные ювелирные изделия и т.п.), по решению судьи, к зачету не допускаются.

7. Обеспечение участников

7.1. Организатор предоставляет атлетический манеж, раздевалки, душевые, бесплатную точку питания, квалифицированных судей, медиков, развлекательную программу.

7.2. Организатор обеспечивает проведение Церемонии награждения с предоставлением наградной продукции участникам Мероприятия.

8. Медицина

8.1. В Мероприятии могут принимать участие все желающие, по своим медицинским показаниям способные преодолеть физические нагрузки на протяжении всего времени его проведения.

8.2. Организатор не несёт ответственность за здоровье участников Мероприятия. Участникам команды необходимо подписать отказной медицинский лист (Приложение №2 к настоящему Положению) для участия в мероприятии (отказной медицинский лист, возможно подписать на регистрации команды в день мероприятия).

8.3. При подаче заявки, участник тем самым подписывается и полностью соглашается со всеми условиями проведения Мероприятия.

8.4. Организатор обеспечивает дежурство машины скорой помощи и медиков на Мероприятии.

9. Дополнительные положения

9.1. Окончательный формат дисциплин и система проведения определяется Организатором за день до начала соревнований в зависимости от числа подтвердивших своё участие команд.

9.2. Организатор имеет право на правку пунктов Положения и Регламента (Приложение №1 к настоящему Положению) до и во время Турнира. Организатор имеет право сменить место и дату проведения соревнований, в случае форс-мажорных обстоятельств, заблаговременно предупредив команды.

9.3. На территории места проведения Мероприятия запрещено курение, кроме специально отведённых для этого мест, а также запрещено распитие спиртных напитков.

9.4. Запрещены нецензурные и оскорбительные выражения и жесты, а также физическое воздействие в отношении кого-либо на всей территории проведения Турнира. Команды обязаны сохранять уважительное отношение друг к другу, судьям, организаторскому составу и болельщикам, поддерживать позитивное настроение и атмосферу праздника на Турнире.

9.5. На территорию проведения Турнира запрещено проносить баннеры политического характера, пропагандирующие любые меньшинства, способные разжечь национальные или расовые споры, а также баннеры с символикой организаций, признанных экстремистскими на территории РФ.

10. Прочие условия

10.1. Данное Положение является приглашением на Турнир.

11. Приложения

11.1. Приложение №1 - Регламент Турнира.

11.2. Приложение №2 - Отказной медицинский лист.

РЕГЛАМЕНТ Мероприятия

1. Правила Участия

1.1. В мероприятии принимает участие от 10 до 24 команд.

1.2. Минимальное кол-во человек в команде: 6 человек, не менее 2-х девушек в команде.

1.3. Состав команды: сотрудники заявленной компании.

1.4. Мероприятие проходит по следующим дисциплинам легкой атлетики:

Дисциплина Бег:

1.4.1. Дистанция 60 метров:

В дисциплине, от команды, принимает участие два мужчины (мужской зачет) и одна девушка (женский зачет). У каждого участника есть 1 попытка для преодоления дистанции. Бег в указанной дисциплине начинается с низкого старта, без использования стартовых колодок.

1.4.2. Дистанция 400 метров:

В дисциплине, от команды, принимает участие два мужчины (мужской зачет) и одна девушка (женский зачет). У каждого участника есть 1 попытка для преодоления дистанции. Каждый участник стартует со своей дорожки, переход на общую дорожку осуществляется после первого виража. Бег в указанной дисциплине начинается с высокого старта.

1.4.3. Дистанция 800 метров:

В дисциплине от команды принимает участие два мужчины (мужской зачет) и одна девушка (женский зачет). У каждого участника есть 1 попытка для преодоления дистанции. Каждый участник начинает дистанцию с общего старта. Бег в указанной дисциплине начинается с высокого старта.

1.4.4. Дистанция 3000 метров:

В дисциплине, от команды, принимает участие 4 мужчины и 2 девушки по системе эстафета. Каждый участник команды проходит дистанцию в 500 метров, после чего передает очередь следующему участнику из своей команды посредством эстафетной палочки. У каждой команды есть 1 попытка для преодоления дистанции. Первые участники начинают дистанцию с общего старта. Бег в указанной дисциплине начинается с высокого старта.

1.5. Результаты беговых дисциплин:

1.5.1. Результаты участников в дистанциях 60 метров, 400 метров и 800 метров идут как в индивидуальный зачет, так и в командный. Результат команды за преодоление дистанции 3000 метров идет только в командный зачет.

1.6. Командный зачет суммируется из всех результатов участников команды за все пройденные дисциплины по формуле: $60\text{м} (m1 + m2 + ж1) + 400\text{м} (m1 + m2 + ж1) + 800\text{м} (m1 + m2 + ж1) + 3000\text{м}$ (общий результат команды).

Победу в соревнованиях одерживает та команда, которая набрала наименьшее кол-во времени за все дистанции.

Команда имеет право выставить на каждую дисциплину как разных атлетов, так и тех же атлетов, кто уже принимал участие в дисциплине. Но не больше и не меньше кол-ва, которые указаны в пункте 1.2.

1.7. Участники мероприятия могут проверить свои силы сдав нормативы ГТО. Нормативы могут отличаться от официальных нормативов, подписанных Министерством Sports РФ. В программу ГТО входят такие упражнения как: подтягивания на турнике (лежа для женщин), прыжки в длину, отжимания, поднятие туловища из положения лежа на спине, упражнения с гирей. Для прохождения зачета по нормам ГТО, каждый атлет, участвующий в данной дисциплине, должен получить индивидуальный протокол, в котором будут фиксироваться результаты. Для прохождения испытания, атлет должен сдать минимальный порог каждой дисциплины. От команды индивидуальный зачет может сдать только 6 человек. Атлет имеет право на 2 попытки для сдачи каждого упражнения. ГТО считается пройденным, если участник прошел порог всех упражнений без перерыва.

1.7.1. Подтягивания на турнике:

Упражнение считается выполненным при соблюдении правильной техники исполнения данного упражнения. Инструктаж по технике выполнения упражнения проводит инструктор. За выполнением упражнения следит инструктор. Минимальный порог для выполнения упражнения для мужчин 10 раз, для девушек 10 раз.

1.7.2. Прыжки в длину:

Упражнение считается выполненным при соблюдении правильной техники исполнения данного упражнения. Инструктаж по технике выполнения упражнения проводит инструктор. За выполнением упражнения следит инструктор. Минимальный порог для выполнения упражнения для мужчин 200 см, для девушек 140 см.

1.7.3. Отжимания от пола:

Упражнение считается выполненным при соблюдении правильной техники исполнения данного упражнения. Инструктаж по технике выполнения упражнения проводит инструктор. За выполнением упражнения следит инструктор. Минимальный порог для выполнения упражнения для мужчин 20 раз, для девушек 10 раз.

1.7.4. Поднятие туловища из положения лежа на спине:

Упражнение считается выполненным при соблюдении правильной техники исполнения данного упражнения. Инструктаж по технике выполнения упражнения проводит инструктор. За выполнением упражнения следит инструктор. Минимальный порог для выполнения упражнения для мужчин 30 раз за 30 секунд, для девушек 25 раз за 30 секунд.

1.7.5. Гиря:

Упражнение считается выполненным при соблюдении правильной техники исполнения данного упражнения. Инструктаж по технике выполнения упражнения проводит инструктор. За выполнением упражнения следит инструктор. Минимальный порог для выполнения упражнения для мужчин 15 раз (рывок гири 16 кг), для девушек 10 раз (приседание с гирей 16 кг).

1.8. Судейство соревнований осуществляется в соответствии с «Правилами легкой атлетики» (далее – «Правила мероприятия») и с учетом настоящего Регламента. В случае противоречия положений Регламента и Правил мероприятия, приоритет имеют пункты Регламента.

1.9. Команды обязаны самостоятельно отслеживать время начала старта и номер дорожки, на которой они бегут на информационном экране. Прибыть к старту в

соответствии со временем, указанным в расписании или после объявления к готовности ведущим.

1.10. Время ожидания атлета – 2 минуты.

2. Штрафы.

2.1. За нарушение участниками правил участия начисляется штрафное время.

2.2. За создание помехи другим участникам соревнований, участнику (в индивидуальном зачете) или команде (в командном зачете) начисляется дополнительные 10 секунд к общему времени прохождения дистанции.

2.3. За фальстарт более двух раз подряд в 1 дисциплине, участнику (в индивидуальном зачете) или команде (в командном зачете) начисляется дополнительные 10 секунд к общему времени прохождения дистанции.

2.4. За передачу эстафетной палочки вне установленного коридора во время прохождения эстафеты, команде начисляется дополнительные 20 секунд к общему времени прохождения дистанции.

2.5. За сокращение дистанции (заход на внутреннюю бровку) участнику (в индивидуальном зачете) или команде (в командном зачете) начисляется дополнительные 10 секунд к общему времени прохождения дистанции.

3. Неявка.

3.1. Атлету, не явившейся на старт (опоздание более 2 минут), или явившейся в составе менее 6-ти человек (эстафета), в зачет идет время по формуле: худший результат дисциплины + 10 секунд.

3.2. В случае, если для прохождения эстафеты прибыла команда в составе менее 6 человек, но не менее 5 человек – один из участников такой команды может пройти два отрезка эстафеты, при условии, что отрезки не идут друг за другом.

3.3. В случае, если для прохождения эстафеты, прибыла команда в составе менее 5 человек, такая команда снимается с данного этапа соревнований

Атлеты и тренеры команд, принимающие участие в Мероприятии, обязуются выполнять все требования настоящего Регламента, проявляя при этом высокую дисциплину, организацию, уважение к соперникам, зрителям и обслуживающему персоналу.

Аннулирование результатов невозможно



Отказной медицинский лист

«22» февраля 2025 г.

Мы, нижеподписавшиеся, предупреждены о том, что Организатор Мероприятия не несёт ответственности за жизнь и здоровье участников при соблюдении общих требований.

Организатор не выплачивает никаких компенсаций в связи с возможным вредом для здоровья, который может быть получен участниками во время Турнира.

Незнание участниками данного пункта положения не освобождает их от полной ответственности за своё здоровье и жизнь.

Название команды: _____

№	ФИО (полностью)	Дата рождения	Подпись
1			
2			
3			
4			
5			
6			