



«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель
Федерации Бодибилдинга
Свердловской области
_____ А.Н. Гиренко-Коцуба

ПОЛОЖЕНИЕ

Кубок Свердловской области по бодибилдингу

г. Ревда, 30 марта 2024 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 2024 года (г. Подольск).

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

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

Сроки проведения: 30 марта 2024 года.

3. ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

29 марта

18:30-20:00 - предварительная регистрация участников в Бизнес-парке «Деловой квартал» (г. Екатеринбург, ул. Сибирский тракт, д. 12 корпус 1, 1 этаж, Конференц зал)

30 марта

08:00–09:30 – регистрация участников, распределение категорий

(г. Ревда, ул. Спортивная, 2);

11:00 – конференция ФБСО

12:00-21:00 – выступление спортсменов согласно программе соревнований (*Приложение 1*)

(г. Ревда, ул. Спортивная, 2).

Примечание: спортсмену необходимо прийти на регистрацию один раз (или 29, или 30 марта).

4. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Федерация Бодибилдинга Свердловской области.

Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – Вице-президент ФББР по УрФО, судья международной категории Гиренко-Коцуба Антон Николаевич.

Заместитель главного судьи - судья международной категории Трифонов Алексей Димитриевич.

Главный секретарь – судья первой категории Трифонова Дарья Вадимовна.

Заместитель главного секретаря – Судья третьей категории Гайдукова Марина Сергеевна.

5. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены в следующих дисциплинах:

Бодибилдинг:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мальчики до 14 лет	Не старше 14 лет	Абсолютная категория	50%
Юноши	Не старше 18 лет	Абсолютная категория	50%
Юниоры	19 - 23 года	Абсолютная категория	75%
Мастера	старше 40 лет	Абсолютная категория	75%
Мужчины	Старше 19 лет	До 85 кг	100%
		Свыше 85 кг	100%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Классический бодибилдинг:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мужчины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	100%

Бодифитнес:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Женщины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	100%

Атлетик:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мужчины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	100%

Артистический фитнес:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Женщины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	75%

Фитнес-эстетический (быв. фитнес-бикини)

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Дебют	Старше 16 лет	До 166 см	75%
		Свыше 166 см	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка
Юниорки	16-23 года	До 166 см	75%
		Свыше 166 см	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка
Мастера	35-39 лет	До 166 см	75%
		Свыше 166 см	75%

	Старше 40 лет	Абсолютная категория	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка
Женщины	Старше 16 лет	До 160 см	75%
		До 164 см	75%
		До 169 см	75%
		Свыше 169 см	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Пляжный бодибилдинг:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Дебют	Старше 16 лет	Абсолютная категория	75%
Мастера	Старше 40 лет	Абсолютная категория	75%
Мужчины	Старше 16 лет	До 176 см	75%
		Свыше 176 см	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Фит-модель:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Дебют	Старше 16 лет	Абсолютная категория	75%
Мастера	Старше 35 лет	Абсолютная категория	75%
Женщины	Старше 16 лет	До 163 см	75%
		Свыше 163 см	75%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Пляжный бодибилдинг – АБСОЛЮТНАЯ (быв.- атлетический бодибилдинг)

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мужчины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	75%

Велнес-фитнес:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
женщины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	75%

Всего: 31 категория и 7 абсолютных первенств.

По решению оргкомитета соревнований количество категорий и номинаций может быть изменено.

5.2. Территориальная принадлежность спортсменов к субъекту РФ для допуска к Соревнованиям определяется согласно регистрации по месту проживания или по месту фактического пребывания, что подтверждается временной пропиской, студенческим билетом или письмом-согласованием Федерации по месту прописки.

- 5.3. Участники команды Свердловской области** на регистрации должны предъявить карту ФБСО (золотого цвета) или оформить ее на регистрации, оплатив ежегодный взнос за 2024 год в размере 2000 рублей.
- 5.4.** Каждый участник соревнований старше 16 лет (спортсмен, судья-стажер, представитель, тренер) **оплачивает целевой (стартовый) взнос - 2500 рублей**, который идёт на уставную деятельность ФБСО. Судьи, включённые в судейские бригады Кубка, освобождаются от стартового взноса.
- 5.5. Юниоры, юниорки и мастера могут соревноваться в возрастной группе «взрослые» в своих номинациях без дополнительного отбора при оплате дополнительного стартового взноса 1000 руб.**
- 5.6.** Спортсмены могут принять участие в нескольких категориях, при оплате стартового взноса в полном размере (2500 руб.) за каждую категорию.
- 5.7. Категории дебют в пляжном бодибилдинге, фитнесе-эстетическом, фит-модель не предполагают автоматического перехода финалистов в основные ростовые категории. Участники категорий «дебют» должны оплатить дополнительный стартовый взнос для участия в возрастных и ростовых категориях (2500 руб.)**
- 5.8. Правила категории «дебют» - фитнес-эстетический, фит-модель и пляжный бодибилдинг.** В категориях могут выступать спортсмены/ки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 1 января 2024 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2024 году. В 2025 году он/она уже не будет считаться новичком. Если НОВИЧОК выступит на международных соревнованиях среди не новичков, то он/она теряет статус новичка. Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то ОН/ОНА теряет статус НОВИЧКА.
- 5.9.** Для участия в соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований (дата значения не имеет). **Возраст спортсмена рассчитывается по формуле: 2024 – год рождения спортсмена = возраст спортсмена.**
- 5.10.** Участники, обладатели спортивных званий по бодибилдингу или фитнесу, должны предъявить на взвешивании подтверждающие документы

5.11. Участники соревнований должны иметь при себе на регистрации:

- паспорт,
- медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях (пройти медицинское обследование и получить справку можно у спортивного врача ФБСО Кожевниковой Елены Марковны, контактный телефон: +7963 052 73 53)
- медицинскую страховку (спортивную медицинскую страховку можно оформить по ссылке <http://www.goprotect.ru/landing/fbso>)
- соревновательный костюм для проверки его на предмет соответствия правилам IFBB.
- соревновательный костюм для проверки его на предмет соответствия правилам IFBB.
- сертификат РУСАДА. Все спортсмены, принимающие участие в официальных спортивных соревнованиях по бодибилдингу должны пройти онлайн-курс "Антидопинг" на образовательной платформе РАА "РУСАДА" - <https://course.rusada.ru> с получением сертификата, который в обязательном порядке необходимо предъявить на комиссии по допуску (взвешивании/измерении роста).

5.12. ПРО ФОНОГРАММУ для произвольной программы:

Музыку для произвольной программы необходимо отправить на e-mail:

musicfbso@gmail.com

В теме письма обязательно указать ФИО (полностью) и категорию

В тексте письма написать комментарии для судьи на музыке (с точки зрения включить фонограмму или выход из-за кулис будет уже под музыку).

ФОНОГРАММУ НЕОБХОДИМО ОТПРАВИТЬ ДО ОКОНЧАНИЯ РЕГИСТРАЦИИ ДО 9:30 30 марта 2024.

5.12 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). Вопросы по указанной выше информации можно уточнить по телефону: +7 (953) 149-98-09 или по электронной почте: info@fbbr.org

6. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

6.1. Спортсмены из Свердловской области должны подать заявку на все планируемые старты сезона «весна-24», заполнив электронную форму на сайте www.фбсо.рф (прямая ссылка: <https://forms.gle/17o4EgmW8uvrtNbF7>)

6.2. Спортсмены из других субъектов РФ (областей) должны подать заявку в свою областную/краевую федерацию для включения в общую заявку на участие в Кубке Свердловской области 2024.

6.3. Руководство областных (краевых) федераций должно направить общую заявку на участие с указанием Ф.И.О, даты рождения, номинации, весовой/ростовой категории каждого участника соревнований, Ф.И.О. представителей. Заявки принимаются до 25 марта 2024 года на e-mail:

d-belolugova@mail.ru, Трифонова Дарья. 89122917137 (WhatsApp)

Оригинал ЗАЯВКИ с визой врача и подписью руководителя, отвечающего за достоверность информации, необходимо предоставить до регистрации команды в секретариат.

6.4. ВСЕМ СПОРТСМЕНАМ ИЗ ВСЕХ РЕГИОНОВ для упрощения процедуры регистрации на соревнования необходимо заполнить он-лайн форму, размещенную на сайте www.фбсо.рф (прямая ссылка: <https://forms.gle/TfWqaRAqGz8zEE9Y6>)

Заполнение он-лайн формы УПРОЩАЕТ, но НЕ ЗАМЕНЯЕТ прохождение регистрации **29 или 30 марта.**

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

6.6. **Предложение по включению судей в судейскую коллегию и тест-судей должно быть направлено руководством областной (краевой) федерации на e-mail: a34on-off@yandex.ru по следующей форме до 22.03.2024:**

Ф.И.О.	Регион	судейская категория	№ уд-я, дата выдачи
<i>Петров Иван Иванович</i>	_____ область	1	290029002
<i>Иванова Мария Ивановна</i>	_____ область	2	255678912

7. ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

7.1. Победители в категориях определяются, согласно правилам, по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB.

7.2. В командном зачете среди 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 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 мальчиками и юношами оцениваются 50%, а юниорками, юниорами, мастерами, участниками категорий «Фитнес-эстетический», «Пляжный бодибилдинг», «Велнес-фитнес», «Артистический фитнес», «Фит-модель», «Пляжный бодибилдинг - Абсолютная», «Дебют»- 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.

8. КОНТАКТЫ

Усатова Татьяна Александровна (+79028701059),
Трифонова Дарья Вадимовна (+79122917137),
Гиренко-Коцуба Антон Николаевич (+79220330022).

9. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

9.1. Гримирование спортсменов будет организовано за кулисами в день соревнований. Предварительная запись доступна на сайте <https://jantana.team> с 1 марта 2024 г.

Контакты: тел. +7 (963) 856-15-50 Макаров Дмитрий
instagram: @jantana_ural

9.2. Студийная фото и видеосъемка с цветным светом на месте проведения соревнований будет организована фотографом ФБСО Кулаковым Владимиром. Стоимость по предварительной записи: фото 3000Р, видео 4000Р, фото + видео 6000Р.

Контакты для записи: +7 922 124 08 12 (WhatsApp, Telegram)
instagram, vk: «coolakovv»

9.3 Акцентированная фотосъемка во время проведения соревнований будет организована фотографом ФБСО, Александром Очеретовым.

Стоимость фотосъемки выхода спортсмена в одной категории – 2500 руб., в двух категориях – 3000 руб.

Контакты для записи: +7 905 837 03 00

9.4 Акцентированная видеосъемка на сцене и за кулисами во время соревнований будет организована видеографом ФБСО Георгием Имряковым.

Контакт для записи: +7 912 775 5660

10. АККРЕДИТАЦИЯ СМИ

10.1. Аккредитация прессы, фото- и тележурналистов, репортёров, интернет-порталов и блогеров осуществляется по предварительным заявкам по форме: <https://forms.gle/F4rNXEGKZo1BY2169>

10.2. Для осуществления частной или коммерческой съемки во время Кубка Свердловской области необходимо приобрести браслет для фото-видеосъемки. Стоимость браслета 3500 руб., браслет дает право прохода в зрительный зал и осуществление фото и видеосъемки соревнований. Продажа будет осуществляться в секретариате соревнований в течение всего соревновательного дня. Контакт: Усатова Татьяна Александровна (+79028701059).

11. ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ

11.1 Продажа билетов в зрительный зал будет осуществляться в кассе МАУ «Дворец Культуры» (г. Ревда, ул. Спортивная, 2) в день соревнований. Стоимость билета – 500 руб.

НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ.

Приложение 1

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

30.03.2024

29 марта	
18:30-20:00	Регистрация участников. Мандатная комиссия БЦ Деловой квартал, ул. Сибирский тракт, 12 стр. 1, 1 этаж, конференц-связь г. Ревда ул. Спортивная, 2 ДК Культуры
30 марта	Регистрация участников. Мандатная комиссия
8:00 – 9:30	
11:00	Конференция ФБСО
11:30	Заседание судейской коллегии
12:00	Бодибилдинг – мальчики 11-14 лет 1 , 2 раунд
12:10	Бодибилдинг – юноши (до 18 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
12:20	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – мальчики 11-14 лет
12:23	Бодибилдинг – юниоры (до 23 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
12:33	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – юноши (абс. кат.)
12:36	Бодибилдинг – мастера (старше 40 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
12:48	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – юниоры (абс. кат.)
12:51	ДЕБЮТ - Пляжный бодибилдинг (абс.кат.)
13:00	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – мастера (абс. кат.)
13:04	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический до 166 см
13:18	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Пляжный бодибилдинг (абс.кат.)
13:21	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический свыше 166 см
13:35	ДЕБЮТ- Фит-модель (абс.кат.)-1 раунд
13:47	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический до 166 см, свыше 166 см
13:55	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический (абсолютное первенство)
13:57	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический (абсолютное первенство)
14:00	ДЕБЮТ- Фит-модель (абс.кат.)- 2 раунд
14:15	Фитнес-эстетический юниорки(до 23 лет) до 166 см
14:30	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ- Фит-модель (абс.кат.)
14:34	Фитнес-эстетический юниорки(до 23 лет) свыше 166 см
14:50	Пляжный бодибилдинг мастера(старше 40 лет) (абс.кат.)
14:55	Фит- модель мастера(старше 35 лет) (абс. кат.) — 1 раунд
15:05	НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг мастера
15:08	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки до 166 см
15:12	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки свыше 166 см
15:16	Фитнес-эстетический юниорки (абсолютное первенство)
15:19	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки (абсолютное первенство)
15:21	Фит- модель мастера (абс. кат.) — 2 раунд
15:35	Мужчины пляжный бодибилдинг до 176 см
15:40	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель мастера (абс.кат.)
15:44	Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 176 см
15:49	Мужчины пляжный бодибилдинг Абсолютная (абс. кат.)
15:55	Фитнес-эстетический мастера(35-39) до 166 см
16:10	Фитнес-эстетический мастера(35-39) свыше 166 см
16:25	Фитнес-эстетический мастера старше 40 лет
16:40	НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг Абсолютная (абс. кат.)
16:43	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера до 166 см
16:47	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера свыше 166 см
16:51	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера старше 40 лет
16:55	Фитнес-эстетический мастера (абсолютное первенство)
16:59	НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг до 176см
17:02	НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 176см
17:05	Мужчины – пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)
17:07	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера (абсолютное первенство)

17:11	НАГРАЖДЕНИЕ: пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)
17:15	ПЕРЕРЫВ
17:40	ОФИЦИАЛЬНОЕ ОТКРЫТИЕ
18:00	Женщины – фитнес-эстетический до 160 см
18:15	Женщины – фитнес-эстетический до 164 см
18:30	Женщины – фитнес-эстетический до 169 см
18:45	Женщины – фитнес-эстетический свыше 169 см
19:00	НАГРАЖДЕНИЕ: фитнес-эстетический до 160 см, до 164 см, до 169 см, свыше 169 см
19:12	Женщины – фитнес - эстетический (абсолютное первенство)
19:15	НАГРАЖДЕНИЕ: женщины фитнес - эстетический (абсолютное первенство)
19:18	Артистический фитнес- 1 раунд
19:25	Бодифитнес (абс.кат.)
19:35	Вэлнес-фитнес (абс. кат.)
19:45	Атлетик мужчины (абс. кат.) – 1 и 2 раунд
20:00	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодифитнес (абс. кат.)
20:03	Артистический фитнес- 2 раунд
20:06	НАГРАЖДЕНИЕ: Вэлнес-фитнес (абс. кат.)
20:10	НАГРАЖДЕНИЕ: Артистический фитнес
20:13	НАГРАЖДЕНИЕ: Атлетик мужчины (абс. кат.)
20:17	Классический бодибилдинг (абс.кат.)- 1 и 2 раунды
20:30	Фит-модель до 163 см - 1 раунд
20:40	НАГРАЖДЕНИЕ: Классический бодибилдинг (абс. кат.)
20:43	Мужчины – бодибилдинг до 85 кг –1 и 2 раунд
20:55	Фит-модель свыше 163 см - 1 раунд
21:05	Мужчины – бодибилдинг свыше 85 кг- 1 и 2 раунд
21:17	Фит-модель до 163 см - 2 раунд
21:32	Фит-модель свыше 163 см – 2 раунд
21:50	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг до 85 кг
21:53	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг свыше 85 кг
21:56	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-модель до 163 см
22:00	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель свыше 163 см
22:04	Фит-модель (абсолютное первенство)
22:07	Мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)
22:10	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель (абсолютное первенство)
22:13	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)
22:15	НАГРАЖДЕНИЕ: командное первенство среди клубов

22:20 – окончание соревнований.

Более детальный тайминг соревнований, в котором будет указано время выхода каждой категории, будет опубликован отдельно на сайте www.fbcso.ru в день проведения предварительной регистрации (29 марта).

Этот тайминг будет являться примерным расписанием хода соревнований.

Опыт показывает, что фактически тайминг соблюдается на 99%, однако просим всех спортсменов быть готовыми к выходу на сцену заранее и не исключать возможные задержку или опережение программы.

Приложение 2

Образец заявки на участие

На фирменном бланке федерации.

№ п/п	Ф.И.О. (полностью)	Дата рождения (полностью)	Название категории	Наличие допуска
1	Иванов Иван Иванович	20.04.1994	Бодибилдинг до 90 кг	Допущен
2	Петрова Светлана Анатольевна	15.05.2000	Фитнес-эстетический юниорки	Допущена
Судья	Петров Василий Иванович	22.01.1986	1 категория	
Судья – стажер	Васильев Петр Сергеевич	25.09.1981	Без категории	