|  |  |
| --- | --- |
| . | УТВЕРЖДЕНО:  Президент Физкультурно-спортивной общественной организации «Нижегородская региональная федерация бодибилдинга» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Степанов П.В. «03»июня 2025г. |

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**ЧЕМПИОНАТ**

**Нижегородской области по бодибилдингу**

номер-код вида спорта: 1640001411Я

**Нижний Новгород**

**28.09.2025г.**

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Чемпионат Нижегородской области по бодибилдингу (далее - спортивные соревнования), включены в настоящее Положение на основании предложений Нижегородской региональной Федерации бодибилдинга (далее – НРФБ), аккредитованной в соответствии с приказом Министерства спорта Нижегородской области о государственной аккредитации региональной спортивной федерации от 28.12.2024 № 408.
2. Спортивные соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта бодибилдинг, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации №1042 от 21.10.2024

**Сроки и место проведения спортивных соревнований:** 28.09.2025г. в г. Нижний Новгород, ул. Родионова д.4 «Мilo Concert Hаll». Начало соревнований в 10:00.

1. Задачами проведения спортивных соревнований являются:

- выявление сильнейших спортсменов для формирования списка кандидатов в спортивные сборные команды Нижегородской области,

- отбор спортсменов в спортивные сборные команды Нижегородской области для подготовки к кубкам, чемпионатам и первенствам России, Всероссийским соревнованиям и участия в них от Нижегородской области,

- развитие и популяризация бодибилдинга на территории Нижегородской области.

4. Запрещается оказывать противоправное влияние на результаты спортивных соревнований, включённых в настоящее Положение.

Запрещается участвовать в азартных играх и букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3 части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 04.12.2007 г. №329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в ред. от 24.12.2024г)

1. Настоящее Положение является основанием для командирования спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта на спортивные соревнования.
2. Без участия в Чемпионате Нижегородской области спортсмен не допускается к участию в дальнейших соревнованиях под эгидой ФББР, а именно, спортсмен не может представлять сборную Нижегородской области на соревнованиях, включенных в ЕКП на осенние турниры 2025 года, не может участвовать в региональных, межрегиональных и всероссийских турнирах, в том числе Чемпионате России.

II. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ.

1. Общее руководство проведением спортивных соревнований осуществляется Министерством спорта Нижегородской области и Нижегородской региональной федерацией бодибилдинга.
2. Непосредственное проведение спортивных соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, утверждаемую Нижегородской региональной федерацией бодибилдинга. Главный судья – Филатова К.В. (1 категория г. Самара), главный секретарь –Киселева Е.А. (1 категория Н.Новгород). Министерство спорта Нижегородской области, Федерация бодибилдинга и фитнеса России и Нижегородская областная Федерация бодибилдинга определяют условия проведения спортивных соревнований, предусмотренные настоящим Положением.

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ, МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ, АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ.

1. Обеспечение безопасности участников и зрителей на спортивных соревнованиях осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18.04.2014 г. № 353.
2. Участие в спортивных соревнованиях осуществляется только при наличии полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника спортивных соревнований.
3. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях"
4. Основанием для допуска спортсмена к спортивным соревнованиям по медицинским заключениям является заявка на участие в спортивных соревнованиях с отметкой «допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача и его личной печатью. Заявка на участие в спортивных соревнованиях подписывается врачом с расшифровкой фамилии, имени, отчества и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности.
5. Антидопинговое обеспечение в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24.06.2021 г. № 464.

В соответствии с пунктом 12.14.1 общероссийских антидопинговых правил, ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которого была применена дисквалификация, не имеет права во время срока дисквалификации участвовать ни в каком качестве в спортивных соревнованиях

6. Соревнования проводятся в соответствии с Указом Губернатора Нижегородской области от 28.10.2022 № 231 О реализации Указа Президента Российской Федерации от 19 октября 2022 г. № 757 "О мерах, осуществляемых в субъектах Российской Федерации в связи с Указом Президента Российской Федерации от 19 октября 2022 г. № 756"

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

27.09.2025 - день приезда

27.09.2025 с 16.00 до 19.00 - регистрация участников и комиссия по допуску спортсменов. г. Н. Новгород, г. Н. Новгород, ПРОСто Спорт, Почаинская ул., 17К

28.09.2025 с 8.30 до 9.30 - заседание судейской коллегии, формирование судейских бригад

28.09.2025 10.00 - открытие соревнований

28.09.2025 с 10.00 до 21.00 - соревнования по программе

29.09.2025 - день отъезда

V. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА.

К спортивным соревнованиям допускаются спортсмены следующих возрастных категорий: юниоры и юниорки до 23 лет (2007-2002 г.р.), взрослые – старше 23 лет (2002 г.р. и ранее), ветераны/мастера (женщины) – 35-39 лет (1990 г.р. и ранее) и старше 40 лет (1985 г.р. и ранее), ветераны/мастера (мужчины) – 40-49 лет (1985-1976 г.р.), 50-59 лет (1975 г.р. и ранее) и старше 60 лет (1965 г.р. и ранее). Возраст определяется по году рождения.

Спортивные соревнования проходят по следующим дисциплинам:

Бодибилдинг юниоры (18-23 года)-абсолютная категория

Мужчины - классический бодибилдинг - абсолютная категория.

Мужчины бодибилдинг в категориях: до 80 кг, до 90 кг, и свыше 90 кг.

Мужчины Атлетик – абсолютная категория.

Мужчины бодибилдинг «Мастера» - абсолютная категория.

Женщины бодифитнес – до 163см, свыше 163 см

Женщины бодифитнес мастера (35+ лет)-абсолютная категория

Женщины бодибилдинг-абсолютная категория

Юниорки «Фитнес эстетический» (16-23 года) - абсолютная категорияЖенщины «Фитнес эстетический Дебют» - до 166 см, свыше 166 см

Женщины «Фитнес эстетический»: до 160 см, до 166 см, до 169 см, свыше 169 см

Женщины «Фитнес эстетический» - Мастера (35+лет) абсолютная категория

Женщины «Артистический фитнес» - абсолютная категория

Женщины «Артистик-модель»-абсолютная категория

Женщины «Фит-модель» - абсолютная категория

Женщины «Велнес-фитнес» - абсолютная категория

Юниоры «Пляжный бодибилдинг» (16-23 года) – абсолютная категория

Мужчины «Пляжный бодибилдинг» до 176 см, свыше 176 см

Мужчины «Пляжный бодибилдинг ДЕБЮТ» - абсолютная категория

Мужчины «Атлетический бодибилдинг»-абсолютная категория

Фитнес-пары (участвуют спортсмены из дисциплин пляжный бодибилдинг и фитнес-бикини)

Фитнес-стиль

**Правила категории Фитнес стиль:**

* Оценивается спортивное, подтянутое и здоровое телосложение. За мышцы с видимой венозностью снижается оценка.
* Судьи оценивают Х-образное телосложение участниц, хороший тонус мышц и кожи, красоту лица, образ, общее впечатление.

Выраженные мускулатура и венозность недопустимы!

* Порядок проведения соревнований и правила постановки поз  
  идентично дисциплины «Фитнес – эстетический».

- Соревнования проходят в один раунд (в случае более 20 участниц - отбор 15-ти):

* Участницы выполняют личную презентацию V- walking.

Личная презентация участницы длится 15 секунд и включает в себя выход на центр сцены модельной походкой, далее участница демонстрирует свободные позы:

1. лицом к залу

2. спиной к залу

3. свободная финальная поза.

После презентации участница занимает свое место на задней линии сцены.

* Сравнения - участницы демонстрируют 2 позы и выполняют 2 поворота:

1. Лицом к залу (идентично дисциплины «Фитнес-эстетический»)

2. Спиной к залу (идентично дисциплины «Фитнес-эстетический»)

3. Лицом к залу (идентично дисциплины «Фитнес-эстетический»).

* Соревновательный костюм.

Участницы выходят на сцену в спортивной одежде: топ, шорты и белые гольфы до колен. Спортивная обувь обязательна!

* Топ розового цвета - шея и центральная часть верха грудной клетки открыта. Резинка в нижней части параллельна полу, спереди должно быть открыто не менее одной пары нижних ребер. Сзади – лопатки открыты, одна полоска ткани проходит от верхней части топа до нижней части (ширина не менее 3см) вдоль позвоночника. Бюст должен быть полностью закрыт!
* Шорты черного цвета, спереди верхний край резинки находится не ниже, чем на 2 см от линии пупка, сзади резинка параллельна линии пола, нижний край спереди и сзади находится на одном уровне параллельно линии пола, ягодицы должны быть полностью закрыты, но при этом бицепс бедра должен быть открыт.
* Гольфы белого цвета из плотной ткани должны доходить строго до нижнего края коленного сустава.
* Кроссовки белого цвета - высота подошвы (каблука) не выше 3 см.

Из украшений допускаются только серьги и браслеты.

Совмещать выступление в категории Фитнес стиль разрешается только   
с категорией - Фитнес-эстетический Дебют!

**Количество категорий может быть пересмотрено судейской коллегией в зависимости от количества заявленных участников.** У участников соревнований, представляющих Нижегородскую область и являющихся членами НРФБ, на момент регистрации должен быть оплачен на расчетный счет организации членский годовой взнос в сумме 1500 руб. На регистрации спортсмены, тренеры и представители Нижегородской области могут войти в состав НРФБ.

Оплата **стартового взноса** для спортсменов осуществляется по реквизитам (QR-коду) ФСОО «НРФБ» **включительно по 26.09.2025 со скидкой - 4000 рублей**, либо в день регистрации участников **27.09.2025 - 4500 рублей.**

Спортсмены, выступающие в нескольких дисциплинах, оплачивают дополнительный стартовый взнос по реквизитам (QR-коду) ФСОО «НРФБ» **включительно по 26.09.2025 со скидкой в сумме 1800 рублей**, либо в день регистрации участников 27**.09.2025 - 2000 рублей** закаждую дополнительную дисциплину.

Если спортсмен в категории «Юниор/юниорка» занял с 1 по 3 место, то он переходит в ростовую категорию без оплаты дополнительного взноса.

**ДОПУСК:**

К участию в соревнованиях будут допущены спортсмены только при выполнении условий:

- для участников Нижегородской области - заявка на участие (он-лайн регистрация)

- для участников из других регионов - заявка на участие (он-лайн регистрация) и заявка от региональной федерации **заверенная визой врача, подписью и печатью Руководителя Региональной Федерации (члена ФББР)**

**Все спортсмены обязательно должны иметь:**

**1) Паспорт;**

**2) Анкету** участника соревнований (заполняется на месте), можно заполнить анкету заранее, получив ее по электронной почте от федерации (направляется электронным письмом после прохождения он-лайн регистрации)

**3) Соревновательные плавки** **/ купальник, по правилам ФББР**;

**4)** **Карту члена НРФБ -2025** (для жителей нижегородского региона, дальнейшее участие в официальных соревнованиях ФББР возможно только по заявке от НРФБ)

**5) Музыкальную композицию для произвольной программы** в формате MP3 на флэш-носителе USB (обязательное условие). Файл должен быть проверен заблаговременно для избегания проблем с воспроизведением. Спортсмен может заранее (включительно до 27.09.2025) прислать файл на почту федерации [nnfb52@yandex.ru](mailto:nnfb52@yandex.ru) с указанием своей фамилии, региона и категории выступления.

VI. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ.

1. Заявка, содержащая информацию о составе команды, участвующей в спортивном соревновании, направляется на электронный адрес: **nnfb52@yandex.ru** в срок не позднее 26.09.2025 года.
2. Оригиналы заявок на участие в спортивных соревнованиях предоставляются в комиссию по допуску в 1 экземпляре при подтверждении регистрации участников на месте.
3. К заявке прилагаются следующие документы на каждого спортсмена:

- паспорт или иной документ удостоверяющий личность,

- полис обязательного медицинского страхования,

- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев

4. Для всех участников обязательна процедура заполнения предварительной заявки на "Чемпионат Нижегородской области по бодибилдингу" на сайте: www.nnfb52.ru

Срок заполнения предварительной заявки до 26.09.2025г.

1. Всем зарегистрированным участникам необходимо пройти **очную регистрацию** за день до проведения турнира **27 сентября 2025 года**, оплатить стартовый взнос и получить стартовый номер. На очной регистрации каждому участнику будет выдан браслет, который является пропуском на соревнования.

VII. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ.

Победитель соревнований определяется согласно правилам Международной Федерации бодибилдинга IFBB - по наименьшей сумме мест, набранной в полуфинале и финале. При равном количестве мест преимущество имеет участник, сумма мест которого в финале меньше.

**Для участия в соревнованиях необходимо обязательно пройти онлайн обучение «Антидопинг курс 2025» на сайте Русада с получением сертификата:**

***http://rusada.ru/athletes/online-course.php***

VIII. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ.

Победители и призеры в весовых категориях награждаются кубками, грамотами, медалями и призами от спонсоров. Абсолютный победитель награждается Дипломом и Почетным кубком.

IX. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Федерация бодибилдинга Нижегородской области несет расходы по организации и проведению соревнований, в том числе по аренде помещения и обеспечению призового фонда соревнований, также расходы, связанные с обеспечением наградной атрибутикой (кубками, медалями с лентой).

X. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Дополнительная информация по телефону:**

Президент региональной федерации бодибилдинга Нижегородской области – Степанов Павел Викторович: тел.: +79101255148

**Сайт: www.nnfb52.ru**

**Инстаграм: https://instagram.com/nrfb.fbbr?igshid=NGVhN2U2NjQ0Yg==**

**Телеграм: <https://t.me/nrfblite>**

**BK: //vk.com/club229602936**

В день проведения турнира будет оказана услуга профессионального нанесения грима в специальных кабинках. Организация, оказывающая услугу ПРОГРИМ. Запись по телефону +79508063490 (WhatsApp, Viber) Наталия, а также в день регистрации вживую.

В работе будет использоваться грим СПОРТ ЗАГАР.

Стоимость нанесения грима составит 6000 руб.

В услугу входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима спорт загар атлет.

2. Нанесение второго слоя грима спорт загар рельеф.

3. Комплект одноразового белья: шапочка, стринги, тапочки, стикини.

4. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами

соревнований.

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.

**НАСТОЯЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА** **ЧЕМПИОНАТ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ ПО БОДИБИЛДИНГУ**