

Утверждаю  
на заседании президиума профкома  
постановление № от

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**об открытом фестивале силового экстрима и фитнеса**  
**на призы Первичной организации Белхимпрофсоюза ОАО «Мозырский НПЗ»**

**1. Общие положения.**

1.1. Настоящее Положение определяет цели, задачи и порядок проведения фестиваля силового экстрима и фитнеса (далее - Фестиваль) в ОАО «Мозырский НПЗ».

1.2. Целью проведения Фестиваля - развитие физической культуры и спорта в ОАО «Мозырский НПЗ», формирование здорового образа жизни работников предприятия, укрепление чувства коллективизма среди работников предприятия.

1.3. Учредителем и организатором конкурса является первичная профсоюзная организация Белхимпрофсоюза ОАО «Мозырский НПЗ» в лице Совета коллектива физической культуры и Совета молодых работников.

1.4. Фестиваль проводится в четыре этапа:

1.4.1. Показательные выступления -- художественное жонглирование гиревиков, представителей молодежного ворк-аут движения Мозырского района.

1.4.2. Командные соревновательные выступления:

- Силовая эстафета. Включает в себя следующие этапы: «фермерский бег» со снарядами 64 кг каждый, переворачивание покрышки на дистанции; отжимание на брусьях со снарядом 24 кг; поднятие 40-килограммовой гантели над собой, разгрузка прицепа с мешками и покрышками, перенос «коромысла» (спортивного снаряда с 50-килограммовыми мешками груза)).
- Перетягивание каната. Команда участвует до двух поражений. Команда-победитель награждается отдельным призом.

1.4.3. Личные соревновательные этапы:

- «распятие» - упражнения на статику с двумя 16-килограммовыми гирями;
- многоповторный и одноповторный жим штанги лежа (участвуют парни и девушки);
- подтягивания (участвуют девушки и парни);
- упражнения на пресс (участвуют девушки и дети);
- поднятие над собой 40-килограммовой гантели (участвуют парни);
- переворачивание покрышки на дистанции (участвуют парни).

1.4.4. Подведение итогов и награждение участников Фестиваля.

**2. Время и место проведения Фестиваля.**

2.1. Фестиваль проводится на спортивной площадке лесопарковой зоны «Молодежный» 11 июля 2020 года, начало в 11.00.

2.2. С 10.30 часов производится взвешивание и жеребьевка команд.

**3. Требование к участникам Фестиваля.**

3.1. К участию в открытом Фестивале допускаются команды структурных подразделений ОАО «Мозырский НПЗ», а также сборные команды предприятий и жителей г. Мозыря независимо от пола.

- 3.2. Состав команды – 5 человек (независимо от пола). Суммарный вес всех участников команды не должен превышать 500 кг.
- 3.3. К соревнованиям допускаются участники команд в спортивной одежде и обуви. Желательно при себе иметь тяжелоатлетический пояс.
- 3.4. Для участия в Фестивале подаются заявки команд в свободной форме до 7 июля 2020 года на электронный адрес [rro\\_mnpz@mail.ru](mailto:rro_mnpz@mail.ru) (с темой «Заявка на Фестиваль»), справки по телефону 80297376053. В личных мини-соревнованиях заявляться можно на месте.

#### **4. Определение результатов Фестиваля.**

- 4.1. Победители определяются в категориях «Команда» и «Личный зачет на спортивных этапах». При равенстве результатов команд предпочтение отдается команде с меньшим суммарным весом участников.
- 4.2. Судейская коллегия вправе решать все спорные вопросы, относящиеся к проведению Фестиваля.
- 4.3. Перед началом каждого силового этапа, а также личных испытаний судейская коллегия разъясняет суть и порядок их прохождения, особенность проведения.
- 4.4. В командных этапах учитывается общее командное время. За потерю снаряда на силовых этапах штрафы не начисляется. Команда не может продолжить выполнение силового этапа до тех пор, пока снаряд не будет зафиксирован, поднят и т.д.

#### **5. Финансирование.**

Расходы, связанные с организацией Фестиваля (медали, грамоты и ценные призы, питание судей в количестве 7 человек), несёт Первичная профсоюзная организация Белхимпрофсоюза ОАО «Мозырский НПЗ». Специальные призы на фитнес-этапах – за счет средств районного общественного объединения «Белорусский республиканский союз молодежи».

Председатель профкома

