



УТВЕРЖДАЮ"  
Директор МУ "ЦФИС"  
Гусаковский К.С.

МУ «Центр физкультуры и спорта» МО ГП «город Балабаново»

## ПОЛОЖЕНИЕ о проведении физкультурного мероприятия «Всероссийский день ходьбы»

### 1. Цели и задачи.

Физкультурное мероприятие «Всероссийский День ходьбы» (далее «мероприятие») проводится с целью:

- привлечения жителей города к занятиям физической культурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни;
- популяризации ходьбы, как наиболее естественного и доступного вида физической активности;
- выявления сильнейших спортсменов.

### 2. Сроки и место проведения.

2.1. Мероприятие проводится 5 октября 2024г. Выдача стартовых номеров с 10:30, начало в 11:00.

2.2. Место проведения – городской стадион, г.Балабаново, ул 50 лет Октября д.14.

### 3. Организаторы.

Организатором мероприятия является МУ «ЦФИС». Непосредственное проведение мероприятия возлагается на судейскую коллегию. Главный судья: Дробатухин Илья Вячеславович, к.т. 89109174181. Информационный сайт– [vk.com/vk.cfis](https://vk.com/vk.cfis) (сообщество «Центр физкультуры и спорта г.Балабаново» во Вконтакте).

### 4. Финансирование.

Расходы, связанные с организацией и проведением мероприятия, несёт МУ "ЦФИС". Расходы по командированию - командирующие организации. Стартовый взнос отсутствует.

### 5. Участники, заявки.

5.1. К участию в мероприятии допускаются все желающие спортсмены и любители спорта, имеющие соответствующую спортивную подготовку, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Ответственность за жизнь и здоровье, соблюдение правил безопасности на мероприятии участники (представители несовершеннолетних участников) несут лично.

5.2. Заявки на участие принимаются на сайте [orgeo.ru/event/38258](https://orgeo.ru/event/38258) до 4 октября, 15:00, либо до достижения лимита участников. Заявка на сайте обязательна!

5.3. Если заявившийся участник по каким-либо причинам не сможет быть на мероприятии, то ему необходимо удалить свою заявку на сайте [orgeo.ru](https://orgeo.ru). Для этого в разделе «участники» напротив своей фамилии нужно нажать на кнопку «карандаш» (редактирование заявки), далее «удалить заявку полностью», либо «корзина» (удалить участника), затем «подать заявку», если в заявке было несколько участников.



## 6. Регламент проведения и программа мероприятия.

6.1. Мероприятие включает общую разминку для участников, массовый не соревновательный заход на 400 м для всех желающих и заход на 1 км и 2 км с определением результата участников. Соревновательный круг – 400 м по стадиону. По завершению мероприятия – подведение итогов и чаепитие.

### 6.2. Участвующие группы:

Группа	Участники	Дистанция
М 07-мл и Ж 07-мл	Юноши и девушки 2007 г.р. и моложе	2 км
М 06-85 и Ж 06-85	Мужчины и женщины 2006-1985 г.р.	2 км
М 84-75 и Ж 84-75	Мужчины и женщины 1984-1975 г.р.	2 км
М 74-65 и Ж 74-65	Мужчины и женщины 1974-1965 г.р.	2 км
М 64-55 и Ж 64-55	Мужчины и женщины 1964-1955 г.р.	1 км
М 54-45 и Ж 54-45	Мужчины и женщины 1954-1945 г.р.	1 км
М 44-ст и Ж 44-ст	Мужчины и женщины 1944 г.р. и старше	1 км

6.3. Участники должны преодолевать дистанцию используя технику скандинавской ходьбы – ходьбу с попеременным отталкиванием палками.

Критерии оценки техники скандинавской ходьбы:

- попеременное разноименное движение рук и ног с обязательным касанием земли и отталкиванием палками на каждый шаг;
- отсутствие фазы полёта (бега, прыжка).

За несоблюдение техники скандинавской ходьбы по решению судей участник может быть оштрафован, либо дисквалифицирован.

### 6.4. Предварительная программа мероприятия:

10:30 – начало выдачи стартовых номеров

11:00 – массовый не соревновательный заход на 400м

11:30 – заход на 1 км и 2 км с определением результата участников.

Окончательная программа мероприятия и стартовые протоколы будут определены после закрытия приёма заявок и вывешены на [vk.com/vk.cfis](http://vk.com/vk.cfis) 4 октября.

## 7. Подведение итогов и награждение.

7.1. Протокол соревнований на дистанции 1 км и 2 км вывешивается сразу после финиша всех участников. Победители и призёры в своих возрастных группах награждаются грамотами и медалями МУ «ЦФиС».

7.2. Все участники мероприятия награждаются дипломами Всероссийского дня ходьбы.