|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Утверждаю»**  Президент Региональной общественной организации «Федерация бодибилдинга Московской области» (ФБМО)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Р.Н.Дудушкин  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024г |  | **«СОГЛАСОВАНО»**  Президент Федерации  бодибилдинга России (ФББР)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Вишневский  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024г |
|  |  |  |

РЕГЛАМЕНТ

36й КУБОК И ПЕРВЕНСТВО россии

по бодибилдингу

****

**ТИТУЛЬНЫЙ ПАРТНЕР**

**25-29 апреля 2024г.**

**г. подольск**

***I. Общие положения***

1.1. Настоящий Регламент определяет условия проведения Кубка и Первенства России по бодибилдингу (далее Соревнования) и составлен согласно:

- Положению о межрегиональных и всероссийских официальных физкультурных мероприятий и спортивных соревнованиях по бодибилдингу Минспорта РФ на 2024 год;

- Закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. №329-ФЗ;

- Правил вида спорта «бодибилдинг», утвержденных Минспортом РФ, пр.№190 от 07.03.2019 с изм. от 28.07.2020 №579;

- Регламента Минспорта РФ по организации и проведению официальных физкультурных и спортивных мероприятий на территории Российской Федерации в условиях сохранения рисков распространения COVID-19;

- Календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий ФББР на 2024 год;

- Иных нормативных документов и решений руководящих органов ФББР.

1.2. Соревнования проводятся в строгом соответствии с Регламентом Роспотребнадзора по организации и проведению физкультурных и массовых мероприятий на территории РФ в условиях сохранения рисков заражения COVID-19.

1.3. Цели и задачи:

- развитие бодибилдинга и его дисциплин в Российской Федерации;

- подготовка спортивного резерва;

- повышение спортивного мастерства спортсменов;

- выявление сильнейших спортсменов для отбора и формирования списка кандидатов в спортивные сборные команды России для подготовки к международным спортивным соревнованиям и участия в них от имени Российской Федерации.

1.4. Всем организаторам, участникам и зрителям запрещено оказывать противоправное влияние на результаты соревнований (Ст.26.2 329-ФЗ).

1.5. Соревнования открыты для участия спортсменов из дружественных стран.

Настоящий Регламент и Положение о межрегиональных и всероссийских официальных физкультурных мероприятий и спортивных соревнованиях по бодибилдингу на 2024 год являются основанием для командирования спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта на спортивные соревнования органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации в области физической культуры и спорта.

***II. Сроки и место проведения***

Соревнованияпроводятся в городе **Подольске**. Сроки проведения: **25-28 апреля 2024г**.

День приезда – 25.04.2024г. День отъезда – 29.04.2024г.

**Приём стартовых и членских взносов, комиссия по допуску** (взвешивание/измерение роста - СТРОГО по расписанию - *см. РАСПИСАНИЕ*) **и Место проведения соревнований - Культурно-спортивный комплекс Ледовый дворец «Витязь»** по адресу: Московская область, г. Подольск, ул. Кирова, д. 63А.

**Проживание** **(только по предварительному бронированию и заявкам,** *см.Приложение №2****):***

**ГОСТИНИЦА № 1. Гостиница «Подмосковье-Подольск» 3\*, ул. Клемента Готвальда, 1/42**

**ГОСТИНИЦА № 2. Гостиница «Астро-Плаза» 4\*, г. Видное, пр. Ленинского Комсомола, 41 (25км от места проведения).**

Контактное лицо по размещению. Усатова Татьяна Александровна, тел. 8 (902) 870-10-59.

**Вечер подведения итогов:** 28 апреля 2024г с 22.00 **Банкетный зал «Грант»** по адресу: Тихорецкий бульвар, д.1 стр.19 (ст.метро «Люблино»).

Официальный фитнес-зал для спортсменов-участников Соревнований: **«Zaruba fitness»** по адресу: г. Подольск, мкр.Климовск, Заводская 24А.

***III. Организация и руководство соревнованиями***

Общее руководство подготовкой и проведением Соревнований осуществляют:

- Федерация бодибилдинга России (ФББР),

- Министерство физической культуры и спорта Московской области.

Непосредственное руководство осуществляют: Региональная общественная организация «Федерация бодибилдинга Московской области» (далее ФБМО) во главе с президентом Дудушкиным Р.Н. и ГЛАВНАЯ СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ФББР.

Организаторы Соревнований обеспечивают необходимые условия для проведения соревнований, работу судейской коллегии, награждение победителей и призеров.

Ответственность за обеспечение организационных расходов по подготовке и проведению соревнований (аренда места проведения и регистрации участников; призовой фонд, наградная атрибутика; возведение, оформление и освещение сцены; трансферт; питание и прохладительные напитки для судей; охрана; вечер подведения итогов и пр.) возлагается на ФБМО во главе с президентом Дудушкиным Р.Н.

Место проведения КСК Ледовый дворец «Витязь» отвечает требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории РФ по вопросам обеспечения общественного порядка и безопасности участников и зрителей, а также требованиям правил по бодибилдингу.

Непосредственное обеспечение безопасности осуществляется АО ЛД «Витязь».

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н. Ответственность за организацию медицинского обслуживания на соревнованиях несет ФБМО.

***IV. Требования к участникам соревнований***

4.1. К участию в Соревнованиях допускаются спортсмены в следующих дисциплинах:

**БОДИБИЛДИНГ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование*** | ***Возрастная категория г.р.*** | | ***Ростовые/весовые категории*** | ***% в командный зачет*** |
| АТЛЕТИЧЕСКИЙ  МАЛЬЧИК | 6-8 лет | 2018 – 2016 | Абсолютная категория | 50% |
| 9-11 лет | 2015 – 2013 | Абсолютная категория | 50% |
| 12-14 лет | 2012 – 2010 | Абсолютная категория | 50% |
| ЮНОШИ | 15-17 лет | 2009 – 2007 | Абсолютная категория | 50% |
| юниоры | 18-23 года | 2006 – 2001 | 75кг | 75% |
| +75кг | 75% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| ПОДА – бодибилдинг на колясках мужчины | старше 16 лет | 2008 и ранее | Абсолютная категория | - |
| МАСТЕРА (мужчины) | 40-49 лет | 1984 – 1975 | 90кг | 75% |
| +90кг | 75% |
| 50-59 лет | 1974 – 1965 | Абсолютная категория | 75% |
| старше 60 лет | 1964 и ранее | Абсолютная категория | 75% |
|  | | Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| ЖЕНЩИНЫ | старше 18 лет | 2006 и ранее | Абсолютная категория | 100% |
| МУЖЧИНЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | 70кг | 100% |
| 75кг | 100% |
| 80кг | 100% |
| 85кг | 100% |
| 90кг | 100% |
| 95кг | 100% |
| 100кг | 100% |
| +100кг | 100% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**КЛАССИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ (БОДИБИЛДИНГ - РОСТОВЫЕ КАТЕГОРИИ):**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| юниорЫ | 16-23 года | 2006 – 2001 | Абсолютная категория | 75% |
| МАСТЕРА (мужчины) | старше 40 лет | старше 1984 | Абсолютная категория | 75% |
| мужчинЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | 171см | 100% |
| 175см | 100% |
| 180см | 100% |
| +180см | 100% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**АКРОБАТИЧЕСКИЙ ФИТНЕС**:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ДЕВОЧКИ | 6-7 лет | 2018 – 2017 | Абсолютная категория | 50% |
| 8-9 лет | 2016 – 2015 | Абсолютная категория | 50% |
| 10-11 лет | 2014 – 2013 | Абсолютная категория | 50% |
| 12-13 лет | 2012 – 2011 | Абсолютная категория | 50% |
| 14-15 лет | 2010 – 2009 | Абсолютная категория | 50% |
| МАЛЬЧИКИ | 6-10 лет | 2018 – 2014 | Абсолютная категория | 50% |
| ЮНОШИ | 11-15 лет | 2013 – 2009 | Абсолютная категория | 50% |
| Юниоры | 16-23 года | 2008 – 2001 | Абсолютная категория | 75% |
| юниоркИ | 16-20 лет | 2008 – 2004 | Абсолютная категория | 75% |
| 21-23 года | 2003 – 2001 | Абсолютная категория | 75% |
| мужчинЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | Абсолютная категория | 100% |
| женщинЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | Абсолютная категория | 100% |
| женщинЫ **Артистический фитнес** старше 16 лет | | 2008 и ранее | Абсолютная категория | 75% |

**БОДИФИТНЕС**:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| юниоркИ | 16–23 года | 2008 – 2001 | Абсолютная категория | 75% |
| МАСТЕРА-женщины 35-39 лет | | 1989 – 1985 | Абсолютная категория | 75% |
| МАСТЕРА-женщины старше 40 лет | | 1984 и ранее | Абсолютная категория | 75% |
|  | | | Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| женщинЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | 158см | 100% |
| 163см | 100% |
| 168см | 100% |
| +168см | 100% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**ФИТНЕС-БИКИНИ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ДЕБЮТ | старше 16 лет | 2008 и ранее | 160см | - |
| 164см | - |
| 169см | - |
| +169см | - |
| Абсолютное первенство | - |
| юниоркИ | 16–20 лет | 2008 – 2004 | Абсолютная категория | 75% |
| юниоркИ | 21–23 года | 2003 – 2001 | 166см | 75% |
| +166см | 75% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| МАСТЕРА-женщины 35-39 лет | | 1989 – 1985 | 166см | 75% |
| +166см | 75% |
| МАСТЕРА-женщины старше 40 лет | | 1984 и ранее | Абсолютная категория | 75% |
| МАСТЕРА-женщины старше 45 лет | | 1979 и ранее | Абсолютная категория | 75% |
|  | | | Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| женщинЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | 158см | 75% |
| 160см | 75% |
| 162см | 75% |
| 164см | 75% |
| 166см | 75% |
| 169см | 75% |
| 172см | 75% |
| +172см | 75% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ДЕБЮТ | старше 16 лет | 2008 и ранее | 179см | - |
| +179см | - |
| Абсолютное первенство | - |
| юниоРЫ | 16–23 года | 2008 – 2001 | Абсолютная категория | 75% |
| МАСТЕРА-мужчины старше 40 лет | | 1984 и ранее | Абсолютная категория | 75% |
| МУЖЧИНЫ | старше 23 лет | 2001 и ранее | 176см | 75% |
| 182см | 75% |
| +182см | 75% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**АТЛЕТИК – ростовые категории:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| МУЖЧИНЫ | старше 18 лет | 2006 и ранее | 175см | 100% |
| 180см | 100% |
| +180см | 100% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |
| МАСТЕРА-мужчины старше 40 лет | | 1984 и ранее | Абсолютная категория | 75% |

**ВЕЛНЕС-ФИТНЕС:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ЖЕНЩИНЫ | старше 18 лет | 2006 и ранее | 166см | 75% |
| +166м | 75% |
| Абсолютное первенство | Доп.2 очка |

**АТЛЕТИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| МУЖЧИНЫ | старше 18 лет | 2006 и ранее | Абсолютная категория | 75% |

**ФИТ-МОДЕЛЬ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ЖЕНЩИНЫ | старше 16 лет | 2008 и ранее | 163см | 50% |
| 168см | 50% |
| +168м | 50% |
| Абсолютное первенство | - |
| МАСТЕРА-женщины 35-39 лет | | 1989 – 1985 | Абсолютная категория | - |
| МАСТЕРА-женщины старше 40 лет | | 1984 и ранее | Абсолютная категория | - |
|  | | | Абсолютное первенство | - |
| **АРТИСТИК МОДЕЛЬ:** | | | | |
| ЖЕНЩИНЫ | старше 16 лет | 2008 и ранее | 166см |  |
| +166см |  |
| Абсолютное первенство | - |
| **СМЕШАННЫЕ ПАРЫ:** | | | | |
| Участие спортсменов из дисциплин: бодибилдинг (мужчины, женщины), классический бодибилдинг, атлетик (мужчины); бодифитнес, фитнес (женщины) | | | Абсолютная категория | - |
| **ФИТНЕС-ПАРЫ:** | | | | |
| Участие спортсменов из дисциплин: пляжный бодибилдинг и фитнес-бикини | | | Абсолютная категория | - |

**Всего: 88 категорий и 17 абсолютных первенств.**

**Количество категорий может быть пересмотрено судейской коллегией в зависимости от количества заявленных участников.** Если менее 3 спортсменов в одной категории, категории будут объединены со следующей более тяжелой (либо легкой) весовой категорией/ более высокой (либо низкой) ростовой категорией.

**Возраст спортсмена рассчитывается: год проведения соревнований - год рождения!**

28.04.2024 с 13:00, в КСК Ледовый дворец «Витязь» пройдет 2й Кубок Россиипо **Фитнес-челлендж**. Регистрация участников 25.04.2024 с 17.00 до 20.00 в КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Кирова, д. 63А. Участие без стартового взноса, при наличии членского билета ФББР (размер вступительного взноса с получением членского билета ФББР и значка – 2000руб, продление – 1300руб).

Дополнительная регистрация будет проходить в КСК Ледовый дворец «Витязь» 28.04.2024 с 09.00 до 11.00.

Правила ФББР по всем дисциплинам размещены на сайте [www.fbbr.org](http://www.fbbr.org). Тел.для справок: 8 (953)149 98 09.

**Правила категории «дебют» - фитнес-бикини и «дебют» пляжный бодибилдинг**

В категориях могут выступать спортсмены/ки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 1 января 2024 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2024 году. В 2025 году он/она уже не будет считаться новичком. Если НОВИЧОК выступит на международных соревнованиях среди не новичков, то он/она теряет статус новичка.

Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то ОН/ОНА теряет статус НОВИЧКА. Вопросы по участию: эл.почта info@fbbr.org, тел.8(953)149-98-09.

**Правила категории «Артистик модель»**

**Цель проведения:**

1. Сделать соревнования по бодибилдингу более зрелищными.

2. Дать девушкам спортсменкам возможность реализовать себя в нашем спорте более творчески и разносторонне.

**Проведение соревнований:**

**1 раунд.**

Позирование, как в категории фит-модель. Все девушки выходят на сцену в однотонных слитных чёрных купальниках и туфлях на высоком каблуке (платформа запрещена). Спина должна быть закрыта до лопаток, одна треть ягодиц должна быть закрыта. Украшения на купальнике не допускаются.

**2 раунд.**

А. Каждая девушка выходит на сцену в своем сценическом костюме (можно использовать любой костюм, допустимый в категории Артистик фитнес. Раздевание и использование предметов в руках строго запрещено) и в любой обуви на высоком каблуке (платформа разрешается) одна на сцену и выполняет Т-walking под свою фонограмму в течении одной минуты, после чего встает в линию на диагональ.

В. После завершения Т -walking последней участницей, девушки стоят в диагоналях 1 минуту. Далее начинаются вызовы участниц по номерам в порядке возрастания в сравнения по 4 человека на переднюю линию. При каждом сравнении участницы в течении 20 секунд позируют лицом к залу, демонстрируя свой сценический образ, после чего судья при участниках переводит их в диагональ на правый край сцены, а на сравнение выходят следующие 4 участницы. Сравнения будут завершены, когда каждая участница будет сравнена, а участница с меньшим порядковым номером вернётся на свое начальное место в диагонали по левому краю сцены.

**Критерии оценки:**

1 раунд: более высокое место занимает участница со строением тела, как у фитнес-бикини.

2 раунд: более высокое место занимает участница с лучшим образом, позированием и презентацией тела. Оценивается только общее впечатление, пропорции и качество тела в этом раунде детально не оцениваются.

4.2. Спортсмены могут заявляться в несколько дисциплин и категорий, в случае соответствия росто/весовым ограничениям, согласно правил IFBB, при дополнительном стартовом взносе**: 1750 руб**. - предварительная оплата **на платформе fbbr.online**. **по 21.04.2024 включительно**, **2000 руб.** – в день регистрации 25.04.2024г. Дополнительный взнос за экстра-категорию НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ!

4.3. Территориальная принадлежность спортсменов к субъекту РФ для допуска к Соревнованиям определяется согласно регистрации по месту проживания или по месту фактического пребывания, что подтверждается временной пропиской, студенческим билетом или письмом-согласованием Федерации по месту прописки.

4.4. Спортсмены на комиссии по допуску должны быть в соревновательных костюмах, соответствующих правилам IFBB, предъявить паспорт и медицинскую страховку, сдать качественную фонограмму, записанную первым треком на USB-носителе (флэшке). Обладатели спортивных званий по бодибилдингу должны предъявить подтверждающие документы (удостоверения, квалификационные книжки). Согласно Положения Минспорта РФ, только спортсмены, имеющие оформленный 2 разряд и выше, входящие в официальные списки сборных команд своих регионов смогут выполнить норматив «Мастер спорта». Судьи на инструктаже и жеребьевке ОБЯЗАНЫ предъявить книжку спортивного судьи.

**Каждый участник Соревнований обязан предъявить сертификат о прохождении он-лайн обучения на сайте Русада:** <https://course.rusada.ru/> (**сертификат должен быть получен в 2024 году).**

Ответственность за проведение регистрации спортсменов на Соревнования, а также за соблюдение всех требований по допуску, согласно Правилам и регламента Соревнований, возлагается на главного судью, главного секретаря соревнований и председателя Судейской коллегии ФББР.

***V. Заявки на участие***

5.1. Подача заявок ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ на участие в Кубке и Первенстве России – 2024 возможна на онлайн-платформе ФББР – [www.fbbr.online](http://www.fbbr.online). Любой спортсмен самостоятельно регистрируется на указанном сайте, заполняя все необходимые поля анкеты с подачей заявки на Соревнования. Далее заявка должна быть подтверждена руководителем региональной федерации бодибилдинга, в которой состоит спортсмен. После одобрения заявки на электронную почту поступит подтверждение и будет открыт доступ для онлайн оплаты членских и целевых (стартовых) взносов со скидкой. При онлайн регистрации необходимо поставить **V** в графе о намерении посетить Вечер подведения итогов 28.04.2024**.**

Заполненную анкету можно распечатать в зоне регистрации спортсменов, без необходимости ее повторного заполнения. В анкете будет стоять отметка об онлайн оплате взносов.

Руководители региональных федераций должны отправить предварительную **ЗАЯВКУ НА УЧАСТИЕ** ***(см. Приложение № 1)*** **с полным указанием Ф.И.О, даты рождения, номинации, весовой/ростовой категории каждого участника соревнований, Ф.И.О. представителей - НЕ позднее 22 апреля 2024г.** **Тарифы на размещение и способ бронирования - *в Приложении № 2.***

5.2. Предварительные **ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ** ***(см. Приложение № 1)*** высылаются руководителями региональных федераций **в ОРГКОМИТЕТ** на e-mail: **president@fbbmo.ru.** Копия [**info@fbbr.org**](mailto:info@fbbr.org)**.** Телефоны для справок: Роман Дудушкин 8(926) 624-02-03; ФББР 8(953) 149-98-09 (СПб).

Заявки на **Фестиваль детского фитнеса и бодибилдинга** высылаются руководителями региональных федераций **в ОРГКОМИТЕТ** на e-mail: d-belolugova@mail.ru, телефон для справок WhatsApp 8(912)291-71-37 Трифонова Дарья. Предварительная регистрация онлайн обязательна по ссылке: <https://forms.gle/z8GDDwUMYFx98o2i9> Взносы не взимаются.

Соревнования для лиц с ПОДА – бодибилдинг на колясках проводятся в соответствии с действующими регламентами. Организатор – Погодин Олег Юрьевич, телефон для справок WhatsApp 8 (912) 857-68-69. Взносы не взимаются.

### 5.3. **Оригинал командной ЗАЯВКИ с визой врача и подписью руководителя, отвечающего за достоверность информации необходимо предоставить на комиссии по допуску.**

5.4. По правилам IFBB/ФББР количество официальных делегатов (вне зависимости от их статуса – судья, тренер или представитель) от одной команды определяется:

**5 и менее спортсменов – 1 официальный делегат (судья, тренер и т.д.),**

**6 и более спортсменов – 2 официальных делегата (судьи, тренеры и т.д.),**

**10 и более спортсменов – 3 официальных делегата (судьи, тренеры и т.д.)**

*Браслеты для официальных делегатов будут выдаваться при оплате стартовых и членских взносов*, *которые делает ТОЛЬКО руководитель команды за всю сборную команду региона.*

***Экстра-делегаты могут приобрести у Организаторов Соревнований (*ФБМО*) браслет стоимостью 5000руб., который даёт право посещать соревнования в течении 3-х дней, в том числе с проходом в закулисную зону.***

Деятельность ФББР осуществляется за счёт членских и целевых (стартовых) взносов, которые собираются главным бухгалтером ФББР и размещаются на расчётном счёте ФББР.

Тренеры, представители, судьи и участники (старше 18 лет) обязаны быть членами ФББР, оплатив вступительный взнос и получив членский билет ФББР и значок. Оплата членского взноса для спортсменов осуществляется онлайн на **платформе fbbr.online по 21.04.2024 включительно**, либо в день регистрации участников 25.04.2024, для остальных делегатов оплата только на регистрации 25.04.2024. **Размер вступительного взноса - 2000 рублей в год, продление - 1300 рублей в год (при предоставлении членского билета)**. **Членские взносы НЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ!**

Каждый участник СОРЕВНОВАНИЙ старше 16 лет (спортсмен, представитель, тренер) оплачивает целевой (стартовый) взнос, который идёт на уставную деятельность ФББР. Оплата целевого (стартового) взноса для спортсменов осуществляется онлайн на **платформе fbbr.online по 21.04.2024 включительно – 3500 рублей**, либо в день регистрации участников 25.04.2024 – **4000 рублей**. Для остальных делегатов оплата только на регистрации 25.04.2024 **– 3500 рублей. Финальный день онлайн оплат – 21.04.2024 включительно.**

**Сборная команда Московской области (принимающий регион), ДНР и ЛНР (решение Президиума ФББР) от целевого (стартового взноса) освобождается.**

**Вход на вечер подведения итогов:** для спортсменов, официальных делегатов – 2500 руб. (цена действительна ТОЛЬКО в день регистрации), для экстра-делегатов, а также потерявших и/или вовремя не купивших билет – цена: 4000 руб.

Билеты приобретаются на регистрации – 25 апреля 2024г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид оплаты в ФББР** | **Онлайн по 21.04.2024 вкл.** | **Оффлайн - 25.04.2024** |
| Целевой (стартовый) взнос для спортсменов (старше 16 лет) | 3500 руб. | 4000 руб. |
| Целевой (стартовый) взнос для тренеров, официальных представителей | - | 3500 руб. |
| Экстра-взнос за дополнительную категорию | 1750 руб. | 2000 руб. |
| Вступительный взнос в члены ФББР с получением членского билета и значка **только для спортсменов** | 2000 руб. | 2000 руб. |
| Продление членства в ФББР на год **только для спортсменов** | 1300 руб. | 1300 руб. |
| Вступительный взнос в члены ФББР с получением членского билета и значка **только для делегатов** | - | 2000 руб. |
| Продление членства в ФББР на год **только для делегатов** | - | 1300 руб. |
| Экстра-делегаты (*посещение соревнований в течении 3-х дней, в том числе проход в закулисную зону)* | - | 5000 руб. |
| Банкет для спортсменов, официальных делегатов, судей | - | 2500 руб. |
| Банкет для экстра-делегатов | - | 4000 руб. |

***VI. Судейская коллегия***

ГЛАВНЫЙ СУДЬЯ – судья ВК,Литвинов Владимир Иванович (Брянск)

Зам. ГЛАВНОГО СУДЬИ – судья ВК, Капустин Денис Васильевич (Барнаул)

ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТАРЬ – судья ВК, Михайлова Наталья Владимировна (Санкт-Петербург)

Зам. ГЛАВНОГО СЕКРЕТАРЯ – судья ВК, Макашова Евгения Владимировна (Барнаул)

Судьи-комментаторы: Руденко Зинаида, Назаренко Александр.

Предложение по включению судей в судейскую коллегию и тест-судей должно быть направлено региональной федерацией по эл. почте: litvinov-pro@yandex.ru по следующей форме до 08.10.2023:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Ф.И.О.*** | ***Регион*** | ***судейская категория*** | ***№ уд-я, дата выдачи*** |
| ***Петров Иван Иванович*** | ***Энский край*** | ***1*** | ***290029002*** |
| ***Иванова Мария Серова*** | ***Энский край*** | ***2*** | ***255678912*** |

Судейский семинар (лектор Д.В. Капустин) 25 апреля в 16.00 (длительность 5 часов) - для начинающих судей стоимость - 3500руб. с сертификатом. Место проведения – КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Октябрьская, 26. Семинар для действующих судей (бесплатно) с 21.00 и объявление судейских бригад. Согласно решению Судейской коллегии ФББР посещение судейского семинара обязательно.

По решению Конференции 16.10.2022 – максимальное количество судей от одного региона – команда до 10 спортсменов – 1 судья; команда до 20 спортсменов – 2 судьи; команда до 30 спортсменов – 3 судьи; команда св.30 спортсменов – 5 судей; которые оплачивают членский взнос в ФББР, и, по желанию, билет на вечер подведения итогов – 2500 руб. Без оплаты членского взноса в ФББР судьи не будет допущены к судейству.

**Судьям, желающим пройти тест (только по региональной заявке), необходимо на регистрации оплатить: 4500 руб. (2000 руб. – судейский тест, 2500 руб. - браслет стажёра).** К судейству будут допущены только судьи, имеющие оформленную судейскую категорию и включенные в официальную заявку.

***VII. Условия подведения итогов***

Победители в категориях определяются, согласно правилам, по наименьшей сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB (по наибольшему количеству высших мест). В командном зачете команда-победитель определяется по наибольшей сумме очков **пяти** лучших результатов, полученных спортсменами каждой команды. В зачет идут результаты не более двух спортсменов в одной категории от региона. Очки подсчитываются по правилам IFBB: I место - 16 очков, II место - 12 очков, III место - 9 очков, IV место - 7 очков, ..X место - 1 очко. Очки, данные команде ДЕВОЧКАМИ, МАЛЬЧИКАМИ и ЮНОШАМИ, а также участницами ФИТ-МОДЕЛЬ оцениваются 50%, а юниорками, юниорами, МАСТЕРАМИ, участниками категорий «ФИТНЕС-БИКИНИ», «ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ» и «Велнес-фитнес», «Атлетический бодибилдинг», «АРТИСТИЧЕКИЙ ФИТНЕС» - 75% от их суммы очков. Абсолютные чемпионы во всех взрослых и в юниорскИХ категориях получают к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка. На Кубке России-2024 будет осуществляться общий командный зачет; командный зачет по всем мужским (взрослым) категориям; командный зачет по всем женским (взрослым) категориям; командный зачет по всем детским категориям, командный зачет по всем юношеским/юниорским (юниоры, юниорки) категориям; командный зачет по всем ветеранским/мастерским (муж. и жен.) категориям; командный зачет по всем возрастным категориям фитнес-челленджа. Команды-призеры награждаются кубками и дипломами соответствующих степеней. Команда-победительница в общем зачете награждается специальным призом и дипломом.

***VIII. Награждение***

Победители и призеры среди: ДЕВОЧЕК, МАЛЬЧИКОВ, ЮНОШЕЙ, ЮНИОРОВ и ЮНИОРОК награждаются кубками, медалями и дипломами. Абсолютный победитель среди ЮНИОРОВ награждается специальным кубком, золотой медалью, дипломом.

Во взрослых категориях призеры награждаются кубками, медалями, дипломами. Абсолютные победители награждаются специальными кубками, золотыми медалями, дипломами. Во всех категориях 6-ка финалистов награждаются дипломами.

В категориях разыгрываются: 90 комплект кубков и медалей, 17 золотых медалей и кубков вручаются абсолютным чемпионам. 40 золотых медалей вручаются тренерам чемпионов за воспитание победителей среди взрослых категорий и абсолютного победителя среди юниоров в бодибилдинге.

Спортсмен, добившийся в текущем сезоне наибольшего прогресса в дисциплине «бодибилдинг» среди мужчин, награждается призом Президента ФББР - «ПРИЗ ПРОГРЕССА».

В дисциплине БОДИБИЛДИНГ среди мужчин учреждается кубок за «Лучшую произвольную программу» и денежный приз в размере 30.000 руб.

В дисциплине Акробатический фитнес (женщины) учреждается денежный приз 30.000руб за лучшую произвольную программу от Стаценко И.В.

Абсолютные чемпионы в мужских и женских категориях получат специальные призы от титульного спонсора.

**ФББР (в размере 135.000руб.) и Федерация бодибилдинга Московской области (в размере 1.550.000 руб.), И.Стаценко (30.000руб.) и титульный партнер компания «Бурэнерго» (300.000руб.) обеспечивают Общий призовой фонд в размере 2.015.000руб:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мужские дисциплины:** | **1 место** | | **2 место** | **3 место** | | **4 место** | | **5 место** | | **6 место** | |
| Бодибилдинг абсолютное первенство | 200.000 | | 150.000 | 100.000 | | 50.000 | | 30.000 | | 20.000 | |
| **7 место** | | **8 место** | **9 место** | | **10 место** | |  | |  | |
| **300.000 специальный приз от титульного партнера – абс.чемпиону** | | | | | | | | | | |
| 15.000 | | 10.000 | 10.000 | | 10.000 | |  | | | |
| Лучшая произвольная программа в бодибилдинге (мужчины) 30.000 | | | | | | | | | | | |
| Классический бодибилдинг абсолютное пер-во | 40.000 | | 30.000 | 20.000 | | 10.000 | | |  | | |
| Классический бодибилдинг ю-ры абс. кат. | 10.000 | |  | | | | | | | | |
| Классический бодибилдинг мастера абс. кат. | 20.000 | |  | | | | | | | | |
| Атлетик абсолютное пер-во | 60.000 | | 40.000 | 30.000 | |  | | | | | |
| Атлетик-мастера абсолютная категория | 20.000 | |  |  | |  | | | | | |
| Пляжный бодибилдинг абсолютное пер-во | 30.000 | | 20.000 | 10.000 | |  | | | | | |
| Пляжный бодибилдинг ю-ры абс. кат. | 10.000 | |  | | | | | | | | |
| Пляжный бодибилдинг мастера абс. кат. | 20.000 | |  | | | | | | | | |
| Бодибилдинг мастера абсолютное пер-во | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| ПОДА - бодибилдинг на колясках | | 30.000 | 25.000 | | 20.000 | | 15.000 | | 10.000 | | 5.000 |
| Бодибилдинг юниоры абсолютное пер-во | 20.000 | |  | | | | | | | | |
| Атлетический бодибилдинг абсолютная кат. | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| Фитнес-мужчины абсолютная категория | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| **Женские дисциплины** | **1 место** | | **2 место** | **3 место** | | **4 место** | | **5 место** | | **6 место** | |
| Бодифитнес абсолютное первенство | 30.000 | | 20.000 | 10.000 | | 5.000 | |  | | | |
| Бодибилдинг абсолютная категория | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| Фитнес-бикини абсолютное первенство | 30.000 | | 25.000 | 20.000 | | 15.000 | | 12.000 | | 10.000 | |
| **7 место** | | **8 место** |  | | | | | | | |
| 8.000 | | 5.000 |  | | | | | | | |
| Велнес-фитнес абсолютное первенство | 30.000 | | 20.000 |  | | | | | | | |
| Фит-модель абсолютное первенство | 20.000 | | 15.000 | 10.000 | |  | | | | | |
| Фит-модель мастера абсолютное первенство | 15.000 | |  |  | |  | | | | | |
| Артистик модель абсолютное первенство | 20.000 | |  |  | |  | | | | | |
| Акробатический фитнес женщины абс.кат. | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| Акробатический фитнес женщины абс.кат. | Лучшая произвольная программа – 30.000руб | | | | | | | | | | |
| Артистический фитнес женщины абс.кат. | 30.000 | |  | | | | | | | | |
| Фитнес-бикини мастера абсолютное пер-во | 20.000 | |  | | | | | | | | |
| Фитнес-бикини юниорки абсолютное пер-во | 10.000 | |  | | | | | | | | |
| Бодифитнес мастера абсолютная категория | 20.000 | |  | | | | | | | | |
| Бодифитнес юниорки абсолютная категория | 10.000 | |  | | | | | | | | |

В дисциплине Бодибилдинг (мужчины) в абсолютном первенстве будут участвовать чемпионы своих весовых категорий, а также призеры весовых категорий (по желанию), кроме категории св.100кг, где допускается 5-ка финалистов (по желанию). Победитель в каждой весовой категории гарантировано получает 10.000 рублей, если он не вошел в 10-ку сильнейших в абсолютном первенстве.

Выплата призовых будет производиться бухгалтером ФББР сразу после награждения категорий при предъявлении паспорта или фото паспорта в смартфоне, тел.+7 921 304-25-09.

***В случае проведения на соревнованиях допинг-контроля РАА "Русада", призовой фонд будет выплачен ТОЛЬКО после получения отрицательного результата. При отказе от прохождения допинг-контроля спортсмен лишается выплаты призового фонда. Невыплаченные средства призового фонда будут перераспределены и добавлены к призовому фонду следующих соревнований – Чемпионату России 25-27 октября, Екатеринбург.***

#### IX. Условия финансирования

9.1. Финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению соревнований (аренда места проведения и регистрации участников; призовой фонд, наградная атрибутика; возведение, оформление и освещение сцены; трансферт; питание и прохладительные напитки для судей; охрана; вечер подведения итогов и пр.) осуществляется за счет средств Минспорта РФ, бюджетов субъектов РФ, Федерации бодибилдинга Московской области и внебюджетных средств других участвующих организаций.

9.2. Расходы по командированию (проезд, питание, размещение, страхование, целевой (стартовый) и членский взносы в ФББР участников соревнований обеспечивают командирующие организации.

#### X. Дополнительная информация

мужчинам и юниорам в бодибилдинге, занявшим в течение предыдущего соревновательного года на кубке и/или ЧЕМПИОНАТЕ РОССИИ I-III места, при взвешивании на данных СОРЕВНОВАНИЯХ дается провес: I место – 3 кг, II место – 2 кг, III место – 1 кг. ЮНОШАМ в бодибилдинге, а также Мужчинам в классическом бодибилдинге, атлетик соответственно 1,5 кг, 1 кг, 0,5 кг.

**Продажа билетов на соревнования будет осуществляться: онлайн на сайте kassir.ru**

**В дни проведения мероприятия — в кассах Ледового дворца «Витязь»**

**Количество ограничено.**

**Внимание спортсменов!** Согласно рекомендациям IFBB спортивный грим должен соответствовать следующим требованиям:

- запрещены пачкающиеся виды грима, которые стираются при проверке уполномоченным функционером Федерации. Контроль грима производится за кулисами, перед выходом на сцену.

Если при проверке грима будет установлено, что грим стирается, спортсмену будет предложено удалить грим, иначе он не сможет участвовать в соревнованиях.

-блестки и иные подобные элементы запрещены;

-допускается нанесения масла сверху грима по желанию.

На Соревнованиях будут работать профессиональные гримеры от партнера Федерации - команда гримеров “Protaning Moscow” — это профессионалы своего дела с 15-летним стажем.

Предварительная запись на грим: <https://forms.yandex.ru/u/65afb9545056901021fb2eb6/>

Внимание! Это предварительная и обязательная заявка на грим. Окончательная запись на профессиональное нанесение грима будет проходить на регистрации участников. Телефон для консультации: +7 926 264 19 86 Александр.

Напоминаем, что в связи с участившимися случаями использования некачественного грима и его неправильного нанесения и как следствие, непрезентабельный вид спортсменов на сцене, а соответственно недостаточно объективная оценка судьями формы спортсмена Президиум ФББР в целях контроля за  качеством по нанесению грима, а также в целях предотвращения порчи имущества в месте проведения соревнований принял решение предложить участникам соревнований 2 варианта нанесения грима:

🔹1 вариант (профессиональный):

Нанесение грима у профессиональных гримеров - команды «Protaning Moscow» - официального партнёра Соревнований.

Стоимость нанесения грима составит 5500 руб.

В стоимость входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима.

2. Нанесение второго слоя грима.

3. Комплект одноразового белья: шапочка, стринги, тапочки, стикини.

4. Нанесение спрея «антизелень» на зоны, подверженные повышенному потовыделению (по необходимости)

5. Нанесение масла перед выходом на сцену (по желанию спортсмена)

6. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами соревнований.

7. Оклейка стен, потолка и пола в зоне грима пленкой, уборка пленки после соревнований, уборка помещений арены от грима в зоне нанесения грима.

🔹2 Вариант(самостоятельный):

Для участников соревнований, которые решили не пользоваться услугой официальных гримёров, а решили нанести иной грим самостоятельно или воспользоваться услугой неофициальных гримёров:

❗️В этом случае с участников соревнований на регистрации будет взиматься дополнительная плата 2000 руб. (за услуги по оклейке стен и пола в зоне разминки пленкой, уборке пленки после соревнований, уборке помещений арены от грима).

❗️Внимание! В случае нанесения грима у неофициальных гримёров и в случае его неравномерного нанесения (в том числе в случае ухудшения качества грима от одежды в дороге до места проведения соревнований) участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

📌Перед регистрацией всем участникам соревнований необходимо будет подойти к стойке гримеров, записаться на нанесение грима и оплатить услугу гримирования.

Участнику соревнований будет выдан специальный браслет, который нужно будет предъявить на регистрации участника, а также в день нанесения грима.

ПАМЯТКА СПОРТСМЕНУ

 Причиной зеленоватого оттенка, который может появляться при использовании профессионального грима на бодибилдерах, является химическая реакция между продуктом и потовыделениями кожи. Эта реакция может происходить из-за высокой концентрации меди, которая является одним из основных ингредиентов в гриме.

Когда медь вступает в контакт с потовыми выделениями, она начинает окисляться, что может приводить к изменению цвета грима и придавать ему зеленоватый оттенок. Это особенно вероятно, когда грим наносится на кожу с измененным pH, например, при обезвоживании или использовании косметических средств.

Кроме того, некоторые бодибилдеры могут наносить на кожу большое количество грима, чтобы создать более интенсивный эффект, что также может усилить реакцию и привести к зеленоватому оттенку.

Обезвоживание может изменять pH кожи, что может привести к тому, что косметические средства, будут выглядеть на коже иначе, чем ожидалось.

Поэтому рекомендуем использовать Антизелень.

Если есть вопросы по подготовке кожи к нанесению грима – обращаться по тел: +7 926 264 19 86 Александр.

**XI. Протесты**

Все чрезвычайные обстоятельства и спорные вопросы рассматриваются Судейской коллегией во главе с Главным судьей соревнований, согласно Правил вида спорта «бодибилдинг».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **РАСПИСАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ** | | | | | |
| **25.04**  **(чт.)** |  | **ЗАЕЗД УЧАСТНИКОВ - РЕГИСТРАЦИЯ** | | | |
| **09:00- 12.45** | Прием взносов – КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Кирова, 63А. **Взносы за сборную команду региона сдает ТОЛЬКО руководитель команды.** | | | |
| **13:00-**  **21.00** | Комиссия по допуску - измерение весовых/ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в своей весовой/ростовой категории (строго по регламенту!). Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою весовую/ростовую категорию, будет зарегистрирован по окончанию аккредитации последней номинации. | | | |
| **Расписание КОМИССИИ ПО ДОПУСКУ взвешивания/измерения ростовых категорий**  КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Кирова, 63А | | | |
| 13.00  13.30  14.00  15.00  16.00  16.30  17.00  18.00  19.00-  21.00 | Фитнес-юниорки 16-20 и 21-23  Фитнес-юниоры  Акробат.фитнес-женщины, мужчины  Артистический фитнес  Бодифитнес-юниорки  Бодифитнес-мастера  Бодифитнес 158, 163, 168 и +168см  Бодибилдинг женщины  Фит-модель 163, 168 и +168см  Фит-модель мастера  Артистик модель 166см и +166см  Велнес 166 см и +166 см  Фитнес-бикини юниорки 16-20 и 21-23: 166см, +166см  Фитнес-бикини мастера 35-39 лет 166, +166см, 40-44 года и старше 45 лет  Дебют 160см, 164см, 169см и +169см  Фитнес-бикини 158см, 160см, 162см, 164см, 166см, 169см, 172см и +172см | 13.00  14.00  14.30  15.30  16.30  17.30  18.00  18.30-  21.00 | | Бодибилдинг ПОДА мужчины  Бодибилдинг. Юноши  Бодибилдинг. Юниоры 75г, +75  Классический бодибилдинг юниоры  Пляжный бодибилдинг-юниоры  Бодибилдинг. Мастера-мужчины  (все номинации)  Классический бодибилдинг мастера  Классический бодибилдинг мужчины: 171, 175, 180 и + 180 см  Атлетик: мастера  Атлетик: 175, 180 и +180см  Бодибилдинг. Мужчины 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100 и +100кг  Атлетический бодибилдинг  Смешанные пары  Фитнес-пары  Пляжный бодибилдинг-мастера  Пляжный бодибилдинг. Дебют 179 и + 179см  Пляжный бодибилдинг 176, 182 и +182см. |
| **16.00** | Судейский семинар Капустина Д.В. – КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Кирова, 63А. | | | |
|  | **ФЕСТИВАЛЬ ДЕТСКОГО ФИТНЕСА И БОДИБИЛДИНГА** | | | |
| **08.00 – 10.00** | Регистрация участников фестиваля – спортсменов и судей. Участники сдают фонограммы, получают номерки по порядку регистрации своей возрастной категории.  Место регистрации: – КСК Ледовый дворец «Витязь» по адресу: ул. Кирова, 63А. | | | |
| **11:30** | **Инструктаж судей. Формирование судейских бригад. КСК Ледовый дворец «Витязь»** | | | |
| **12:00** | 1. Атлетический **мальчик, 6-8 лет** 2. Атлетический **мальчик, 9-11 лет** 3. Атлетический **мальчик, 12-14 лет** 4. Фитнес - **мальчики, 6-10 лет – I раунд** 5. Фитнес - **девочки, 6-7 лет – I раунд** 6. Фитнес - **девочки, 8-9 лет – I раунд** 7. Фитнес - **юноши, 11-15 лет – I раунд** 8. Фитнес - **мальчики, 6-10 лет – II раунд** 9. Фитнес - **девочки, 6-7 лет – II раунд** 10. Фитнес - **девочки, 8-9 лет – II раунд** 11. Фитнес - **юноши, 11-15 лет – II раунд** 12. **НАГРАЖДЕНИЕ:** **Ат.мальчик6-8,9-11,12-14** 13. **НАГРАЖДЕНИЕ:** **Фитнес - мальчики, 6-10 лет, Фитнес – юноши, 11-15 лет** 14. **НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-девочки, 6-7 лет** 15. **НАГРАЖДЕНИЕ: Фитнес-девочки, 8-9 лет** 16. Фитнес - **девушки, 10-11 лет – I раунд** 17. Фитнес - **девушки, 12-13 лет – I раунд** 18. Фитнес - **девушки, 14-15 лет – I раунд** 19. Фитнес - **девочки, 10-11 лет – II раунд** 20. Фитнес - **девочки, 12-13 лет – II раунд** 21. Фитнес - **девочки, 14-15 лет – II раунд** 22. **НАГРАЖДЕНИЕ:** **Фитнес-девочки, 10-11 лет, 12-13 лет, 14-15 лет** | | 1. Бодибилдинг – **юноши, абс.кат.** 2. Классич.б/б. - **юниоры, абс.кат. (I раунд)** 3. Пляжный б/б - **юниоры, абс.кат.** 4. Классич.б/б. - **юниоры, абс.кат. (II раунд)** 5. Награждение - **б/б юноши, абс.кат.** 6. Награждение - **классич. б/б-юниоры, абс.кат.** 7. Награждение - **пляжн.б/б-юниоры,абс.кат.** 8. Бодибилдинг - **юниоры, 75кг** 9. Бодибилдинг - **юниоры, +75кг** 10. Акробат.фитнес- **юн-ки, 16-20 лет (I раунд)** 11. Акробат.фитнес- **юн-ки, 21-23года (I раунд)** 12. Акробат.фитнес- **юн-ры, 16-23г (I раунд)** 13. Награждение - **б/б юниоры, 75кг** 14. Награждение - **б/б юниоры, +75кг** 15. Бодибилдинг - **ю-ры, абс.перв.**+ **награжд.** 16. Акробат.фитнес - **юн-ки, 16-20 лет (II раунд)** 17. Акробат.фитнес - **юн-ки,21-23года (II раунд)** 18. Акробат.фитнес - **юн-ры, 16-23 (II раунд)** 19. Награждение - **фитнес-юн-ки,16-20 и 21-23** 20. Награждение - **фитнес-юниоры** | |
| **26.04**  **(пт.)** | **1-й ДЕНЬ - Первенство и КУБОК России** | | | | |
| **08:30** | **Инструктаж судей. Формирование судейских бригад.** **КСК Ледовый дворец «Витязь»** | | | |
| **09:00** | 1. Бодифитнес - **юниорки, абс.кат.** 2. Фитнес-бикини - **юниорки, 16-20 лет** 3. Фитнес-бикини - **юн-ки, 21-23 года 166см** 4. Фитнес-бикини - **юн-ки, 21-23 года +166см** 5. Награждение - **бодифит.- юниорки, абс.кат.** 6. Награждение - **фитн.-бикини-юн-ки 16-20** 7. Награждение - **фитн.-бикини-юн-ки 21-23**   **166см и +166см и абс.перв.**+**награжд.**   1. Бодифитнес - **мастера 35-39 лет, абс.кат.** 2. Бодифитнес - **мастера ст.40 лет, абс.кат.** 3. Фитнес-бикини - **мастера, 35-39лет 166см** 4. Фитнес-бикини - **мастера, 35-39лет +166см** 5. Фитнес-бикини - **мастера, 40-44года, абс.кат.** 6. Фитнес-бикини - **мастера, ст.45 лет, абс.кат.** 7. Награждение. - **бодифит.-мастера, 35-39лет, ст.40 лет, абс.перв.**+**награжд.** 8. Награждение - **фит.бикини мастера, 35-39 лет 166, +166см, 40-44 года, ст.45 лет и абс.пер-во** 9. Классический бб **– мастера, абс.кат.** 10. Атлетик **– мастера, абс.кат.** 11. Фит-модель **– жен.-мастера, 35-39лет (I раунд)** 12. Фит-модель **– жен.-мастера, ст.40лет (I раунд)** 13. Бодибилдинг - **муж.-мастера, 40-49л, 90кг** 14. Бодибилдинг - **муж.-мастера, 40-49л, + 90кг** 15. Бодибилдинг - **муж.-мастера, 50-59лет абс.к** 16. Бодибилдинг - **муж.-мастера, + 60лет абс.к** 17. Фит-модель**–жен.-мастера, 35-39лет (II раунд)** 18. Фит-модель**–жен.-мастера, ст.40 лет (II раунд)** 19. Пляжный б/б - **мастера, абс.кат** 20. Награждение - **класс.б/б мастера, абс.кат.** | | 1. Награждение - **атлетик мастера, абс.кат.** 2. Награждение - **мужч.-мастера, 40-49л, 90кг** 3. Награждение - **мужч.-мастера, 40-49л, +90кг** 4. Награждение - **мужч.-мастера,50-59л, абс.кат.** 5. Награждение - **мужч.-мастера,+60 лет абс.кат.** 6. Бодибилдинг -**мужч.-маст.абс.перв.**+ **нагр.** 7. Награждение-фит-модель**–жен.-мастера, 35-39 лет, ст.40 лет, абс.перв.**+**награжд.** 8. Награждение - **пляжн.б/б мастера, абс.кат.** 9. Бодифитнес - **женщины, 158см** 10. Бодифитнес - **женщины, 163см** 11. Бодифитнес - **женщины, 168см** 12. Бодифитнес - **женщины, +168см** 13. Награждение - **бодифитнес-жен., 158см, 163см, 168см, +168см** 14. Бодифитнес - **жен., абс.перв. + награжд.** 15. Классич.б/б. - **мужчины, 171см (I раунд)** 16. Классич.б/б. - **мужчины, 175см (I раунд)** 17. Классич.б/б. - **мужчины, 180см (I раунд)** 18. Классич.б/б. - **мужчины , +180см (I раунд)** 19. Классич.б/б. - **мужчины, 171см (II раунд)** 20. Классич.б/б. - **мужчины, 175см (II раунд)** 21. Классич.б/б. - **мужчины, 180см (II раунд)**   49. Классич.б/б. - **мужчины ,+180см (II раунд)**  50. Награждение - **классич. б/б-муж., 171см, 175см, 180см, + 180см, абс.перв. + награжд**  51. Бодибилдинг - **женщины, абс.кат.**  52. Смешанные пары  53. Награждение – **б/б женщины, абс.кат.**  54.Награждение - **смешанные пары, абс.кат.** | |
|  |
| 22:00 | **Заседание ПРЕЗИДИУМА ФББР**. Отель «Астра-плаза», г. Видное, пр. Ленинского Комсомола, 41 | | | |
| **27.04**  **(сб.)** | **2-й ДЕНЬ - КУБОК России** | | | | |
| 8:30 | **Инструктаж судей. Формирование судейских бригад.** **КСК Ледовый дворец «Витязь»** | | | |
| 09:00 | 1. Дебют - **фитнес-бикини,** **160см,**  2. Дебют - **фитнес-бикини,** **164см,**  3. Дебют - **пляжный б/б,**  **179см**  4. Дебют - **фитнес-бикини,** **169см**  5. Дебют - **пляжный б/б, +179см**  6. Дебют - **фитнес-бикини,** **+169см**  7. Награждение - **дебют – пляжный б/б,**  **179см и +179см и абс.пер-во**  8.Награждение - **дебют - фитнес-бикини,**  **160см, 164см, 169см и +169см и абс.пер-во**  9. Атлетический б/б - **мужчины, абс.кат.**  10. Акробат.фитнес – **мужч., абс. кат. (I раунд)**  11. Акробат.фитнес – **женщ., абс.кат. (I раунд)**  12. Артист.фитнес - **женщ., абс.кат (I раунд)**  12. Акробат.фитнес – **мужч., абс.кат. (II раунд)**  13. Акробат.фитнес – **женщ, абс.кат. (II раунд)**  14. Артист.фитнес – **женщ., абс.кат. (II раунд)**  15. Атлетик - **мужчины 175см (I раунд)**  16. Атлетик - **мужчины, 180см (I раунд)**  17. Атлетик - **мужчины, +180см (I раунд)**  18. Атлетик - **мужчины, 175см (II раунд)**  19. Атлетик - **мужчины, 180см (II раунд)**  20. Атлетик - **мужчины, +180см (II раунд)**  21. Награждение - **атлетический б/б, абс.кат.**  21. Награждение - **акробат.фитнес мужч.**  22. Награждение - **акробат.фитнес, женщ.**  23. Награждение - **артист.фитн. - женщ.,абс.кат.**  23. Награждение - **атлетик** **175см, 180см, +180см**  24. Атлетик - **муж.,АБС.Перв.+ награжд.**  25. Велнес-фитнес **- женщины, 166см** | | 26. Велнес-фитнес **- женщины, + 166см**  27. Награждение - **велнес-женщ., 166, +166см**  28. Велнес-фитнес **- жен.,АБС.перв.+награжд.**  29. Фитнес-бикини - **женщины, 158см**  30. Фитнес-бикини - **женщины, 160см**  31. Пляжный б/б - **мужчины, 176см**  32. Фитнес-бикини - **женщины, 162см**  33. Фитнес-бикини - **женщины, 164см**  34. Фитнес-бикини - **женщины, 166см**  35. Пляжный б/б - **мужчины, 182см**  36. Награждение - **фитнес-бикини, 158cм**  37. Награждение - **фитнес-бикини, 160cм**  38. Награждение - **фитнес-бикини, 162см**  39. Награждение - **фитнес-бикини, 164см**  40. Награждение - **фитнес-бикини, 166см**  41. Награждение - **пляжный б/б, 176см**  42.Награждение - **пляжный б/б, 182см**  43. Фитнес-бикини - **женщины, 169см**  44.Фитнес-бикини - **женщины, 172см**  45. Фитнес-бикини - **женщины, + 172см**  46. Пляжный б/б - **мужчины, +182 см**  47.Фитнес-пары - **абс.кат.**  48. Награждение - **фитнес-бикини, 169см**  49. Награждение- **фитнес-бикини, 172см**  50. Награждение - **фитнес-бикини, +172см**  51. Фитнес-бикини- **жен. АБС.Перв.+ награжд.**  52. Награждение - **пляжный б/б, +182см**  53. Пляжный б/б - **муж., АБС.Перв. + награжд**.  54. Награждение – фитнес-пары, абс.кат. | |
| **28.04**  **(вскр.)** | **3-й ДЕНЬ - Кубок РОССИИ** | | | | |
| **09:00** | **КОНФЕРЕНЦИЯ ФББР. КСК Ледовый дворец «Витязь»** | | | |
| **11:30** | Инструктаж судей. Формирование судейских бригад. **КСК Ледовый дворец «Витязь»** | | | |
| **12:00** | ***Торжественное открытие***   1. Бодибилдинг на колясках **– мужч., абсолют.** 2. Артистик модель **- женщ.,166см (I раунд)** 3. Артистик модель **- женщ., +166см (I раунд)** 4. Награждение – б\б ПОДА 5. Артистик модель **- женщ., 166см (II раунд)** 6. Артистик модель **- женщ., +166см (II раунд)** 7. Фит-модель- **женщины, 163см (I раунд)** 8. Бодибилдинг - **мужчины, 70кг** 9. Бодибилдинг - **мужчины, 75кг** 10. Награждение – **арт.модель 166, +166см, абс.** 11. Фит-модель- **женщины, 168см (I раунд)** 12. Бодибилдинг - **мужчины, 80кг (I раунд)** 13. Бодибилдинг - **мужчины, 85кг (I раунд)** 14. Фит-модель- **женщины, +168см (I раунд)** 15. Бодибилдинг - **мужчины, 80кг (II раунд)** 16. Бодибилдинг - **мужчины, 85кг (II раунд)** 17. Фит-модель- **женщины, 163см (II раунд)** 18. Награждение - **б/б мужчины, 70кг** | | 1. Награждение - **б/б мужчины, 75кг** 2. Награждение - **б/б мужчины, 80кг** 3. Награждение - **б/б мужчины, 85кг** 4. Бодибилдинг - **мужчины, 90кг (I раунд)** 5. Бодибилдинг - **мужчины, 95кг (I раунд)** 6. Фит-модель- **женщины, 168см (II раунд)** 7. Бодибилдинг - **мужчины, 90кг (II раунд)** 8. Бодибилдинг - **мужчины, 95кг (II раунд)** 9. Фит-модель- **женщины, +168см (II раунд)** 10. Бодибилдинг - **мужчины, 100кг** 11. Бодибилдинг - **мужчины,+100кг** 12. Награждение - **фит-модель женщ. 163см,**   **168см, +168см**   1. Фит-модель **- жен., АБС.перв. + награжд.** 2. Награждение - **б/б мужчины, 90кг** 3. Награждение - **б/б мужчины, 95кг** 4. Награждение - **б/б мужчины, 100кг** 5. Награждение - **б/б мужчины, +100кг** 6. Бодибилдинг - **муж., АБС.Перв.+ награжд.** 7. **Награждение команд** | |
| **2200** | **Вечер подведения итогов.** **Банкетный зал «Грант»** по адресу: Тихорецкий бульвар, д.1 стр.19 | | | |
| **29.04** |  | **ОТЪЕЗД УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ** | | | |

***Вход в зрительный зал ТОЛЬКО в одежде после тщательного удаления грима с рук.***

***Приложение № 1***

*Заявки на участие, заверенные руководителем региональной Федерации, должны быть отправлены* ***не позднее 22 апреля 2024г.******Все данные указывать полностью!***

**ЗАЯВКА НА участие (ОБРАЗЕЦ)**

**в Кубке и Первенстве России по бодибилдингу 25-28 апреля 2024 в г. Подольске**

**от сборной команды ………………………………………………..…… (региона)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ф.И.О.**  **полностью** | **Дата рожд.** | **НОМИНАЦИЯ/**  **статус** | **ВЕС/ РОСТ** |
|
|  | Иванов Иван Иванович | 16.12.83 | Мужчины | 100кг |
|
|  | Иванова Юлия Борисовна | 22.11.85 | Фитнес-бикини | 163см |
|
|  | Иванов  Руслан Иванович | ------------ | Представитель / судья | --------- |
|

***Руководитель команды (Ф.И.О.) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***Номер телефона\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Электронная почта \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***Руководитель Федерации М.П. Подпись***

**Как добраться до г. Подольска:**

От аэропорта Внуково:

1) около 3х часов (одна пересадка): от Терминала А на автобусе 526 (~раз в 40 минут) проехать 50 остановок до ост. г. Троицк (Микрорайон В). Пересесть на автобус С924 (раз в 30 минут) проехать 35 остановок до "Сквер Подольских курсантов (улица Кирова). Затем пешком 5-7 минут до ЛД Витязь

2) около 2 часа 15 минут (3 пересадки): от Терминала А станция метро "Аэропорт Внуково" 7 станций до ст. Мичуринский проспект - переход на Большую Кольцевую линию (платформа справа, в сторону "Проспект Вернадского". 4 станции до м. Каховская. Переход на Севастопольскую. 5 станций до Бульвар Дмитрия Донского (выход №3). Пешком до остановки автобусов. Автобус 520 или маршрутка 1246К. 19 остановок до Сквер Подольских карсантов (ул. Кирова). Пешком около 5-7 мин. до ЛД Витязь

3) около 2ч 30 минут (3 пересадки): от Терминала А станция метро "Аэропорт Внуково" до "Парк Победы" переход на Арбатско-Покровскую линию. 4 станции до ст. "Курская". Переход на МЦД-2. Поезда в сторону Подольска (Подольск, Львовская, Чехов, Серпухов, Тула). 55 минут до станции Подольск. Далее автобусы 24, 21 или троллейбусы 1, 2, 5 до остановки Сквер Подольских курсантов (ул. Кирова). Пешком около 5-7 мин. до ЛД Витязь.

На такси – около 1 часа.

От аэропорта Домодедово:

Около 2ч 15 мин (две пересадки): Аэроэкспресс до ст. Домодедово. Далее автобус 57 (23 остановки) до станции МЦД "Стройиндустрия" (МЦД Подольск). Пешком 350 м (через подземный переход) до автобусов 24, 21 или троллейбусов 1, 2, 5 до остановки Сквер Подольских курсантов (ул. Кирова). Пешком около 5-7 мин. до ЛД Витязь.

На такси – около 1 часа.

***Приложение № 2***

**Тарифы на размещение**

**ГОСТИНИЦА № 1. Гостиница «Подмосковье-Подольск» 3\*, ул. Клемента Готвальда, 1/42**

<https://hotel-podolsk.ru/>

|  |  |
| --- | --- |
| Категория гостиничного номера | Стоимость в сутки (руб.) |
| Одноместный | * 2 800 |
| Двухместный | * 3 150 |
| Трехместный | * 4 860 |
| Пятиместный | * 6 000 |
| Обед  Ужин | * 550 * 500 |

**На завтраке будет организовано диет.питание, если в бронировании будет об этом указано.**

**\*Закрывающие документы предоставляются при выезде из гостиницы.**

**Время заезда – 15.00, негарантированное ранее размещение предоставляется при наличии свободных номеров.**

**Время отъезда – 12.00. В случае отъезда после 12.00 взимается доп.плата.**

**\*Рекомендуем бронировать номера заранее для проживания в номерах желаемой комфортности.**

- командное бронирование - контактное лицо по размещению - Усатова Татьяна Александровна, тел. 8 (902) 870-10-59

**ГОСТИНИЦА № 2. Гостиница «АСТРО ПЛАЗА 4\*, г. Видное, пр. Ленинского Комсомола,41**

[Отель «Астро Плаза» ⭐⭐⭐⭐, г. Москва - официальный сайт (astroplaza.ru)](https://astroplaza.ru/?ysclid=lrxezlfrda75113642)

|  |  |
| --- | --- |
| Категория гостиничного номера | Стоимость в сутки (руб.) за номер |
| Стандарт | 4300 |
| Бизнес | 5300 |
| Завтрак | 1100 |
| Обед | 1100 |
| Ужин | 1100 |

**Бронирование осуществляется двумя способами:**

- контакты: 8495-107-55-22, +7925-262-08-04, емайл: booking@astroplaza.ru;

- командное бронирование - контактное лицо по размещению - Усатова Татьяна Александровна, тел. 8 (902) 870-10-59.

**Внимание СМИ!** Аккредитация прессы, фото- и тележурналистов, репортёров, Интернет-порталов и блогеров осуществляется по предварительным заявкам по форме: <https://forms.gle/Dhamqxg7Gs7GyjY8A> Вопросы по телефону руководителю пресс-службы- Джабелов Роман, тел.: 8(905)770-11-11. Срок подачи заявки по 22.04.2024 включительно. Данная аккредитация требуется для работы СМИ во все дни соревнований, в том числе на комиссии по допуску.