



Утверждаю

Президент Российского Союза гиревого спорта
_____ И.Н. Денисов



**Положение
о проведении Онлайн + Офлайн Открытого
Чемпионата России среди клубов по гиревому
спринту.**

**ОНЛАЙН
2022**

1. Цель и задачи

- популяризация соревнований с гирями;
- развития новых дисциплин гиревых состязаний;
- развития любительского и клубного гиревого спорта в России.

2. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся с 13 января 2022 года по 20 января 2022 года в рамках Группы Б Офлайн Чемпионата России по гиревому спринту 2022.

3. Руководство проведением соревнования:

Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляет РСГС. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию. Главный судья соревнований – Денисов Иван Николаевич, главный секретарь соревнований – Подгорный Иван.

4. Участники соревнований:

Соревнования проводятся как личные. Чемпионате России по гиревому спринту раздельное. Классические упражнения с гирями выполняются по правилам, утвержденным Российским Союзом гиревого спорта. К соревнованиям допускаются спортсмены России и мира.

5. Программа и порядок проведения соревнований:

Соревнования проводятся в личном первенстве.

Взвешивание участников выполняется совместно с видео выступления и взвешивания гирь.

Программа Чемпионата России по гиревому спринту.

Мужчины:

- Толчок гирь 1 минута, 2 минуты, 3 минуты, 5 минут
- Жим гири 50 кг - 1 минута
- Толчок гирь 50 кг -1 минута
- Двоеборье 5 минут (толчок + рывок)
- Троеборье (Длинный цикл + толчок + рывок) С Абсолютным призом!
- Рывок гири 5 минут
- Длинный цикл 1 минута, 3 минуты, 5 минут
- Рывок двух гирь 1 минута
- Полурывок двух гирь 3 минуты
- Командный Фэйс ОФ. 2 участника толчок гирь 24 кг.

Женщины:

- Толчок гирь 1 минута, 2 минуты, 3 минуты, 5 минут
- Двоеборье 5 минут (толчок + рывок)
- Троеборье (Длинный цикл + толчок + рывок) С Абсолютным призом!
- Рывок гири 5 минут
- Рывок двух гирь -1 минута
- Длинный цикл 1 минута, 3 минуты, 5 минут.

Подробнее в Приложении 1,2.

Программа соревнований:

До 20 января включительно пройдет онлайн соревнования по гиревому спринту! Онлайн спортсмены будут выступать как Группа Б в Чемпионате России по гиревому спринту, который состоится 23 января 2022 года.

Награждение победителей и призеров соревнований после Офлайн соревнований 23 января 2022 года.

6. Определение победителей и награждение:

В Гиревом спринте спортсмены награждаются в каждой весовой категории дипломами и медалями. Онлайн выступление считается Группой Б Чемпионата России, который состоится 23 января 2022 года в Челябинске.

7. Финансирование:

Стартовый взнос за участие в соревнованиях для всех категорий участников, кроме детей, 2000 рублей в каждой дисциплине. Среди детей до 12 лет стартовый взнос 1000 рублей. Оплата при регистрации на <https://rosgiri.e-champs.com/>

8. Заявки:

Регистрация на соревнования состоится на платформе: <https://rosgiri.e-champs.com/>

Контактные данные: Денисов Иван Телефон: +79220100001

Подгорный Иван Телефон: +79823085772

**Настоящее Положение является официальным вызовом на
соревнования**

