

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
департамента  
– начальник управления  
молодежной политики  
департамента культуры  
и молодежной политики  
Администрации города  
« 14 » 06 2024 г.  
Е.Г. Лаптев

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУ «ЦСП «Сибирский  
легион»



А.В. Сенин  
06 2024 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении городского мероприятия «Кубок закалённых Севером»

### 1. Цели и задачи

Городское мероприятие «Кубок закалённых Севером» (далее - Кубок) проводится с целью создания условий для привлечения молодежи к систематическим занятиям физкультурой и спортом, популяризации активного досуга молодежи.

Задачи:

- пропаганда и формирование потребности в здоровом образе жизни в молодежной среде;
- поддержка и развитие социальной активности работающей молодежи, создание условий для ее самореализации;
- укрепление дружеских связей между молодежью города.

### 2. Руководство

2.1. Общее руководство осуществляет муниципальное бюджетное учреждение «Центр специальной подготовки «СИБИРСКИЙ ЛЕГИОН» имени Героя Российской Федерации полковника Богомолова Александра Станиславовича» при поддержке управления молодежной политики департамента культуры и молодежной политики Администрации города Сургута.

2.2. Непосредственное проведение Кубка возлагается на Главную судейскую коллегию.

2.3. Организатор оставляет за собой право вносить изменения в условия проведения Кубка.

### 3. Сроки и место проведения

Кубок проводится 29 июня 2024 года на площадке спортивного комплекса «Олимп».

Регистрация спортсменов: 12.00 - 12.45 ч. (позже заявки не принимаются).

Начало в 13.00 ч.

### 4. Условия участия

4.1. В Кубке принимают участие спортсмены не моложе 18 лет.

4.2 Состав команды: 5 человек, из них 3 мужчины и 2 женщины.

4.3. К участию в Кубке допускаются команды, прошедшие регистрацию.

4.4. Для каждой команды необходим единый стиль в одежде либо форма с единым логотипом (надписью) или отличительным знаком.

4.5. Для участия в Кубке необходимо подать предварительную заявку по форме (приложение к положению) до 16.00 часов 28.06.2024 г. на e-mail: legion-metodist@mail.ru

Предварительные заявки от команд **ОБЯЗАТЕЛЬНЫ**.

Оригинал заявки предоставляется в день проведения Кубка на регистрации.

4.6. Для участия в Кубке каждому участнику необходимо пройти регистрацию в государственной автоматизированной информационной системе «Молодежь России», пройдя по ссылке

4.7. Контактное лицо – Сарбалыкова Александра Денисовна, телефон – 8 (3462) 50-30-88.

## **5. Условия проведения**

В рамках кубка участникам предстоит поочередное выполнение командных комплексных упражнений, направленных на функциональную выносливость.

Время выполнения: 1 минута работы, 1 минута отдыха. Учитывается максимальное количество повторений.

Очередность выступления команд определяется в ходе жеребьевки.

Количество упражнений:

1 упражнение - «Шиномонтаж».

Команде необходимо по команде судьи перевернуть покрышку весом 300 кг.

2 упражнение - «Бронеживот».

Подъем туловища с бревном, связанным одной цепью.

3 упражнение - «Сканатка».

Групповые прыжки через канат (в форме большой скакалки).

4 упражнение - «Броненоги».

Командное приседание с бревном/скамейкой.

5 упражнение – эстафета - «Горячая гигантская картошка».

Команда стоит в кругу. Участник выполняет упражнение «Берпи» на мяче 10 кг, который потом передает следующему участнику.

6 упражнение - «Сорокопрыжка».

Командные перепрыгивания в связке через скамейку или бревно длиной 5 метров.

7 упражнение - эстафета «Пирамида».

Задача команды построить пирамиду из покрышек. Учитывается количество пирамид.

8 упражнение – «Бег с цепью»

По команде судьи «Старт», участники всей командой пробегают дистанцию змейкой, держа в руках цепь, в зачет идет количество полных кругов.

9 упражнение – «Погрузчик»

Команда делится на две части и передает друг другу груз через препятствие.

Организатор оставляет за собой право вносить изменения и дополнения в содержание упражнений.

## **6. Подведение результатов**

6.1. Команда-победитель определяется по наилучшему результату путем суммарных вычислений по каждому упражнению.

6.2. Упражнения, выполненные не по регламенту установленных правил, не засчитываются. Данное решение принимает главный судья Кубка, а также судья упражнения.

6.3. Все спорные вопросы решаются по ходу Кубка путём подачи претензий в главную судейскую коллегию. Претензия будет рассмотрена судейской коллегией незамедлительно.

## **7. Награждение**

7.1. Команда-победитель награждается кубком.

7.2. Команды, занявшие призовые места, награждаются в соответствии с занятым местом грамотами, медалями, а также памятными подарками.

7.3. Все команды награждаются грамотой за участие.

**Данное Положение является официальным вызовом для участия в Кубке.**

ЗАЯВКА  
на участие в городском мероприятии  
«Кубок закалённых Севером»

От команды \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия Имя участника	Дата рождения	С техникой безопасности и условиями проведения ознакомлен
1			
2			
3			
4			
5			

Представитель команды, контактное лицо \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО)

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Контактный телефон представителя команды \_\_\_\_\_