

Положение об открытом чемпионате по силе сжатия ручного динамометра/эспандера среди водителей «Сильный водитель»

1. Цели и задачи:

- 1.1. популяризация и развитие спорта среди водителей;
- 1.2. повышение уровня физической подготовки водителей;
- 1.3. выявление сильнейших спортсменов;
- 1.4. пропаганда здорового образа жизни.

2. Место и время проведения:

- 1.1. первый этап чемпионата проводится онлайн;
- 1.2. второй этап чемпионата проводится в очной форме, дата и место будут объявлены организаторами не позднее 10 июня 2024 года (следите за новостями в телеграмм-канале <https://t.me/driversrussia>, все зарегистрированные участники получат информационную рассылку о дате и месте проведения второго этапа)

3. Участники:

1. К участию в чемпионате допускаются водители, имеющие действующее водительское удостоверение;
2. Участники должны быть в спортивной форме и иметь при себе документы, удостоверяющие личность (для второго этапа);
3. Сетка соревнования представлена в **Приложении 1**.
4. К участию в соревнованиях допускаются лица, достигшие возраста 18 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, осознающие и принимающие возможные риски.

4. Программа соревнований:

4.1 Первый этап (заочный):

- 1.1.1. Все желающие участники направляют видео, подтверждающее установление какого-либо значения на силовом динамометре в численном показателе – цифровом или механическом дисплее (модель не имеет значения) на адрес электронной почты info@driversrussia.ru с пометкой в теме письма «Сильный водитель»
- 1.1.2. В тексте письма указывается заявляемая категория (вес, возраст, пол), подтверждение наличия водительских прав, контактная информация – номер телефона.
- 1.1.3. Регистрация участников подтверждается в ответном письме, которое направляют организаторы, оценив полученный материал (в случае необходимости может потребоваться направить дополнительные материалы, подтверждающие выполнение условий настоящего регламента)
- 1.1.4. Старт онлайн соревнований – 01 апреля 2024 г. 12:00 МСК
- 1.1.5. Итоги первого этапа соревнований публикуются не позднее даты первого мероприятия второго этапа
- 1.1.6. Награждение победителей первого этапа не предусмотрено – они переходят во второй этап

4.2 Второй этап (очный):

- 4.2.1. Данный этап может быть проведён в 4-х городах в разное время для удобства участников (Новосибирск, Пермь, Москва, Ростов-на-Дону)
- 4.2.2. Регистрация участников на второй этап допускается единоразово (одно участие в финальном зачёте)
- 4.2.3. Соревнования по силе сжатия ручного динамометра/эспандера на втором этапе осуществляются лично в присутствии судейской комиссии «Водители России» на одном и том же цифровом динамометре (для всех участников во всех регионах)
- 4.2.4. Награждение победителей и призеров второго этапа осуществляется на крайнем мероприятии сезона в очной и заочной форме

5. Правила проведения соревнований:

- 5.1. Перед началом упражнения необходимо пройти весовой контроль (допускается проходить в одежде, раздеваться не более чем до нижнего белья, разуваться - обязательно) и регистрацию, заполнить согласие на участие в мероприятии у секретаря
- 5.2. На сжатие кистевого цифрового динамометра даётся 3 попытки: по одной попытке сжатия каждой рукой + одна дополнительная попытка любой рукой
- 5.3. Сжатие осуществляется строго в поле зрения судьи. Во время сжатия запрещается касаться динамометром или кистью сжимающей руки тела или любых предметов.
- 5.4. Более подробно правила будут разъяснены непосредственно перед началом соревнований
- 5.5. Использование тейпов, пластырей, кистевых и локтевых бинтов и суппортов допускается только по согласованию с судьёй
- 5.6. Одежда: чистая, спортивная, без оскорбительных и провокационных изображений, не закрывающая руки ниже локтей. Обувь: спортивная, чистая.
- 5.7. Победитель в каждой категории выбирается по лучшему результату.
- 5.8. Победители в каждой категории награждаются памятными призами и дипломами.

6. Дополнительная информация

- 6.1 Организатор оставляет за собой право вносить изменения в данное положение.
- 6.2 Все изменения и дополнения к положению будут опубликованы на официальном сайте организатора driversrussia.ru.

Сетка распределения категорий участников открытого чемпионата по силе сжатия ручного динамометра		
возраст	пол	весовая категория
до 25 лет	м	до 55 кг
	м	55 - 65 кг
	м	65 - 75 кг
	м	75 - 85 кг
	м	более 85 кг
25 - 40 лет	м	до 65 кг
	м	65 - 75 кг
	м	75-85 кг
	м	85-95 кг
	м	более 95 кг
старше 40 лет	м	до 65 кг
	м	65 - 75 кг
	м	75-85 кг
	м	85-95 кг
	м	более 95 кг
до 25 лет	ж	до 45 кг
	ж	45 - 55 кг
	ж	55 - 65 кг
	ж	65 - 75 кг
	ж	более 75 кг
25 - 40 лет	ж	до 55 кг
	ж	55 - 65 кг
	ж	65 - 75 кг
	ж	75-85 кг
	ж	более 85 кг
старше 40 лет	ж	до 55 кг
	ж	55 - 65 кг
	ж	65 - 75 кг
	ж	75-85 кг
	ж	более 85 кг