

Утверждаю:  
  
председатель комитета  
по образованию и делам молодёжи  
К.Ю. Косых  
31 января 2023 года



## Положение о проведении районных соревнований по полиатлону среди учащихся и взрослого населения Алтайского района

### 1. Цели и задачи:

- участие в соревновании разнообразной направленности
- массовое привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- повышение спортивного мастерства;
- выявление сильнейших спортсменов Алтайского района.

### 2.Руководство проведением соревнования:

Ответственный за организацию и проведение:

Огнёв Д.П. (т. 89021467143).

**Предварительные заявки подать на эл. почту [dimas.ognev@mail.ru](mailto:dimas.ognev@mail.ru) до 12.02.2023**

### 3. Время и место проведения:

Соревнование состоится 15 февраля 2023 г. в с. Куяча Алтайского района, Ул. Школьная 1.

**9ч.30мин.— заседание судейской коллегии**

**10ч.00мин. – начало стрельбы**

**11ч.00мин. начало силовой гимнастики**

### 4. Участники соревнований и дистанция в лыжной гонке:

1) девушки и женщины 14 – 18 лет, 18 – 49 лет - 3км.

2) юноши и мужчины 14 – 18 лет, 18 – 49 лет – 5 км.

3) женщины 50 и старше – 2 км.

4) мужчины 50 лет и старше – 3 км.

К соревнованиям допускаются все желающие имеющие соответствующую подготовку и допуск врача (для взрослых личной подписи ответственности за своё здоровье).

### 5. Программа соревнования:

-соревнование проводится в трех спортивных дисциплинах: стрельба силовая гимнастика и лыжная гонка.

**Стрельба:** производится из пневматического оружия (**командам иметь личное оружие с пулями**) дистанция 10 метров 10 выстрелов(3пробных, 10зачётных)

**Силовая гимнастика:** девочки, девушки, женщины – сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз).

Мальчики, юноши, мужчины — подтягивание на перекладине (количество раз).

- **Лыжная гонка:** проводится свободным стилем, старт общий по группам. Более подробная информация о проведении соревнования в приложении, «Порядок регистрации и проведение соревнования».

**6.Подведение итогов и награждение:**

Результат в упражнениях переводится в очки, по специальной таблице, по сумме трёх видов выявляются призёры соревнований в каждой возрастной группе. При равном количестве очков приоритет отдаётся участнику показавшему лучший результат в лыжных гонках. Призёры (1,2,3 место) награждаются грамотами, победители специальными сладкими призами. Награждение проводится после окончания лыжной гонки.