

# ПОЛОЖЕНИЕ О СОРЕВНОВАНИЯХ

## «Кубок СГАУ по жиму лёжа 2015 года»

### 1. Цели и задачи

Соревнования проводятся с целью активизации внеучебной оздоровительной и спортивно-массовой работы с молодежью.

Основные задачи:

- популяризация и дальнейшее развитие пауэрлифтинга среди студентов и членов клуба;
- массовое вовлечение молодежи в регулярные занятия физической культурой и спортом;
- пропаганда физической культуры и спорта как средства укрепления здоровья и воспитания молодежи;
- повышение эффективности учебно-тренировочного процесса;
- выявление сильнейших спортсменов-пауэрлифтеров СГАУ и отбор спортсменов в сборную команду университета для подготовки к вышестоящим соревнованиям.

### 2. Руководство проведением соревнований

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет кафедра физического воспитания Аэрокосмического университета, отделение атлетической гимнастики.

Непосредственное руководство подготовкой и проведением соревнований возлагается на главную судейскую коллегию по пауэрлифтингу (гл. судья – преп. Филатова М. Ю., гл. секретарь – ст. преп. Койчев В. И.).

### 3. Участники соревнований

Соревнования проводятся в весовых категориях 47, 52, 57, 63, 72, 84, свыше 84 кг у женщин; 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120 и свыше 120 кг у мужчин.

***На Открытом Кубке СГАУ имеют право выступать спортсмены, хотя бы раз принимавшие участие в соревнованиях по тяжелой атлетике и/или пауэрлифтингу в составе команды СГАУ, а также студенты СГАУ очной формы обучения.***

Личные заявки по весовым категориям подаются не позднее, чем за неделю до начала соревнований главному судье (главному секретарю).

### 4. Программа, сроки проведения, система зачета

Соревнования проводятся по действующим правилам, утвержденным Федерацией пауэрлифтинга России, с учетом дополнений и изменений на день начала соревнований. Правила соревнований можно найти на официальном сайте Самарской областной федерации силового троеборья (пауэрлифтинга) [Samaraipf.narod.ru](http://Samaraipf.narod.ru).

**Состав команды восемь человек.** Очки в личном первенстве начисляются по таблице коэффициентов Уилкса. В зачет команды включаются мужские и женские результаты. (Женские результаты подсчитываются с коэффициентом 1,25 к таблице Уилкса). **Зачет по пяти лучшим результатам.** При равенстве очков у двух и более команд предпочтение отдается команде, имеющей наибольшее число первых, вторых и т.д. мест.

Время проведения соревнований – 16 мая 2015 года.

Место проведения - зал тяжелой атлетики СГАУ (спортивный корпус на улице Лукачева 46<sup>А</sup>).

## **5. Экипировка участников**

Все участники соревнований должны быть одеты в спортивную форму установленного образца: борцовское трико (разрешается велосипедное трико) и майка-полурукавка, - и спортивную обувь. Разрешается использование кистевых бинтов (напульсников), поясов для тяжелой атлетики и пауэрлифтинга, бинтов на колени (наколенников). Комбинация бинтов и напульсников (наколенников) не допускается.

## **6. Награждение**

Победители и призеры в личном первенстве награждаются дипломами, медалями и призами. Команды, занявшие призовые места, награждаются дипломами и кубками.

