

УТВЕРЖДАЮ Министр спорта Нижегородской области _____ Д.С. Кабайло _____ 2026 г.	УТВЕРЖДАЮ « ____ » _____ 2026 г.
УТВЕРЖДАЮ « ____ » _____ 2026 г.	.

РЕГЛАМЕНТ

об официальном физкультурном мероприятии
« _____ »

Нижний Новгород – 2026

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Официальное физкультурное мероприятие спортивно-патриотический фестиваль «Моя Сила»» (далее – мероприятие) проводится с целью

Задачи мероприятия:

-
-
-

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

1. Место проведения: Стадион «Динамо»
2. Дата проведения:

III. ОРГАНИЗАТОРЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Организатор мероприятия -

Общее руководство организацией и проведением мероприятия осуществляется -

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

- *условия, определяющие допуск команд и (или) участников к участию в физкультурном мероприятии*

V. ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

- *расписание, условия и система проведения соревнований по видам спорта, включенным в программу физкультурного мероприятия;*

Программа мероприятия:

- 10:00 - 11:00 – старт работы фестиваля: работы площадок, повторная регистрация на соревнования в зонах, построение парада, начало соревнований по баскетболу;

- 11:00 – 12:00 – выступление артистов, парад и торжественное открытие стадиона
- 12:00 – 15:00 – соревнования и показательные выступления на площадках, работа спортивного экспо и квеста по видам спорта;
- 15:00 – 17:00 – награждения видов спорта и команд победителей, подведение итогов спортивного квеста;
- 17:00 -18:00 – футбольный матч сборной ветеранов общества «Динамо» против правительства Нижегородской области
- 18:00 – завершение мероприятия

Соревновательная программа:

Народный жим

«Народный жим» – жим лежа на скамье штанги определенного веса, равного собственному весу спортсмена, кратного 2.5 кг в большую сторону, в соответствии с установленными правилами, на максимальное количество повторений, без использования жимовых рубашек.

Для женщин соревнования проводится в отдельном зачете – жим 1/2 веса тела.

Определение веса на штанге на всех соревнованиях по «Народному жиму» осуществляется в килограммах. Результат в народном жиме - суммарный тоннаж (вес штанги

	количество	повторений)
--	------------	-------------

Определение победителей: идет по абсолютному зачету у мужчин и женщин по коэффициенту атлетизма спортсмена.

Гиревой спорт

Соревнования проводятся в личном зачете.

К участию в соревнованиях допускаются юноши и девушки в абсолютной категории.

Для юношей соревнования проводятся в дисциплине рывок, время выполнения каждого упражнения 5 (минут с одной сменой рук). Вес снаряда для юношей 24 кг. Победитель определяется по наибольшему количеству выполненного упражнения за отведенный промежуток времени. При одинаковом количестве повторений победа присуждается спортсмену с наименьшим весом.

Для девушек соревнования проводятся в дисциплине рывок, время выполнения каждого упражнения 5 минут (минут с одной сменой рук). Вес снаряда для девушек 12 кг. Победитель определяется по наибольшему количеству выполненного упражнения за отведенный промежуток времени. При одинаковом количестве повторений победа присуждается спортсмену с наименьшим весом.

Городошный спорт

Каждый участник пробивает 10 фигур, которые утверждаются ГСК в день проведения соревнования. Победитель определяется по сумме выбитых городков в ходе ведения соревнования.

Система проведения соревнований может быть изменена ГСК в зависимости от количества участников.

Армрестлинг

Соревнования проходят по системе двоеборья федерации армрестлинга России. Борьба левой и правой рукой.

Паркур

Соревнования проходят по дисциплине speedrun. Участникам необходимо преодолеть полосу препятствий за минимальное время.

Стритлифтинг

Соревнования по силовому двоеборью и стритлифтингу. Соревнования проводят по правилам федерации стритлифтинга России ISF в дисциплинах многоповторный стритлифтинг и многоповторное силовое двоеборье на турнике и брусьях. Силовое двоеборье:

- Девушки без дополнительного веса - подтягивания на турнике и отжимания на брусьях.
- Мужчины - подтягивания на турнике и отжимания на брусьях

Стритлифтинг:

- Мужчины любители – подтягивания на турнике + 24 кг и отжимания на брусьях + 32 кг
- Мужчины профессионалы - подтягивания на турнике + 32 кг и отжимания на брусьях + 48 кг.

Победители определяются по сумме результатов, набранных в двух видах категории.

Допускается участие только в одной категории. Система проведения соревнований может быть изменена ГСК в зависимости от количества участников.

Ягодичный мостик

Стартовое положение ноги согнуты в коленях, штанга лежит на бедрах в районе тазобедренного сустава. По команде судьи осуществляется подъем штанги вверх, до параллели позвоночника с полом. Далее по команде судьи штанга опускается в исходное положение.

Результат в ягодичном мосту - максимальный вес в трех попытках. Определение победителей: идет по абсолютному зачету у женщин по коэффициенту атлетизма спортсмена.

Кроссфит

Соревнования состоят из двух комплексов и одного секретного на специальный приз

Комплекс 1:

1 задание

Новички

- За 2 минуты набрать максимум берпи с перешагиванием через тумбу 60/50см

- 1 минута отдыха

- На время 20-15-10 повторений в следующих упражнениях:

1) рывок гантели поочередно 15/10 кг

2) Перешагивание через тумбу 60/50см

Любители

- За 2 минуты набрать максимум берпи с перепрыгивание через тумбу 60/50см

- 1 минута отдыха

- На время 20-15-10 рывок гантели поочередно 15/22 кг

Перепрыгивание через тумбу 60/50см

2 задание

Новички:

10-9-8-7-6-5-4-3-2-1 повторение в следующем комплексе упражнений

1)Махи гири 16/8 кг

2) Броски мяча 6/3 кг в мишень

3) тяга сумо с гирей 16/8 кг

Любители:

30-20-10

1) подтягивания

2) Броски мяча 9/6 кг в мишень

3) Махи гири 24/16кг

3 задание:

Секретное задание на специальный приз (по желанию участника). Регистрация на месте.

Система проведения соревнований может быть изменена ГСК в зависимости от количества участников.

Шашки

Турнир проходит в заявленных категориях по Швейцарской системе 7-9 туров.

Система проведения соревнований может быть изменена ГСК в зависимости от количества участников.

Бочча

На площадке пройдут индивидуальные соревнования в абсолютной категории.

На площадку выбрасывают "Джек" - белый мяч-мишень. Затем игроки по очереди (под руководством судьи) бросают свои мячи. Задача - расположить свой мяч как можно ближе к

"Джеку" по сравнению с мячом соперника. За каждый мяч, который оказался ближе к "Джеку", чем ближайший мяч противника, игрок получает одно очко. Матч состоит из нескольких периодов. Если после всех эндов счёт равный, проводят тай-брейк.

Количество бросков и попыток будет утверждено на ГСК в зависимости от количества участников.

Строгий подъем штанги на бицепс

Попытка начинается с прижимания таза и спины к опорной поверхности. Старт движения с прямых локтей, подъем до уровня шеи. Старт и опускание по команде судьи из исходного положения, далее возвращение штанги на стойки.

Результат в подъёме на бицепс - максимальный вес в трех попытках.

Определение победителей: идет по абсолютному зачету у мужчин и женщин по коэффициенту атлетизма спортсмена.

Панна-футбол

Соревнования проходят по олимпийской системе в формате 1х1.

В начале матча игроки встают спина к спине и зажимают мяч между собой. По сигналу судьи они разворачиваются и начинают игру. Матч длится 3 минуты «грязного» времени.

Победителем становится игрок, забивший наибольшее количество голов в ворота соперника. Важный нюанс: борта площадки нельзя использовать для забивания гола или выполнения панны. Игрок, забивший гол, обязан вернуться на свою половину поля. При этом атакующий игрок может начать новую атаку раньше. Панна (проброс между ног): Если игрок пробросил мяч между ног соперника, это считается чистой победой. Объявляется нокаут, и игра останавливается.

Система проведения соревнований может быть изменена ГСК в зависимости от количества участников.

Игры ГТО

Соревнования пройдут в парно-командном формате. Состав пары по гендерному признаку не имеет значения. Участники команды должны быть старше 14 лет.

Соревнования проходят по дисциплинам классической гонке «Игры ГТО»:

- прыжки в длину – 10 шт.
- отжимания – 50 раз
- рывок гири / приседания с гирей – 60 раз
- подъём туловища из положения лёжа – 80 раз
- подтягивания на высокой и низкой перекладине - 25 раз

Все упражнения выполняются на пару за один подход. При выполнении упражнений допускается только 1 смена партнера для выполнения необходимого суммарного количества повторений.

При не выполнении необходимого количества повторений начисляются штрафные секунды

в размере 5 секунд за каждое не выполненное повторение.

Итоговое время пары суммируется из времени прохождения полосы и штрафных секунд.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Победители фестиваля определяются по видам спортивной программы, судейской коллегией каждого конкретного вида, в соответствии с регламентом мероприятия.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Награждение проходит в личных и командных видах программы.

Участники, занявшие 1,2,3 места награждаются грамотами, медалями и призами от организаторов и партнеров фестиваля в каждой категории всех соревновательных дисциплин фестиваля.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

- сведения об источниках и условиях финансового обеспечения физкультурного мероприятия, включая финансирование за счет средств бюджета Нижегородской области

Расходы, связанные с проведением мероприятия, производятся за счет средств АНО «Центр управления и развития спорта в Нижегородской области» в утвержденном объеме за счет средств субсидии, полученной от министерства спорта Нижегородской области.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Спортивные соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта, в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 г. № 353.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Минздрава РФ от 23.10.2020 N 1144н «Об утверждении Порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

4. Для допуска к мероприятию в соответствии с требованиями статьи 9 Федерального закона от 27.07.2006 №152-ФЗ (ред. от 24.04.2020) «О персональных данных» необходимо предоставить согласие на обработку персональных данных.

Х. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ

Участие в Фестивале осуществляется только при наличии договора (оригинала) о страховании жизни и здоровья участников от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников от каждого участника Фестиваля.

ХІ. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

1. Предварительные заявки на участие в мероприятии подаются на сайте <https://моясила.рф/> до 18.08.26
Без предварительной заявки участник к соревнованиям не допускается.

2. Мандатную комиссию на каждый вид спорта назначает главный судья Фестиваля.

3. В день соревнований:
- Участникам соревнований необходимо подтвердить личность и иметь при себе паспорт, полис обязательного медицинского страхования, страховку от несчастных случаев (спортивную), можно оформить на месте;
- Согласие на обработку персональных данных (Приложение 1), расписку об персональной ответственности (Приложение 2).

Настоящий регламент является официальным вызовом на соревнования

Приложение №1

Форма Согласия на обработку персональных данных

СОГЛАСИЕ

на обработку персональных данных

Я, _____

(фамилия, имя, отчество - при наличии)

основной документ, удостоверяющий личность: _____

(вид документа, серия, номер, дата выдачи документа, наименование выдавшего органа)

зарегистрированный(ая) по адресу: _____

даю свое согласие на обработку моих персональных данных, относящихся исключительно к перечисленным ниже категориям персональных данных: фамилия, имя, отчество; пол; дата рождения; тип документа, удостоверяющего личность; данные документа, удостоверяющего личность; гражданство; сведения об инвалидности и иные сведения.

Я даю согласие на использование персональных данных исключительно в целях рассмотрения моих документов, а также на хранение данных об этих результатах на электронных носителях.

Настоящее согласие предоставляется мной на осуществление действий в отношении моих персональных данных, которые необходимы для достижения указанных выше целей, включая (без ограничения) сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передачу третьим лицам для осуществления действий по обмену информацией, обезличивание, блокирование персональных данных, а также осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации.

Я проинформирован, что получатель сведений гарантирует обработку моих персональных данных в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации как неавтоматизированным, так и автоматизированным способами.

Данное согласие действует до достижения целей обработки персональных данных или в течение срока хранения информации.

Данное согласие может быть отозвано в любой момент по моему письменному заявлению.

Я подтверждаю, что, давая такое согласие, я действую по собственной воле и в своих интересах.

«__» _____ 202__ г. / _____ / _____

(Подпись)

(Расшифровка подписи)

Форма – расписки о личной ответственности участника соревнований

Расписка

об ответственности участника мероприятия

Я _____,

(ФИО полностью)

_____ г.р. паспорт: серия _____ № _____, выдан _____

« ____ » _____ Г.,

выражаю желание принять участие в _____ (далее - мероприятие) и подтверждаю, что ознакомлен(а) с Положением о мероприятии и согласен(сна) его исполнять.

Настоящим я также подтверждаю, что:

- осознаю, что участие в мероприятии, требующем физического и умственного напряжения, может привести к значительным физическим нагрузкам, и опасности получения травм;

- осведомлен(а) о состоянии своего здоровья и никаких медицинских противопоказаний, препятствующих участию в мероприятии, не имею;

- ответственность за любые возможные негативные последствия моего участия в мероприятии возлагаю на себя, в том числе в связи с распространением коронавирусной инфекции;

- при участии в мероприятии буду беспрекословно подчиняться всем указаниям и требованиям организаторов мероприятия, в том числе соблюдение всех мер и предосторожностей в связи с эпидемиологической обстановкой;

- я согласен(сна) с тем, что мое выступление и возможное интервью может быть записано и показано в средствах массовой информации, а также записано и показано в целях рекламы без ограничений по времени и формату; я отказываюсь от компенсации в отношении этих материалов;

- в случае необходимости я готов(а) воспользоваться медицинской помощью, предоставленной мне организаторами;

- я самостоятельно несу ответственность за личное имущество, оставленное на месте проведения мероприятия, и в случае его утери не имею право требовать компенсации от организаторов мероприятия.

Настоящим я также заявляю, что отказываюсь от каких-либо материальных, моральных или иных претензий и требований к организаторам мероприятия, персоналу, а также по отношению к другим участникам, которые могут явиться причиной травмы или нанести иной физический ущерб.

На основании Федерального закона от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных», даю своё согласие на обработку персональных данных.

(подпись)

(расшифровка)

(дата)