

Утверждаю:

Заместитель начальника Управления по
физической культуре и спорту
Администрации города Екатеринбурга

И.В. Алыпов

Утверждаю:

Директор МАУ «Спортивно-
оздоровительный комплекс
«Калининец»

В.В. Нагибин

Регламент проведения

официального физкультурного мероприятия муниципального образования
«город Екатеринбург» **«Зимний фестиваль ВФСК «Готов к труду и
обороне» среди всех категорий населения», приуроченного к проведению
в Российской Федерации Года защитника Отечества**

1. Порядок регистрации на Фестиваль:

1.1. Участнику или команде необходимо определиться с датой участия в Фестивале. Пройти регистрацию на сайте <https://ekb.sport-city.nf-it.ru/activity> до 17:00 24 января.

На сайте необходимо указать имеющийся УИН, Ф.И.О., дату рождения, организацию, которую представляет участник на Фестивале. Если в списке нет нужной организации, выбрать вариант «Не учебное учреждение» и указать необходимое учреждение. Строку «команда» можно не заполнять.

1.2. Направить медицинское заключение о допуске для выполнения нормативов Комплекса ГТО (Приложение № 1 Положения Фестиваля) в формате WORD в Центр тестирования ГТО МАУ «СОК «Калининец» на электронную почту: gto@kalininets.com до 24 января 2025 года до 17.00 часов.

1.3. В один соревновательный день принять участие в состязаниях может не более 100 участников.

2. Программа проведения Фестиваля

2.1. Спортивная программа:

Время	Нормативы	Площадка
9.00 – 11.00	Регистрация участников	Лыжная база МАУ СОК Калининец
9.30	Старт заездов «Бег на лыжах 5 км»	Лыжная база МАУ «СОК «Калининец»

10.15	Старт заездов «Бег на лыжах 3 км», «Передвижение на лыжах 3 км»	Лыжная база МАУ «СОК «Калининец»
10.45	«Бег на лыжах 2 км», «Передвижение на лыжах 2 км»	Лыжная база МАУ «СОК «Калининец»
11.15	«Бег на лыжах 1 км»	Лыжная база МАУ «СОК «Калининец»
11.30	Выполнение скоростно-силовых нормативов: Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (только женщины с II по XV ступень), Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (мужчины и женщины с XVI по XVII ступень), Подтягивание из виса на высокой перекладине (только мужчины с II по XV ступень), Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, Прыжок в длину с места (с II – IX ступень) Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. (с X-XVII ступень)	Спортивный зал в бассейне МАУ «СОК «Калининец»
12.00	ОТКРЫТИЕ ФЕСТИВАЛЯ	Спортивный зал в бассейне МАУ «СОК «Калининец»
13.00	Продолжение выполнения силовых нормативов	Спортивный зал в бассейне МАУ «СОК «Калининец»
13.15	Выполнение нормативов «Плавание 25 м», «Плавание 50 м»	Бассейн МАУ «СОК «Калининец»
14.00	Завершение приёма нормативов. Заккрытие всех площадок.	

2.2. Участники без лыжного инвентаря могут воспользоваться прокатом. Прокат лыжного инвентаря для участников Фестиваля (лыжи, палки, ботинки) составляет 100 руб.

2.3. Представители команд, представители участников допускаются в спортивный зал только в сменной обуви.

2.4. Для выполнения скоростно-силовых нормативов участникам необходимо иметь сменную обувь и пакет для каждой пары сменной обуви; спортивную одежду, позволяющая достоверно определить результат

выполнения норматива. Не допускаются участники в «широкой» или «объемной» спортивной одежде.

2.5. Представители команд или представители участников не допускаются в чашу бассейна. Наблюдать за выполнением нормативов можно будет с зрительских трибун.

2.6. На плавание допускаются участники, имеющие навыки плавать.

2.7. Для выполнения нормативов по плаванию участникам необходимо иметь с собой: сменную обувь и пакет для каждой пары сменной обуви, купальные принадлежности (купальник, сланцы, шапочка), полотенце, мыло, мочалка.

2.8. Результаты спортивной программы могут быть внесены в ЭБД ГТО по письменному обращению участника в оргкомитет до завершения Мероприятия.