



С.Л. Омельков

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении турнира по силовому экстриму в день физкультурника,  
посвященных «100-летию Министерства спорта России»

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- турнир по силовому экстриму проводится с целью популяризации силовых видов спорта, как пропаганда здорового образа жизни и наиболее эффективных средств оздоровления населения Артинского городского округа;
- популяризации и повышения соревновательного опыта среди начинающих спортсменов-любителей, а также выявления сильнейшего атлета;
- увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой.

### ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Время проведения соревнований определяется в соответствии со сценарием проведения праздника Дня физкультурника 12 августа 2023 г. Начало в 12-00 ч. Очередность выступления участников соревнований определяется перед началом первого упражнения жребием. Соревнования проводятся по адресу: пгт. Арти, ул. Ленина 141 а, на стадионе МБУ «Старт». Заявки принимаем на почту

[mu-start@yandex.ru](mailto:mu-start@yandex.ru) до 07.08.2023 г.

по форме:

- ФИО и возраст;
- Контактный телефон участника.

### СИСТЕМА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Упражнения турнира

1. Перекатывание колеса 5 раз
2. Перенос гирь 24 кг 2 шт – 20 метров
3. Перенос бревна - 25 метров.
4. Жим штанги на бицепс 15 кг 10 раз.
5. Буксировка автомобиля 30 метров.

Общая протяженность трассы 400 метров.

**УЧАСТНИКИ:** К участию в турнире допускаются спортсмены с 16 лет (включительно). К соревнованиям допускается не более 10 человек. К соревнованиям допускаются только спортсмены не имеющие медицинских

противопоказаний – своим участием спортсмен подтверждает отсутствие у него таковых.

**ФОРМА:** Атлеты допускаются к участию только при наличии у них спортивной формы, не создающей помех судейской оценке качества движения (шорты либо комбинезон), и спортивной обуви.

**РУКОВОДСТВО:** Общее руководство и проведение Турнира осуществляет МБУ «Старт».

**Судьи на дистанции:**

1. Шистеров А.И,
2. Омельков Л.С,
3. Куляшов М.Г,
4. Алексанов Э.В,
5. Омельков С.Л

**Секретари на дистанциях:**

Просвирнина Е.В.  
Шистерова Е.С.

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ:** победитель определяется по наименьшему количеству времени, затраченному на преодоление трассы.

**НАГРАЖДЕНИЕ:** Занявшие 1,2,3 место награждаются ценными призами.

**ФИНАНСИРОВАНИЕ:** Расходы, связанные с подготовкой, проведением и награждением победителей соревнований, осуществляется за счет местного бюджета МБУ «Старт».