



«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель  
Федерации Бодибилдинга  
Свердловской области  
\_\_\_\_\_ А.Н. Гиренко-Коцуба

## ПОЛОЖЕНИЕ Кубок Свердловской области по бодибилдингу

г. Ревда, 29 марта 2020 года

### 1. Цели и задачи.

Соревнования проводятся с целью популяризации и развития бодибилдинга, как наиболее эффективного средства оздоровления населения, повышения мастерства участников и для комплектации сборной команды Свердловской области для участия в Кубке России 2020 года (г. Тюмень).

### 2. Сроки, место и порядок проведения.

Сроки: 29 марта 2020 года

Место: Свердловская область, г. Ревда, ул. Спортивная, 2, МАУ «Дворец Культуры».

#### 28 марта

10:00-12:00 – предварительная регистрация участников, распределение категорий (г. Екатеринбург, ул. Родонитовая, 29);

#### 29 марта

09:00–11:00 – регистрация участников, распределение категорий (г. Ревда, ул. Спортивная, 2);

13:00 – 21:40 – выступление спортсменов согласно программе Кубка Свердловской области (Приложение 1) (г. Ревда, ул. Спортивная, 2).

*Примечание: спортсмену необходимо прийти на регистрацию один раз (или 28 марта, или 29 марта).*

### 3. Руководство соревнованиями.

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Федерация Бодибилдинга Свердловской области, при поддержке Министерства по физической культуре, спорту и молодежной политике Свердловской области.

Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – Брусов Андрей Николаевич.

Председатель судейской коллегии – Вице-президент ФББР по УрФО, судья международной категории Гиренко-Коцуба Антон Николаевич.

Главный секретарь – судья второй категории Трифонова Дарья Вадимовна.

Судья-комментатор – судья международной категории Трифонов Алексей Димитриевич.

### 4. Требования к участникам соревнований.

4.1. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены следующих возрастных групп: юниоры до 23 лет (1997 г.р. и младше), взрослые – старше 23 лет, мастер мужчины –

старше 40 лет (1980г.р. и ранее) , мастера женщины – старше 35 лет (1985 г.р.). Возраст определяется по году рождения.

**Соревнования по бодибилдингу** проводятся в категориях:

юниоры - абсолютная категория; мастера (мужчины) – абсолютная категория; мужчины: 80, свыше 80кг и в абсолютном первенстве.

**Соревнования по классическому бодибилдингу** проводятся в категориях:

мужчины – абсолютная категория.

**Соревнования по бодифитнесу** проводятся в категориях:

женщины – абсолютная категория.

**Соревнования по фитнес-бикини** проводятся в категориях:

юниорки: 166 см, св. 166 см и в абсолютном первенстве;

мастера: 166 см, св. 166 см и в абсолютном первенстве;

женщины: 160 см, 164 см, 169 см, св.169 см и в абсолютном первенстве.

**Соревнования по пляжному бодибилдингу (men's physique)** проводятся в категориях:

мужчины: 178 см, св.178 см и в абсолютном первенстве.

**Соревнования в номинации фитнес-модель** проводятся в категориях:

женщины: 166 см, св.166 см и в абсолютном первенстве;

**Соревнования по велнес-фитнес** проводятся в категориях:

женщины - абсолютная категория.

**Всего: 19 категорий и 6 абсолютных первенств.**

По решению оргкомитета Кубка Свердловской области количество категорий и номинаций может быть изменено.

**Спортсмены могут принять участие только в одной номинации!**

4.2. Юниоры, юниорки и мастера могут соревноваться в возрастной группе «взрослые» в своих номинациях без дополнительного отбора. Для этого участнику на регистрации необходимо заполнить 2 анкеты на обе возрастные группы.

4.3. Участники соревнований должны иметь паспорт, медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях, сдать качественную фонограмму, записанную первым треком на USB-носителе (флэшке).

4.4. Каждый участник соревнований старше 18 лет (спортсмен, судья-стажер, представитель, тренер) оплачивает целевой (стартовый) взнос - 2000 рублей, который идёт на уставную деятельность ФБСО. Судьи, включённые в судейские бригады кубка, освобождаются от стартового взноса.

4.5. Каждый участник соревнований должен самостоятельно и заблаговременно убедиться в том, что его костюм полностью соответствует правилам Международной Федерации Бодибилдинга (IFBB). За несоответствие костюма данным правилам спортсмен будет дисквалифицирован и не сможет принять участие в соревнованиях.

4.6. Спортсменам необходимо помнить о правилах Федерации бодибилдинга России (ФББР) по поводу участия в соревнованиях альтернативных организаций: <http://fbbr.org/2018/1615>. Соревнования, которые проходят под эгидой ФББР, включены в календарный план соревнований ФББР (см. на сайте: [fbbr.org](http://fbbr.org)). Вопросы по указанной выше информации можно уточнить по телефону: +7 (953) 149-98-09 или по электронной почте: [info@fbbr.org](mailto:info@fbbr.org)

## 5. Условия приема участников.

5.1. **Сборные команды регионов РФ** (кроме команды Свердловской обл.) **должны иметь групповую заявку на участие от региональной федерации**, заверенную врачом и руководителем команды, отвечающим за достоверность информации.

**Заявки от региональных команд на участие в соревнованиях принимаются до 23 марта 2020 года** на e-mail: [d-belolugova@mail.ru](mailto:d-belolugova@mail.ru), Трифонова Дарья

Образец заявки на участие:

На фирменном бланке федерации.

| № п/п | Ф.И.О. (полностью)           | Дата рождения (полностью) | Название категории (с указанием роста/веса) | Наличие допуска от врача |
|-------|------------------------------|---------------------------|---|--------------------------|
| 1     | Иванов Иван Иванович         | 20.04.1994                | Бодибилдинг до 80 кг                        | Допущен                  |
| 2     | Петрова Светлана Анатольевна | 15.05.2000                | Фитнес-бикини юниорки до 166 см             | Допущена                 |
| судья | Васильев Петр Сергеевич      | 25.09.1981                | 1 категория                                 |                          |

5.2. Заявки от спортсменов ФБСО принимаются в период с 01 февраля по 23 марта путем заполнения электронной формы по адресу: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScXcF\\_eSZuV8GLqslsC7\\_11jm2cagCDsOMqyyA8TxDyeaLV-A/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScXcF_eSZuV8GLqslsC7_11jm2cagCDsOMqyyA8TxDyeaLV-A/viewform?usp=sf_link)

**Участники команды Свердловской области на регистрации должны предъявить карту ФБСО (черного цвета) или** оформить ее на регистрации, оплатив ежегодный взнос за 2020 год в размере 1000 рублей.

5.3. Командировочные расходы, размещение делегаций (проезд и суточные) - за счет командирующих организаций. Наградные кубки, дипломы, медали, аренду помещений и ценные призы обеспечивает оргкомитет соревнований.

## 6. Порядок определения победителей и награждение.

6.1. Победитель в соревнованиях определяется, согласно правилам Федерации бодибилдинга России (IFBB), по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB.

6.2. Среди всех участников Кубка **будет произведен командный зачет среди команд фитнес клубов Свердловской области**. Команда-победитель определяется по наибольшей сумме очков пяти лучших результатов, полученных спортсменами каждой команды. В зачет идут результаты не более двух спортсменов в одной категории от одного фитнес-клуба (сети фитнес-клубов). Очки подсчитываются по правилам IFBB: I место - 16 очков, II место - 12 очков, III место - 9 очков, IV место - 7 очков... X место - 1 очко. Очки,

данные команде юниорками, юниорами, мастерами, участниками категорий «фитнес-бикини», «пляжный бодибилдинг», «велнес», «фитнес-модель» - 75% от их суммы очков. Абсолютные чемпионы во всех взрослых и в юниорских категориях получают к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка.

**7. Контактные лица:** Трифонова Дарья Вадимовна +79122917137, Усатова Татьяна Александровна +79028701059, Гиренко-Коцуба Антон Николаевич +79220330022.

**НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ.**

ПРОГРАММА КУБКА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ПО БОДИБИЛДИНГУ

13:00 – начало соревнований:

|       |   |
|-------|---|
| 13:00 | Бодибилдинг – юниоры (абс. кат.) – 1, 2 раунды                    |
| 13:10 | Бодибилдинг - мастера (абс. кат.) – 1, 2 раунды                   |
| 13:20 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – юниоры (абс. кат.)</b>              |
| 13:25 | Вэлнес (абс. кат.)  |
| 13:40 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – мастера (абс. кат.)</b>             |
| 13:45 | Бодифитнес (абс. кат. )   |
| 14:00 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Вэлнес ( абс. кат. )</b>                          |
| 14:05 | Фитнес-бикини юниорки до 166 см                                   |
| 14:20 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Бодифитнес ( абс. кат. )</b>                      |
| 14:25 | Фитнес-бикини юниорки свыше 166 см                                |
| 14:40 | Классический б/б мужчины (абс. кат.) — 1 раунд                    |
| 14:50 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини юниорки до 166 см</b>               |
| 14:55 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини юниорки свыше 166 см</b>            |
| 15:00 | Фитнес-бикини юниорки (абсолютное первенство)                     |
| 15:05 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини юниорки (абсолютное первенство)</b> |
| 15:10 | Классический б/б мужчины ( абс.кат. ) – 2 раунд (шестерка)        |
| 15:20 | Фитнес-бикини мастера до 166 см                                   |
| 15:35 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Классический б/б мужчины (абс. кат.)</b>          |
| 15:40 | Фитнес-бикини мастера свыше 166 см                                |
| 15:55 | Мужчины пляжный бодибилдинг до 178 см                             |
| 16:05 | Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 178 см                          |
| 16:15 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини мастера до 166 см</b>               |
| 16:20 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини мастера свыше 166 см</b>            |
| 16:25 | Фитнес-бикини мастера (абсолютное первенство)                     |
| 16:30 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг до 178 см</b>         |
| 16:35 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 178 см</b>      |
| 16:40 | Мужчины – пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)             |
| 16:45 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-бикини мастера (абсолютное первенство)</b> |
| 16:50 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)</b>   |

ПЕРЕРЫВ 16:55 – 17:15

|       |   |
|-------|---|
| 17:15 | <b>ОФИЦИАЛЬНОЕ ОТКРЫТИЕ</b>   |
| 17:30 | <b><u>Женщины – фитнес-бикини</u></b><br><b>(выбор ТОП - 15 во всех категориях)</b> |
| 17:50 | Фитнес-модель до 166 см - 1 раунд   |
| 18:05 | Мужчины – бодибилдинг до 80 кг –1 раунд   |
| 18:15 | Фитнес-модель свыше 166 см - 1 раунд  |
| 18:30 | Мужчины – бодибилдинг до 80 кг- 2 раунд (шестерка)                                  |
| 18:40 | Фитнес-модель до 166 см 2 раунд   |
| 18:55 | Мужчины – бодибилдинг свыше 80 кг – 1 раунд   |
| 19:05 | Фитнес-модель свыше 166 см – 2 раунд  |
| 19:20 | Мужчины – бодибилдинг свыше 80 кг – 2 раунд (шестерка)                              |
| 19:30 | Женщины – фитнес-бикини до 160 см   |
| 19:45 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-модель до 166 см</b>   |
| 19:50 | Женщины – фитнес-бикини до 164 см   |
| 20:05 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-модель свыше 166 см</b>                                      |
| 20:10 | Женщины – фитнес-бикини до 169 см   |
| 20:25 | Женщины – фитнес-бикини свыше 169 см  |
| 20:40 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг до 80 кг</b>                                  |
| 20:45 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг свыше 80 кг</b>                               |
| 20:50 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: женщины – фитнес-бикини до 160 см</b>                               |
| 20:55 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: женщины – фитнес-бикини до 164 см</b>                               |
| 21:00 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: женщины – фитнес-бикини до 169 см</b>                               |
| 21:05 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: женщины фитнес-бикини свыше 169 см</b>                              |
| 21:10 | Фитнес-модель ( абсолютное первенство)  |
| 21:15 | Мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)                                       |
| 21:20 | Женщины – фитнес - бикини (абсолютное первенство)                                   |
| 21:30 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-модель (абсолютное первенство)</b>                           |
| 21:35 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)</b>                   |
| 21:40 | <b>НАГРАЖДЕНИЕ: женщины фитнес - бикини (абсолютное первенство)</b>                 |

**21:45 – окончание соревнований.**