

**УТВЕРЖДАЮ:**

Начальник управления физической культуры и спорта Липецкой области



Маринин М.В.

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор государственного областного автономного учреждения Липецкой области «Центр спортивной подготовки»



Гуляев Р. В.

**СОГЛАСОВАНО:**

Президент Общественной организации «Липецкая областная федерация фитнес-аэробики»



Пронина Е.С.

**СОГЛАСОВАНО:**

ВРИО Директора МАУ Многофункционального спортивно-оздоровительного комплекса «Атлант»



Обоимова Ю.А.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель председателя комитета культуры, физической культуры, спорта и молодежи Администрации Липецкого муниципального округа Липецкой области



Печинин А.Ю.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении первенства Липецкой области по фитнес-аэробике

Липецкая область  
2025 год

## **1. Общие положения:**

1.1 Первенство Липецкой области по фитнес-аэробике (далее – соревнования) проводится на основании Календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Липецкой области на 2025 год и в соответствии с действующими Правилами вида спорта «фитнес-аэробика», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации № 56 от 26 января 2022 года.

1.2 Соревнования проводятся с целью популяризации и развития фитнес-аэробики на территории Липецкой области.

1.3 Задачами проведения Соревнований являются:

а) выявление сильнейших спортсменов для формирования списка кандидатов в спортивную сборную команды Липецкой области по фитнес-аэробике;

б) отбор спортсменов в спортивную сборную команду Липецкой области для подготовки к межрегиональным и всероссийским спортивным соревнованиям и участия в них;

в) подготовка спортивного резерва Липецкой области по фитнес-аэробике.

## **2. Организаторы Соревнований:**

2.1 Управление физической культуры и спорта Липецкой области (далее - УФКС ЛО) и государственное областное автономное учреждение Липецкой области «Центр спортивной подготовки» (далее – ГОАУ ЛО «ЦСП») осуществляет общее руководство подготовкой и проведением Соревнований.

2.2 Непосредственная организация и проведение Соревнования возлагается на ОО «Липецкую областную федерацию фитнес-аэробики» (далее – Федерация фитнес-аэробики) и на главную судейскую коллегию, утвержденную Федерацией фитнес-аэробики. Судейскую коллегию возглавляют главный судья и главный секретарь. Решения судейской коллегии оформляются протоколами за подписью главного секретаря и главного судьи.

Главный судья: Жарова Евгения Михайловна – 1 судейская категория.

Контактный номер телефона: 8-950-806-74-18.

Главный секретарь: Копылова Татьяна Сергеевна – 2 судейская категория.

## **3. Сроки и место проведения Соревнования:**

3.1 Сроки проведения: 2 марта 2025 года.

3.2 Место проведения: Липецкий район, деревня Копцевы Хутора, улица Котовского, д. 6а МАУ МСОК «Атлант».

## **4. Требования к участникам Соревнований и порядок их допуска:**

4.1 Соревнования командные.

4.2. К Соревнованиям допускаются спортсмены, осуществляющие спортивную подготовку по виду спорта «фитнес-аэробика», граждане РФ.



4.3 Для участия в Соревнованиях приглашаются команды фитнес-аэробики городов, районов, спортклубов, учебных заведений и др.

4.4. Соревнования по фитнес-аэробике проводятся в спортивных дисциплинах, в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта: «аэробика», «степ-аэробика», «хип-хоп», «аэробика (5 человек)».

4.5. Количество участников по каждой дисциплине:

В дисциплине «аэробика» соревнуются группы в количестве 6-7 человек.

В дисциплине «степ-аэробика» соревнуются группы в количестве 5-7 человек.

В дисциплине «аэробика (5 человек)» соревнуются группы по 5 человек.

В дисциплине «хип-хоп» соревнуются группы в количестве 5-9 человек.

4.6. К участию в спортивных Соревнованиях допускаются спортсмены:

**в дисциплинах «аэробика»:**

- юниоры, юниорки (14-16 лет). Для команды из 6 человек, одному из спортсменов может быть или 12 лет, или 13 лет или 17 лет. Для команды из 7 человек, двум спортсменам может быть или 12 лет или 13 лет или 17 лет.

- юноши, девушки (11-13 лет). Для группы из 6 человек, одному из спортсменов может быть или 9 лет или 10 лет или 14 лет. Для группы из 7 человек двум спортсменам может быть или 9 лет или 10 лет или 14 лет

- мальчики и девочки (8 – 10 лет)

**в дисциплине «степ-аэробика»:**

- юниоры, юниорки (14-16 лет). Для группы из 5-6 человек, одному из спортсменов может быть или 12 лет или 13 лет 17 лет. Для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 12 лет или 13 лет или 17 лет.

- юноши, девушки (11-13 лет). Для группы из 5-6

человек, одному из спортсменов может быть или 9 лет или 10

лет или 14 лет. Для группы из 7 человек, двум спортсменам может быть или 9 лет или 10 лет или 14 лет.

- мальчики и девочки (8 – 10 лет).

**в дисциплине «аэробика (5 человек)»:**

- юниоры, юниорки (14-16 лет). В группе одному из спортсменов может быть или 12 лет или 13 лет или 17 лет.

- юноши, девушки (11-13 лет). В группе одному из спортсменов может быть или 9 лет или 10 лет или 14 лет

- мальчики и девочки (8 – 10 лет).

**в дисциплине «хип-хоп»:**

- юниоры, юниорки (12-18 лет).

- юноши, девушки (8-13 лет)

*Примечание:* для участия в спортивных Соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных Соревнований.

Допускаются участие не более 2 (двух) одних и тех же спортсменов команд как в дисциплине «аэробика», так и в дисциплине «аэробика (5 человек)» в той же возрастной категории на протяжении одних и тех же Соревнований.

4.7 К Соревнованиям допускаются спортсмены вне зависимости от спортивных разрядов.

4.8. К участию в Соревнованиях допускаются спортсмены на основании официальной именной заявки (Приложение 1), оформленной в соответствии с требованиями Федерации фитнес-аэробики.

4.9. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены спортивных сборных команд муниципалитетов Липецкой области. Соотношение девочек и мальчиков в команде не регламентируется.

4.10. Участники Соревнований (спортсмены, тренеры, судьи, технический персонал) обязаны:

- соблюдать социальную дистанцию не менее 1,5 метра;
- использовать средства индивидуальной защиты;
- ношение защитной маски и перчаток на территории спортивного объекта обязательно для всех;

-обеспечение средствами индивидуальной защиты - за счет командирующих организаций;

- соблюдать регулярную дезинфекцию (мытьё) рук;
- выполнять требования судейской коллегии по обеспечению безопасности и проведению Соревнований.

4.11. Участник Соревнований, за несоблюдение вышеперечисленных обязанностей в п. 4.10. будет дисквалифицирован.

4.12. Время выступления составляет:

- 1 минута 45 сек, +/- 5 секунд для дисциплин «аэробика», «степ-аэробика» и «аэробика (5 человек)»;
- 2 минуты +/- 5 секунд для дисциплин «хип-хоп».

4.13. *Максимальный темп для дисциплин «степ аэробика» – не более 135 ударов/минуту (11-13 лет), в пределах 130-140 уд/мин. (14-16 лет). Максимальный темп для дисциплины «аэробика» должен быть не более 155 ударов/минуту (11-13 лет), в пределах 150-160 ударов/минуту (14-16 лет).*

*Для дисциплины «аэробика (5 человек)» - в пределах 140-155 уд/мин.*

*В дисциплинах «хип-хоп» регламента темпа музыкального сопровождения нет.*

## **5. Программа Соревнований:**

2 марта 2025 г:

Регистрация участников в 10.00 ч.

Начало Соревнований в 11.00 ч.



Награждение призеров и победителей Соревнований пройдет сразу после завершения основной программы Соревнований.

Во время проведения Соревнований пройдет Фестиваль «FIT-life» и Соревнования по «Фитнес Трофи».

#### **6. Условия подведения итогов:**

Победители, призеры и участники Соревнований определяются по занятым местам в каждой дисциплине программы Соревнований.

#### **7. Награждение:**

Команды, занявшие 1 места, награждаются кубками, медалями, дипломами. Участники, занявшие 2, 3 места, награждаются медалями и дипломами.

#### **8. Заявки на участие в Соревнованиях:**

8.1 Предварительные заявки на участие в Соревнованиях направляются в Оргкомитет по электронной почте [dysuaka@yandex.ru](mailto:dysuaka@yandex.ru). Прием предварительных заявок заканчивается 21 февраля 2025 года.

8.2 На основании предварительных заявок формируется расписание проведения Соревнований.

8.3 Оригинал официальной заявки (Приложение 1) с медицинским допуском врачебно-физкультурного диспансера, подписанная руководителем организации и руководителем органа исполнительной власти субъекта Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта, оформляется в печатном виде по установленной форме и представляется официальным представителем команды в комиссию по допуску.

8.4 Официальный представитель, кроме того, предоставляет в комиссию по допуску следующие документы на каждого спортсмена – члена команды:

- квалификационные книжки спортсменов участников соревнований (при наличии);
- паспорт/свидетельство о рождении гражданина Российской Федерации;
- оригинал полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (подаются в комиссию по допуску с выделенным сроком действия)
- полис обязательного медицинского страхования;
- сертификат РУСАДА.

8.5. В случае экстренных ситуаций (болезнь, травма спортсмена) возможно внесение изменений в состав участников группы за 15 (пятнадцать) минут до начала Соревнований.

8.6. На основании результатов Комиссии по допуску к Соревнованиям формируется стартовый лист. Результаты Комиссии по допуску к Соревнованиям являются окончательными, команды не могут быть добавлены в стартовый лист после завершения её работы. В случае несоответствия поданных документов,

мандатная комиссия в праве не допустить команды (коллективы) к участию в соревнованиях.

### **9. Условия финансирования:**

9.1 Расходы по оплате судейской коллегии, обслуживающего персонала, фельдшера, приобретению наградного материала победителям и призерам (дипломы, медали, кубки), услуги предоставления спортсооружения - за счет субсидий из областного бюджета, выделенных на финансовое обеспечение выполнения государственного задания ГОАУ ЛО «ЦСП».

9.2 Все остальные расходы по организации и проведению Соревнований за счет средств Федерации фитнес-аэробики.

9.3 Расходы на проезд, питание, проживание - за счет командирующих организаций.

### **10. Меры безопасности:**

10.1 Соревнования проводятся в соответствии с правилами обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденными постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

10.2 Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 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 физкультурных и спортивных мероприятиях».

10.3 Лица, указанные в приказе о командировании, несут ответственность за жизнь и здоровье спортсменов в пути и во время проведения соревнований.

**Данное положение является официальным вызовом на Соревнования  
ОРГКОМИТЕТ.**

Первенство Липецкой области  
по фитнес-аэробике  
02 марта 2025 г., г. Липецк  
Липецкая обл., Липецкий р-он, д. Копцевы хутора, МАУ МСОК «Атлант»,  
ул. Котовского, 6А

ЗАЯВКА

<b>ДИСЦИПЛИНА</b>		
<b>НАЗВАНИЕ ГРУППЫ</b>	рус:	eng:
<b>ГОРОД, РАЙОН</b>		
<b>НАЗВАНИЕ КОМАНДИРУЮЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ</b>		
<b>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ</b>		
<b>ФИО ТРЕНЕРА</b> (полностью)		
<b>КОНТАКТЫ</b>	тел:	e-mail:

СОСТАВ КОМАНДЫ

№	Фамилия Имя (полностью) участников Группы	Отчество (полностью)	Дата рождения (чч.мм.гг)	Виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
До 25				
Запасные				
1				
2				
3				
4				

Представитель команды \_\_\_\_\_

К соревнованиям допущено \_\_\_\_\_ чел.

Врач \_\_\_\_\_

М.П. дата

Руководитель региональной спортивной федерации \_\_\_\_\_  
М.П.