ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА

2-3-4 декабря 2023 г.

2-3 декабря - л/а манеж РУС «ГЦОЛИФК»( Сиреневый бульвар 4, стр.1 )

 4 декабря л/а манеж им. братьев Знаменских ( Стромынка 4, стр 1) \*

#  2 ДЕКАБРЯ

|  |  |
| --- | --- |
| БЕГОВЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ | ТЕХНИЧЕСКИЕ ДИСЦИПЛИНЫ |
| 15.00 | 60сб | Ж | забеги | 8/2 | 16.00 | ТРОЙНОЙ | М | ФИНАЛ | 8 |
| 15.10 | 60 | М | забеги | 87/15 | 17.40 | ТРОЙНОЙ | Ж | ФИНАЛ | 5 |
| 15.50 | 60 | Ж | забеги | 72/12 |  |  |  |  |  |
| 16.25 | 60сб | Ж | ФИНАЛ | 6/1 |  |  |  |  |  |
| 16.30 | 60 | М | ФИНАЛ | 6/1 |  |  |  |  |  |
| 16.35 | 1500 | Ж | фин. забеги | 29/3 |  |  |  |  |  |
| 17.00 | 60сб | М | забеги | 9/2 |  |  |  |  |  |
| 17.10 | 60 | Ж | ФИНАЛ | 6/1 | 15.00 | ШЕСТ | Ж/М | ФИНАЛ | 5/4 |
| 17.15 | 1500 | М | фин. забеги | 60/6 |  |  |  |  |  |
| 17.55 | 60сб | М | ФИНАЛ | 6/1 |  |  |  |  |  |
| 18.00 | 400 | Ж | фин. забеги | 39/13 |  |  |  |  |  |
| 18.40 | 400 | М | фин. забеги | 72/24 |  |  |  |  |  |
| 19.40 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 ДЕКАБРЯ  |  |
| 11.00 | 3000 | Ж | фин. забеги | 21/2 | 12.00 | ДЛИНА | Ж | ФИНАЛ | 15 |
| 11.30 | 3000 | М | фин. забеги | 52/4 | 13.40 | ДЛИНА | М | ФИНАЛ | 31 |
| 12.15 | 200 | Ж | фин. забеги | 87/29 |  |  |  |  |  |
| 13.15 | 200 | М | фин. забеги | 104/35 | 12.00 | ВЫСОТА | М | ФИНАЛ | 11 |
| 14.25 | 800 | Ж | фин. забеги | 32/4 | 13.50 | ВЫСОТА | Ж | ФИНАЛ | 9 |
| 14.45 | 800 | М | фин. забеги | 60/8 |  |  |  |  |  |
| 15.15 | 4х200 | Ж | фин. забеги |  |  |  |  |  |  |
| 15.35 | 4х200 | М | фин. забеги |  |  |  |  |  |  |
|  4 ДЕКАБРЯ ( манеж им. бр. Знаменских ) |
|  |  |  |  |  | 11.00 | ЯДРО\* | Ж | ФИНАЛ | 15 |
|  |  |  |  |  | 12.10 | ЯДРО\* | М | ФИНАЛ | 12 |

**ГСК**

### ЗИМНИЙ ЧЕМПИОНАТ г. МОСКВЫ

**СРЕДИ СТУДЕНТОВ**

2-3 декабря 2023г. манеж РУС «ГЦОЛИФК»

# РЕГЛАМЕНТ

1. Зимний Чемпионат г. Москвы среди студентов проводится в соответствии с Положением о проведении московских соревнований на 2015 г., по правилам ИААФ со всеми опубликованными изменениями и дополнениями на день проведения соревнований.
2. Состав Главной Судейской Коллегии.

 Директор соревнований Волков А.В.

Главный судья Дашкин И.Г. РК

Главный секретарь Приходько Т.А. РК

Зам. главного судьи Никонов В.И. 1 к

1. Регистрация участников в беге и в прыжковых дисциплинах проводится при входе в манеж

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| виды | Начало регистрации | Окончание регистрации | Выход к местам соревнований |
| Беговые виды | За 40 мин. | За 10 мин. | По расписанию забега |
| Технические виды | За 40 мин. | За 25 мин. | За 20 мин. |
| шест | За 60 мин. | За 50 мин. | За 40 мин. |

4. Разминка разрешается в нижнем манеже.

5. Порядок проведения соревнований:

 Соревнования в беге на 60 м., 200м., 60м. с/б проводятся в 2 круга ( забеги и финал). В финал выходят спортсмены, показавшие лучшее время в забегах. В случае сохранения равенства результатов претендующих на выход в финал поводится жеребьёвка.

 В оставшихся видах беговой программы проводятся финальные забеги, а в технических видах - финальные соревнования.

Начальные высоты и порядок подъёма высот:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВЫСОТА | Ж | **140****3р**145 | **150****2р**155 | 159**163****1р** | 166169171 | **173****кмс** | Далее по 2см. |  | **183****мс** |  |  |  | **194****мсмк** |  |
| М | 155**160****3р**165 | 170**175****2р**180 | 185**190****1р**195 | 199**202****кмс**205 | 207209211213 | **215****мс** | Далеепо2 см |  |  |  |  |  |
| ШЕСТ | Ж | **240****3р**260 | **280****2р** | **300****1р** | 320 | **340****кмс** | 350 | 360 | 370380 | **390****мс** | Далеепо5 см  | **440****мсмк** |  |
| М | **320****3р**345 | **370****2р**380 | 390400410 | **420****1р** | 430440450 | 460**470****кмс** | 480490 | 500510 | **520****мс** | Далеепо5 см | **570****мсмк** |  |

 В горизонтальных прыжках и в толкании ядра всем участникам предоставляется по 3 попытки, а 8-ми лучшим ещё по 3 дополнительных попытки в поряд от худшего к лучшему.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВИД | участники | Lдо 1-гобарьера | Hбарьера | L междубар-ми | ВИД | участники | весснаряда |
| 60м.с/б | мужчины | 13,72 | 1,067 | 9,14м. | ядро, | мужчины | 7,260кг |
| женщины | 13,00 | 0,84 | 8,50м. | женщины | 4,0кг |

1. ЦЕРЕМОНИАЛЫ.

Победители соревнований награждаются медалями , дипломами и призами согласно ПОЛОЖЕНИЯ о проведении соревнований на 2015 г.

**ВНИМАНИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМ КОМАНД !** Все спортсмены в беговых видах программы обязаны иметь по два номера! Перезаявка номеров за 1 час до начала вида. Победители и призёры соревнований обязаны в течении 10-15 минут после объявления результатов явиться в группу награждения !

Г.С.К