



УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МАУ ДО «ДЮСШ»

М.А. Лопатюк
«___» октября 2024 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении контрольной тренировки «Полоса препятствий» среди лыжников-гонщиков.

1. Классификация соревнований.

Контрольная тренировка (далее Соревнования) проводится с целью:

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризация и развития детского лыжного спорта в г. Кандалакша;
- повышения значения роли физической культуры в жизни подрастающего поколения и вовлечения детей в занятия лыжными гонками;

2. Место и сроки проведения соревнований.

Соревнования проводятся **12 октября 2024 года** в г. Кандалакша на левом берегу р. Нива, лыжный стадион. Начало соревнований в 11 ч.00 мин. Старт отдельный, через 30 сек.

3. Организаторы соревнований.

Общее руководство подготовкой и непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию МАУДО «ДЮСШ»:

Главный судья - Щепелин О.М.
Главный секретарь - Коптяева Е.В.

4. Требования к участникам соревнований.

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены МАУДО «ДЮСШ», имеющие медицинский допуск.

5. Участники и программа соревнований.

Соревнования проводятся в 4-х возрастных группах:

- девочки 2013-2014 г.р.;
- мальчики 2013-2014 г.р.;
- девочки 2015 г.р. и младше;
- мальчики 2015 г.р. и младше.

Программа соревнований:

- Построение в 10 ч. 45 мин. на лыжном стадионе.
 - Начало соревнований
 - 11.00- старт (девочки 2013-2014, 2015 и младше)-1 круг x 500 м.
 - 11.10 – старт (мальчики 2013-2014, 2015 и младше)-1 круг x 500 м.
- Соревнования проводятся в виде полосы препятствий (приложение № 1 к положению).

6. Условия подведения итогов.

Победитель определяется по наименьшему времени прохождения дистанции.

7. Награждение.

Участники, занявшие с 1 по 3 места в каждой возрастной группе девочек и мальчиков награждаются грамотами и медалями.

8. Финансирование

Награждение проводится за счет МАУ ДО «ДЮСШ».

Этапы полосы препятствий.

1. «Кочки»
2. Переправа по веревкам
3. Перепрыгивания через конусы на бегу
4. Сетки из сигнальных лент
5. «Змейка»