«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Костромской областной федерации по бодибилдингу

Белякова А.Р.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении Чемпионата и Первенства по бодибилдингу Костромской области**

**г. Кострома**

**2025г.**

# ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Чемпионат и первенство Костромской области по бодибилдингу (далее – Соревнования) проводятся в соответствии с правилами по виду спорта «бодибилдинг», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.10.2024 №1042.

Соревнования проводятся с целью развития вида спорта «бодибилдинг» в Костромской области.

Задачами проведения Спортивные соревнования являются:

* популяризация здорового образа жизни и бодибилдинга как наиболее эффективных средств оздоровления;
* привлечение населения на примере соревнующихся спортсменов занятием бодибилдингом и фитнесом;
* развитие бодибилдинга и его дисциплин в Костромской области;
* повышение спортивного мастерства спортсменов;
* выявление сильнейших спортсменов для отбора и формирования списка кандидатов в спортивные сборные команды Костромской области.

Настоящее положение является основанием для командирования команды на Соревнования.

# ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

1.Место проведения Спортивных соревнований: г. Кострома, ул. [Никитская, д. 96](https://yandex.ru/profile/1038258605) Дом музыки им. П.Герштейна

2. Дата и время регистрации участников 09.03.2025 г. с 9-00 до 11-00 ч.

3. Дата и время проведения соревнований 09.03.2025 г. в 12-00 ч.

# ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

# Общее руководство подготовкой к соревнованиям осуществляет Региональная общественная физкультурно-спортивная организация «Костромская областная федерация бодибилдинга» (далее РСОО «КОФББ»). Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на ГЛАВНУЮ СУДЕЙСКУЮ КОЛЛЕГИЮ.

# Главный судья - судья 1 категории Гурьева О.Г.

# Главный секретарь - судья 1 категории Кокорева А.

Судья-комментатор - Покровский Евгений  
Информация по тел. **+79997843616**

# Место проведения соревнований отвечает требованиям соответствующих НПА, действующих на территории Российской Федерации по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, так же требованиям правил по бодибилдингу.

# ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Спортивных соревнованиях допускаются спортсмены в следующих категориях и номинациях:

* фитнес девочки 8-9 лет;
* фитнес девочки 10-11 лет;
* атлетик, мужчины – абсолютная категория;
* бодибилдинг, мужчины - до 85 кг
* бодибилдинг мужчины - свыше 85 кг;
* пляжный бодибилдинг, мужчины – абсолютная категория;
* бодифитнес - абсолютная категория
* велнес-фитнес - абсолютная категория
* фитнес пары – абсолютная категория
* артистик модель - абсолютная категория
* фит-модель, женщины — абсолютная категория;
* фитнес-эстетический юниорки 16-23 года – абсолютное первенство
* фитнес-эстетический, женщины дебют
* фитнес-эстетический, женщины до 166 см,
* фитнес-эстетический, женщины свыше 166 см;
* фитнес-эстетический, женщины мастера 35 л.+ — абсолютная категория;

**Количество номинаций и категорий может быть пересмотрено судейской коллегией в зависимости от количества заявок участников**.

Регистрация спортсменов будет производиться СТРОГО по расписанию с предварительным просмотром в соревновательных плавках и купальниках.

Спортсмен, не прошедший регистрацию вовремя, будет зарегистрирован после всех номинаций, но не позднее 12 часов 00 минут.

С полными правилами проведения соревнований, поведения на сцене и внешнего вида спортсменов, можно ознакомиться на сайте Федерации Бодибилдинга России [www.fbbr.org](http://www.fbbr.org/) в разделе «Правила».

Просьба внимательно изучить ПРАВИЛА! Спортсмен, не соответствующий по каким-либо критериям, к соревнованиям допущен не будет!

Для допуска к Спортивным соревнованиям спортсмены обязательно должны иметь:

* паспорт гражданина Российской Федерации (свидетельство о рождении);
* заявка с визой врача, подписью и печатью президента региональной Федерации;
* UЅВ-накопитель (флэш-карта) с качественной записью фонограммы (mp-3 формат) с одним треком, для номинации бодибилдинг; акробатический фитнес девочки; артистик модель;
* Плавки или купальники (соответствующие правилам соревнований IFBB);
* Соответствующий грим (согласно правилам проведения соревнований IFBB);
* Участники соревнований, представляющие г. Кострому и Костромскую область и являющиеся членами «Костромской областной федерации бодибилдинга» оплачивают на месте годовой «Членский взнос» в размере 1500 руб./чел. (оплачивается 1 раз в год). На регистрации спортсмены, тренеры и представители Костромской области могут войти в состав «КОФББ».
* Члены «Костромской областной федерации бодибилдинга» оплачивают стартовый взнос 1500 рублей и 1000 рублей за каждую дополнительную категорию.
* Спортсмены, не являющиеся членами «Костромской областной федерации бодибилдинга», и иногородние участники оплачивают «Стартовый взнос» в размере 2500 рублей и 1000 рублей за каждую дополнительную категорию.
* **Согласно п. 19.4.3. Антидопинговых правил, антидопинговый онлайн-курс РУСАДА является неотъемлемой частью системы антидопингового образования.**
* **Каждый спортсмен, принимающий участие в соревнованиях обязан иметь действующий сертификат об успешном окончании онлайн обучения по системе РАА «РУСАДА».**

1. **УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ МЕРОПРИЯТИЯ**

Победитель соревнований определяется согласно правилам ФББР по наименьшей сумме мест.

Итоговый протокол соревнований главная судейская коллегия предоставляет в электронном и в печатном виде в течение 3 дней после окончания соревнований.

1. **НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ МЕРОПРИЯТИЯ**

Победители и призеры награждаются грамотами, медалями и ценными призами от партнеров.

1. **УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ**

Расходы, связанные с организацией и проведением Соревнований, осуществляются за счет привлечённых средств.

Командировочные расходы (проезд, проживание, питание, стартовый взнос и др.) оплачиваются за счет командирующих организаций и иных источников.

1. **ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ В МЕРОПРИЯТИИ**

Каждому спортсмену нужно пройти онлайн регистрацию помимо региональной заявки от руководителя федерации по ссылке:

<https://forms.gle/sLQNkHre4ES7Tu8t5>

Всем зарегистрированным участникам необходимо пройти очную регистрацию **09 марта 2025 года до начала соревнований и оплатить стартовый взнос**.

Спортсменам г. Костромы и Костромской области в заявке указать город проживания и визу врача.

Спортсмены из других регионов должны иметь заявку от своей региональной федерации.

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,](http://www.fbbr.org,) раздел Календарь соревнований. Справки по e-mail: [info@fbbr.org](mailto:info@fbbr.org).

На соревнованиях будет организовано профессиональное нанесение грима. **Запись на грим** по ссылке: <https://vk.com/club203506885>  или по телефону:

+7 915 997-41-83  
**Мейкап**: <https://vk.com/club214276028> или по телефону: +7 915 997-41-83

**Судьям, из других регионов желающим принять участие в соревнованиях, необходимо подать предварительную заявку РСОО «КОФББ», e-mail:** [**nuralieva.a@uk-adamant.ru**](mailto:nuralieva.a@uk-adamant.ru) **до 01.03.2025 года.**

**Регламент**

**проведения Чемпионата и Первенства Костромской области по бодибилдингу**

**г. Кострома, 09 марта 2025 г.**

9:00-11:00 Регистрация участников

11:00 Собрание судейской коллегии

**12-00 - Открытие соревнований, вступительная речь**

12-15 - Гимн России, слова благодарности, слово почётным гостям, вручение благодарственных писем

12-30 –фитнес девочки 8-9 лет (1 раунд)

12-40 - фитнес девочки 10-11 лет (1 раунд)

12-50 –фитнес девочки 8-9 лет (2 раунд)

13-00 - фитнес девочки 10-11 лет (2 раунд)

***13-10 - Награждение детский фитнес***

13-30 - Пляжный бодибилдинг (абсолютная категория)

13-45 - Атлетик (1 раунд)

13-55 - Атлетик (2 раунд)

***14-10 - Награждение категорий******Пляжный бодибилдинг и Атлетик***

14-25 - выступление детского коллектива

14-30 - Бодифитнес (абсолютная категория)

14-40 - Велнес (абсолютная категория)

14-50 - Бодибилдинг до 85 кг (1 раунд)

15-00 - Бодибилдинг до 85 кг (2 раунд)

15-10 - Бодибилдинг свыше 85 кг (1 раунд)

15-20 - Бодибилдинг свыше 85 кг (2 раунд)

***15-20 - Награждение категорий бодифитнес, велнес, бодибилдинг до 85 кг, бодибилдинг свыше 85 кг, бодибилдинг абсолютная категория***

*15-30 – перерыв, смена судей*

**15-50 - вторая часть соревнований**

15-50 - Артистик модель абсолютная категория (1 раунд)

16-00 - Фитнес пары абсолютная категория

16-10 - Фитнес эстетический юниорки 16-23 года абсолютная категория

16-15 - Артистик модель абсолютная категория (2 раунд)

***16-30 Награждение артистик модель, фитнес эстетический юниорки, фитнес-пары***

16-30 - фитнес модель абсолютная категория (1 раунд)

16-40 – фитнес эстетический дебют абсолютная категория

16-50 – фитнес эстетический мастера 35+ абсолютная категория

17-00 - фитнес модель абсолютная категория (2 раунд)

***17-00 - Награждение категорий фитнес модель, фитнес эстетический дебют, мастера 35+***

17-10 - фитнес эстетический до 166 см

17-20 - фитнес эстетический свыше 166 см

***17-20 - Награждение фитнес эстетический до 166 см, свыше 166* см**

17-30 - фитнес эстетический абсолютная категория

17-30 - ***Награждение фитнес эстетический абсолютная категория***

17-30 – Закрытие соревнований