

Согласовано:
Президент Федерации пауэрлифтинга
города Москвы

Утверждаю:
Начальник ОУ МРО «РССС»



/И.В. Бутусов /



/С.А. Делов /



*Регламент
о соревнованиях по
пауэрлифтингу в программе
XXXVII Московских
студенческих спортивных
игр*

(номер-код вида спорта:
0740001411 – Я)

г. Москва 2025

1. Общие положения

1.1. Соревнования проводятся согласно Положению о проведении очередных Игр, настоящему Регламенту, действующим правилам вида спорта «пауэрлифтинг», утверждённых приказом Министерства спорта Российской Федерации от 2 марта 2023 г. No 138 с изменениями, внесенными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 25 сентября 2023 г. No 680.

2. Место и сроки проведения

- 2.1. Место проведения соревнований – ФОК РУДН, ул. Миклухо – Маклая, 4.
- 2.2. Соревнования запланированы на апрель 2025 года.
- 2.3. ВУЗы, в лице своих представителей, желающие принять участие в соревнованиях по пауэрлифтингу в программе Игр должны заявить о своем намерении, пройдя электронную регистрацию в сети интернет по адресу <http://mrsss.nagradion.ru> не позднее, **чем за 2 (две) недели до даты начала комиссии по допуску участников соревнований.**
- 2.4. Комиссия по допуску: состоится за одну неделю до даты проведения соревнований, по адресу м. Авиамоторная, Красноказарменная ул., д.13, корп.М, каб М.200-В с 10.00 до 16.00.
- 2.5. После прохождения всеми участниками мандатной комиссии (расписание соревнований) будет размещено на сайте: mrsss.ru.

3. Права и обязанности организаторов

- 3.1. Общее руководство организацией и проведением соревнований по пауэрлифтингу осуществляет Организационный комитет, состоящий из представителей МРО РССС и ФПГМ.
- 3.2. ФПГМ назначает главную судейскую коллегию (далее – ГСК).
- 3.3. Главный судья соревнований формирует и представляет на согласование в МРО РССС списочный состав судейской коллегии.
- 3.4. Ответственность за соблюдение правил проведения соревнования и соответствие квалификации участников настоящему регламенту возлагается на главного судью соревнований.
- 3.5. Ответственность за соблюдение медицинских требований и оказание медицинской помощи возлагается на врача соревнований.
- 3.6. Непосредственное проведение соревнований возлагается на главного судью и судейскую коллегию.

4. Общие сведения о соревновании

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии участников с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соот.ветствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	Москва, ул.Миклухо – Маклая, дом 4 ФОК РУДН	КЗ / ЛЗ	50-70	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	1-3 дня	Женщины	треборье классическое 47 кг	0740191811Б	1
											треборье классическое 52 кг	0740201811Б	1
											треборье классическое 57 кг	0740221811Б	1
											треборье классическое 63 кг	0740241811Б	1
											треборье классическое 69 кг	0740541811Б	1
											треборье классическое 76 кг	0740551811Б	1
											треборье классическое 84 кг	0740291811Б	1
										треборье классическое 84 + кг	0740301811Б	1	
										Мужчины	треборье классическое 59 кг	0740231811А	1
											треборье классическое 66 кг	0740251811А	1
треборье классическое 74 кг	0740271811А	1											

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии участников с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соот.ветствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	Москва, ул.Миклухо – Маклая, дом 4 ФОК РУДН	КЗ / ЛЗ	50-70	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	1-3 дня	Мужчины	треборье классическое 83 кг	0740281811А	1
											треборье классическое 93 кг	0740311811А	1
											треборье классическое 105 кг	0740321811А	1
											треборье классическое 120 кг	0740331811А	1
											треборье классическое 120 + кг	0740341811А	1

№ п п	Место проведения соревнования (название, адрес спортивного сооружения)	Характер подведения итогов спортивного соревнования	Планируемое количество участников (чел.)	Состав спортивной сборной команды ВУЗа				Квалификация спортсменов (спортивный разряд)	Программа спортивного соревнования				
				всего	В том числе				Сроки проведения в т.ч. дата приезда и отъезда	Группа соревнований по полу и возрасту в соответствии участников с ЕВСК	Наименование спортивной дисциплины (в соответствии с ВРВС)	Номер-код спортивной дисциплины (в соот.ветствии с ВРВС)	Количество комплектов медалей
					спортсменов	тренеров	судьи						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	Москва, ул.Миклухо – Маклая, дом 4 ФОК РУДН	КЗ / ЛЗ	80-110	Согласно допуску	Согласно допуску (муж/жен)	Не регламентируется	Не предусмотрено	Не регламентируется	1-3 дня	Женщины	Жим классический 47 кг	0740581811Ж	1
											Жим классический 52 кг	0740591811Ж	1
											Жим классический 57 кг	0740601811Б	1
											Жим классический 63 кг	0740621811Б	1
											Жим классический 69 кг	0740641811Ж	1
											Жим классический 76 кг	0740661811Ж	1
											Жим классический 84 кг	0740291811Б	1
										Жим классический 84 + кг	0740681811Ж	1	
										Мужчины	Жим классический 59 кг	0740611811А	1
											Жим классический 66 кг	0740631811А	1
											Жим классический 74 кг	0740651811А	1
											Жим классический 83 кг	0740671811А	1
											Жим классический 93 кг	0740691811А	1
											Жим классический 105 кг	0740701811М	1
											Жим классический 120 кг	0740711811М	1
Жим классический 120 + кг	0740721811М	1											

5. Заявки на участие

5.1. Соревнования проводятся в двух дисциплинах: троеборье классическое и жим лежа классический.

5.2. Соревнования проводятся по действующим международным правилам Федерации Пауэрлифтинга России (IPF), далее - «ФПР», с учётом изменений и дополнений на день начала соревнований.

5.3. Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд.

5.4. Состав мужской команды не более 8 человек. Весовые категории: 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120+ кг. Состав женской команды не более 8 человек. Весовые категории: 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84+ кг.

5.5. Участнику необходимо во время взвешивания заявить начальные веса для всех трех упражнений в троеборье классическом и жиме лёжа классическом, заполнив карточку диктора (участника), которая является карточкой первого подхода.

5.6. Участнику, на взвешивании, выдаются (самостоятельно) одиннадцать бланков карточек подходов для использования в соревнованиях по троеборью классическому: три – для приседания, три – для жима лежа и пять – для тяги и три карточки подходов – для классического жима лёжа. После первого подхода атлет или его тренер (представитель) должны решить, какой вес будет установлен для второго подхода. Этот вес необходимо внести в соответствующую клетку карточки подходов и предъявить секретарю или иному официальному лицу в течение одной минуты.

5.7. В состав команды могут входить обучающиеся ПОО (профессиональных образовательных организаций) являющиеся структурным подразделением ООВО. Возраст участников на момент проведения соревнований должен быть не младше 17 лет.

5.8. Спортсмены не достигшие 18 лет на момент проведения комиссии по допуску дополнительно представляют разрешение на участие в данных спортивных соревнованиях от родителей (официальных представителей).

5.9. В комиссию по допуску ответственное лицо ВУЗа обязано представить: 2 экземпляра (подписанный оригинал и копия) распечатанной электронной заявки (заявочный лист); согласие на обработку персональных данных.

На соревнованиях участник обязан иметь при себе документ, подтверждающий личность (паспорт), оригинал или заверенная страховой компанией копия полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, а также оригинал студенческого билета или справку из деканата и предъявлять его по требованию главного судьи.

6. Условия подведения итогов

6.1. Троеборье (классическое):

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 8 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 отдельно 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 – 8 очков, 4 место-7 очков,....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, 1 разряд-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.

6.2. Жим штанги лежа (классический):

Соревнования лично-командные среди мужских и женских команд. Состав команды: мужская - 8 человек, женская – 8 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 отдельно 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 0.5 очков.

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.

7. Награждение победителей и призеров

7.1. Спортсмены команды победителя и команд призеров соревнований награждаются медалями и дипломами соответствующих степеней. Команда победитель награждается Кубком и дипломом. Команды призеры – дипломами. Тренеры команд-победительниц награждаются дипломами.

Троеборье классическое и жим лежа классический:

32 – золотых медалей, 32 личных дипломов;

32 – серебряных медалей, 32 личных дипломов;

32 – бронзовых медалей, 32 личных дипломов.

Общекомандный зачет:

1 место – 2 кубка, 2- общекомандный диплом, 2- диплом тренеру;

2 место – 2 - общекомандный диплом, 2- диплом тренеру;

3 место – 2 - общекомандный диплом, 2- диплом тренеру.

Требования к экипировке

Предметы разрешенной личной экипировки в соответствии с техническими правилами ФПР (IPF):

Троеборье классическое и жим лежа:

1) Костюм не поддерживающий (трико-борцовки).

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) Кистевые бинты.

6) Пояс (Ремень) с пряжкой или карабином.

Приложение 1.

Карточка диктора (участника)

Фамилия, имя:		Дата рождения:	
ВУЗ		Собственный вес:	Весовая категория:
Упражнения	Приседание	Жим	Тяга
Вес штанги кг			
Подпись: атлета (тренера)			

Приложение 2.

Карточки подходов:

Приседание		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
Подпись.....		

Жим лежа		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
Подпись.....		

Тяга		
Фамилия.....		
1-й	2-й	3-й
	3/1	3/2
Подпись.....		

ТРЕБОВАНИЯ К МЕСТУ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Проводящая организация на месте проведения соревнований обязана обеспечить:

- в дни проведения соревнований:

– техническую организацию и все соответствующие условия (инвентарь и оборудование, зал соревнований и помещения с необходимой мебелью и оргтехникой, технический персонал, скорую медицинскую помощь, прохладительные напитки и т. д.) для соревнований и тренировок, как это требуют настоящие Правила, включая:

зал соревнований;

зал разминки;

зону отдыха и подготовки спортсменов к выходу на помост;

комнату оказания первой медицинской помощи;

помещение для секретариата;

комнату взвешивания;

место для проведения тренировок (допустима организация места для проведения тренировок в другом спортивном сооружении).