**Утверждаю**

**Председатель МРО РССС**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** С.А. Пономарев



*Соревнования*

*по классическому пауэрлифтингу и жиму лежа в рамках XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр*

*г. Москва 2017*

Соревнования по классическому пауэрлифтингу и классическому жиму лежапроводятся в рамках XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр среди команд образовательных организаций высшего образования в г. Москве.

**Сроки и время проведения соревнований:** 18-21 мая.

**Место проведения:** г. Долгопрудный, улица Первомайская дом 30, корпус 1, спортивный комплекс № 1 МФТИ (ГУ),

**Классификация соревнований**

Соревнования проводятся в следующих видах:

Классический пауэрлифтинг и жим лежа.

Соревнования проводятся по правилам ИПФ.

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд.

Состав команды по классическому пауэрлифтингу и жиму штанги лежа:

Мужская команда:

1)Количество участников – 8 человек.

2)Количество сдвоек – 2, разрешено заявлять по два человека в две весовые категории в каждой номинации).

3)В зачет командного первенства – 5 лучших результатов.

4)Весовые категории: 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120+ кг.

Женская команда:

1)Количество участников – 7 человек.

2)Количество сдвоек – 2, разрешено заявлять по два человека в две весовые категории в каждой номинации).

3)В зачет командного первенства – 5 лучших результатов.

4)Весовые категории: 47, 52, 57, 63, 72, 84, 84+ кг

**Организаторы соревнований**

Организатором соревнований является Московское региональное отделение Общероссийской общественной организации «Российский студенческий спортивный союз» при поддержке Департамента физической культуры и спорта города Москвы.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на оргкомитет, утвержденный МРО РССС.

Судейство соревнований возлагается на Главную судейскую коллегию, утвержденную МРО РССС.

**Требования к участникам соревнований и условия их допуска**

К участию в соревнованиях допускаются студенты, обучающиеся по программам высшего профессионального образования, аспиранты очной формы обучения. Участники Чемпионата должны быть зачислены в данную образовательную организацию высшего образования не позднее 01 сентября 2016 года.

**Требования к экипировке**

Предметы разрешенной личной экипировки:

Пауэрлифтинг классический и жим лежа:

1)Костюм не поддерживающий (трико).

В случае отсутствия трико, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу и классическому жиму лежа.

2)Спортивная обувь: (спортивные ботинки (туфли), кроссовки, специальные ботинки для тяжёлой атлетики или пауэрлифтинга, или тапочки для тяги, а также спортивная обувь, применяемая в любых видах спорта в помещении.)

В случае отсутствия спортивной обуви, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу и классическому жиму лежа.

3)Гетры для становой тяги.

В случае отсутствия гетр, участник не допускается до соревнований по классическому пауэрлифтингу.

4)Наколенники, выполненные в виде неопреновых цилиндров.

5)Бинты на кисти.

6)Пояс (Ремень).

**Заявки на участие**

Спортсмены, желающие принять участие в соревнованиях в программе XXIX Московских Студенческих Спортивных Игр по ***классическому пауэрлифтингу и жиму лежа***должны заявить о своем намерении, пройдя регистрацию на нашем сайте:

классический пауэрлифтинг <http://mrsss.nagradion.ru/tournament2660/registration>

жим лежа <http://mrsss.nagradion.ru/tournament2662/registration>

Заявки на участие принимаются **до 12 мая 2017 года.**

Далее заполняется полная заявка команды на сайте (все спортсмены и руководящий состав), **прикрепляются фотографии спортсменов (портретное фото в спортивной форме в анфас).**

Заявка заверяется заведующим кафедрой физического воспитания, либо иным руководителем образовательной организации высшего образования, врачом по спортивной медицине и заверяется печатью образовательной организации высшего образования и печатью врача по спортивной медицине.

**Команды, полностью не заполнившие заявки своих команд на сайте МРО РССС до 12 мая 2017 г., не будут допущены до XXIX МССИ по классическому пауэрлифтингу и жиму лежа.**

На мандатной комиссии необходимо представить оригинал заявочного листа, оригинал или копию студенческого билета на каждого участника с печатью о переводе на данный учебный год, полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев. Участник на соревновании обязан иметь при себе документ, подтверждающий личность (паспорт, военный билет), а также студенческий билет (аспирантское удостоверение) и предъявлять его по требованию Оргкомитета Соревнований.

**Участники, не прошедшие мандатную комиссию, либо не предоставившие необходимые документы, не будут допущены до XXIX МССИ по классическому пауэрлифтингу и жиму лежа.**

**Условия подведения итогов**

**Пауэрлифтинг (классический)**

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 7 человек. В зачёт командного первенства идут 5 лучших результатов участников.

**Личное первенство:**

**1)** Личные места в каждой весовой категории определяются по наибольшему поднятому весу в сумме трех упражнений. Личные места в абсолютной весовой категории определяются по коэффициенту Уилкса.

**2)** Каждому участнику предоставляется по три попытки в каждом упражнении. Наибольший поднятый вес в каждом из упражнений засчитывается в сумму. Если два или более атлетов в одной весовой категории набирают одинаковую сумму, то более легкий атлет классифицируется выше, чем более тяжелый.

**Командный зачет:**

**1)** Командный зачет проводится раздельно среди мужчин и женщин по сумме очков, набранных не более чем пятью участниками одной команды в соответствии с занятыми местами и выполненными нормативами.

**2)** Распределение очков:  
**2.1)** Очки начисляемые в соответствии с занятым местом в своей весовой категории: 1 место – 12 очков, 2 место – 9 очков, 3 место – 8очков, 4 место-7очков,…..10 место – 1 очко.   
Каждый следующий атлет, закончивший соревнования и набравший общую сумму, получает одно очко.

**2.2)** Поощрительные очки начисляются за выполнения норматива: МСМК-11, МС-9, КМС-7, 1разряд-5 очков, 2 разряд – 3 очка.

**3)** В случае равенства набранных очков, преимущество получает команда, имеющая больший результат по таблице Уилкса в соответствии с международными правилами.   
**Жим штанги лежа (классический)**

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 7 человек. В зачёт командного первенства идут 5 лучших результатов участников.

**Личное первенство:**

**1)** Личное первенство определяется по наибольшему поднятому весу. Каждому участнику предоставляется по три попытки в упражнении. Наибольший поднятый вес засчитывается в сумму. Личные места в абсолютной весовой категории определяются по коэффициенту Уилкса.

**2)** Если два или более атлетов набирают одинаковую сумму, то более легкий атлет классифицируется выше, чем более тяжелый.

**Командный зачет**

**1)** Командный зачет проводится раздельно среди мужчин и женщин по сумме очков, набранных не более чем пятью участниками одной команды в соответствии с занятыми местами:

**2)** Распределение очков:

**2.1)** Очки начисляемые в соответствии с занятым местом в своей весовой категории: 1 место – 6, 2 место – 4.5, 3 место – 4, 4 место-3.5,…..10 место – 0.5.   
Каждый следующий атлет, закончивший соревнования и набравший общую сумму получает одно очко.

**3)** В случае равенства набранных очков, преимущество получает команда, имеющая больший результат по таблице Уилкса в соответствии с международными правилами.

**В зачет общекомандного первенства среди мужчин идет сумма очков набранных за классический пауэрлифтинг и жим лежа.**

**В зачет общекомандного первенства среди женщин идет сумма очков набранных за классический пауэрлифтинг и жим лежа.**

Очки начисляются по таблице очков, указанной в Положении о XXIX Московских Студенческих Спортивных Играх.

**Награждение**

Победители и призеры соревнований награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней.

**Данное Положение является официальным вызовом на соревнования.**

Главный судья соревнований

(по виду спорта) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_