

«СОГЛАСОВАННО»

Руководитель главного управления
по физической культуре и спорту
администрации города Красноярск
Кочан С.В. _____

«__» _____ 2015г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Исп. Директор РСБИ
Филиала Красноярского края
Демянюк А.А. _____

«__» _____ 2015г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении прикладного юниорское многоборья с целью установления рекордов
в отдельных видах программы и в целом.

1. Введение.

1.1. Красноярский филиал Российского Союза Боевых Искусств проводит юниорское прикладное многоборье с целью установления рекордов в отдельных видах программы и в целом.

2. Цели и задачи:

- 2.1. Пропаганда здорового образа жизни;
- 2.2. Укрепление дружеских отношений и спортивных связей;
- 2.3. Приобретения соревновательного опыта;
- 2.4. Повышение спортивного мастерства;
- 2.5. Установление личных рекордов.

3. Руководство проведением прикладного многоборья:

- 3.1. Общее руководство осуществляется Красноярской региональной общественной спортивной организацией «Федерация Киокусинкай»
- 3.2. Непосредственное проведение многоборья возлагается на тренеров-преподавателей КРОСО «ФК».
- 3.3. Соревнования проводятся на территории г. Красноярск «Остров Татышев»
- 3.4. Начало соревнования «14» июнь 2015г. в 12.00

4. Требования к участникам и условия их допуска.

- 4.1. К участию в прикладном многоборье допускаются спортсмены организаций входящих в состав АКР и КФ РСБИ.
- 4.2. К прикладному многоборью допускаются спортсмены имеющие медицинский допуск:
 - 12-13 лет;
 - 14-15 лет;
 - 16-17 лет.
- 4.3. Состав команды не ограничен.

5. Программа прикладного многоборья.

Соревнования проводятся по видам:

- 5.1. кроссфит – выполнить комплекс на время 21,15,9 раз.
 - отжимания
 - пресс подъём корпуса
 - приседание в выбросом штанги юноши 12-13 лет **10 кг**; юноши 14-15 и юниоры 16-17 лет **20 кг**.
 - бёрпи

5.2. кросс 1000 метров – на время

5.3 полоса препятствий на время: 10 прыжков через пояс; 5 кувырков вперед с мячом; колесо; ходьба на руках 5 м.; ускорение 30 м.

6. Формы заявок на участие:

- **Форма № 1** – официальная заявка (предоставляется тренером-преподавателем) заверенная врачом;

6.1. Предварительные заявки на участие в прикладном многоборье принимаются до 09.06.2015 года по адресу: **660 010, г.Красноярск, ул. Ак.Вавилова, 19 «А».**

Красноярская региональная общественная спортивная организация «Федерация Киокусинкай»

Тел.: (391) 2-500-814; 2-415-221.

e-mail: kmoco@mail.ru

7. Подсчет очков:

7.1. Максимальное количество очков равняется количеству участников (пример: 25 участников – 25 очков дается, показавшему лучший результат). Если по пяти видам программы несколько участников набирают одинаковое количество очков, доминирующим видом является – кроссфит, затем кросс.

8. Награждение:

8.1. Победители в отдельном виде награждаются грамотами, медалями и кубками.

8.2. Победитель в общем зачете награждается, грамотой, медалью и кубком.