

West Siberian Championship 2024 ОТБОРОЧНЫЙ ЭТАП. РЕГЛАМЕНТ.

West Siberian Championship (WSC '24) – открытые Соревнования среди самых физически подготовленных атлетов России и ближнего зарубежья. Организаторы – Региональная Спортивная Общественная Организация «Федерация функционального многоборья Тюменской области»

В 2024 году Соревнования проходят в Категориях:

1. Elite (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 18 лет и старше)
2. Rx (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 17 лет и старше)
3. Intermediate (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 16 лет и старше)
4. B (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 16 лет и старше)
5. Masters 35+ (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 40 лет и старше)
6. Masters 40+ (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 40 лет и старше)
7. Teams 1M+1F (атлеты, которым на момент финала – 25 июля 2024 г. включительно, исполнилось 18 лет и старше)

Для всех Категорий Соревнования включают два этапа: Отборочный и Финальный. Настоящие правила регулируют Отборочный этап Соревнований.

1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

- 1.1. Атлеты должны принять участие в Отборочном этапе для того, чтобы завоевать право участвовать в Финальном этапе, который пройдет 25-28 июля 2024 г. в г. Тюмень, Россия.
- 1.2. Отборочный этап проходит в формате онлайн и состоит из нескольких комплексов, анонсируемых на официальной странице соревнований на платформе **necrossfit.ru** и в аккаунтах мероприятия **@west_siberian_championship** в соцсетях и канале Telegram.
- 1.3. Даты Отборочного этапа: в период с **10 по 26 мая 2024 г.**
Открытие регистрации: **1 апреля 2024 г.**
Регистрация происходит на платформе по адресу **<https://necrossfit.ru/competitions/9/>**
- 1.4. На Отборочном этапе Атлеты имеют право регистрироваться в нескольких индивидуальных Категориях, но только в одной Команде.
- 1.5. Состав Команд – 1 Мужчина и 1 Женщина. Для формирования Команды атлеты регистрируются каждый по отдельности и затем один из Атлетов приглашает в нее второго, сам становясь при этом Капитаном Команды.
- 1.6. Всем атлетам, участникам Отборочного этапа, необходимо в течение определенного, указанного в анонсе, периода времени **выполнить все** объявленные Организаторами West Siberian Championship 2024 комплексы и внести показанные в них результаты на соответствующей странице на платформе **necrossfit.ru**. **После окончания указанного срока Атлеты не имеют права корректировать или заново вносить результаты.**
- 1.7. Участники Команд выполняют отборочные комплексы по отдельности. Результатом отборочного комплекса является сумма результатов участников Команды.
- 1.8. Атлеты несут ответственность за соблюдение формата задания, выполнение всех движений согласно заданным Организаторами стандартам, подсчет выполненных повторений, использование необходимого оборудования, контроль времени и корректное внесение результатов.
- 1.9. Атлеты подтверждают указанные результаты видеороликами с выполнением комплексов, которые затем выборочно просматриваются, подтверждаются, при необходимости – корректируются либо признаются недействительными судьями. Отсутствие видеоподтверждения ведет к аннулированию указанного результата.

1.10. По итогам Отборочного этапа, в течение 12 дней по его окончании, формируется итоговая таблица результатов. На основании таблицы лучшие Атлеты получают право принять участие в Финальном этапе WSC *24:

- **Elite** – 20 Мужчин и 10 Женщин
- **Rx** – 30 Мужчин и 20 Женщин
- **Intermediate** – 50 Мужчин и 30 Женщин
- **B** – 40 Мужчин и 30 Женщин
- **Masters 35+** – 20 Мужчин и 10 Женщин
- **Masters 40+** – 20 Мужчин и 10 Женщин
- **Teams 1M+1F** – 20

1.11. Организаторы Соревнований оставляют за собой право пригласить к участию в Финальном этапе в одну или несколько Категорий некоторое количество Атлетов без прохождения Отборочного этапа («предоставить WildCard»). В этом случае количество участников, прошедших отбор в соответствующую(ие) Категорию(ии), будет сокращено на равное выданному количеству WildCard.

1.12. В случае отказа или невозможности Атлета, завоевавшего по итогам Отборочного этапа право принять участие в Финальном этапе, право переходит к Атлету, занимающему в таблице следующее за отобравшимися место.

2. АТЛЕТЫ

2.1. Атлеты самостоятельно выбирают Категорию, в которой будут выступать, ориентируясь на следующие стандарты:

ELITE

Лишь самые физически подготовленные атлеты добиваются права выступить в категории Elite. Они уверенно владеют самыми сложными гимнастическими навыками, работают в комплексах с тяжелыми весами, готовы к заданиям с необычным оборудованием и тестированию границ своих физических возможностей.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Ходьба на руках с препятствиями
- Выходы на кольцах и перекладине строгие
- Отжимания в стойке на руках без опоры, строгие, с дефицитом

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 100/65, Рывок 80/50

Rx

Атлеты категории Rx имеют большой соревновательный опыт, но их физическая подготовка пока не позволяет на равных бороться с атлетами категории Elite. Они владеют всеми гимнастическими навыками и работают в комплексах с весами выше средних.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Выходы на кольцах
- Подъемы по канату без ног/укороченному
- Отжимания в стойке на руках с дефицитом
- Ходьба на руках

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 85/55, Рывок 60/40

INTERMEDIATE

Категория Intermediate для атлетов-любителей, имеющих стаж регулярных тренировок не менее года и уровень физической подготовки выше среднего. Они владеют основными гимнастическими навыками и работают в комплексах со средними весами.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Выходы на перекладине (Муж) / Подтягивания до груди (Жен)
- Подносы пусков к перекладине
- Подъемы по канату
- Подъемы ногами по стене

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 60/40, Рывок 45/30

B(eginners)&S(caled)

Категория B&S - для начинающих атлетов со стажем тренировок не более года, и тех, кто пока находится на начальном этапе подготовки и вынужден в комплексах масштабировать большинство гимнастических упражнений и веса. Для этих атлетов участие в очных соревнованиях

российского масштаба (в случае прохождения отборочного этапа) - первый опыт.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Подтягивания до подбородка
- Подносы ног к кольцам
- Подъемы по канату

Техническое выполнение базовых движений:

- Приседания, Становая тяга, Жимы стоя

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 45/30, Рывок в стойку 35/20

Masters 35+

Атлеты имеют большой соревновательный опыт. Они владеют всеми гимнастическими навыками и работают в комплексах с весами выше средних.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Выходы на кольцах
- Подъемы по канату без ног/укороченному
- Отжимания в стойке на руках с дефицитом
- Ходьба на руках

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 85/55, Рывок 60/40

Masters 40+

Атлеты категории Masters 40+ имеют стаж регулярных тренировок не менее 1 года и соревновательный опыт, они владеют основными гимнастическими навыками и работают в комплексах с весами выше средних.

Возможная гимнастика в комплексах:

- Ходьба на руках
- Выходы на кольцах/перекладине

- Отжимания в стойке на руках

Возможные веса в комплексах:

- Толчок 80/50, Рывок 55/35

Teams 1M+1F

Атлеты имеют большой соревновательный опыт.

Они владеют всеми гимнастическими навыками и работают в комплексах с весами выше средних.

Вероятная гимнастика в комплексах:

- Выходы на кольцах
- Подъемы по канату без ног/укороченному
- Отжимания в стойке на руках с дефицитом
- Ходьба на руках

Вероятные веса в комплексах:

- Толчок 85/55, Рывок 60/40

- 2.2. В случае явного несоответствия уровня физической подготовки Атлета Категории, в которой он зарегистрировался, Организаторы имеют право предложить ему сменить Категорию либо исключить из числа участников.
- 2.3. Организаторы West Siberian Championship 2024 оставляют за собой право запретить Атлету или Команде участвовать в Соревнованиях по причине неуважительного отношения к организаторам, судьям, партнерам мероприятия, другим атлетам или лицам и компаниям, напрямую или косвенно связанным с Соревнованиями, а также по любой другой причине на усмотрение Организаторов.

ООО «Нефть»

ИНН 7203510176

ОГРН 1207200016605

Банковские реквизиты:

Р/с 40702810900000064714

ПАО «МТС-Банк»

К/с 30101810600000000232

БИК: 044525232

Директор

Д.С. Баев

