



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО СШОР
«Манеж» Петродворцового района
Санкт-Петербурга
А.С. Максимов
«___» _____ 2025 г.

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

1. Цели и задачи

- 1.1. Прием нормативов по общей физической и специальной физической подготовке у занимающихся ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга для перевода на базовый уровень второго года обучения и продвинутый уровень первого года обучения.
- 1.2. 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 **15 ноября 2025 г.** на базе ФОК «Газпром Ломоносов», по адресу г. Ломоносов, Ораниенбаумский пр., д. 40
Начало соревнований: 12.00
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 – Ключева Н.Е. - осуществляет открытие, контроль за проведением соревнований и награждение спортсменов.
- 3.3. Главный секретарь соревнований – Миндина А.В., 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, 2015 гг.р.)
2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье «Складка» (2018, 2017, 2016, 2015 гг.р.),
3. Сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу (10 см) за 20 секунд (2018 г.р.), 30 сек. (2017, 2016, 2015 гг.р.)
4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 секунд) (2018, 2017, 2016, 2015 гг.р.).
5. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (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.
8. Прыжки на скакалке толчком двух ног за 45 сек.
9. Смешанное передвижение на 1000 м.

5. Участники соревнований

- 5.1. К соревнованиям допускаются спортсмены ГБУ ДО СШОР «Манеж» 2018, 2017, 2016, 2015 годов рождения, имеющие допуск врача для участия в соревнованиях.
- 5.2. Соревнования проводятся отдельно по возрастным группам 2018, 2017, 2016, 2015 гг.р.

6. Медицинское обслуживание

Обеспечивает медицинский работник ГБУ ДО СШОР «Манеж» Петродворцового района Санкт-Петербурга – Хошунова 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



Н.Е. Ключева