

«УТВЕРЖДАЮ»
Заместитель Министра
спорта Российской Федерации


О. Х. Байсултанов
«12» _____ 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Президент Общероссийской
физкультурно- спортивной
общественной организации
«Федерация функционального
многоборья»
А.Ю. Барымов
« _____ » _____ 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о межрегиональных и всероссийских
официальных спортивных соревнованиях
по функциональному многоборью на 2024 год
номер- код вида спорта: 1340001311Я

МОСКВА

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Межрегиональные и всероссийские официальные спортивные соревнования (далее – спортивные соревнования) включены в настоящее положение на основании предложений Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация функционального многоборья» (далее – ОФСОО «Федерация функционального многоборья»), наделенной правами и обязанностями общероссийской спортивной федерации по виду спорта «функциональное многоборье» приказом Министерства спорта Российской Федерации о наделении правами от 21 декабря 2021 г. № 1008, и в соответствии с решением Президиума ОФСОО «Федерация функционального многоборья» от 28 сентября 2023 г. № 04/0923.

Спортивные соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта «функциональное многоборье», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 26 апреля 2019 г. № 346.

Принадлежность спортсмена или лица, проходящего спортивную подготовку, к физкультурно-спортивной организации или образовательной организации определяется на основании Федерального закона "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".

Обработка персональных данных участников спортивных соревнований осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 №152-ФЗ «О персональных данных». Согласие на обработку персональных данных представляется в комиссию по допуску участников.

2. Спортивные соревнования проводятся с целью развития функционального многоборья в Российской Федерации.

Задачами проведения спортивных соревнований являются:

- 1) выявление сильнейших спортсменов для формирования списка кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации;
- 2) отбор спортсменов в спортивные сборные команды Российской Федерации для подготовки к международным спортивным соревнованиям и участия в них от имени Российской Федерации;
- 3) подготовка спортивного резерва;
- 4) повышение спортивного мастерства.

3. Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты спортивных соревнований, включенных в настоящее положение о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях.

Запрещается участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

4. Настоящее Положение является основанием для командирования спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта на спортивные соревнования органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта.

II. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

1. Минспорт России и ОФСОО «Федерация функционального многоборья» определяют условия проведения спортивных соревнований, предусмотренные настоящим Положением.

2. Распределение иных прав и обязанностей, включая ответственность за причиненный вред участникам мероприятия и (или) третьим лицам, осуществляется на основе договора между ОФСОО «Федерация функционального многоборья» с иными организаторами соревнований (за исключением Минспорта России) или в регламенте конкретного спортивного соревнования. Если распределение указанных прав и обязанностей осуществляется на основе договора, в регламенте конкретного спортивного соревнования приводится ссылка на реквизиты такого договора (номер и дата заключения договора).

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

1. Спортивные соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта, в соответствии с Федеральным законом от 04 декабря 2007 года № 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 апреля 2014 г. № 353.

2. Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника спортивных соревнований. Страхование участников спортивных соревнований может производиться как за счет бюджетных средств, так и не бюджетных средств в соответствии с законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 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 (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям по медицинским заключениям является заявка на участие в спортивных соревнованиях с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача по спортивной медицине и его личной печатью либо уполномоченным представителем медицинской организации, имеющей сведения о прохождении УМО спортсменом. Заявка на участие в спортивных соревнованиях подписывается врачом по спортивной медицине либо уполномоченным представителем медицинской организации, имеющей сведения о прохождении УМО спортсменом с расшифровкой фамилии, имени, отчества (при наличии) и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

4. Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами (далее – Антидопинговые правила), утвержденными приказом Минспорта России от 24 июня 2021 года № 464.

В соответствии с пунктом 12.14.1 Антидопинговых правил, ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которых были применены дисквалификация или временное отстранение, не имеют права во время срока дисквалификации или временного отстранения участвовать в каком-либо качестве в спортивных соревнованиях.

Спортсмены и тренеры, принимающие участие в официальных межрегиональных и всероссийских спортивных соревнованиях по функциональному многоборью, должны пройти курс дистанционного обучения «Антидопинг» и предъявить действующий сертификат РАА «РУСАДА» в комиссию по допуску участников.

5. В целях обеспечения безопасных условий проведения спортивных соревнований, каждый участник соревнования любого статуса, прошедший вакцинацию или перенесший коронавирусную инфекцию (COVID-19) обязан предоставить документ (медицинская справка, выписка из истории болезни) о сделанной прививке или перенесенном заболевании в комиссию по допуску участников.

6. В случае возникновения необходимости, обусловленной эпидемиологической ситуацией по месту проведения спортивных соревнований, на основании предписаний (предложений) территориальных органов, уполномоченных осуществлять федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор, участники спортивных соревнований обязаны предоставить в комиссию по допуску результаты тестирования на новую коронавирусную инфекцию COVID-19 методом полимеразной цепной реакции (ПЦР).

При наличии у участника документа о сделанной прививке или перенесённом заболевании COVID-19, предоставление в комиссию по допуску теста ПЦР, осуществляется на усмотрение территориальных органов, уполномоченных осуществлять федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

7. Требования настоящего Положения детализируются регламентами конкретных спортивных соревнований и не могут ему противоречить.

Регламенты о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях разрабатываются ОФСОО «Федерация функционального многоборья» индивидуально на каждое соревнование и утверждаются ОФССО «Федерация функционального многоборья» и иными организаторами спортивного соревнования. В случае если организаторами нескольких межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнований являются одни и те же лица, то на такие соревнования может быть составлен один регламент.

IV. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ

1. Общие сведения о спортивном соревновании

№ п/п	Наименование спортивного соревнования, место проведения спортивных соревнований (субъект Российской Федерации, населенный пункт, наименование объекта спорта), номер этапа спортивного соревнования	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников спортивного соревнования (чел.)	Состав спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации				Спортивная квалификация спортсменов (спортивное звание, спортивный разряд)	Группы участников спортивных соревнований по полу и возрасту в соответствии с ЕВСК	Программа спортивного соревнования			
				всего	в т.ч.					Сроки проведения, в т.ч. дата приезда и дата отъезда	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Кол-во видов программы/медалей
					Спортсменов	Тренеров и специалистов	Спортивных судей						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1*	г. Москва	Л	120	16	6/6	4	по назначению ВКСС	не ниже I	мужчины, женщины	11.07	день приезда, комиссия по допуску		
										12.07- 14.07	весовая категория 63 кг	1340071311Б	1/3
											весовая категория 63+ кг	1340081311Б	1/3
											весовая категория 85 кг	1340111311А	1/3
											весовая категория 85+ кг	1340121311А	1/3
15.07	день отъезда												

Л – личные соревнования.

* - спортивные соревнования, финансируемые за счёт средств федерального бюджета.

2. Требования к участникам и условия их допуска

1. В спортивных соревнованиях участвуют сильнейшие спортсмены субъектов Российской Федерации.

2. К участию в спортивных соревнованиях допускаются спортсмены спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. От одного субъекта Российской Федерации допускается одна спортивная сборная команда.

3. К участию в спортивных соревнованиях допускаются мужчины, женщины 21 года и старше.

Дополнительно к участию в спортивных соревнованиях могут быть допущены юниоры, юниорки 18-20 лет, если уровень их спортивной квалификации соответствует уровню квалификации более старшей возрастной группы. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

3. Заявки на участие

1. Заявки на участие в спортивных соревнованиях (Приложение № 1), подписанные руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, руководителем региональной спортивной федерации и врачом, и иные необходимые документы предоставляются в одном экземпляре в комиссию по допуску в день приезда до окончания работы.

2. К заявке прилагаются документы на каждого спортсмена:

- паспорт гражданина России, для военнослужащих – военный билет или удостоверение личности военнослужащих Российской Федерации;
- зачетная квалификационная книжка (или удостоверение спортивного звания);
- полис обязательного медицинского страхования;
- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал).

4. Условия подведения итогов

1. Спортивные соревнования проводятся в комплексных заданиях 3-х видов (максимальное количество повторений, максимальная скорость, максимальный вес).

2. Комплексы и набор упражнений в комплексах представлены в Приложении № 2.

Победитель соревнований определяется исходя из 100 – бальной системы подсчета очков по наибольшему числу баллов, набранных в ходе соревнования. Баллы начисляются за занятое спортсменом место в каждом задании в соответствии с Правилами вида спорта.

В случае равенства набранных очков победитель определяется по количеству высших мест в предыдущих заданиях.

3. Итоговые результаты (протоколы) и отчеты главных судейских коллегий на бумажном и электронном носителях представляются в Минспорт России и ФГБУ «ЦСП» в течение двух недель со дня окончания спортивного соревнования.

5. Награждение победителей и призеров

1. Спортсмены, занявшие 1, 2, 3 места награждаются медалями, дипломами и памятными призами Министерства спорта Российской Федерации.

2. Тренеры спортсменов - победителей спортивного соревнования, занявших первое место на чемпионате России, награждаются дипломами Министерства спорта Российской Федерации.

3. Дополнительно могут устанавливаться призы для награждения спортсменов, тренеров и судей от ОФСОО «Федерация функционального многоборья», спонсоров и других организаций.

6. Условия финансирования

1. Минспорт России осуществляет финансовое обеспечение спортивных соревнований в соответствии с Порядком финансирования за счет средств федерального бюджета и Нормами расходов средств на проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий (в том числе значимых международных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на 2024 год.

2. Дополнительное финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению спортивных соревнований, осуществляется за счет средств бюджетов субъектов

Российской Федерации, бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств других участвующих организаций.

3. Расходы по командированию (проезд, питание, размещение и страхование) участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

V. КУБОК РОССИИ

1. Общие сведения о спортивном соревновании

№ п/п	Наименование спортивного соревнования, место проведения спортивных соревнований (субъект Российской Федерации, населенный пункт, наименование объекта спорта), номер этапа спортивного соревнования	Характер проведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников спортивного соревнования (чел.)	Состав спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации				Спортивная квалификация спортсменов (спортивное звание, спортивный разряд)	Группы участников спортивных соревнований по полу и возрасту в соответствии с ЕВСК	Программа спортивного соревнования			
				всего	в т.ч.					Сроки проведения, в т.ч. дата приезда и дата отъезда	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Кол-во видов программы/медалей
					Спортсменов	Тренеров и специалистов	спортивных судей						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1*	г. Москва	Л	150	6	2/2	2	по назначению ВКСС	не ниже I	мужчины, женщины	01.02	день приезда, комиссия по допуску		
										02.02- 04.02	абсолютная категория	13400131211Л	1/3
										05.02	день отъезда		

Л – личные соревнования;

* - спортивные соревнования, финансируемые за счёт средств федерального бюджета.

2. Требования к участникам и условия их допуска

1. В спортивных соревнованиях участвуют сильнейшие спортсмены субъектов Российской Федерации.

2. К участию в спортивных соревнованиях допускаются спортсмены спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. От одного субъекта Российской Федерации допускается одна спортивная сборная команда.

3. К участию в спортивных соревнованиях допускаются мужчины, женщины 21 года и старше.

Дополнительно к участию в спортивных соревнованиях могут быть допущены юниоры, юниорки 18-20 лет, если уровень их спортивной квалификации соответствует уровню квалификации более старшей возрастной группы. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

3. Заявки на участие

1. Заявки на участие в спортивных соревнованиях (Приложение № 1), подписанные руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, руководителем региональной спортивной федерации и врачом, и иные необходимые документы предоставляются в одном экземпляре в комиссию по допуску в день приезда до окончания работы.

2. К заявке прилагаются документы на каждого спортсмена:

- паспорт гражданина России, для военнослужащих – военный билет или удостоверение личности военнослужащих Российской Федерации;
- зачетная квалификационная книжка (или удостоверение спортивного звания);
- полис обязательного медицинского страхования;
- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал).

4. Условия подведения итогов

1. Спортивные соревнования проводятся в комплексных заданиях 3-х видов (максимальное количество повторений, максимальная скорость, максимальный вес).

2. Комплексы и набор упражнений в комплексах представлены в Приложении № 2.

Победитель соревнований определяется исходя из 100 – бальной системы подсчета очков по наибольшему числу баллов, набранных в ходе соревнования.

Баллы начисляются за занятое спортсменом место в каждом задании в соответствии с Правилами вида спорта.

В случае равенства набранных очков победитель определяется по количеству высших мест в предыдущих заданиях.

3. Итоговые результаты (протоколы) и отчеты главных судейских коллегий на бумажном и электронном носителях представляются в Минспорт России и ФГБУ «ЦСП» в течении двух недель со дня окончания спортивного соревнования.

5. Награждение победителей и призеров

1. Спортсмены, занявшие 1, 2, 3 места награждаются медалями, дипломами и памятными призами Министерства спорта Российской Федерации.

2. Тренеры спортсменов - победителей спортивного соревнования, занявших первое место на чемпионате России, награждаются дипломами Министерства спорта Российской Федерации.

3. Дополнительно могут устанавливаться призы для награждения спортсменов, тренеров и судей от ОФСО «Федерация функционального многоборья», спонсоров и других организаций.

6. Условия финансирования

1. Минспорт России осуществляет финансовое обеспечение спортивных соревнований в соответствии с Порядком финансирования за счет средств федерального бюджета и Нормами расходов средств на проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий (в том числе значимых международных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на 2024 год.

2. Дополнительное финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению спортивных соревнований, осуществляется за счет средств бюджетов субъектов Российской Федерации, бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств других участвующих организаций.

3. Расходы по командированию (проезд, питание, размещение и страхование) участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

VI. ПЕРВЕНСТВО РОССИИ

1. Общие сведения о спортивном соревновании

№ п/п	Наименование спортивного соревнования, место проведения спортивных соревнований (субъект Российской Федерации, населенный пункт, наименование объекта спорта), номер этапа спортивного соревнования	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников спортивного соревнования (чел.)	Состав спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации				Спортивная квалификация спортсменов (спортивное звание, спортивный разряд)	Группы участников спортивных соревнований по полу и возрасту в соответствии с ЕВСК	Программа спортивного соревнования				
				всего	в т.ч.					Сроки проведения, в т.ч. дата приезда и дата отъезда	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Кол-во видов программы/медалей	
					спортсменов	Тренеров и специалистов	спортивных судей							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1*	г. Москва	Л	120	12	4/4	4	по назначению ВКСС	не ниже II	юниоры, юниорки (18 - 20 лет)	12.07	день приезда, комиссия по допуску			
										13.07- 14.07	Весовая категория 63 кг		1340071311Б	1/3
											Весовая категория 63+ кг		1340081311Б	1/3
											Весовая категория 85 кг		1340111311А	1/3
											Весовая категория 85+ кг		1340121311А	1/3
										15.07	день отъезда			

Л – личные соревнования;

* - спортивные соревнования, финансируемые за счёт средств федерального бюджета.

2. Требования к участникам и условия их допуска

1. В спортивных соревнованиях участвуют сильнейшие спортсмены субъектов Российской Федерации.

2. К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены спортивных сборных команд субъектов Российской Федерации. От одного субъекта Российской Федерации допускается одна спортивная сборная команда.

3. К участию в спортивных соревнованиях в личных видах программы допускаются юниоры, юниорки (18-20 лет).

Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

3. Заявки на участие

1. Заявки на участие в спортивных соревнованиях (Приложение № 1), подписанные руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта, руководителем региональной спортивной федерации и врачом, и иные необходимые документы предоставляются в одном экземпляре в комиссию по допуску в день приезда до окончания работы.

2. К заявке прилагаются документы на каждого спортсмена:

- паспорт гражданина России, для военнослужащих – военный билет или удостоверение личности военнослужащих Российской Федерации;
- зачетная квалификационная книжка (или удостоверение спортивного звания);
- полис обязательного медицинского страхования;
- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал).

4. Условия подведения итогов

1. Спортивные соревнования проводятся в комплексных заданиях 3-х видов (максимальное количество повторений, максимальная скорость, максимальный вес).

2. Комплексы и набор упражнений в комплексах представлены в Приложении № 2.

Победитель соревнований определяется исходя из 100 – бальной системы подсчета очков по наибольшему числу баллов, набранных в ходе соревнования. Баллы начисляются за занятое спортсменом место в каждом задании в соответствии с Правилами вида спорта.

В случае равенства набранных очков победитель определяется по количеству высших мест в предыдущих заданиях.

3. Итоговые результаты (протоколы) и отчеты главных судейских коллегий на бумажном и электронном носителях представляются в Минспорт России и ФГБУ «ФЦПСР» в течение двух недель со дня окончания спортивного соревнования.

5. Награждение победителей и призеров

1. Спортсмены, занявшие 1, 2, 3 места награждаются медалями, дипломами и памятными призами Министерства спорта Российской Федерации.

2. Тренеры спортсменов - победителей спортивного соревнования, занявших первое место на чемпионате России, награждаются дипломами Министерства спорта Российской Федерации.

3. Дополнительно могут устанавливаться призы для награждения спортсменов, тренеров и судей от ОФСОО «Федерация функционального многоборья», спонсоров и других организаций.

6. Условия финансирования

1. Минспорт России осуществляет финансовое обеспечение спортивных соревнований в соответствии с Порядком финансирования за счет средств федерального бюджета и Нормами расходов средств на проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий (в том числе значимых международных официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на 2024 год.

2. Дополнительное финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению спортивных соревнований, осуществляется за счет средств бюджетов субъектов Российской Федерации, бюджетов муниципальных образований и внебюджетных средств других участвующих организаций.

3. Расходы по командированию (проезд, питание, размещение и страхование) участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

ЗАЯВКА

На участие в _____
 _____ по _____
 (наименование соревнований)

От _____
 (субъект РФ)

№ п/п	Фамилия спортсмена	Имя спортсмена	Отчество спортсмена	Дата рождения (число, месяц, год)	Спортивный разряд, звание	Субъект РФ, город	Спортивная организация	Весовая категория	Ф.И.О. тренера (полностью)	Виза врача и печать

_____ (_____)

 Руководитель региональной спортивной федерации _____ (_____)

 Подпись

Руководитель органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в области физической культуры и спорта _____ (_____) _____

М.П. «___» _____ 202__

Подпись

СПОРТИВНАЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ЧЕМПИОНАТА РОССИИ

**Комплексы и набор упражнений в комплексах для следующих спортивных дисциплин:
Весовая категория 63 кг, Весовая категория 63+ кг, Весовая категория 85 кг, Весовая категория 85+ кг.**

№ комплекса	Набор упражнений	Условия
1	- Жим штанги стоя.	Победителем является тот, кто покажет взятие максимального веса в лучшей засчитанной попытке.
2	- ходьба на руках, - сгибание разгибание рук в упоре лежа с выпрыгиванием (берпи), - рывок гантели - выбросы гантели из положения седа в положение стоя на прямые руки.	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
3	- бег.	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
4	- перенос мешка, - бег	Победителем является тот, кто быстрее выполнит заданное количество упражнений. В том случае, если спортсмен не успевает выполнить заданное количество упражнений, включённых в раунд, его результатом будет количество повторений упражнений, которые он успел сделать в отведённое время.
5	- выходы на перекладину киппингом, - подтягивания киппингом до уровня груди груди, - подъемы ног к перекладине, - толкание саней.	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
6	- рывок штанги в сед	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
7	- становая тяга, - подъем по канату с использованием ног.	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.

СПОРТИВНАЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА КУБКА РОССИИ

**Комплексы и набор упражнений в комплексах для следующих спортивных дисциплин:
Абсолютная весовая категория.**

№ комплекса	Набор упражнений	Условия
1	- Становая тяга	Победителем является тот, кто покажет взятие максимального веса в лучшей засчитанной попытке.
2	- Гребля 5км	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
3	- Ходьба на руках	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
4	- сгибание разгибание рук в упоре на кольцах, - подъем штанги на грудь в стойку	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
5	- приседание со штангой на груди - сгибание разгибание рук в упоре лежа с выпрыгиванием (берпи)	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
6	- двойные прыжки через скакалку - подносы ног к турнику - подъем по канату с ногами - двойные прыжки через скакалку	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
7	- подъем штанги на грудь - сгибание разгибание рук в упоре лежа с выпрыгиванием (берпи) - выходы на кольца	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
8	- ассолтбайк - рывок гири с виса - тяга саней	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.

СПОРТИВНАЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПЕРВЕНСТВА РОССИИ

**Комплексы и набор упражнений в комплексах для следующих спортивных дисциплин:
Весовая категория 63 кг, Весовая категория 63+ кг, Весовая категория 85 кг, Весовая категория 85+ кг.**

№ комплекса	Набор упражнений	Условия
1	- Рывок штанги в сед.	Победителем является тот, кто покажет взятие максимального веса в лучшей засчитанной попытке.
2	- ходьба на руках, - подъем по канату с ногами - выходы силой на кольца	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
3	- подносы ног к турнику - ассолтбайк - перенос мешка	Победителем является тот, кто быстрее выполнит заданное количество упражнений. В том случае, если спортсмен не успевает выполнить заданное количество упражнений, включённых в раунд, его результатом будет количество повторений упражнений, которые он успел сделать в отведённое время.
4	- гребля	Победителем является тот, кто покажет наименьшее время.
5	- выходы на перекладину киппингом, - подтягивания киппингом до уровня груди груди, - двойные прыжки через скакалку	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
6	- трастеры штанги	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.
7	- становая тяга, - броски набивного мяча в цель	Победителем является тот, кто выполнит большее количество повторений, за заданный отрезок времени.