

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО СШОР
«Манеж» Петродворцового района
Санкт-Петербурга

А.С. Максимов
«___» _____ 2025 г.



ПОЛОЖЕНИЕ о проведении соревнований по спортивной аэробике «Первенство ГБУ ДО СШОР «Манеж»»

1. Цели и задачи

- 1.1. Проверка уровня специальной подготовки спортсменов отделения спортивной аэробики ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга.
- 1.2. Стимулирование роста мастерства юных спортсменов ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга.
- 1.3. Повышение физической, нравственной и духовной культуры спортсменов ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга.

2. Место и время проведения соревнований

- 2.1. Соревнования проводятся **24 мая 2025 г.** на базе ФОК «Газпром Ломоносов», по адресу г. Ломоносов, Ораниенбаумский пр., д. 40

Начало соревнований: 11.00

Окончание соревнований: 14.00

3. Руководство соревнованиями

- 3.1 Руководство, организация, судейство и проведение соревнованиями возлагается на администрацию ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга.
- 3.2. Главный судья соревнований – Меринова Л.Н. - осуществляет открытие, контроль за проведением соревнований и награждение спортсменов.
- 3.3. Главный секретарь соревнований – Ключева Н.Е, осуществляет:
- проверку правильности заполнения протоколов;
 - определение победителей;
 - заполнение грамот для награждения.

4. Программа соревнований

1. 1 шпагат по выбору (2018 г.р.),
3 шпагата (2017, 2016 гг.р.)
2. «Складка» в положении «сидя», ноги вместе (2018 г.р.),
«Складка» в положении «стоя» (2017, 2016 гг.р.)
3. Отжимание от пола (10 см) за 20 секунд (2018 г.р.), 30 сек. (2017, 2016 гг.р.)
4. Пресс - 2018 г.р. Подъем туловища из И.п. – лежа на спине, ноги под гимнастической лестницей, выполняется подъем с касанием кистью рук нижней рейки гимнастической лестницы. (за 30 секунд)

Пресс – 2017, 2016 гг.р. Подъем ног из И.п. – лежа на спине, хват руками за гимнастическую лестницу, выполняется подъем прямых ног с касанием нижней рейки гимнастической лестницы. (за 30 секунд)

5. Прыжок в длину с места (2 попытки)

6. Челночный бег – 3*10 м.

7. Подъем туловища из И.п. – лежа на животе, руки «в замке» за головой, ноги под гимнастической стенкой.

5. Участники соревнований

5.1. К соревнованиям допускаются спортсмены ГБУ ДО СШОР «Манеж» 2018,2017,2016 годов рождения, имеющие допуск врача для участия в соревнованиях.

5.2. Соревнования проводятся отдельно по возрастным группам среди мальчиков и девочек.

6. Медицинское обслуживание

Обеспечивает медицинский работник ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга – Хохунова Евдокия Александровна.

7. Награждение

Участники, занявшие 1, 2, 3 места награждаются грамотами и медалями., 4-10 места награждаются грамотами.

8. Финансирование

Финансирование осуществляется из средств бюджета Санкт-Петербурга, предусмотренных ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга на 2025 год на выполнение государственного задания на оказание государственных услуг.

Положение составила:

Заведующий отделением спортивной аэробики

Н.Е. Ключева