

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель
Комитета по физической культуре
и спорту Администрации г.
Подольска

_____ В.В. Круглов

«УТВЕРЖДАЮ»
Президент Московской областной
Федерации закаливания и зимнего
плавания

_____ В.А. Широковских

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении открытого лично-командного чемпионата Московской области по зимнему плаванию.

1. Цели и задачи.

- 1.1 - Популяризация и развитие плавания в холодной воде.
- 1.2 - Объединение и координирование деятельности клубов зимнего плавания Московской области.
- 1.3 - Выявление сильнейших атлетов зимнего плавания с последующим отбором их на чемпионат России и чемпионат мира по зимнему плаванию.

2. Сроки и место проведения соревнований.

- 2.1 - Соревнования проводятся **24 января 2016 года** в г. Подольске, Московской области, по адресу: ул. Молодежная д.2-а, открытый водоем Южного поселка.
- 2.2 Начало регистрации в 10 час. в клубе семейного закаливания и оздоровления «УМКА».

3. Руководство по проведению соревнований.

- 3.1 Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Комитет по делам молодежи, спорту и туризму Московской области и Комитет по физической культуре и спорту Администрации г. Подольска.
- 3.2 Непосредственное руководство проведением соревнований возлагается на судейскую коллегию, назначаемую президентом Федерацию закаливания и зимнего плавания Московской области (далее МОФЗЗП).

4. Организация соревнований и условия проведения соревнований.

- 4.1 В соревнованиях принимают участие пловцы, члены МОФЗЗП, а также члены других клубов зимнего плавания Московской области. Участники должны иметь соответствующий опыт по плаванию в холодной воде и уметь преодолеть дистанцию не менее 25 м в воде при температуре воды от 0°C до 4°C.
- 4.2 К соревнованиям допускаются пловцы, оформившие заявку на участие на сайте МОФЗЗП и прошедшие медицинское освидетельствование перед соревнованиями.
- 4.3 Заплывы производятся с лестницы, участник должен быть погружен в воду по плечи держась за нее одной рукой. Старт по сигналу судьи без проныра под водой .

- 4.4 Применение ласт, смазки, стимуляторов, запрещается.
- 4.5 Заплыв любого пловца может быть прекращен ближайшим к пловцу судьей при подаче сигнала о плохом самочувствии самим пловцом или если это будет обнаружено спасателями или медперсоналом.
- 4.6 Номер участника соревнования наносится маркером на правое предплечье.
- 4.7 На параде желательно иметь флаг города и эмблему клуба
- 4.8 Соревнования лично-командные, проводятся между мужчинами и женщинами.
- 4.9 Скоростное преодоление дистанции:**
- 4.9.1 Брасс 25 м (стартовый взнос 100 руб)
- 4.9.2 Брасс 50 м (стартовый взнос 100 руб)
- 4.9.3 ВС 25 м (стартовый взнос 100 руб)
- 4.9.4 ВС 50 м (стартовый взнос 100 руб)
- 4.9.5 ВС 100 м (стартовый взнос 100 руб)
- 4.10 **Командная эстафета 4x25 м.** Абсолютный зачет. Проводится в смешанном составе. Стилль плавания вольный, старт из воды. Стартовый взнос 400 руб за команду.
- 4.11 **Перетягивания каната над прорубью.** Команда 5 человек, состав любой. Стартовый взнос отсутствует. Абсолютный зачет.
- 4.12 **Ice cube moving** – заплыв 25 м на время с толканием ледяного куба впереди себя. Стартовый взнос отсутствует. Абсолютный зачет.

Возрастные группы (скоростное преодоление дистанции), учитывается полное кол-во лет на 01 января 2016 года:

1. до 20 лет
2. 20-29 лет
3. 30-39 лет
4. 40-49 лет
5. 50-59 лет
6. 60-69 лет
7. 70 лет и старше

5. Обязанности и права участников соревнований.

Участники соревнований обязаны:

- 5.1 Знать положение о соревнованиях, соблюдать правила и установленный порядок проведения соревнований;
- 5.2 Быть внимательными к пловцам с ними в группе и находящимся с ними рядом пловцам;
- 5.3 Быть готовыми в случае необходимости к оказанию немедленной помощи, привлекая внимание расположенных поблизости спасателей и членов судейской комиссии для дальнейшей эвакуации пловца из воды;
- 5.4 Участники соревнований могут обращаться к судьям со всеми вопросами через своего тренера или представителя, назначенного из числа участников.

6. Подведение итогов соревнований.

- 6.1 Победитель соревнований в командном зачете определяется по наименьшей сумме мест, завоеванных членами команды в личных заплывах и эстафете.
- 6.2 Победители и призеры личных соревнований определяются по лучшему техническому результату в каждой возрастной группе и в каждом виде программы. При равенстве результатов победителем становится старший по возрасту.
- 6.3 Победитель в эстафетном заплыве определяется по лучшему техническому результату.
- 6.4 Победители соревнований награждаются кубками, медалями и грамотами. Призеры награждаются медалями и грамотами.
- 6.5 Самый юный и самый старший участники награждаются грамотами и призами.

7. Финансирование.

- 7.1 Расходы по награждению победителей и призеров осуществляется за счет Комитета по физической культуре и спорту Администрации г. Подольска.
 - 7.2 Расходы по осуществлению судейской деятельности осуществляет Комитет по физической культуре и спорту Администрации г. Подольска.
 - 7.3 Расходы по медицинскому обеспечению осуществляет Комитет по физической культуре и спорту Администрации г. Подольска.
 - 7.4 Расходы по обеспечению безопасности спортсменов и жителей осуществляет МОФЗЗП.
 - 7.5 Расходы по подготовке места соревнований (проруби) осуществляет Московская областная Федерация закаливания и зимнего плавания г. Подольска.
 - 7.6 Расходы по оплате бани и питания спортсменов осуществляет МОФЗЗП.
 - 7.7 Стартовый взнос оставляет 100 рублей за каждую дисциплину.

8. Обеспечение безопасности участников соревнований и зрителей.

- 8.1 Ответственность за обеспечение безопасности проведения соревнований и зрителей возлагается на МОФЗЗП.
- 8.2 Непосредственную безопасность на воде обеспечивает бригада МЧС.
- 8.3 Медицинскую помощь в случае необходимости оказывает бригада скорой помощи.

9. Порядок подачи заявок.

Заявки на участие в соревнованиях принимаются до 10 января 2016 года

На сайте <http://lapex.ru/fzfp>

Тел. для связи: +7 499 322 11 65

Программа соревнований

- 9:30-10:30 Регистрация участников соревнований.
- 10:30 Открытие соревнований.
- 11:00 Заплыв брасс 25 м.
- 11:30 Заплыв брасс 50 м
- 12:00 Ice cube moving – заплыв 25 м ВС на время с толканием ледяного куба впереди себя.
- 13:00 Заплыв ВС 25 м.
- 13:30 Заплыв ВС 50 м.
- 14:00 Перетягивания каната над прорубью. Команды по 5 человек.
- 14:30 Заплыв ВС 100 м
- 15:00 Эстафета 4x25 м.
- 15:30 Награждение.