

**Регламент проведения фестиваля «Фитнес-марафон
«Мы здоровы! Нам здорово!»»
в 2023 г.**

1. Данный регламент задает сроки проведения и условия участия в фестивале «Фитнес-марафон «Мы здоровы! Нам здорово!»» (далее-Фитнес-марафон).

2. Сроки и место проведения Фитнес-марафона: 25-26 марта 2023 года, г. Сосновоборск, ул. Мира, 9, ФСЦ «Надежда».

3. Программа Фитнес-марафона включает в себя:
соревновательную площадку для предъявления творческого командного и индивидуального самовыражения в области фитнеса;

площадку для ознакомления и освоения направлений фитнеса в области здоровьесберегающих технологий;

площадку для творческого и неформального общения, способствующего объединению участников в клубные формирования в области здоровьесбережения.

Информация о времени проведения и программе мероприятий Фитнес-марафона будет дополнительно размещена на официальном сайте www.home-teach.ru в разделе Наши проекты/«Фитнес-марафон»

4. Условия участия в мероприятиях Фитнес-марафона.

4.1. Для команд соревновательной площадки необходимо:

- пройти регистрацию в срок до 10 марта 2023 г., заполнить заявку в электронной форме на сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе Наши проекты/«Фитнес-марафон»/Заявка команд на участие в Фитнес-марафоне;

Документы (дипломы, сертификаты) оформляются оргкомитетом Фитнес-марафона в соответствии с данными, указанными участниками в заявке.

- оплатить организационный взнос в срок до 10 марта 2023 г. в размере 500,00 рублей с каждого участника команды (взнос оплачивается только безналичным расчетом). Схема оплаты размещается на официальном сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе Наши проекты/«Фитнес-марафон»/Схема оплаты выступления (соревнования).

- документ (копия платежного документа), подтверждающий факт оплаты организационного взноса, предоставить в оргкомитет Фитнес-марафона, непосредственно на месте проведения мероприятия.

Участник команды, оплативший организационный взнос автоматически участвует во всей программе Фитнес-марафона.

Участник команды, не оплативший организационный взнос, к выступлению (соревнованию) и программе Фитнес-марафона не допускается.

4.2. Участнику Личного первенства необходимо:

- пройти регистрацию в срок до 10 марта 2023 г., заполнить индивидуальную заявку, в электронной форме, на сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе наши проекты/Фитнес-марафон/ /Заявка участника Личного первенства.

Документ (диплом) будет оформляться оргкомитетом Фитнес-марафона в соответствии с данными указанными Вами в заявке.

- Участнику Личного первенства, не участвующего в командных соревнованиях, оплатить организационный взнос в срок до 10 марта 2023 г. в размере 500,00 рублей (оплачивается только безналичным расчетом). Схема оплаты организационного взноса размещается на официальном сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе наши проекты/Фитнес-марафон/схема оплаты

- документ (копия платежного документа), подтверждающий факт оплаты организационного взноса, предоставить в оргкомитет Фитнес-марафона, непосредственно на месте проведения мероприятия.

Участник, не оплативший организационный взнос, к Личному первенству не допускается.

Общее количество участников Фестиваля ограничено (400 человек). В случае набора максимального количества участников, регистрация прекращается.

5. Требования к выступающим командам:

5.1. Состав участников команды - не менее 5 человек, допускается смешанный состав (из разных образовательных организаций, муниципальных учреждений образования).

5.2. Выступление (соревнование) команд работников образования будет осуществляться по следующим группам:

«Группа А». Для выступления (соревнования) среди команд «Группы А» приглашаются команды, участвующие в выступлениях (соревнованиях) впервые принимающие участие в выступлениях (соревнованиях) Фитнес-марафона и не являющиеся победителями (I места в своей номинации) в соревнованиях предыдущих лет.

«Группа В». Для выступления (соревнования) среди команд «Группы В» приглашаются команды, являющиеся победителями прошлых лет Фитнес-марафона (занявшие I место в своей номинации, «Группе А»). Вводится рейтинговая система. По итогам соревнования, команда, последняя в рейтинге, в своей номинации, переводится в «Группу А».

5.3. Команды могут участвовать в разных номинациях (дисциплинах), только в своей группе.

5.4. Спортивная форма участников.

Все члены команды должны быть одеты в единую форму. Одежда должна иметь гимнастическую или танцевальную направленность (фитнес-одежда). Одежда должна быть достаточно закрытой и иметь верхнюю (футболки, топы, куртки, толстовки и т.п.) и нижнюю части (шорты, бриджи, брюки, лосины и т.п.), а также возможно слитное их исполнение (гимнастические купальники, комбинезоны). Допускается различная цветовая гамма в команде. Допускается использование костюмов соответствующего танцевального направления, которые характерны для той или иной танцевальной культуре.

Обувь – кроссовки или спортивные полукеды.

Не приветствуется излишняя дорогостоящая театрализация костюмов и аксессуаров.

5.5. Фонограммы участников должны быть записаны на цифровые носители (USB-флэш-накопители) с оформленной памяткой (название коллектива, муниципальное образование; название номера и номинации; хронометраж).

5.6. Не допускается использование пиротехнических устройств, хлопушек и других аксессуаров, после которых необходима дополнительная уборка площадки после выступления команды.

5.7 Требования к программе выступления (см. Правила 1, которые размещены на официальном сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе наши проекты/Фитнес-марафон/ Правила 1).

6. Требования к выступающим в Личном первенстве.

По своему характеру соревнования «Личное первенство» (далее Личное первенство) определяются, как индивидуальные соревнования:

6.1. Участник должен принадлежать к образовательной организации, муниципальному учреждению образования.

6.2. Заявиться в соответствующую возрастную категорию.

6.3. Спортивная форма участников

Все участники Личного первенства должны быть одеты в спортивную форму (см. Правила 2, которые размещены на официальном сайте Дома работников просвещения www.home-teach.ru в разделе наши проекты/Фитнес-марафон/Правила 2).

7. Специфика оборудования.

7.1. Степ платформа.

При выборе платформы следует обращать внимание на следующие характеристики:

прорезиненное нескользящее покрытие доски и нижней части опор. Оно позволит платформе устойчиво стоять на полу и не скользить во время выступления (соревнования). Верхняя поверхность должна обеспечивать хорошее сцепление с обувью - иначе не исключены травмы. При выборе нужно ориентироваться и на собственный вес. Например, платформы с массой 15 кг. могут выдержать вес человека до 120 кг. Что касается прочности, то доска не должна пружинить и прогибаться ни при обычном вставании, ни при прыжке или ударе ногой. Лучшая длина степ-платформ, по рекомендации тренеров 0.8 - 1.2 метра, ширина - не менее 35 - 40 сантиметров. Такие размеры обеспечивают хорошую устойчивость и не позволяют случайно оступиться и получить травму. Для выступления (соревнования) высота платформы 15 см.

7.2. Использование дополнительного оборудования (шляпы, трости, платки, мячи, скакалки и т.д.) разрешено при условии, что эти предметы сохраняются у участников (в руках участников) на протяжении всего выступления, во избежание нанести травму, как себе, так и другим участникам.

7.3. Участники команды лично должны следить за сохранностью и исправностью оборудования. Оргкомитет ответственность за оборудование не несет.

8. Подведение итогов и порядок награждения команд победителей выступлений (соревнований) и победителей Личного первенства Фитнес-марафона.

8.1. Подведение итогов выступлений (соревнований) Фитнес-марафона осуществляется спортивно-творческой коллегией на основании оценочных листов путем электронного подсчета баллов, определяются I, II, III места. Все решения спортивно-творческой коллегии оформляются протоколом и передаются в оргкомитет.

8.2. По итогам выступлений (соревнований) в каждой номинации команде вручается диплом победителя Фитнес-марафона, остальные команды получают диплом участника Фитнес-марафона.

8.3 По итогам выступления в Личном первенстве в каждой возрастной категории, занявшим первые места, вручается диплом победителя. остальные получают диплом участника Личного первенства.

8.4. Участникам здоровьесберегающей программы выдаются сертификаты.

8.5. Организаторы и партнеры могут устанавливать индивидуальные призы, подарки победителям и участникам Фитнес-марафона.

Дополнительную информацию вы можете получить у куратора Фитнес-марафона Марианны Анатольевны Истоминой – тел.: 8(391)212-05-20, 8-903-923-75-40, а также у представителей КГБУ «ДРП» в территории:

Северный территориальный округ – Марина Владимировна Шамсутдинова
тел. 8-913-597-79-29

Западный территориальный округ – Юлия Анатольевна Ковтун,
тел. 8-913-594-31-89;

Южный территориальный округ – Мария Карловна Полухина,
тел. 8-913-507-42-22;

Восточный территориальный округ – Елена Сергеевна Воропаева,
Тел: 8-913-539-40-81;

и социальной группе в «Контакте» <https://vk.com/public173260920>