

«Утверждаю»
Президент Федерации бодибилдинга Москвы
Стаценко И.В. _____



«10» марта 2023 года



ПОЛОЖЕНИЕ

Чемпионат Центрального Федерального Округа России,

Кубок Москвы по бодибилдингу

Москва, 16 апреля 2023 года.

1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации бодибилдинга и фитнеса среди всех слоев населения;
- привлечение молодежи к занятиям бодибилдингом и фитнесом;
- пропаганды здорового образа жизни;
- выявления сильнейших спортсменов для формирования сборной команды г. Москвы для участия в Чемпионате России в г. Санкт-Петербурге 20-23 апреля 2023г.

2. Сроки и место проведения

Прием стартовых и членских взносов, комиссия по допуску, (взвешивание, измерение роста - строго по расписанию) – 15 апреля 2023г с 11:00 до 18:00 по адресу: Москва, 5й проезд Марьиной Рощи 15А.

Соревнования проводятся 16 апреля 2023 года, по адресу: Москва, г.Москва, ул.Тимирязевская 17, Театр «Золотое Кольцо».

3. Организация и руководство соревнованиями

Общее руководство подготовкой к соревнованиям возлагается на Федерацию бодибилдинга Москвы (ФББМ). Непосредственное руководство возлагается на Главную Судейскую Коллегию ФББМ.

Главный судья соревнований – Стаценко И.В.

Главный секретарь соревнований – Доронина А.А.

Председатель Судейской Коллегии - Ржевский В.В.

Заместитель главного судьи – Решняк И.В.

4. Участники соревнований

К соревнованиям допускаются спортсмены девяти возрастных групп: юноши до 18 лет (2007-2005 г.р.), юниоры до 23 лет (2005 – 2000 г.р), и юниорки до 23 года (2007-2000 г.р.), взрослые – старше 23 лет (2000 г.р. и ранее), ветераны/мастера (женщины) – 35-39 лет (1988-1984 г.р.) и старше 40 лет (1983 г.р. и ранее), ветераны/мастера (мужчины) – 40-49 лет (1983-1974 г.р.), 50-59 лет (1973-1964 г.р.) и старше 60 лет (1963 г.р. и ранее). **Возраст определяется по году рождения.**

Соревнования по бодибилдингу проводятся:

- среди ЮНОШЕЙ, ЮНИОРОВ в абсолютной категории,
- среди МАСТЕРОВ в категориях 40+, 50+ и 60+.
- среди МУЖЧИН в категориях: 80, 85, 90, 95, 100, св.100кг и в абсолютном первенстве.

Соревнования по классическому бодибилдингу проводятся:

- среди ЮНИОРОВ и ЖЕНЩИН в абсолютной категории,
- среди МУЖЧИН в категориях: 175см, 180см, св.180см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по фитнесу проводятся: среди МУЖЧИН и ЖЕНЩИН (в абсолютных категориях).

Соревнования по артистическому фитнес проводятся: среди ЖЕНЩИН (в абсолютной категории).

Соревнования по Атлетик (Classic Physique) проводятся:

- среди МУЖЧИН в категориях: 175см, св.175см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по бодифитнесу проводятся:

- среди юниорок;
- среди женщин мастера +35 лет; +40 лет;
- среди женщин в категориях: 158см, 163см, 168см, св.168см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по фитнес-бикини проводятся:

- НОВИЧКИ (дебют) в категориях: 164см, св.164см,
- среди ЮНИОРОК в абсолютной категории,
- среди ЖЕНЩИН в категориях: 158см, 160см, 162см, 164см, 166см, 169см, 172см, св.172см и в абсолютном первенстве,
- среди МАСТЕРОВ (женщин) в категориях 35-39 лет: 166 см, +166см, ст.40лет в абсолютной категории.

Соревнования по фит-модель женщины проводятся в категориях: мастера-абс.категория; 163 см, 168 см, св.168 см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по велнес-фитнес проводятся в категориях: 160см, 163 см, +163 см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по пляжному бодибилдингу проводятся среди МУЖЧИН в категориях:

- НОВИЧКИ (дебют) в абсолютной категории,
- среди ЮНИОРОВ и МАСТЕРОВ в абсолютной категории,
- среди МУЖЧИН в категориях: 174см, 178см, св.178см и в абсолютном первенстве.

Соревнования по атлетическому бодибилдингу (muscular) проводятся в абсолютной категории.

Спортсмены номинации пляжный бодибилдинг могут принять участие ТОЛЬКО В ОДНОЙ НОМИНАЦИИ!!!

Правила категории «дебют» - фитнес-бикини и «дебют» пляжный бодибилдинг

В категории могут принимать участие спортсмен/ки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 01 января 2023 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые

начал выступать под эгидой ФББР в 2023 году. В 2024 году он уже не будет считаться новичком. Если новичок выступит на национальном Чемпионате (Кубке/Чемпионате России) среди не новичков, то он теряет статус новичка.

Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то ОН/ОНА теряет статус НОВИЧКА.

Правила соревнований в вышеуказанных дисциплинах – на сайте www.fbbr.org

Правила перехода в доп.дисциплинах:

Наименование	Возрастные категории	Ростовые/весовые категории	Возможно участие в доп.дисциплинах
БОДИБИЛДИНГ - ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ:			
ЮНИОРЫ	16-20 лет	Абсолютная категория	Бодибилдинг (весовые от 23 лет /ростовые категории) Атлетик
	21-23 года	75кг	
		75+кг	
		Абсолютное первенство	
МАСТЕРА (мужчины)	40-49 лет	90кг	Бодибилдинг (весовые/ростовые категории) Атлетик
		90+кг	
	50-59 лет	Абсолютная категория	
	старше 60 лет	Абсолютная категория	
		Абсолютное первенство	
ЖЕНЩИНЫ	старше 18 лет	Абсолютная категория	
МУЖЧИНЫ	старше 23 лет	70кг	Бодибилдинг (ростовые категории) Атлетик
		75кг	
		80кг	
		85кг	
		90кг	
		95кг	
		100кг	
		100+кг	
		Абсолютное первенство	

БОДИБИЛДИНГ - РОСТОВЫЕ КАТЕГОРИИ (КЛАССИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ):

ЮНИОРЫ	16-20 года	Абсолютная категория	Бодибилдинг (ростовые от 23 лет /весовые категории) Атлетик
	21-23 года	Абсолютная категория	
МАСТЕРА (мужчины)	старше 40 лет	Абсолютная категория	
МУЖЧИНЫ	старше 23 лет	175см	
		180см	
		180+см	
		Абсолютное первенство	

АКРОБАТИЧЕСКИЙ ФИТНЕС:

ЖЕНЩИНЫ	старше 23 лет	Абсолютная категория	Бодифитнес
МУЖЧИНЫ	старше 23 лет	Абсолютная категория	Пляжный бодибилдинг
ЖЕНЩИНЫ Артистический фитнес старше 16 лет		Абсолютная категория	Фит-модель Фитнес-бикини

БОДИФИТНЕС:

ЮНИОРКИ	16–20 года	Абсолютная категория	Акробатический фитнес
	21-23 года	Абсолютная категория	
МАСТЕРА-женщины старше 35 лет		Абсолютная категория	
ЖЕНЩИНЫ старше 23 лет		158см	
		163см	
		168см	
		168+см	
		Абсолютное первенство	

ФИТНЕС-БИКИНИ:

ДЕБЮТ старше 16 лет		164см	Артистический фитнес Фит-модель
		169см	
		169+см	
		Абсолютное первенство	
ЮНИОРКИ	16–20 лет	Абсолютная категория	Артистический фитнес Фит-модель Фитнес-бикини ст.23л
ЮНИОРКИ	21–23 года	166см	
		166+см	
		Абсолютное первенство	
МАСТЕРА-женщины 35-39 лет		166см	Артистический фитнес Фит-модель Фитнес-бикини ст.23л
		166+см	
МАСТЕРА-женщины старше 40лет		Абсолютная категория	Фитнес-бикини ст.23л
		Абсолютное первенство	
ЖЕНЩИНЫ	старше 23 лет	158см	Артистический фитнес Фит-модель
		160см	
		162см	
		164см	
		166см	
		169см	
		172см	
		172+см	

		Абсолютное первенство	
ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ (MEN'S PHYSIQUE):			
ДЕБЮТ	старше 16 лет	179см	Акробатический фитнес
		179+см	
		Абсолютное первенство	
ЮНИОРЫ	16–20 года	Абсолютная категория	Акробатический фитнес
	21–23 года	Абсолютная категория	
МАСТЕРА-мужчины старше 40 лет		Абсолютная категория	
МУЖЧИНЫ	старше 23 лет	176см	
		182см	
		182+см	
		Абсолютное первенство	
АТЛЕТИК (CLASSIC PHYSIQUE) – ростовые категории:			
МУЖЧИНЫ	старше 18 лет	175см	Бодибилдинг (ростовые/весовые категории)
		180см	
		180+см	
		Абсолютное первенство	
ВЕЛНЕС-ФИТНЕС:			
ЖЕНЩИНЫ	старше 18 лет	166см	Фит-модель
		166+см	
		Абсолютное первенство	
АТЛЕТИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ (MUSCULAR MEN'S PHYSIQUE):			
МУЖЧИНЫ	старше 18 лет	Абсолютная категория	
ФИТ-МОДЕЛЬ:			
ЖЕНЩИНЫ	старше 16 лет	163см	Артистический фитнес Фитнес-бикини
		168см	
		168+см	
		Абсолютное первенство	
МАСТЕРА-женщины 35-39 лет		Абсолютная категория	Артистический фитнес Фитнес-бикини
МАСТЕРА-женщины старше 40 лет		Абсолютная категория	
СМЕШАННЫЕ ПАРЫ: Участие спортсменов из дисциплин: бодибилдинг (мужчины, женщины), классический бодибилдинг, атлетик (мужчины); бодифитнес, фитнес (женщины)		Абсолютная категория	
ФИТНЕС-ПАРЫ: Участие спортсменов из дисциплин: пляжный бодибилдинг и фитнес-бикини		Абсолютная категория	

Правила соревнований в вышеуказанных дисциплинах – на сайте www.fbbr.org

Спортсменам МУЖЧИНАМ и ЮНИОРАМ в бодибилдинге, занявшим в течение предыдущего соревновательного года призовые места на Кубке и/или чемпионате России, при взвешивании на данных соревнованиях дается провес: 1 место-3 кг, 2 место-2 кг, 3 место-1 кг, а ЮНОШАМ в бодибилдинге, МУЖЧИНАМ в классическом бодибилдинге, атлетик (классик физик) соответственно: 1,5 кг, 1,0 кг и 0,5 кг.

5. Заявки на участие

Подача предварительных онлайн заявок для спортсменов на участие в соревнованиях по ссылке: [Заявка на Кубок Москвы по бодибилдингу](#)

Каждый спортсмен самостоятельно заполняет все необходимые поля анкеты.

ПОДАЧА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКИ ОБЯЗАТЕЛЬНА!!!

Окончательная заявка (образец ниже) от клубных команд, заверенная врачом, предоставляется на комиссии по допуску до 10 апреля 2023г (на бланке организации, с печатью и подписью руководителя организации или лица, его замещающего, с указанием Ф.И.О, должности и контактного телефона, уполномоченных представлять команду)

п/п	Ф.И.О (полностью)	Дата рождения (полностью)	Разряд, звание	Номинация/Категория (вес, рост) (полностью)	Мед. допуск
1.					

Решение о допуске для участия в соревнованиях принимает Комиссия по допуску спортсменов. Участники соревнований должны иметь паспорт, страховку от несчастных случаев, качественную фонограмму выступления на флэш-носителе, и медицинскую справку.

Каждый участник СОРЕВНОВАНИЙ старше 16 лет оплачивает целевой (стартовый) взнос в размере 3500 руб., который идёт на уставную деятельность ФББМ. Оплата стартового взноса для спортсменов осуществляется в день регистрации участников 15.04.2023.

Спортсмены могут заявляться в несколько дисциплин и категорий, в случае соответствия роста/весовым ограничениям, при дополнительном стартовом взносе: 1500 руб.

К участию в соревнованиях будут допущены только при выполнении условий:

- **для жителей московского региона** – участие без заявки от региональной организации
- **для участников из других регионов** - заявка на участие от региональной организации

Представителям региональных федераций дополнительно к электронной заявке прислать отсканированную заявку от местной федерации на эл.почту info@fbbm.ru (оригинал предоставить на регистрации). Лицам, не приславшим предварительные заявки - будет отказано в участии.

Правила 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. www.fbbr.org, раздел Календарь соревнований. Офис ФББР для справок: +7 (953) 149-98-09 или по e-мейл: info@fbbr.org

6. Регламент

ВНИМАНИЕ!!! ЯВКА И РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ СТРОГО ПО УКАЗАННОМУ ГРАФИКУ!!!
ПРИБЫТИЕ В МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ РЕГИСТРАЦИИ ЗА 30-40 мин. ПЕРЕД НАЧАЛОМ РЕГИСТРАЦИИ КАЖДЫЙ УЧАСТНИК ДОЛЖЕН ПРОЙТИ МАНДАТНУЮ КОМИССИЮ и при необходимости оформить членство в ФББМ. НАХОЖДЕНИЕ В ЗОНЕ ПРОВЕДЕНИЯ РЕГИСТРАЦИИ УЧАСТНИКОВ КАТЕГОРИЙ, НЕСООТВЕТСТВУЮЩИХ РАСПИСАНИЮ, НЕЖЕЛАТЕЛЬНО!!!

10:00-16:00 Судейский семинар

10:30 Начало регистрации. Явка членов судейской коллегии обязательна!!!

Аккредитация СМИ.

Порядок регистрации и просмотра категорий участников:

- **11:00** - юноши, juniоры, мужчины-мастера +40, +50, 60+ - бодибилдинг
- **11:30** - мужчины-фитнес, фитнес-женщины, артистический фитнес – абсолютные категории
- **11:45** - мужчины - кл. бодибилдинг (ростовые кат: 175см, кат. 180см, кат. +180см.)
- **12:00** - фитнес бикини (дебют 164см, +164см, juniорки; мастера; ростовые кат: 158см, 160см; 162см; 166см; 169см; 172см, +172см).
- **13:30** – фит-модель, категории: мастера абс.категория, 163см,168см,+168см.
- **14:00** – велнес-фитнес, категории: 160см, 163см, +163см.
- **14.15** - бодифитнес (juniорки; мастера +35лет, +40лет; кат. 158 см; кат. 163см; кат 168 см; кат. +168см).
- **14:45** - женский классический бодибилдинг (women's physique), абсолютная категория
- **15:00** - бодибилдинг-мужчины – категория до 80 кг
- **15:15** - бодибилдинг-мужчины – категория до 85 кг
- **15:30** - бодибилдинг-мужчины – категория до 90 кг
- **15:45** - бодибилдинг-мужчины – категория до 95 кг
- **16:00** - бодибилдинг-мужчины – категория до 100 кг
- **16:15** - бодибилдинг-мужчины – категория свыше 100 кг
- **16:30** - пляжный ББ (men's physique) – ДЕБЮТ, ЮНИОРЫ, ростовые категории: 174см, 178см, +178см, МАСТЕРА, атлетический бодибилдинг (muscular), атлетик (Classic Physique) категории: 175см,+175см.

17:00 Совещание судейской бригады и представителей команд.

Количество категорий зависит от общего кол-ва участников, и могут быть внесены изменения в перечень категорий.

15.04.2023

11:00 - 18:00 - регистрация участников, измерение весовых и ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончании регистрации последней категории (номинации).

16.04.2023

Порядок выхода на сцену и регламент соревнований могут быть изменены после регистрации участников! Измененный регламент будет опубликован на официальном сайте ФБМ и в социальных сетях.

Для удобства коммуникации с участниками рекомендуется присоединиться к Telegram каналу ФБМ по ссылке <https://t.me/+ecPvhwTmxFoxM2ly>



7. Программа соревнований

08:30-08:45 Инструктаж судей. Формирование судейских бригад

09:00 **Начало соревнований.**

- Бодибилдинг - юноши, абс.кат. (1 и 2 раунды)
- Бодибилдинг - юниоры, абс.кат. (1 и 2 раунды)
- Классический б/б. - юниоры, абс.кат. (1 и 2 раунды)
- Награждение - б/б юноши, абс.кат.
- Награждение - б/б юниоры, абс.кат.
- Награждение - классический б/б-юниоры, абс.кат
- Фитнес - женщины, абс.кат. (I раунд)
- Фитнес - мужчины, абс.кат. (I раунд)
- Артистический фитнес – женщины (I раунд)
- Б/б - женщины, абс.кат.(1 и 2 раунды)
- Атлетик 175 см (1 раунд)
- Атлетика +175 см (1 раунд)
- Атлетика 175 см (2 раунд)
- Атлетика +175 см (2 раунд)
- Фитнес - женщины, абс.кат. (II раунд)
- Фитнес - мужчины, абс. кат. (II раунд)
- Артистический фитнес – женщины (II раунд)
- Награждение - классич.б/б женщины, абс.кат
- Награждение Атлетик 175 см
- Награждение Атлетик +175 см
- Атлетик абс.первенство и награждение
- Награждение - фитнес-женщины, абс.кат
- Награждение - фитнес-мужчины, абс.кат
- Награждение - Артистический фитнес
- Фитнес-бикини - юниорки, абс.кат.
- Фитнес-бикини - мастера, 35-39 лет, 166см

- Фитнес-бикини - мастера, 35-39 лет, +166см
- Фитнес-бикини - мастера, ст.40 лет, абс.кат.
- Награждение - фитнес-бикини юниорки абс.кат.
- Награждение – фитнес-бикини-мастера, 35-39 лет,166см
- Награждение – фитнес-бикини-мастера, 35-39 лет,+166см
- Награждение – фитнес-бикини-мастера, + 40 лет, абс.кат
- Классический б/б. - мужчины, 175см (I раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 180см (I раунд)
- Классический б/б. - мужчины , +180см (I раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 175см (II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 180см (II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, +180см (II раунд)
- Награждение - классический б/б-муж., 175см
- Награждение - классический б/б-муж., 180см
- Награждение - классический б/б-муж., + 180см
- Классический б/б. - муж., абс. перв. + награждение
- Велнес-фитнес - женщины, 160см
- Велнес-фитнес - женщины, 163см
- Велнес-фитнес - женщины, +163см
- Велнес-фитнес - женщины, абс. перв. + награждение
- Бодифитнес - юниорки, абс.кат.
- Бодифитнес - мастера +35 лет, + 40лет;
- Награждение - бодифитнес - юниорки, абс.кат.
- Награждение - бодифитнес – мастера +35 лет
- Награждение - бодифитнес – мастера +40лет
- Бодифитнес - женщины, 158см
- Бодифитнес - женщины, 163см
- Бодифитнес - женщины, 168см
- Бодифитнес - женщины,+168см
- Награждение - бодифитнес - жен., 158см
- Награждение - бодифитнес - жен., 163см
- Награждение - бодифитнес - жен., 168см
- Награждение - бодифитнес - жен., +168см
- Награждение – бодифитнес, абс. перв. + награждение

Вечерняя часть Чемпионата Москвы по бодибилдингу.

- Фит-модель –мастера абс.кат.(I раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, +168см (I раунд)
- Фитнес-бикини – женщины, новички (дебют) 164 см
- Фитнес-бикини – женщины, новички (дебют) +164 см
- Фит-модель –мастера абс.кат. (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, +168 см (II раунд)
- Награждение фитнес бикини женщины, новички (дебют) 164 см
- Награждение фитнес бикини женщины, новички (дебют) +164 см
- Награждение Фит-модель женщины, мастера абс.кат.
- Награждение Фит-модель женщины, абс.первенство +награждение
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 40+ (I, II раунды)
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 50+ (I, II раунды)
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 60+ (I, II раунды)

- Награждение - мужчины-мастера абс.кат.
- Бодибилдинг - мужчины, 80кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 85кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 90кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 80кг (финал, 2 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 85кг (финал, 2 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 90кг (финал, 2 раунд)
- Фитнес-бикини – женщины 158 см
- Фитнес-бикини – женщины 160 см
- Фитнес-бикини – женщины 162 см
- Фитнес-бикини – женщины 164 см
- Награждение - б/б мужчины, 80кг
- Награждение- б/б мужчины, 85кг
- Награждение - б/б мужчины, 90кг
- Награждение Фитнес-бикини 158 см
- Награждение Фитнес-бикини 160 см
- Награждение Фитнес-бикини 162 см
- Награждение Фитнес-бикини 164 см
- Бодибилдинг - мужчины, 95кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 100кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, +100кг (1 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 95кг (2 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 100кг (2 раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, +100кг (2 раунд)
- Фитнес-бикини – женщины, 166 см
- Фитнес-бикини - женщины, 169см
- Фитнес-бикини - женщины, 172 см
- Фитнес-бикини - женщины, +172см
- Награждение - б/б мужчины, 95кг
- Награждение - б/б мужчины, 100кг
- Награждение - б/б мужчины, +100кг
- Награждение - фитнес-бикини, 166 см
- Награждение - фитнес-бикини, 169 см
- Награждение - фитнес-бикини, 172см
- Награждение - фитнес-бикини, +172см
- Бодибилдинг - муж., абс. перв.+ награжд
- Фитнес-бикини - абс. перв.+награжд
- Пляжный б/б - муж., новички (дебют)
- Пляжный б/б - муж., юниоры
 - Пляжный б/б - муж., мастера
 - Награждение пляжный б/б - муж., юниоры
 - Награждение пляжный б/б - муж., мастера
 - Пляжный б/б - муж., 174 см
 - Пляжный б/б - муж., 178 см
 - Пляжный б/б - муж., +178 см
 - Награждение - пляжный б/б 174см
 - Награждение - пляжный б/б 178см
 - Награждение - пляжный б/б +178см
 - Атлетический б/б (MUSCULAR)
 - Награждение атлетический б/б - muscular
 - Пляжный б/б - муж., абс. перв. + награжд.

8. Антидопинговые мероприятия

Принимая во внимание, что Международный олимпийский комитет, международные и национальные спортивные федерации, Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) и национальные антидопинговые службы направляют свои усилия на распространение духа честной игры и ведут борьбу с применением допинга в спорте - Федерация, тренеры и спортсмены обязуются:

1. Не использовать в своей работе по спортивной подготовке спортсменов и в период участия их в соревнованиях, средства и методы, перечисленные в списке ВАДА в качестве запрещенных.
2. Не допускать применения спортсменами на соревнованиях как внутри страны, так и за рубежом медикаментов в любых формах, пищевых добавок, специализированных препаратов спортивного питания без назначения врача сборной команды.
3. Содействовать выполнению на соревнованиях и тренировочных сборах как внутри страны, так и за рубежом регламента прохождения антидопингового контроля в соответствии с Кодексом ВАДА, всемирной антидопинговой Конвенцией ЮНЕСКО, антидопинговыми правилами международных и национальных спортивных федераций.

Для участия в Чемпионате России необходимо обязательно пройти он-лайн обучение на сайте Русада с получением сертификата:

<https://course.rusada.ru/course/1>

9. Награждение

Победители в категориях определяются, согласно правилам, по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB (по наибольшему количеству высших мест). В командном зачете 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 региона. 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» И «ВЕЛНЕС-ФИТНЕС», «АТЛЕТИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ» - 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.

Победители и призеры награждаются дипломами, медалями, а также ценными подарками. Участники абсолютных категорий в номинациях: бодибилдинг, классический бодибилдинг, атлетик, бодифитнес, фитнес-бикини будут награждены денежными призами.

10. Расходы

Федерация бодибилдинга Москвы несет расходы по организации и проведению Чемпионата Москвы. Расходы на проезд, размещение и питание спортсменов несут командирующие организации.

11. Примечание

Федерации Бодибилдинга Москвы предоставляется право вносить изменения в программу соревнований. Об изменениях в программе соревнований участники оповещаются при регистрации.

12. Грим.

Услуги профессионального нанесения грима – команда гримеров «СПОРТЗАГАР». Запись на грим будет производиться непосредственно на регистрации Кубка Москвы. Для консультации обращаться по телефону: +7(921) 959-09-85 Виталий

Предварительная запись на грим по ссылке:

[Запись на грим](#)

Федерацией бодибилдинга России и Москвы рекомендовано использование профессионального грима

Напоминаем, что в связи с участвовавшими случаями использования некачественного грима и его неправильного нанесения и как следствие, непрезентабельный вид спортсменов на сцене, а соответственно недостаточно объективная оценка судьями формы спортсмена Президиум ФББР в целях контроля за качеством по нанесению грима на Кубках/Чемпионатах России и на Кубках/Чемпионатах ФББМ принял решение предложить участникам соревнований 3 варианта нанесения грима. Телефон для консультации: +79219590985, Виталий.

1 вариант (профессиональный).

Нанесение грима у профессиональных гримеров - компании «Спорт Загар» - официального партнёра Соревнований.

В работе будет использоваться грим JanTana (США).

Стоимость нанесения грима составит 5000 руб.

В стоимость входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима JanTana HI DEF.
2. Нанесение второго слоя грима JanTana Ultra 1.
3. Комплект одноразового белья: шапочка, стринги, тапочки, стикини.
4. Нанесение спрея JanTana «антизелень» на зоны, подверженные повышенному потоотделению.
5. Нанесение масла JanTana перед выходом на сцену по желанию спортсмена.
6. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами соревнований.

2 Вариант (эконом):

Участникам соревнования будет предложено по желанию самостоятельно нанести грим в специально отведённом месте в зоне нанесения грима.

Стоимость самостоятельного нанесения составит 3800 руб.

В стоимость входит:

1. Грим JanTana Hi Def 80 мл;
2. Грим JanTana Ultra 1, 80 мл;
3. Специальные бутылочки-распылители для нанесения грима

Внимание! При самостоятельном применении грима, в случае его неравномерного нанесения участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

В этом случае ответственность за качество нанесения грима лежит полностью на спортсмене.

В случае выбора 1 или 2 варианта нанесения грима стартовый взнос участника составит 3000 руб.(заранее-онлайн) или 3500 руб. (в день регистрации-офлайн), как и прописано в Регламенте.

3 Вариант:

для участников соревнований, которые решили не пользоваться услугой и продукцией официальных гримёров Кубка России и Кубка Москвы, а воспользоваться услугой и продукцией неофициальных гримёров.

В этом случае стартовый взнос участника будет увеличен на 2000 руб. (страховка за возможную порчу имущества в отеле и/или в месте проведения соревнований при самостоятельном нанесении и коррекции грима) - до 5000 руб. (3000 руб.(заранее-онлайн)+2000 руб (доплата офлайн в день регистрации)) или до 5500 руб. (3500 руб. (в день регистрации - офлайн)+2000 руб.(в день регистрации доплата офлайн)

Внимание! В случае нанесения грима у неофициальных гримёров и в случае его неравномерного нанесения (в том числе в случае ухудшения качества грима от одежды в дороге до места проведения соревнований) участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

Перед регистрацией всем участникам соревнований необходимо будет подойти к стойке гримеров, записаться на нанесение грима и оплатить услугу гримирования.

Участнику соревнований будет выдан специальный браслет, который нужно будет предъявить на регистрации.

Если спортсмен отказывается от услуг официальных гримёров, то ему необходимо произвести доплату к стартовому взносу в размере 2000 рублей

13. Работа с СМИ

По вопросам Аккредитация СМИ обращаться по телефону: +7(909) 656-67-27 (WhatsApp) Стаценко И.В.

Предварительная запись Аккредитации СМИ на Кубок Москвы по ссылке:

[Запись Аккредитации СМИ](#)

14. Билеты на соревнования по ссылке:

[Билеты на Кубок Москвы](#)



**Настоящее положение является официальным вызовом на
Чемпионат Центрального Федерального Округа России и
Кубок Москвы 2023 года.**

Официальные источники ФББМ:

<https://fbbm.ru/> ;

@fbbm_official

<https://t.me/+ecPvhwTmxFoxM2ly>

ПОЛОЖЕНИЕ

о судьях на Чемпионате Москвы по бодибилдингу

1. В каждой судейской бригаде количество судей ФББМ должно быть не менее 5 человек. Судьи из других регионов допускаются в количестве не более 1 человека от своей региональной Федерации в судейскую бригаду. В случае отсутствия достаточного количества судей (в т.ч из других регионов), в судейской бригаде должны присутствовать все присутствующие судьи ФББМ.

2. 15 апреля 2023 года в 10:00 по адресу 5-й проезд Марьиной Рощи д.15А (здание МАБИУ) состоится информационно- обучающий судейский семинар судьи высшей международной категории (А), Судьи IFBB Elite Pro - Ивана Решняка. Семинар подойдёт как для судей со стажем, тех, кто планирует сдавать судейский тест на открытом чемпионате Москвы по бодибилдингу, так и для спортсменов, тренеров спортсменов - ведь поняв детально как вас судят, вы повысите свой уровень «противодействия» судейской бригаде. Семинар включает в себя теоретический материал и практические работы с протоколами и заданиями. В том числе, на семинаре, подробно разбираются нюансы по электронному судейству.

Длительность семинара 7 часов. Стоимость семинара для членов ФББМ (при предъявлении членской карты) – 4000руб, для остальных желающих 5000руб

3. Аккредитация судей для участия в судействе на Кубке Москвы 2023, пройдёт на собрании судей 15 апреля в 17:30. Аккредитованным судьям будут выданы входные браслеты.

- Все заявленные на соревнования судьи должны быть членами региональных Федераций ФББР.
- Каждый судья (кроме судей ФББМ) на аккредитации должен показать заявку региональной Федерации со своей фамилией в списке судей от региона.
- Каждый судья должен на регистрации судей 15 апреля в 17:30 предоставить судейскую книжку с отметкой о пройденном в 2022 или 2023г. судейском семинаре, либо электронный (бумажный) сертификат о прохождении судейского семинара (вебинара) Павла Филлеборна.
- По окончании турнира каждому судье, обслуживающему Кубок Москвы будет выплачен гонорар 3000руб.

5. На Кубке Москвы будет организована сдача судейских тестов.

Для получения аккредитации судьи-дублера, всем желающим необходимо присутствовать на собрании судей оплатить сдачу судейского теста – 4000руб, получить браслет для входа. Каждый судья-дублёр должен прибыть 16 апреля в Театр «Золотое Кольцо» в 8:30 чтобы получить инструкции и судейские протоколы от ответственного за судей-дублёров - Решняка И.В.

Номинации для судейского теста:

Бодибилдинг, Мужчины Классический Бодибилдинг, Атлетик физик, Пляжный Бодибилдинг, Велнес, Бодифитнес, Фитнес Бикини.

Для сдачи тестов будут выбраны самые многочисленные категории из данных номинаций.