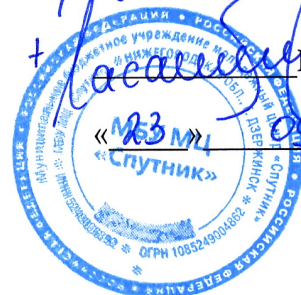


СОГЛАСОВАНО
Начальник управления
культуры, молодежной
политики и спорта
администрации города
Дзержинска

 А.Ю. Куликова

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУ МЦ «Спутник»



Р.Х. Хасанов

2024 г.

Положение о проведении «Гонки сильнейших»

(далее - Положение)

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. Настоящее Положение определяет сроки проведения соревнований «Гонка сильнейших» (далее - Гонка), порядок организации и проведения Гонки.
- 1.2. Гонка проходит в рамках реализации муниципальной подпрограммы «Развитие физической культуры, спорта и молодежной политики в городском округе город Дзержинск» на 2022-2024 гг., плана совместных мероприятий МБУ МЦ «Спутник» и в рамках городского Патриотического марафона «Мой город – город патриотов».
- 1.3. Соревнования «Гонка сильнейших» - бег по пересеченной местности с преодолением естественных и искусственных препятствий.
- 1.4. Информация о Гонке будет размещена на сайте «Молодежь Дзержинска» <http://molinfocenter.ru/> и группе Вконтакте https://vk.com/marafon_dzr.

II. РУКОВОДСТВО И ПРОВЕДЕНИЕ

- 2.1. Общее руководство подготовкой и проведением Гонки осуществляет Управление культуры, молодежной политики и спорта администрации города Дзержинска.
- 2.2. Организатор Гонки – МБУ МЦ «Спутник».
- 2.3. Ответственный за проведение - начальник отдела Рыбалко Александр Владимирович, тел. 8 - 903 - 607 – 38 - 11.

III. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

3.1. Цель Гонки: популяризация здорового образа жизни среди молодежи города.

3.2. Задачи:

- Создать условия для сплочения команды спортсменов.
- Привлечь молодежь к занятиям физической культуры и спортом.
- Повысить спортивное мастерство среди участников Гонки.

IV. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

4.1. Время проведения: 12 октября 2024 года с 10:00 до 15:30 ч.

4.2. Место проведения: г. Дзержинск Нижегородской области, речной затон р. Ока. Место старта – пляж Окского затона.

4.3. Для участия в Гонке команды до 05 октября 2024 года подают заявки через Яндекс форму (ссылка: <https://forms.yandex.ru/u/66e27c56e010db18282fb83c/>) в группе Вконтакте https://vk.com/marafon_dzr. Заполнение и отправка заявки обязательна.

4.4. В случае, когда принятых на участие заявок от команд, окажется больше, чем можно охватить по времени в рамках проводимого мероприятия, отбираться будут первые 15 команд, подавших заявки раньше по времени.

4.5. Очередность участие команд в забеге определяет судейская коллегия.

V. УЧАСТНИКИ ГОНКИ СИЛЬНЕЙШИХ

5.1. Участники соревнуются в одной категории - «Командный забег».

5.2. Состав команды - 6 человек. Количество юношей и девушек в команде - произвольное. Возраст участников – от 14 до 35 лет.

5.3. Каждый участник должен предоставить справку от врача об отсутствии противопоказаний для участия в спортивных соревнованиях.

5.5. Участники несут персональную ответственность за соблюдение правил техники безопасности, за жизнь и здоровье в рамках прохождения препятствий/выполнения соревновательных заданий.

VI. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

6.1. Команде необходимо преодолеть маршрут по пересеченной местности с преодолением искусственных и естественных препятствий.

6.2. Протяженность маршрута – 3 км 125 м. Вся дистанция скоростная и проходится на время. От старта и до финиша команда движется в заданном

направлении. Места поворотов и подходов к препятствиям на этапах обозначаются красно - белой сигнальной лентой. Все этапы обязательны для прохождения всеми участниками команды. ***За не прохождение этапа одним участником команда получает штраф 7 минут и двигается дальше.***

6.3. В случае срыва с препятствия участник обязан повторно его преодолеть.

6.4. После прохождения очередного этапа команда имеет право выдвигаться к следующему только в полном составе. Результат подводится по времени прохождения всей дистанции с учетом количества снятий.

6.2. На этапах находятся судьи - наблюдатели. Судья - наблюдатель не несет ответственность за жизнь и здоровье участников. В случае получения травмы участником команды, команда обязана сообщить ближайшему судье - наблюдателю. Замена снятого участника невозможна, при этом, команда может продолжить прохождение этапов в сокращенном составе.

VII. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ

7.1. Капитан ответственен за готовность команды к выполнению заданий, обеспечение соблюдения участниками команды требований настоящего Положения и норм техники безопасности.

7.2. Команды обязаны находиться в зоне Старта не позднее, чем за 10 минут до выхода на дистанцию.

7.3. Если Команда опоздала к моменту старта, судья определяет порядок выхода команды на дистанцию.

7.4. Для участия в Гонке каждый участник обязан ознакомиться с её условиями, нормами техники безопасности и согласиться со всеми Правилами.

7.5. Участники допускаются к соревнованиям только при наличии у них спортивной формы и спортивной обуви.

7.6. В Гонке разрешается использование эластичных бинтов, напульсников, тейпов, компрессионной одежды, шапок, защиты паха и рук. ***Рекомендовано наличие у каждого участника перчаток.***

7.7. Запрещается использование лямок, крюков, перчаток с крюками, клеящих веществ, шипованной обуви.

7.8. Участники могут быть отстранены от участия в Гонке за невыполнение требований организаторов и судей, неспортивное и неэтичное поведение, умышленную порчу спортивного имущества на этапах.

7.9. Участники Гонки не имеют права выходить на дистанцию без разрешения судей, применять посторонние средства передвижения,

вмешиваться в работу судей. *Преждевременный выход на дистанцию наказывается 7 - минутным штрафом.*

7.10. На территории проведения соревнований запрещено курение и распитие алкогольных напитков. Лица, нарушившие запрет, могут быть сняты с участия в соревнованиях.

VIII. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

8.1. Программа Гонки:

- 10:30 - 10:50 Сбор и регистрация участников (место старта – пляж Окского затона).
- 11:00 Торжественное открытие городских соревнований «Гонка сильнейших».
- 11:10 - 11:15 Проведение инструктажа.
- 11:15 – 15:20 Забег участников.
- 15:20 – 15:30 Подведение итогов Гонки.

8.2. Этапы гонки:

№ п/п	Название этапа	Описание этапа	Количество повторений
1.	Переправа	Преодоление водной преграды по кочкам.	
2.	Траншея	Продвижение по траншее.	
3.	Водонос	Наполнение 30 литровой бочки водой до отметки, используя ведро. После этого, двигаясь командой, оббежать вокруг конуса с бочкой (15 м туда, 15 м обратно).	
4.	Метание гранат	Метание в цель гранат (в случае промаха одного из участников он выполняет штрафное упражнение – приседает 20 раз).	
5.	Мышеловка	Преодоление препятствия без касания ленты (в случае касания ленты участник выполняет штрафное упражнение – приседает 20 раз).	
6.	Регата	Преодоление водного препятствия на лодке (25 метров вдоль берега).	

7.	Альпинист	Преодоление дистанции по натянутой горизонтальной верёвке (в случае падения одного из участников он выполняет штрафное упражнение – приседает 20 раз).	
8.	Командный стульчик	Одновременное выполнение упражнения «Стульчик» всей командой.	30 раз.
9.	Военный запас	Участникам команды необходимо перенести военные ящики на расстояние 30 метров (15 туда, 15 обратно) до конусного ориентира и обратно (вес ящика 10 кг).	
10.	Подвижная перекладина	Перемещение 1 участника на весу с помощью деревянной конструкции.	
11.	Тягач	Используя канат, всей командой необходимо передвинуть стоящий автомобиль.	
12.	Тир	Поражение мишени из пневматической винтовки (мишень – гонг, стрельба ведется всеми участниками команды по очереди, в случае промаха одного из участников он выполняет штрафное упражнение – приседает 20 раз).	
13.	Переправа по кочкам	Передвижение по кочкам.	
14.	Переноска раненого	Необходимо перенести одного участника команды на расстояние 30 метров (15 туда, 15 обратно).	

IX. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

9.1. Во время проведения соревнований организовано дежурство бригады скорой медицинской помощи.

9.2. Предусмотрено наличие укомплектованной аптечки.

X. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

10.1. Команда с лучшим результатом становится первой и занимает 1 место, далее следует команда со следующим результатом, которая занимает 2 место и так далее.

10.2. Если команды показали одинаковый результат, то командам присуждается одинаковое призовое место. Призовые места следующим командам присуждаются в соответствии с порядковым номером, к примеру: 1, 2, 3, 4.

10.3. Результаты Гонки будут опубликованы в течение 2 рабочих дней с даты её проведения на официальной странице Марафона Вконтакте https://vk.com/marafon_dzi.

10.4. Протесты подаются после финиша команды в письменном виде.

10.5. Участники на финише получают памятные сувениры. Команды победители, занявшие 1, 2, 3 места, награждаются призами 18 октября в МБУ МЦ «Спутник» по адресу ул. Бутлерова 38.