

«СОГЛАСОВАНО»


Директор СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Петродворцового района Санкт-Петербурга»

  
\_\_\_\_\_  
П.П.Пилипчук  
«    »                      2024 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник отдела физической культуры и спорта администрации Петродворцового района Санкт – Петербурга

  
\_\_\_\_\_  
К.А.Арифуллин  
«    »                      2024г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Гонки с препятствиями  
«Испытай себя!»,  
посвященной Году Семьи

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Гонка с препятствиями «Испытай себя!», посвященная Году Семьи, (далее - Мероприятие), проводится в соответствии с Календарным планом спортивно-массовых и физкультурно-массовых мероприятий Петродворцового района Санкт-Петербурга на 2024 год.

Целью проведения Мероприятия является вовлечение населения Петродворцового района Санкт-Петербурга в систематические занятия физической культурой и спортом, в соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта и Государственной программой развития физической культуры и спорта Российской Федерации.

Главными задачами Мероприятия являются:

- популяризация гонок с препятствиями;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом.

## **2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Гонка с препятствиями «Испытай себя!» проводится 18 августа 2024 года с 10:00 до 13:00 в г.Ломоносов, на территории Красного пруда (Волейбольная площадка).

Организаторы оставляют за собой право изменить форму и сроки мероприятия.

## **3. ОРГАНИЗАТОРЫ**

Общее руководство подготовкой и проведением Мероприятия осуществляет отдел физической культуры и спорта администрации Петродворцового района Санкт-Петербурга.

Непосредственное проведение Мероприятия и обработку результатов участников осуществляет Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Центр физической культуры, спорта и здоровья Петродворцового района Санкт-Петербурга».

Главный судья - начальник отдела организации и проведения спортивно-массовых мероприятий и АФК – Кучева Е.В.

Секретарь – специалист, осуществляющий организацию и проведение спортивно-массовых мероприятий – Мистюкова Ю.С.

Контактный телефон (с кодом города) – (812) 661-17-95.

e-mail: office@cspr.spb.ru.

Состав судейской бригады формируется из числа спортивных судей федерации гонок с препятствиями Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

В индивидуальном зачете (категория «Атлет»), к участию в Мероприятии допускается население Петродворцового района от 18 лет и старше, имеющие медицинское заключение о допуске к участию в

Мероприятии, с действующим сроком годности (не более 6 месяцев с даты получения).

В фановом забеге (категория «Семья»), к участию в Мероприятии допускаются семейные команды, состоящие из 2-х человек, не зависимо от пола, имеющие медицинское заключение о допуске к участию в Мероприятии, с действующим сроком годности (не более 6 месяцев с даты получения). Обязательным условием является участие в команде ребенка от 11 до 17 лет.

Каждый участник перед участием в Мероприятии подписывает расписку о том, что он несет персональную ответственность за состояние своего здоровья, в связи с отсутствием у организаторов возможности проверки подлинности медицинского заключения. Участник, не представивший расписку, к участию в Мероприятии не допускается.

Для участников от 11 до 17 лет расписку о персональной ответственности за жизнь и здоровье ребенка подписывает один из родителей.

К участию в Мероприятии не допускаются:

- участники, не соответствующие требованиям Положения, в части условий допуска участников.

## 5. ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

09.00 - регистрация участников

10.00 – торжественное открытие мероприятия, брифинг

10.30 - старт

Организаторы оставляют за собой право изменить сроки и форму проведения Мероприятия. Изменения публикуются не позднее чем за 24 часа до начала Мероприятия.

Мероприятие проводится в индивидуальном и командном (фановом) зачетах.

Индивидуальный зачет (категория «Атлет») проводится в возрастных категориях:

- мужчины/женщины – 18-29 лет;
- мужчины/женщины – 30-39 лет;
- мужчины/женщины – 40+.

Командный (фановый) формат (категория «Семья»):

- состав команды: два человека из одной семьи, не зависимо от пола (взрослый от 18 лет и старше и ребенок от 11 до 17 лет).

Участникам необходимо преодолеть трассу с препятствиями по пересеченной местности. Протяженность трассы 4+ км. 11 препятствий для всех категорий участников:

1. **Триада.** Задача: преодолеть барьер из трех деревянных стен, высотой от 2 до 2,5 м;
2. **«Человек паук».** Задача: перелезть через сетку высотой 3 метра;
3. **Баланс.** Задача: пройти от начала до конца по стропе, держась за другую стропу руками;
4. **Рукоход Хеликоптер.** Задача: преодоление препятствия с помощью рук, не касаясь земли.
5. **Перенос тяжести.** Задача: пронести груз по маркированному кругу;

6. **Под-над.** Задача: преодолеть деревянные барьеры - один перепрыгнуть сверху, под другим пролезть;
7. **Рукоход «Кольца» на стропе.** Задача: преодоление препятствия с помощью рук, не касаясь земли;
8. **Покрышки Шварца.** Задача: перетащить серию покрышек с одного столба на другой, расстояние между столбами 5 метров;
9. **Валик.** Задача: проползти под двумя конструкциями из шин;
10. **«Шашлык на вертеле».** Задача: прокрутить бревно с помощью рук и ног, не касаясь земли, по направляющим на дистанции 2 метра;
11. **«Меткий стрелок (лазерное оружие)».**

Содержание и порядок этапов может меняться по решению главной судейской коллегией.

В случае обстоятельств непреодолимой силы, актов правонарушений и/или вандализма, выявленных конструктивных недостатков в отношении препятствий организаторы имеют право в любой момент исключить/заменить на аналогичное препятствие с трассы.

## **6. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

Участникам запрещается находиться на трассе и преодолевать препятствия до старта Мероприятия или после.

За 30 минут до начала Мероприятия проводится брифинг для всех категорий участников, на котором сообщается об изменениях или дополнениях к настоящему Положению, если таковые имеются, об изменениях трассы или препятствий, если таковые имеются в силу возникших погодных или иных обстоятельств, поясняет специфику прохождения отдельных препятствий, если это требуется. Отсутствие участника на брифинге не освобождает его от действия изменений, и условий, оговоренных на брифинге.

Экипировка участников должна соответствовать погодным условиям в день забега. Запрещается брать с собой на трассу предметы, которые могут нанести вред другим участникам. Не допускается использование обуви с металлическими шипами.

Участнику выдается повязка на голову с индивидуальным номером, которую необходимо расположить на голову или на руку таким образом, чтобы судьи на этапах могли видеть его индивидуальный номер, переворачивать повязку и снимать повязку запрещено. Судья может дисквалифицировать участника в случае, если участник при запросе не надевает повязку и не показывает свой номер.

При прохождении трассы участникам необходимо оставаться в пределах специально маркированной зоны, случайное или намеренное сокращение пути не допускается. Участникам запрещается наносить ущерб маркировке, препятствиям и окружающей среде. В том случае, если участник сошел с трассы, ему необходимо вернуться на то место, откуда он сошел, и продолжить прохождение с данного места.

Участникам необходимо уступать дорогу более быстрым участникам, запрещается намеренно задерживать других спортсменов или удерживать линию прохождения препятствия оставаясь на ней без движения.

Начинать прохождение препятствия спортсмен может только по сигналу судьи. После прохождения препятствия участник обязан удостоверить у судьи, что прошел препятствие верно и может продолжать движение.

Не разрешается обходить препятствия. На каждом препятствии находится судья, который по необходимости поясняет порядок прохождения препятствия.

За неподчинение судье, не прохождение препятствия (неполное выполнение штрафа), неспортивное поведение, участники могут наказываться дисквалификацией, удалением участника с Мероприятия. По требованию судьи участник должен сообщить свой стартовый номер или номер электронного чипа, в случае отказа сообщить номер – снятие с дистанции.

Споры и пререкания с Судьями недопустимы, участник, нарушивший данное требование Положения может быть дисквалифицирован.

Участникам на старте прикрепляется чип фиксации времени, в ходе гонки спортсмен сам несет ответственность за целостность чипа и утерю. В случае невозможности получения достоверного результата по причине утери чипа или его повреждения, участник не будет включен в зачет Мероприятия.

В зоне препятствия, ограниченного конструкцией препятствия, и зоне в радиусе 5 м препятствия запрещено находиться всем за исключением судей, организаторов, и стартовавших участников Мероприятия.

Участник выполняет штрафное задание в месте, указанном судьей на препятствии, так, чтобы не мешать другим участникам в прохождении трассы, в случае нарушения требования судьи, участник может быть дисквалифицирован.

Для всех категорий участников попытка прохождения препятствия обязательна. При этом не допускается формальный подход к выполнению и/или легкое касание элементов препятствия. Судья вправе обязать участника сделать дополнительную попытку.

Не разрешается обходить препятствия. Все препятствия участники категории «Атлет» проходят самостоятельно. Принимать чью-либо помощь запрещено.

Для участников категории «Семьи», достаточно преодолеть препятствие одному из участников команды, при этом допускается оказание помощи при прохождении препятствий. Помощь может оказывать только член команды.

В случае неудачной попытки преодоления препятствия участнику разрешается пробовать преодолеть его два раза, при условии, что он/она не мешает в этот момент другим участникам, делающим первую попытку преодоления. Каждую новую попытку участник выполняет в порядке живой очереди со стартовой точки данного препятствия.

В случае, если участник категории «Атлет» не может пройти препятствие – ему необходимо выполнить 20 штрафных бёрпи (для категории «Семьи» - 30 приседаний на команду), и после выполнения штрафа продолжить движение по трассе можно только после разрешения судьи.

Решение о прохождении либо не прохождении участником препятствия, а также о наложении на участника штрафа в виде 20/30 упражнений принимается судьями, присутствующими на каждом препятствии. При выполнении штрафных бёрпи участник считает вслух, должен коснуться грудью земли и в прыжке хлопнуть над головой. В случае сокращения количества штрафных бёрпи путем недосчета или обмана судьи, участник дисквалифицируется.

Все участники по завершении трассы должны сдать чип электронного хронометража.

В случае, если участник сходит с дистанции, он отдает свой чип судье на этапе или волонтеру на трассе и далее не имеет право продолжать прохождение трассы.

Результаты участников фиксируются электронной системой хронометража. Время старта участников определяется по фиксации чипа на стартовой и финишной станциях. Участникам необходимо убедиться в том, что чип хорошо закреплен, во время движения по трассе участник обязан следить за тем, чтобы чип не был утерян или поврежден.

В категории «Семьи» команды бегут в фановом формате с фиксацией времени.

При прохождении дистанции разница между членами одной команды не должна превышать 30 метров (на препятствиях, трассе, финише).

Команда, преодолевая препятствия, движется по одной полосе.

Протесты и претензии, касающиеся распределения призовых мест, подаются в оргкомитет и рассматриваются оргкомитетом в день Мероприятия до награждения.

Претензии, не касающиеся распределения призовых мест, рассматриваются в течении трех дней после проведения Мероприятия. Рассматриваются только те претензии, которые могут повлиять на результаты.

Претензии отправляются на электронный адрес [office@cspr.spb.ru](mailto:office@cspr.spb.ru)

При подаче претензии необходимо указать следующие данные:

- фамилия и имя, стартовый номер (анонимные обращения не рассматриваются);
- суть претензии;
- указание пункта настоящего Положения, который был нарушен.

Претензии принимаются только от участников.

## **6. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Результаты участников в индивидуальном зачете «Атлет» фиксируются электронной системой хронометража.

Личное первенство в индивидуальном зачете определяется по наилучшему времени, показанному участниками, в каждой категории. В случае равного времени у призеров, проводится дополнительный забег (до 500м с препятствиями).

В категории «Семьи» команды бегут в фановом формате.

## **7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники, занявшие 1-3 места в индивидуальном зачете «Атлет», в каждой возрастной категории награждаются дипломами, медалями и памятными призами.

Всем участникам индивидуального зачета «Атлет» вручаются памятные сувениры.

В Фановом формате категории «Семьи» победители не выявляются.

Всем участникам командного зачета «Семьи» вручаются памятные сувениры и дипломы.

Организаторы оставляют за собой право вручения дополнительных специальных призов и дипломов.

## **8. ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Финансирование осуществляется из средств бюджета Санкт-Петербурга, предусмотренных СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Петродворцового района Санкт-Петербурга» в соответствии с адресной программой спортивно - массовых и физкультурно - массовых мероприятий на 2024 год по целевой статье 041P545010 «Расходы на проведение мероприятий по физическому воспитанию населения».

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года №353.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. № 1144-Н «О порядке 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 и заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Каждый участник должен иметь действующий медицинский допуск, который является основанием для допуска к участию в Мероприятии.

## **10. ПОДАЧА ЗАЯВОК**

Заявки на участие категории «Атлет» принимаются путем заполнения онлайн формы в группе VK «Центр спорта Петродворцового района» <https://vk.com/cspetrodvorets>. В день проведения мероприятия заявки принимаются только при наличии свободных мест.

Заявки на участие категории «Семьи» принимаются в бумажном и электронном (сканированном) виде по адресу: г. Ломоносов, ул.

Михайловская, д. 29, каб.226, e-mail: [mjs@cspr.spb.ru](mailto:mjs@cspr.spb.ru). Форма заявка указана в Приложении №1, обязательным является допуск врача.

Прием заявок обеих категорий заканчивается в **18.00 15 августа 2024 года, либо по достижении лимита участников:**

- 60 человек в индивидуальном зачете «Атлет»;
- 10 команд в командном зачете «Семьи».

Начальник отдела  
организации и проведения  
спортивно-массовых мероприятий и АФК

Е.В. Кучева

«СОГЛАСОВАНО»  
Заместитель директора по СМР  
СПб ГБУ «Центр спорта  
Петродворцового района»

Н.А. Афанасьева



Приложение №1  
к Положению  
о проведении мероприятия

### ЗАЯВКА

На участие в Гонке с препятствиями «Испытай себя!», посвященной Году  
Семьи

---

---

(название команды)

Категория «Семьи»

№	ФИО	Дата рождения
1		
2		

Представитель команды \_\_\_\_\_

Контактный телефон \_\_\_\_\_