



«УТВЕРЖДАЮ»

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

ПОЛОЖЕНИЕ

Кубок Свердловской области по бодибилдингу г. Екатеринбург, 5 апреля Центр Культуры «Урал»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Соревнования проводятся с целью популяризации и развития бодибилдинга, как наиболее эффективного средства оздоровления населения, повышения мастерства участников.

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Место проведения: Свердловская область, г. Екатеринбург, ЦК «Урал», ул. Студенческая, 3.
Сроки проведения: 4-5 апреля 2025 года.

3. ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

4 апреля - Свердловская область, г. Екатеринбург, ЦК «Урал», ул. Студенческая, 3.

19:00- 21:00 - предварительная регистрация участников

5 апреля - Свердловская область, г. Екатеринбург, ЦК «Урал», ул. Студенческая, 3.

07:30 – 09:00 – регистрация участников

09:00-10:00 - прохождение судейского теста (обязательно для судей-дублеров, по желанию для всех судей)

10:00 - 11:30 – собрание судейской коллегии (обязательно для всех судей и судей-дублеров), распределение судейских бригад

12:00 – 22:00 – выступление спортсменов согласно программе соревнований (*Приложение 1*)

Примечание: спортсмену необходимо прийти на регистрацию один раз (или 4, или 5 апреля).

4. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ

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

Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на главную судейскую коллегию.

Главный судья соревнований – судья ВК Гиренко-Коцуба Антон Николаевич.

Председатель судейской коллегии – судья ВК Трифонов Алексей Дмитриевич.

Главный секретарь соревнований – судья ВК Трифонова Дарья Вадимовна.

Заместитель главного секретаря – судья 2 категории Гайдукова Марина Сергеевна

Судья-комментатор – судья ВК Трифонов Алексей Дмитриевич.

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
Юноши	14 -18 лет	Абсолютная категория	50%
Юниоры	19 - 23 года	Абсолютная категория	75%
Мастера	старше 40 лет	Абсолютная категория	75%
Мужчины	24 - 39 лет	До 95 кг	100%

		Свыше 95 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	90%

Бодифитнес:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Женщины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	90%

Атлетик:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мужчины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	90%

Артистический фитнес:

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

Фитнес-эстетический:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Дебют	Старше 16 лет	До 166 см	-
		Свыше 166 см	-
		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	24-34 года	До 160 см	90%
		До 164 см	90%
		До 169 см	90%
		Свыше 169 см	90%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Пляжный бодибилдинг:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
--------------	----------------------	----------------------------	-------------------------------

Дебют	Старше 16 лет	Абсолютная категория	90%
Мастера	старше 40 лет	Абсолютная категория	90%
Мужчины	24-39 лет	До 176 см	90%
		Свыше 176 см	90%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Фит-модель:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Дебют	Старше 16 лет	Абсолютная категория	-
Мастера	старше 35 лет	Абсолютная категория	50%
Женщины	16-34 лет	До 163 см	50%
		Свыше 163 см	50%
		Абсолютное первенство	Доп. 2 очка

Атлетический бодибилдинг:

Наименование	Возрастная категория	Ростовые/весовые категории	% от баллов в командный зачет
Мужчины	Старше 16 лет	Абсолютная категория	90%

Велнес-фитнес:

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

Модель-артистик:

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

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 Российской Федерации для допуска к Соревнованиям определяется согласно регистрации по месту проживания или по месту фактического пребывания (с предоставлением временной регистрации).**
- 5.3. **Участники команды Свердловской области на регистрации должны предъявить карту ФБСО (бронзового цвета) или оформить ее на регистрации, оплатив ежегодный взнос за 2025 год в размере 2000 рублей.**
- 5.4. **Каждый участник соревнований старше 16 лет (спортсмен, судья-стажер, представитель, тренер) оплачивает целевой (стартовый) взнос - 3500 рублей, который идёт на уставную деятельность ФБСО. Судьи, включённые в судейские бригады Кубка, освобождаются от стартового взноса.**
- 5.5. **Спортсмены могут принять участие в нескольких категориях, при оплате дополнительного стартового взноса в размере 2500 руб. за каждую категорию.**

- 5.6. **Правила категорий «дебют».** В категории могут принимать участие спортсмен/ки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 01 января 2025 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2025 году. В 2026 году он уже не будет считаться новичком. Если новичок выступит на Кубке/Чемпионате России или на международных соревнованиях в 2025 году 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.
- 5.7. Для участия в соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований (дата значения не имеет). **Возраст спортсмена рассчитывается по формуле: 2025 – год рождения спортсмена = возраст спортсмена.**
- 5.8. Участники, обладатели спортивных званий по бодибилдингу, должны предъявить на взвешивании подтверждающие документы
- 5.9. Каждый участник Соревнований обязан предъявить сертификат о прохождении он-лайн обучения на сайте Русада: <https://course.rusada.ru/> (сертификат должен быть получен в 2025 году). Сертификат в обязательном порядке необходимо предъявить на комиссии по допуску (взвешивании/измерении роста – регистрации).
- 5.10. **Участники соревнований должны иметь при себе на регистрации:** паспорт, медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях, медицинскую страховку (страховку можно оформить по ссылке <https://www.goprotect.ru/landing/fbso>), соревновательный костюм для проверки его на предмет соответствия правилам IFBB, сертификат о прохождении он-лайн обучения на сайте РУСАДА
- 5.11. **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 включить фонограмму или выход из-за кулис будет уже под музыку). **ФОНОГРАММУ НЕОБХОДИМО ОТПРАВИТЬ ДО ОКОНЧАНИЯ РЕГИСТРАЦИИ ДО 9:00 5 апреля 2025 года.**
- 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 - 25», заполнив электронную форму на сайте www.fbco.pf (**прямая ссылка: https://forms.gle/VjvRQ1A7PwovrSpz5**)
- 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 по бодибилдингу 2025.
- 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 1 апреля 2025 года на e-mail: fbso_ifbb@mail.ru , Трифонова Дарья. +79122917137 (WhatsApp) (образец заявки – приложение 2). 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.fbco.pf. **Заполнение он-лайн формы на сайте УПРОЩАЕТ, но НЕ ЗАМЕНЯЕТ** прохождение

регистрации 4 или 5 апреля. (прямая ссылка на анкету участника: <https://forms.gle/kTsBPaixBELtZTMi6>)

- 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 1 апреля 2025:

Ф.И.О.	Регион	судейская категория	№ уд-я, дата выдачи
<i>Петров Иван Иванович</i>	<i>Н область</i>	<i>1 кат</i>	<i>45683 23.02.2022</i>
<i>Иванова Мария Ивановна</i>	<i>Н область</i>	<i>ВК</i>	<i>46683 23.02.2021</i>

7. ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Победители в категориях определяются, согласно правилам, по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB. В командном зачете **среди фитнес-клубов Свердловской области** команда-победитель определяется по наибольшей сумме очков восьми лучших результатов, полученных спортсменами каждой команды. В зачет идут результаты не более двух спортсменов в одной категории от региона. Очки подсчитываются по правилам IFBB:

100% мужской бодибилдинг (1 место - 16 баллов, 2 место - 12 баллов, 3 место - 9 баллов и т.д. как в Правилах)

90% классический бодибилдинг, бодифитнес, фитнес-эстетический, пляжный бодибилдинг, пляжный бодибилдинг – АБСОЛЮТНАЯ (Атлетический бб), фитнес (1 место - 14 баллов, 2 место - 11 баллов, 3 место - 8 баллов и т.д. как в Правилах)

75% юниорки, юниоры, мастера, участники категорий «велнес-фитнес», «артистический фитнес» (1 место - 12 баллов, 2 место - 9 баллов, 3 место - 7 баллов и т.д. как в Правилах)

50% девочки, мальчики, юноши, фит-модель (1 место - 8 баллов, 2 место - 6 баллов, 3 место - 4,5 баллов и т.д. как в Правилах).

Абсолютные чемпионы во всех взрослых и в юниорских категориях получают к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка.

Порядок формирования сборной команды Свердловской области для участия в областных, региональных и всероссийских соревнованиях в весеннем сезоне 2025 года.

8. ПОРЯДОК ФОРМИРОВАНИЯ СБОРНОЙ КОМАНДЫ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ УЧАСТИЯ В ОБЛАСТНЫХ, РЕГИОНАЛЬНЫХ И ВСЕРОССИЙСКИХ СОРЕВНОВАНИЯХ.

8.1 Для всех членов команды ФБСО участие во всероссийских соревнованиях «Титаны Урала» является обязательным для допуска его к любым другим соревнованиям весеннего сезона.

8.2. Заявку на участие в региональных и всероссийских соревнованиях в составе сборной команды ФБСО необходимо подать путем заполнения соответствующей формы на сайте www.фбсо.рф (прямая ссылка: <https://forms.gle/DWAdvizCySDxAVRS7>).

9. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- 9.1. **Гримирование спортсменов на соревнованиях** будет организовано командой профессионалов. Гримирование будет проходить за кулисами в день соревнований. Предварительная запись доступна на сайте <https://jantana.team> с 5 марта 2025 г. **Контакты:** тел. +7 (963) 856-15-50 **Макаров Дмитрий, instagram: @jantana_ural**
- 9.2. Студийная съемка (с использованием цветного света) на месте проведения соревнований будет организована фотографом ФБСО Кулаковым Владимиром. Стоимость съемки по предварительной записи и предоплате: 3500 Р. фото, 4500 Р. видео, 6700 Р. фото + видео. Ретушь фотографий и монтаж видео при необходимости оплачивается отдельно. Для записи пишите в телеграмм "coolakovv".
- 9.3. Акцентированную мобильную съемку на месте проведения соревнований будет осуществлять Соседкова Наталья. Стоимость съемки и монтажа одного ролика – 3 500 руб. Для записи пишите в телеграмм @natasha_ota
- 9.4. На площадке соревнований работает команда профессиональных стилистов имидж-студии "ANTANTA". Для записи на прически и макияж обращайтесь по телефону/whatsapp/tg: 8-953-828-68-68 , @antanta_ekb
- 9.5. Акцентированную фотосъемку во время проведения соревнований будет осуществлять Александр Очеретов. Стоимость съемки выхода спортсмена в одной категории – 3000 руб. (от 15 фотографий). Запись в телеграмм @ocheretov .

10. АККРЕДИТАЦИЯ СМИ

- 10.1. Аккредитация прессы, фото- и тележурналистов, репортёров, интернет-порталов и блогеров осуществляется по предварительным заявкам по форме: <https://forms.gle/YTbTh7nT6mPeHkYt7>
- 10.2. Для осуществления частной или коммерческой съемки во время Кубка Свердловской области необходимо приобрести браслет для фото-видеосъемки. **Стоимость браслета 10 000 руб., браслет дает право прохода в зрительный зал и за кулисы соревнований.** Продажа будет осуществляться в секретариате соревнований в течение всего соревновательного дня. Контакт: Усатова Татьяна Александровна (+79028701059).

11. ДЛЯ ЗРИТЕЛЕЙ

Билеты в зрительный зал можно приобрести в день соревнований (5 апреля) в фойе ЦК «Урал» (ул. Студенческая, 3).

Стоимость билета – 700 руб. Билет действует на весь соревновательный день.

Дети до 6 лет – бесплатно в сопровождении родителей (законных представителей).

12. КОНТАКТЫ

Трифонова Дарья Вадимовна +79122917137 (WhatsApp, Telegram)

Усатова Татьяна Александровна +79028701059 (WhatsApp, Telegram)

Гиренко-Коцуба Антон Николаевич +79220330022 (WhatsApp, Telegram)

НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ.

ПРОГРАММА КУБКА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ ПО БОДИБИЛДИНГУ
Екатеринбург, ЦК Урал, ул. Студенческая, 3

4 апреля	
ЦК Урал, ул. Студенческая, 3	
19:00 - 21:00	Регистрация участников
5 апреля	
ЦК Урал, ул. Студенческая, 3	
7:00-9:00	Регистрация участников
9:00	Тестирование судей
10:00	Собрание судейской коллегии
12:00	Бодибилдинг – юноши(до 18 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
	Бодибилдинг – юниоры(до 23 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – юноши (абс. кат.)
	Бодибилдинг – мастера(старше 40 лет) (абс. кат.) – 1, 2 раунды
	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – юниоры (абс. кат.)
	ДЕБЮТ - Пляжный бодибилдинг (абс.кат.)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодибилдинг – мастера (абс. кат.)
	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический до 166 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Пляжный бодибилдинг (абс.кат.)
	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический свыше 166 см
	ДЕБЮТ- Фит-модель(абс.кат.)-1 раунд
	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический до 166 см, свыше 166 см
	ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ - Фитнес-эстетический (абсолютное первенство)
	ДЕБЮТ- Фит-модель(абс.кат.)- 2 раунд
	Фитнес-эстетический юниорки(до 23 лет) до 166 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: ДЕБЮТ- Фит-модель(абс.кат.)
	Фитнес-эстетический юниорки(до 23 лет) свыше 166 см
	Пляжный бодибилдинг мастера(старше 40 лет) (абс.кат.)
	Фит- модель мастера(старше 35 лет) (абс. кат.) — 1 раунд
15:00	НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг мастера
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки до 166 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки свыше 166 см
	Фитнес-эстетический юниорки (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический юниорки (абсолютное первенство)
	Фит- модель мастера (абс. кат.) — 2 раунд
	Мужчины пляжный бодибилдинг до 176 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель мастера (абс.кат.)
	Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 176 см
	Мужчины пляжный бодибилдинг Абсолютная (абс. кат.)
	Фитнес-эстетический мастера(35-39) до 166 см
	Фитнес-эстетический мастера(35-39) свыше 166 см
	Фитнес-эстетический мастера старше 40 лет
	НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг Абсолютная (абс. кат.)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера до 166 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера свыше 166 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера старше 40 лет
	Фитнес-эстетический мастера (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг до 176см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Мужчины пляжный бодибилдинг свыше 176см
	Мужчины – пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-эстетический мастера (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Пляжный бодибилдинг (абсолютное первенство)
	Артистик-Модель (абс.кат) - 1 раунд
17:15	ПЕРЕРЫВ

17:30	ОФИЦИАЛЬНОЕ ОТКРЫТИЕ
	Артистик-Модель (абс.кат)- 2 раунд
	Женщины – фитнес-эстетический до 160 см
	Женщины – фитнес-эстетический до 164 см
	Женщины – фитнес-эстетический до 169 см
	Женщины – фитнес-эстетический свыше 169 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: фитнес-эстетический до160см,до 164см,до169см,свыше169см
	Женщины – фитнес - эстетический (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: женщины фитнес - эстетический (абсолютное первенство)
	Артистический фитнес- 1 раунд
	Бодифитнес (абс.кат.)
	Велнес-фитнес (абс. кат.)
	Атлетик мужчины (абс. кат.) – 1 и 2 раунд
	НАГРАЖДЕНИЕ: Бодифитнес (абс. кат.)
	Артистический фитнес- 2 раунд
	НАГРАЖДЕНИЕ: Вэлнес-фитнес(абс. кат.)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Артистический фитнес
	НАГРАЖДЕНИЕ: Атлетик мужчины (абс. кат.)
	Классический бодибилдинг (абс.кат.)- 1 и 2 раунды
	Фит-модель до 163 см - 1 раунд
20:40	НАГРАЖДЕНИЕ: Классический бодибилдинг (абс. кат.)
	Мужчины – бодибилдинг до 95 кг –1 и 2 раунд
	Фит-модель свыше 163 см - 1 раунд
	Мужчины – бодибилдинг свыше 95 кг- 1 и 2 раунд
	Фит-модель до 163 см - 2 раунд
	Фит-модель свыше 163 см – 2 раунд
	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг до 95 кг
	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг свыше 95 кг
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-модель до 163 см
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель свыше 163 см
	Фит-модель (абсолютное первенство)
	Мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: Фит-модель (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: мужчины – бодибилдинг (абсолютное первенство)
	НАГРАЖДЕНИЕ: командное первенство среди клубов

22:30 – окончание соревнований.

ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ (ОБРАЗЕЦ)
в Кубке Свердловской области по бодибилдингу

г. Екатеринбург, 5 апреля 2025 г.

от сборной команды (региона)

№	Ф.И.О. полностью	Дата рожд.	НОМИНАЦИЯ/ статус	ВЕС/ РОСТ
1.	Иванов Иван Иванович	16.12.83	Мужчины	100кг
2.	Иванова Юлия Борисовна	22.11.85	Фитнес-эстетический	163см
3.	Иванов Руслан Иванович	-----	Представитель / судья	-----

Руководитель команды (Ф.И.О.) _____

Номер телефона _____ **Электронная почта** _____

Руководитель Федерации

М.П.

Подпись