«Утверждено»

**Президент федерации пауэрлифтинга  
Псковской области (WPC Россия)  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_В. А. Бородий  
"\_\_\_\_"\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2013 г.**

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Чемпионата Псковской области по жиму лежа**

1. **Цели и задачи:**

**-** *популяризация силовых видов спорта среди жителей г.Пскова и Псковской области;*

*- выявление сильнейших спортсменов;*

*- привлечение жителей города и области к ведению трезвого образа жизни, отказа от употребления алкоголя, табака и других наркотических веществ.*

**2. Сроки и место проведения:**

*Соревнования проводятся* ***14 декабря 2013 года по адресу: г. Псков, ул. Комдива Кирсанова, 5 (здание Дома Офицеров, спортивный клуб «Ultimate»).***

***Программа соревнований:***

*09-00- 11-00 – взвешивание и регистрация участников;*

*12-00 – начало соревнований в классическом жиме лёжа;*

**3. Руководство соревнованиями:**

*Ответственный за проведение соревнований – президент федерации пауэрлифтинга Псковской области (WPC Россия) – В.А. Бородий. Главный судья соревнований –Прокуденков А. ,секретарь соревнований –Петров О.С . Соревнования по пауэрлифтингу и жиму штанги лежа проводятся по действующим международным правилам WPC.*

**4. Участники соревнований:**

*4.1. К участию в соревнованиях по классическому жиму лежа допускаются спортсмены, зарегистрированные в г.Пскове и Псковской области, либо работающие или обучающиеся в г.Пскове и Псковской области (для работников необходима справка с работы, для студентов зачетная книжка), и оплатившие стартовый взнос за участие в соревнованиях в размере 200 руб. Все участники должны иметь паспорт или документ, заменяющий его, допуск врача.*

*4.2. Группы и категории:*

***Классический жим лежа:***

*Юниоры – до 75 кг и свыше 75 кг;*

*Мужчины —75 кг; 82,5 кг; 90 кг; 100 кг; 110 кг; 125 кг.*

*Женщины – абсолютная категория.*

***Дивизион ПОДА:***

*Мужчины - абсолютная категория;*

***После регистрации участников в зависимости от количества заявленных спортсменов в категории могут быть внесены изменения.***

*4.3. Экипировка участников:*

*4.3.1. Обязательная: тяжелоатлетическое трико(либо шорты типо-«велосипедки»),футболка- полурукавка, спортивная обувь. Разрешается использования тяжелоатлетического или пауэрлифтерского пояса, кистевых бинтов в рамках правил WPC.*

*4.4. Спортсмены, не выполняющие требования по экипировке, к участию в соревнованиях не допускаются.*

*4.5. Организаторы не несут ответственность за состояния здоровья спортсменов, а также риски, связанные с получением спортивной травмы.*

**5. Порядок определения победителей:**

*Соревнования личные. Победители определяются согласно правилам WPC,в абсолютной категории при помощи коэффициента Глоссбренера. При одинаковой сумме, победителем становится атлет с наименьшим собственным весом.*

**6.Награждение:**

*Спортсмены, занявшие первые три места в каждой возрастной и весовой категории, награждаются медалями и дипломами.*

*Абсолютное первенство: разыгрывается среди мужчин и женщин по формуле Глоссбреннера среди следующих групп:*

*- спортсмены до 23 лет (среди юноши и юниоров)*

*- спортсмены 24-39 лет (среди открытой )*

**7.Финансирование:**

*7.1. Аренда помещения, доставка оборудования, награждение, афиширование, оплата судейства за счет федерации пауэрлифтинга Псковской области (WPC Россия.*

*7.2. Соревновательное оборудование (штанги, стойки) предоставляется  
спортивным клубом «****Ultimate****»*

*7.3. Награждение ценными подарками за счет средств федерации пауэрлифтинга Псковской области (WPC Россия)*

**8.Заявки**

*Предварительные заявки подаются до 10 декабря 2013 г.*

*Тел. (СК «Ultimate»): 8(8112) 60-31-52.*

**Данное положение является официальным вызовом на соревнования**