

УТВЕРЖДАЮ

Вице-президент

РОО «Федерация спортивного ориентирования и спортивного туризма Республики Марий Эл»



А.В. Ложкина  
2022 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор

АНО «Центр скандинавской ходьбы Республики Марий Эл «Йолгорно»



А.С. Алексеев  
2022 года

## Регламент

**Физкультурно-спортивного Фестиваля «Йолгорно Марий Эл 2022»  
(Тропа Марий Эл 2022) проводимого в рамках Чемпионата России  
по спортивному туризму в спортивной дисциплине «северная ходьба»  
среди мужчин/женщин  
(северная ходьба 084029181Л)**

г. Йошкар-Ола  
2022 г

## **1. Общее положение**

Физкультурно-спортивный Фестиваль «Йолгорно Марий Эл 2022» (Тропа Марий Эл 2022) – (далее мероприятие) проводимый в рамках Чемпионата России по спортивному туризму в спортивной дисциплине «северная ходьба» среди мужчин/женщин проводится с целью:

- укрепления здоровья граждан,
- формирования навыков здорового и активного образа жизни
- развития и популяризации ходьбы с палками среди жителей Республики Марий Эл.

Задачами проведения мероприятия являются:

- привлечение внимания жителей Республики к новому виду спорта
- выявление сильнейших спортсменов на дистанции
- повышение спортивного мастерства
- массовое привлечение населения к регулярным занятиям физкультурой и спортом
- обмен опытом между спортсменами, любителями, тренерами, судьями, руководителями спортивных организаций и клубов.

## **2. Место и сроки проведения**

Физкультурно -спортивный Фестиваль «Йолгорно Марий Эл 2022» проводимый в рамках Чемпионата России по спортивному туризму в спортивной дисциплине «северная ходьба» среди мужчин/женщин (далее – соревнования) проводятся 16 июля 2022 г.

Место проведения - Республика Марий Эл, Медведевский район, дер. Корта, УТБ «Корта» (ул. Корта, д.74).

## **3. Организаторы**

Непосредственное проведение мероприятия возлагается на Федерацию спортивного ориентирования и спортивного туризма Республики Марий Эл и Центр скандинавской ходьбы Республики Марий Эл «Йолгорно».

## **4. Условия проведения**

Мероприятие проводится в соответствии:

- с действующими Правилами вида спорта спортивный туризм в спортивной дисциплине «северная ходьба» утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 апреля 2021 г. №255.
- для лиц не имеющих палки для северной ходьбы, организуется прокат палок – 100 руб.. При выдаче палок залоговая сумма 1000 руб., по возвращении палок залоговая сумма возвращается.

## 5. Программа

| 16 июля (суббота)   |   |
|---|---|
| Физкультурно-спортивный фестиваль<br>«Йолгорно Марий Эл 2022» («Тропа Марий Эл 2022») |   |
| 09.00 – 10.20   | - Комиссия по допуску, выдача стартовых пакетов                                     |
| 10.25 – 10.35   | - Общая разминка  |
| 10.40 – 10.55   | - Открытие Фестиваля (техническая информация)                                       |
| 11.00 – 11.30   | - Общий старт на не соревновательную дистанцию 1,5 км.                              |
| 11.30 – 13.00   | - Групповые старты на 5 км, возрастные группы 18-29 лет, 30-49 лет, 50 лет и старше |
| 14.30   | - Награждение победителей и призеров  |
| 17.00   | - Экскурсионная программа   |

## 6. Требования к участникам. Условия допуска к соревнованиям

| Возрастная группа | Возраст спортсмена  | Спортивная квалификация (не ниже)        | Класс Дистанций / километры |
|-------------------|---|--|-----------------------------|
| Мужчины/женщины   | Дети 7 - 18 лет, пожилые граждане, люди с ограниченными возможностями | Без требований к спортивной квалификации | 1 / 1,5                     |
| Мужчины/женщины   | 18 - 29 (2004 - 1993)   | Без требований к спортивной квалификации | 2 / 5                       |
| Мужчины/женщины   | 30 - 49 (1992 - 1973)   | Без требований к спортивной квалификации | 2 / 5                       |
| Мужчины/женщины   | 50 + (1972 +)   | Без требований к спортивной квалификации | 2 / 5                       |

К дистанции 1,5 км допускаются дети 7-18 лет, пожилые граждане, а так же самостоятельно передвигающиеся, дееспособные лица с ограниченными возможностями здоровья на общих основаниях.

К участию на дистанцию 5 км допускаются все желающие, достигшие 18 лет и более лет в 2022 году по трем возрастным группам.

## 7. Условия финансирования

Расходы, связанные с проведением мероприятия, несет РОО «Федерация спортивного ориентирования и спортивного туризма Республики Марий Эл» и АНО «Центр скандинавской ходьбы Республики Марий Эл «Йолгорно».

Расходы по участию в мероприятии (проезд участников к месту спортивных мероприятий и обратно, проживание, питание участников во время спортивных мероприятий, прокат и провоз снаряжения) несут командирующие организации.

На мероприятие вводится заявочный взнос за участие. Заявочный взнос составляет 500 рублей с одного участника.

Оплата заявочного взноса производится по безналичному расчету по реквизитам:

АНО ЦСХ РМЭ "Йолгорно"

ИНН 1215223665

КПП 121501001

ОГРН 1181215002540

Счёт 40703810037000000428

БИК 048860630

Банк ОТДЕЛЕНИЕ МАРИЙ ЭЛ N8614 ПАО СБЕРБАНК

Корр. счёт 30101.810.3.00000000630

Назначение платежа: Заявочный взнос за участие в спортивном мероприятии.

В случае отказа участника от выступления на мероприятии заявочный взнос не возвращается.

Для лиц моложе 18 лет и старше 70 лет, для лиц с ограниченными возможностями участие на не соревновательный старт бесплатно.

## **8. Награждение**

Лидеры среди мужчин и женщин в своих возрастных группах, занявшие 1, 2 и 3 места, будут награждены медалями и грамотами. Все лица прошедшие свои дистанции получают на финише медаль финишера.

## **9. Обеспечение безопасности участников и зрителей, медицинское обеспечение, антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий**

Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правилам обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. N 353.

Оказание скорой медицинской помощи, а также допуск участников осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. №1144н «Об утверждении порядка 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, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить

нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами (далее - Правила), утвержденными приказом Минспорта России от 9 августа 2016 года N 947.

При проведении соревнований руководствоваться постановлением главного Государственного санитарного врача российской Федерации от 30.06.2020 №16, Правительства Республики Марий Эл от 05.08.2020 г. №313, приказом и рекомендациями Министерства молодежной политики, спорта и туризма Республики Марий Эл от 05 августа 2020 г. №466 «О проведении на территории Республики Марий Эл спортивных соревнований».

Участникам, представителям, тренерам и судьям, находящимся на соревнованиях, необходимо соблюдать Регламент по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории РФ в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 и его дополнений и изменений.

## 10. Условия определения результатов

Соревнования проводятся по штрафной системе оценки нарушений:  
При определении результатов используется сумма штрафных баллов. Временной эквивалент одного штрафного балла устанавливается в 15 секунд.

| № п/п | Техническое нарушение   | Снижение оценки, баллов |
|-------|---|-------------------------|
| 1     | Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом  | 1 балл                  |
| 2     | Наклон корпуса вперед больше наклона передней палки   | 1 балл                  |
| 3     | Излишний подъем наконечников палок вверх и разброс в стороны  | 1 балл                  |
| 4     | Малая амплитуда движения рук - отсутствие выноса локтя вперед корпуса при постановке палки  | 2 балла                 |
| 5     | Малая амплитуда движения рук - отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания   | 2 балла                 |
| 6     | Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног   | 3 балла                 |
| 7     | Отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью (однократное)   | 3 балла                 |
| 8     | Движение на полусогнутых ногах  | 3 балла                 |
| 9     | Движение без отталкивания – отсутствие акцентированного контакта палок с опорной поверхностью (отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги) | 3 балла                 |
| 10    | Движение без отталкивания - волочение палок   | 3 балла                 |

|    |   |                  |
|----|---|------------------|
| 11 | Создание помех для движения соперников  | 3 балла          |
| 12 | Переход на бег или прыжки   | Красная карточка |
| 13 | Отказ участника от остановки по требованию судьи  | Красная карточка |
| 14 | Неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей зрителей) | Красная карточка |
| 15 | Сокращение участником дистанции соревнований  | Красная карточка |
| 16 | Невыполнение участником условий соревнований  | Красная карточка |

## 11. Правила соревнования и инвентарь

- Все участники соревнований при движении по дистанции используют резиновые наконечники.
- Участник, не явившийся на заявленный вид соревнований в срок менее, чем за 5 минут до старта, к старту не допускается, в исключительных случаях по решению Главного судьи соревнования.
- Участник, дисквалифицированный за неспортивное поведение или нарушение правил поведения на дистанции, лишается права дальнейшего участия в соревнованиях.
- Использование треккинг-палок на дистанции 5 км, ЗАПРЕЩЕНО.
- Использование наушников на данных дистанциях не допускается. Разрешается использование любых других электронных устройств, не создающих помех для движения участников.
- Участники должны использовать палки с тепляками, застёгивающимися на запястье. Во время движения участника темляки должны быть застегнуты, темляк/ перчатки с системой быстрой фиксации пристёгнуты к ручкам палок. Рекомендуемая длина палок определяется формулой «0,68 от роста участника  $\pm$  5см». Визуально рука с надетой палкой, вертикально поставленная на опору, должна образовывать в локтевом суставе угол, максимально близкий к прямому.
- Спортсмены-участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.
- Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.
- Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания.

- На каждый шаг должно производиться акцентированное отталкивание палкой от опорной поверхности. При завершении отталкивания палка не должна отрываться от опорной поверхности раньше находящейся сзади ноги. Волочение палок запрещено.

- Одна палка во время движения должна всегда сохранять контактс опорной поверхностью под острым углом. Наклон корпуса вперед не должен быть больше наклона передней палки. Излишний подъёмнаконечников палок вверх и разброс в стороны запрещены.

- Любые манипуляции с одеждой, обувью или палками участник может производить, только сойдя с дистанции за пределы дорожки. Запрещены действия, создающие помехи другим участникам соревнований, находящимся на дистанции.

- Участник, умышленно сокративший дистанцию, подлежит дисквалификации.

- Если в процессе движения на дистанции у участника происходит раскручивание телескопической палки, участник обязан не создавая помех другим участникам соревнований остановиться, принять вправо сойдя с дистанции, зафиксировать палку и потом продолжить движение.

## **12. Заявки на участие**

Предварительные заявки подаются до 12 июля 2022 года включительно. Для подачи предварительной заявки необходимо заполнить специальную форму-заявку на сайте: <https://hodi12.ru/>, в социальных сетях: <https://vk.com/club81930812>, <https://vk.com/club198078373>, <https://ok.ru/poydemkhod>

В комиссию по допуску подаются заявки и документы на каждого участника согласно «Правилам...» и Положению о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по спортивному туризму на 2022 год.

## **13. Контакты**

По всем вопросам организации и проведения соревнований обращаться по телефону 89625880770 – Калаев Юрий Владимирович, e-mail: [kalaev@mail.ru](mailto:kalaev@mail.ru), 89276843257 – Алексеев Алексей Семенович, e-mail: [almar888@mail.ru](mailto:almar888@mail.ru).

Всю информацию по соревнованиям смотрите на сайтах организаторов: <https://hodi12.ru/>, в социальных сетях: <https://vk.com/club81930812>, <https://vk.com/club198078373>, <https://ok.ru/poydemkhod>

**Данный Регламент является официальным вызовом на спортивные мероприятия!**