

Вице-Президент  
Всемирной Ассоциации Клубов  
Гиревого спорта

И.Н.Денисов



# ПОЛОЖЕНИЕ

## White Nights ONLINE COMPETITION «Белые ночи»

Онлайн соревнования  
С 22 ноября по 5 декабря 2021 года

Партнеры соревнований:



## **Организаторы соревнований:**

Всемирная Ассоциация клубов гиревого спорта

Российский Союз Гиревого спорта

### **1. Цели и задачи**

- популяризация гиревого спорта в мире;
- создание и проведение серии турниров по гиревому спорту среди клубов по единым правилам в различных странах мира;
- определение сильнейших спортсменов в различных соревновательных категориях в рамках проводимых турниров;
- пропаганда силовых видов спорта,
- пропаганда здорового образа жизни.

### **2. Время и место проведения**

**С 22 ноября по 5 декабря 2021 года**

**Онлайн платформа <https://rosgiri.e-champs.com/>**

**Участники соревнований.**

#### **Мужчины и женщины**

Мужчины и женщины (ПРО и любители), юноши и девушки (до 18 лет), мужчины и женщины ветераны (40-49 лет, 50 лет и старше), дети до 12 лет.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены любого уровня.

Мужчины и женщины делятся на категории Любители и Профессионалы согласно спискам 2021 года Всемирной Ассоциации гиревых клубов. В командном зачете среди клубов допускаются любые команды, члены которых участвуют в соревнованиях.

Соревнования проводятся по правилам Всемирной Ассоциации гиревых клубов (Российского Союза гиревого спорта).

#### **Дисциплины:**

Длинный цикл - 5 минут.

Толчок двух гирь - 3 минуты

Гиревая гонка (Kettlebell Race) 250. (Необходимо рвануть 250 подъемов за минимальное время. Смена рук произвольно неограниченное количество раз. Ставить гирию на помост не разрешается)

Рывок гири – 10 минут

Жим гири – 5 минут

#### **Мужчины:**

- Длинный цикл Любители 24 кг, Профессионалы 32 кг. Весовые категории: до 63 кг, до 73 кг, до 78 кг, до 85 кг, до 95 кг, до 105 кг, свыше 105 кг.

- Толчок двух гирь Любители 24 кг, Профессионалы 32 кг. Весовые категории: до 73 кг, до 95 кг, свыше 95 кг.

- Рывок одной гири (Гиревая гонка). Любители 24 кг, Профессионалы – 32 кг. Весовые категории: до 73 кг, до 95 кг, свыше 95 кг.

- Рывок гири Любители 24 кг, Профессионалы 32 кг. Весовые категории: до 63 кг, до 73 кг, до 78 кг, до 85 кг, до 95 кг, до 105 кг, свыше 105 кг.
- Жим гири. Любители 24 кг Профессионалы – 32. Весовые категории: до 63 кг, до 73 кг, до 85 кг, до 95 кг, 95+ кг

### **Женщины:**

- Длинный цикл Любители 12 кг, Профессионалы 16 кг. Весовые категории: до 58 кг, до 63 кг, до 68 кг, до 73, свыше 73 кг.
- Толчок двух гирь Любители 12 кг, Профессионалы 16 кг. Весовые категории: до 58 кг, до 68 кг, свыше 68 кг.
- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). Любители 12 кг, Профессионалы – 16 кг. Весовые категории: до 58 кг, до 68 кг, свыше 68 кг.
- Рывок 10 минут Любители 12 кг, Профессионалы 16 кг. Весовые категории: до 58 кг, до 63 кг, до 68 кг, до 73, свыше 73 кг.

### **Ветераны Мужчины 40-49 лет, 50+:**

- Длинный цикл для всех возрастных групп: 16кг (коэф 2), 20 кг (коэф 2,5), 24 кг (коэф 3). Весовые категории: до 85 кг, до 95 кг, свыше 95 кг.
- Толчок двух гирь для всех возрастных групп: 16 кг (коэф 1,5), 20 кг (коэф 2), 24 кг (коэф 2,5). Весовые категории: до 85 кг, до 95 кг, свыше 95 кг.
- Рывок одной гири для всех возрастных групп: 16кг (коэф 2), 20 кг (коэф 2,5), 24 кг (коэф 3). Весовые категории: до 85 кг, до 95 кг, свыше 95 кг.
- Рывок 10 минут для всех возрастных групп: 16кг (коэф 2), 20 кг (коэф 2,5), 24 кг (коэф 3). Весовые категории: до 73 кг, до 78 кг, до 85 кг, до 95 кг, до 105 кг, свыше 105 кг.
- Жим гири для всех возрастных групп: 16кг (коэф 2), 20 кг (коэф 2,5), 24 кг (коэф 3). Весовые категории: Абсолютная.

### **Ветераны Женщины 40-49 лет, 50+:**

- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). 8 кг (коэф 1), 12 кг (коэф 1,5), 16 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 68 кг, свыше 68 кг.
- Рывок 10 минут 8 кг (коэф 1), 12 кг (коэф 1,5), 16 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 53 кг, до 58 кг, до 68 кг, свыше 68 кг.

### **Мальчики до 12 лет:**

- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). 4 кг (коэф 1), 6 кг (коэф 1,5), 8 кг – (Коэф 2), 12 кг (коэф 3). Весовые категории: до 42 кг, свыше 42 кг.
- Рывок 10 минут 4 кг (коэф 1), 6 кг (коэф 1,5), 8 кг – (Коэф 2), 12 кг (коэф 3). Весовые категории: до 42 кг, до 48 кг, до 58 кг, свыше 58 кг.

### **Девочки до 12 лет:**

- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). 4 кг (коэф 1), 6 кг (коэф 1,5), 8 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 40 кг, свыше 40 кг.

- Рывок 10 минут 4 кг (коэф 1), 6 кг (коэф 1,5), 8 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 53 кг, до 58 кг, до 68 кг, свыше 68 кг.

### **Юноши до 18 лет:**

- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). 8 кг (коэф 1), 12 кг (коэф 1,5), 16 кг – (Коэф 2), 20 кг (коэф 3). Весовые категории: до 58 кг, свыше 58 кг.  
- Рывок 10 минут (коэф 1), 12 кг (коэф 1,5), 16 кг – (Коэф 2), 20 кг (коэф 3).  
Весовые категории: до 42 кг, до 48 кг, до 58 кг, свыше 58 кг.

### **Девушки до 18 лет:**

- Рывок одной гири (Гиревая Гонка 250). 6 кг (коэф 1), 8 кг (коэф 1,5), 12 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 53 кг, свыше 53 кг.  
- Рывок 10 минут 6 кг (коэф 1), 8 кг (коэф 1,5), 12 кг – (Коэф 2). Весовые категории: до 53 кг, до 58 кг, свыше 58 кг.

**Стартовый взнос** для участников соревнований за отдельный вид упражнения 1500 рублей.

## **5. Как добавить результат на платформу**

Для добавления результата на онлайн платформу <https://rosgiri.e-champs.com/> нужно:

- 1- пройти по ссылке для регистрации <https://rosgiri.e-champs.com/>
- 2- пройти регистрацию спортсмена
- 3- записать видео с выступлением и взвешиванием. Инструкция по съемке видео:  
[https://www.youtube.com/watch?v=OybXimNrdQg&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=OybXimNrdQg&feature=emb_logo)
- 4- добавить видео на свой **Youtube** – канал или в свои видео в ВК.
- 5- оплатить стартовый взнос на онлайн платформе <https://rosgiri.e-champs.com/>
- 6- зарегистрироваться на соревнованиях и добавить результат и вставить ссылку на видео выступления
- 7 – Результаты подтверждаются судьей соревнований.

## **6. Условия подведения итогов**

Результаты оцениваются в очках, подъемах, времени выполнения упражнения.

Участник, набравший наибольшую сумму очков (Результат x Коэффициент гири), становится победителем турнира по гиревому спорту «Белые ночи 2021 года».

В Гиревой гонке 250 победитель определяется в весовой категории по наименьшему времени, затраченным участником на выполнение 250 повторений по формуле (Время / коэф. Гири).

Командное первенство среди клубов определяется по наибольшему количеству очков, набранных 8 результатами (не более 50 % юношеских и ветеранских). Очки начисляются согласно таблице:

Таблица 2. Очки за занятое место.

<b>Место</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>Очки</b>	30	27	25	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14
<b>Место</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>Очки</b>	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

При равенстве очков у двух и более спортсменов преимущество получает:

- участник, имеющий меньший собственный вес до выступления;
- участник, имеющий меньший собственный вес после выступления;
- участник, выступающий по жеребьевке впереди соперника.

## **7. Награждение**

Награждение осуществляется по весовым категориям.

Награждение победителей и призеров в гиревой гонке осуществляется по весовым категориям по видам программы.

**Победители и призеры личных соревнований награждаются медалями ограниченной серии и дипломами турнира по гиревому спорту «Белые ночи 2021 года».**

Команды призеры награждаются дипломами. Команда победитель награждается Кубком Белые Ночи 2021 Онлайн.

## **8. Контактная информация.**

Эл. Почта для корреспонденции, вопросов по программе соревнований:  
[rosgiri@mail.ru](mailto:rosgiri@mail.ru)


Электронная почта по вопросам по организации турнира: Телефон для связи:  
89823085772 - Иван.

## **9. Ответственность**

Участие спортсмена в соревнованиях означает его ознакомление согласие с техническими правилами гиревого спорта, а также полную личную ответственность за свою жизнь и здоровье. Участник соглашается с тем, что сам и в полной мере несет ответственность по всем прямым, косвенным и потенциальным рискам, связанным со своей жизнью и здоровьем в момент выступления. За нарушение правил съемки, монтажа видео спортсмен может быть снят с соревнований. За обман на соревнованиях спортсмен дисквалифицируется ПОЖИЗНЕННО со всех соревнований Всемирной Ассоциации гиревых клубов!!!

#### **10.Руководство проведением соревнования**

Непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегию по виду спорта, главного судью соревнований – Денисов И.Н. (ВК), главного секретаря соревнования – Подгорный И. (1 категория).

Фото	<b>Анкета кандидата на получение спортивного разряда/звания</b>	
Photo		

*Информация о спортсмене / Information about athlete*

Фамилия спортсмена AthleteLastname	На Английском языке
Имя спортсмена AthleteFirstname	На Английском языке
Страна Country	
Город City	
Весовая категория Weightclass	
Дисциплина Discipline	
Время выполнения упражнения TheTimeofexercise	
Результат Result	
Вес гирь Kettlebellweight	
Количество гирь Numberofkettlebells	
Место установления результата (страна, город и пр.) Place of establishment of the result	
Заявленный разряд/звание Declaredrank	

*Информация о тренере / Information about coach*

Фамилия тренера CoachLastname	На Английском языке
Имя тренера CoachFirstname	На Английском языке
Страна Country	
Город City	

*Почтовый адрес атлета / Post address of the athlete*

E-mail:	
Почтовый адрес	Индекс
	Postcode
Postaddress	