



“УТВЕРЖДАЮ”
Директор МУ “ЦФиС”
Гусаковский К.С.

МУ «Центр физкультуры и спорта» МО ГП «город Балабаново»

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении физкультурного мероприятия «Всероссийский день ходьбы»

1. Цели и задачи.

Физкультурное мероприятие «Всероссийский День ходьбы» (далее «мероприятие») проводится с целью:

- привлечения жителей города к занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации ходьбы, как наиболее естественного и доступного вида физической активности;
- проведения акции «10000 шагов к жизни», посвященной Всемирному Дню сердца;
- выявления сильнейших спортсменов.

2. Сроки и место проведения.

2.1. Мероприятие проводится 1 октября 2023г. Начало в 10:00.

2.2. Место проведения – городской стадион, г.Балабаново, ул 50 лет Октября д.14.

3. Организаторы.

Организатором мероприятия является МУ «ЦФиС». Непосредственное проведение мероприятия возлагается на судейскую коллегию. Главный судья: Дробатухин Илья Вячеславович, к.т. 89109174181. Информационный сайт– vk.com/vk.cfis (сообщество «Центр физкультуры и спорта г.Балабаново» во Вконтакте).

4. Финансирование.

Расходы, связанные с организацией и проведением мероприятия несет МУ "ЦФиС". Расходы по командированию - командирующие организации. Стартовый взнос отсутствует.

5. Участники, заявки.

5.1. К участию в мероприятии допускаются все желающие спортсмены и любители спорта, имеющие соответствующую спортивную подготовку, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Ответственность за жизнь и здоровье, соблюдение правил безопасности на мероприятии участники (родители несовершеннолетних участников) несут лично, о чем ставят подпись на регистрации.

5.2. Заявки на участие принимаются на сайте orgeo.ru/event/30716 до 30 сентября, 15:00, либо до достижения лимита участников. Заявка на сайте обязательна!

5.3. Если заявившийся участник по каким-либо причинам не сможет быть на мероприятии, то ему необходимо удалить свою заявку на сайте orgeo.ru. Для этого в разделе «участники» напротив своей фамилии нужно нажать на кнопку «карандаш» (редактирование заявки), далее «удалить заявку полностью», либо «корзина» (удалить участника) и «подать заявку», если в заявке было несколько участников.

6. Регламент проведения и программа мероприятия.

6.1. Мероприятие включают общую разминку для участников, массовый несоревновательный заход на 500 м для всех желающих и заход на 1 км и 2 км с определением результата участников. По завершению мероприятия – подведение итогов и чаепитие.

6.2. Участвующие группы:

Группа	Участники	Дистанция
М 06-мл и Ж 06-мл	Юноши и девушки 2006 г.р. и моложе	2 км
М 05-84 и Ж 05-84	Мужчины и женщины 2005-1984 г.р.	2 км
М 83-74 и Ж 83-74	Мужчины и женщины 1983-1974 г.р.	2 км
М 73-64 и Ж 73-64	Мужчины и женщины 1973-1964 г.р.	2 км
М 63-54 и Ж 63-54	Мужчины и женщины 1963-1954 г.р.	2 км
М 53-44 и Ж 53-44	Мужчины и женщины 1953-1944 г.р.	1 км
М 43-ст и Ж 43-ст	Мужчины и женщины 1943 г.р. и старше	1 км

6.3. Участники должны преодолевать дистанцию используя технику скандинавской ходьбы – ходьбу с попеременным отталкиванием палками.

Критерии оценки техники скандинавской ходьбы:

- попеременное разноименное движение рук и ног с обязательным касанием земли и отталкиванием палками на каждый шаг;
- отсутствие фазы полёта (бега, прыжка).

За грубое несоблюдение техники скандинавской ходьбы по решению судей участник может быть дисквалифицирован.

6.4. Предварительная программа мероприятия:

10:00 – начало выдачи стартовых номеров

10:30 – массовый несоревновательный заход на 500м

11:00 – заход на 1 км и 2 км с определением результата участников.

Окончательная программа мероприятия будет определена после закрытия приёма заявок и вывешена на vk.com/vk.cfis 17 сентября в 19:00.

6.5. В рамках мероприятия проводится Акция «10 000 шагов к жизни», посвящённая Всемирному Дню сердца

7. Подведение итогов и награждение.

7.1. Протокол соревнований на дистанции 1 км и 2 км вывешивается сразу после финиша всех участников. Победители и призёры в своих возрастных группах награждаются грамотами МУ «ЦФС».

7.2. Все участники мероприятия награждаются дипломами Всероссийского Дня ходьбы.