

«Утверждаю»

Президент Федерации бодибилдинга Москвы

И.В.Стаценко



«22» января 2026 года



ПОЛОЖЕНИЕ

Всероссийские соревнования «Гран-При столицы»

Кубок Москвы по бодибилдингу

Москва, 12 апреля 2026 года.

1. Цели и задачи:

Соревнования проводятся с целью:

- популяризации бодибилдинга и фитнеса среди всех слоев населения;
- привлечение молодежи к занятиям бодибилдингом и фитнесом;
- пропаганды здорового образа жизни;
- выявления сильнейших спортсменов для формирования сборной команды г. Москвы для участия в 38-м Кубке и Первенстве России по бодибилдингу в г. Москве 23 – 27 апреля 2026 г.

2. Сроки и место проведения:

Прием стартовых и членских взносов, комиссия по допуску
(взвешивание, измерение роста - строго по расписанию):

11 апреля 2026г. с 10:00 до 14:00 по адресу: Москва, 5й проезд Марьиной Рощи 15А.

Соревнования:

12 апреля 2026 года, по адресу: г. Москва, ММЦ «Планета КВН» (Дом КВН), ул. Шереметьевская д.2.

3. Организация и руководство соревнованиями:

Общее руководство подготовкой к соревнованиям возлагается на Федерацию бодибилдинга Москвы (ФББМ). Непосредственное руководство возлагается на Главную Судейскую Коллегию ФББМ.

Главный судья соревнований – судья ВК Стаценко И.В.

Заместитель главного судьи соревнований – судья ВК Казаковцева Ю.В.

Главный секретарь соревнований – судья ВК Доронина А.А.

Председатель Судейской Коллегии - Ржевский В.В.

4. Участники соревнований:

К соревнованиям допускаются спортсмены восьми возрастных групп: юниоры до 23 лет (2008 – 2003 г.р.), юниорки до 23 года (2008-2003 г.р.), взрослые – старше 24 лет (2002 г.р. и ранее), ветераны/мастера (женщины) – старше 35-39 лет (1991-1987 г.р.) и старше 40 лет (1986 г.р. и ранее), ветераны/мастера (мужчины) – 40-49 лет (1986-1977 г.р), 50-59 лет (1976-1967 г.р) и старше 60 лет (1966 г.р и ранее).

Возраст определяется по году рождения.

- Соревнования по *бодибилдингу* проводятся:

- среди **юниоров** в абсолютной категории;
- среди **мастеров** в категориях 40+, 50+ и в **абсолютном первенстве**;
- среди **мужчин** в категориях: до 80кг, до 85кг, до 90кг, до 95кг, до 100кг, 100+кг и в **абсолютном первенстве**;
- среди **женщин** в абсолютной категории.

- Соревнования по *классическому бодибилдингу* проводятся:

- среди **мужчин** в категориях: до 175см, 180см, 180+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фитнесу* проводятся:

- среди **женщин** в абсолютных категориях.

- Соревнования по *артистическому фитнесу* проводятся:

- среди **женщин** в абсолютной категории.

- Соревнования по *Атлетик* проводятся:

- среди **мужчин** в категориях: до 175см, 175+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *бодифитнесу* проводятся:

- среди **юниорок** (до 23 лет) в абсолютной категории;
- среди **женщин** мастера 35-39 лет; +40 лет и в **абсолютном первенстве**;
- среди **женщин** в категориях: до 158см, до 163см, до 168см, 168+ см и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фитнес-эстетический* проводятся:

- **новички** (дебют) в категориях: до 164 см, св.164 см;
- среди **юниорок** (до 23 лет) в абсолютной категории;
- среди **женщин** в категориях: до 158 см, до 160 см, до 162 см, до 164 см, до 166 см, до 169 см, до 172 см, 172+см и в **абсолютном первенстве**;
- среди **мастеров** (женщин) в категориях 35-39 лет: 166 см, +166см, 40+ лет и в **абсолютном первенстве**.

- Соревнования по *фит-модель* женщины проводятся в категориях:
 - среди *мастеров 35+* в абсолютной категории;
 - среди *женщин*: до 163 см, до 168 см, 168+ см и в **абсолютном первенстве**.
- Соревнования *артистик модель* проводятся:
 - среди *женщин* в абсолютной категории.
- Соревнования по *велнес-фитнес* проводятся в категориях:
 - среди *женщин*: до 160 см, до 163 см, 163+ см и в **абсолютном первенстве**.
- Соревнования по *пляжному бодибилдингу* проводятся среди *мужчин* в категориях:
 - *новички* (дебют) в абсолютной категории;
 - среди *юниоров и мастеров* в абсолютной категории;
 - среди *мужчин* в категориях: до 176 см, до 182 см, 182+ см и в **абсолютном первенстве**.
- Соревнования по *пляжному бодибилдингу-абсолютная (атлетический бодибилдинг)* проводятся
 - среди *мужчин* в абсолютной категории.
- Соревнования *фитнес стиль* проводятся:
 - среди *женщин* в абсолютной категории.

Правила категории:

✓ «дебют» - фитнес-эстетический и «дебют» пляжный бодибилдинг:

В категории могут принимать участие спортсменки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 01 января 2026 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2026 году. В 2027 году он уже не будет считаться новичком. Если новичок выступит на национальном Чемпионате (Кубке/Чемпионате России) среди не новичков, то он теряет статус новичка.

Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то он/она теряет статус *новичка*.

✓ Соревнования *Артистик модель* проводятся в абсолютной категории.

Категория *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 фитмодель.

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 T-walking под свою фонограмму в течении одной минуты, после чего встает в линию на диагональ.

В. После завершения T-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 эстетический.

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.

Критерии оценки:

1 раунд:

Более высокое место занимает участница со строением тела, как у фитнес эстетический.

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.

Правила перехода в дополнительные дисциплины разрешается по желанию спортсмена согласно росто-весовым критериям!

✓ Соревнования фитнес стиль проводятся в абсолютной категории:

◆ Участницы категории «Фитнес стиль» не могут иметь большие мышцы.

Мышцы с видимой венозностью приводят к снижению оценки.

Ожидается спортивное, подтянутое и здоровое телосложение.

Выраженные мускулатура и венозность недопустимы!

Судьи оценивают X образное сложение участниц, хороший тонус мышц и кожи, красоту лица, образ, общее впечатление.

◆ Порядок проведения соревнований и правила постановки поз такой же, как в категории Фитнес эстетический.

◆ Если в категории не более 20 участниц, соревнования проходят в один раунд.

В случае большего количества участниц судьи в первом раунде производят отбор топ 10 или топ 15 после чего отобранные участницы начинают выполнять V-walking (личную презентацию).

◆ Личная презентация участницы 15 секунд включает выход на центр сцены модельной походкой, далее участница демонстрирует свободные позы:

1. «лицом к залу»

2. «Спиной к залу»

3. Свободная финальная поза.

После этого участница занимает свое место на задней линии сцены.

◆ В сравнении участницы демонстрируют 2 позы и выполняют 2 поворота:

1. Лицом к залу (как в категории Фитнес эстетический)

2. Спиной к залу (как в категории Фитнес эстетический)

3. Лицом к залу (как в категории Фитнес эстетический).

◆ Соревновательный костюм.

Участницы выходят на сцену в спортивной одежде: топ, шорты и белые гольфы до колен. Спортивная обувь обязательна.

◆ Топ розового цвета - шея и центральная часть верха грудной клетки открыта.

Резинка в нижней части параллельна полу, спереди должно быть открыто не менее одной пары нижних ребер.

◆ Шорты черного цвета, верхний центральный край резинки спереди находится не ниже чем на 2 см от линии пупка, сзади резинка параллельна линии пола, нижний край спереди и сзади находится на одном уровне параллельно линии пола, ягодицы должны быть полностью закрыты, но при этом бицепс бедра должен быть открыт.

◆ Гольфы белого цвета из плотной ткани должны доходить строго до нижнего края коленного сустава.

◆ Кроссовки белого цвета- высота подошвы (каблука) не выше 3 см.

◆ Из украшений допускаются только серьги и браслеты.

Правила перехода в дополнительные дисциплины разрешается только с категорией Фитнес эстетический новички!

Правила соревнований в вышеуказанных дисциплинах – на сайте www.fbbr.org

Спортсменам мужчинам и юниорам в бодибилдинге, занявшим в течение предыдущего соревновательного года призовые места на Кубке и/или чемпионате России, при взвешивании на данных соревнованияхдается провес: 1 место-3 кг, 2 место-2 кг, 3 место-1 кг, а юношам в бодибилдинге, мужчинам в классическом бодибилдинге, атлетик (классик физик) соответственно: 1,5 кг, 1,0 кг и 0,5 кг.

5.Заявки на участие

Подача предварительных онлайн заявок для спортсменов на участие в соревнованиях по ссылке: <https://fbbm.ru/event/gpmsk/>

Каждый спортсмен самостоятельно заполняет все необходимые поля анкеты.

ПОДАЧА ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАЯВКИ ОБЯЗАТЕЛЬНА!

К участию в соревнованиях будут допущены только при выполнении условий:

- **для жителей г. Москва** – участие без заявки от региональной организации, участие без заявки от региональной организации, проход осуществляется по предъявлению членской карты Федерации бодибилдинга в Москве (ФББМ) 2026г. На месте регистрации можно будет продлить или оформить членскую карту ФББМ;
- **для участников из других регионов** - заявка на участие от региональной организации.

Представителям региональных федераций дополнительно к электронной заявке прислать отсканированную заявку от Федерации с печатью и подписью руководителя организации или лица, его замещающего, с указанием Ф.И.О, должности и контактного телефона, уполномоченных представлять команду, на эл.почту info@fbbm.ru до 09 апреля 2026г. (оригинал командной заявки предоставить на регистрации 12.04.2026г.) Лицам, не приславшим предварительные заявки - будет отказано в участии.

Бланк организации:

п/п	Ф.И.О (полностью)	Дата рождения (полностью)	Разряд, звание	Номинация/Категория (вес, рост) (полностью)	Мед.допуск
1.					

Решение о допуске для участия в соревнованиях принимает Комиссия по допуску спортсменов. Участники соревнований должны иметь паспорт, страховку от нечастных случаев, качественную фонограмму выступления на флэш-носителе, и медицинскую справку.

Каждый участник соревнований старше 16 лет оплачивает целевой (стартовый) взнос в размере 5000 руб., который идёт на уставную деятельность ФББМ. Оплата стартового взноса для спортсменов осуществляется в день регистрации участников 12.04.2026.

Спортсмены могут заявляться в несколько дисциплин и категорий, в случае соответствия роста/весовым ограничениям, при дополнительном стартовом взносе: 3000 руб.

Правила ФББР по поводу участия в соревнованиях альтернативных организаций: <http://fbbr.org/2018/1615>. Соревнования, которые проходят под эгидой ФББР, включены в календарный план соревнований ФББР, см. www.fbbr.org, раздел Календарь соревнований. Офис ФББР для справок: +7 (953) 149-98-09 или по е-мейл: info@fbbr.org

6. Условия включения в состав сборной команды Москвы для участия в турнирах ФББР

Включение в состав сборной команды Москвы для участия в любых турнирах ФББР возможно только в случае вашего участия в отборочных соревнованиях -ими являются Кубок и Чемпионат Москвы текущего года.

Исключением из данного правила являются:

1. Предоставление больничного листа на момент проведения турнира;
2. Президент Федерации ФББМ и Старший тренер ФББМ в вашем направлении предоставил вам личное согласие на освобождение от участия в турнире в связи с вашими прошлыми спортивными достижениями (побед на Кубке и Чемпионате Москвы, попадание в топ 3 на Кубке и Чемпионате России).

7. Регламент

Внимание!

Явка и регистрация участников строго по указанному графику!

Прибытие в место проведения регистрации за 30-40 минут. Перед началом регистрации каждый участник должен пройти комиссию по допуску и при необходимости оформить членство в ФББМ. Нахождение в зоне проведения регистрации участников категорий несоответствующих расписанию нежелательно!

НА РЕГИСТРАЦИИ КАЖДЫЙ СПОРТСМЕН НА СЕБЕ ДОЛЖЕН ИМЕТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ КОСТЮМ!

РЕГИСТРАЦИЯ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ В 2 ПОТОКА!

Порядок регистрации и просмотра категорий участников:

10:00 Начало регистрации. Явка членов судейской коллегии обязательна!

Аккредитация СМИ

10:00 - 13:30 - регистрация участников, измерение весовых и ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончанию регистрации последней категории (номинации).

1 ПОТОК	2 ПОТОК
10:00 Бодифитнес - категории: юниорки, мастера 35-39 лет, 40+ лет, ростовые категории: 158см, 163см, 168см, 168+ см	10:00 Фит модель – категории: мастера абс.кат., ростовые категории: 163см, 168см, 168+см
10:40 Велнес-фитнес – категории: 160см, 163 см, 163+ см	10:40 Пляжный бодибилдинг- категории: новички (дебют); юниоры; мастера; ростовые категории: 176см, 182см, 182+см.
11:10 юниоры; мужчины-мастера, 40+, 50+ -бодибилдинг	11:15 Пляжный бодибилдинг-абсолютная (Атлетический бодибилдинг)
11:25 Женщины-акробатический фитнес; артистический фитнес - абсолютные категории.	11:30 Артистик Модель
11:45 Классический бодибилдинг – ростовые категории: 175см, 180см, 180+ см	12:15 Фитнес стиль
12:10 Атлетик – категории: 175 см, +175 см	12:30 Фитнес-эстетический – категории: новички (дебют) 164 см, 164+ см; юниорки; мастера 35-39 лет 166см, 166+; 40+лет; ростовые категории: 158см, 160см, 162см, 164 см, 166см, 169см, 172 см, 172+см
12:30 Женский бодибилдинг-абсолютная категория	
12:40 Бодибилдинг - мужчины – категории: до 80кг, до 85кг, до 90кг, до 95кг, до 100кг, 100+кг	
14:00 Совещание судейской бригады и представителей команд.	14:00 Совещание судейской бригады и представителей команд.

Количество категорий зависит от общего количества участников и могут быть внесены изменения в перечень категорий!

Измененный регламент будет опубликован в телеграмм канале.

Для удобства коммуникации с участниками рекомендуется присоединиться к Telegram каналу ФББМ по ссылке https://t.me/FBGM_official

11.04.2026

10:00 - 13:30 - регистрация участников, измерение весовых и ростовых категорий. Участники получают свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Спортсмен, опоздавший на регистрацию в свою категорию, будет зарегистрирован по окончанию регистрации последней категории (номинации).

8. Программа соревнований

12.04.2026

08:30-08:45 Инструктаж судей. Формирование судейских бригад

09:00 Начало соревнований.

- Бодибилдинг - юниоры, абс.кат. (1 и 2 раунды)

- Атлетик 175 см (1 и 2 раунды)
- Атлетик 175+ см (1 и 2 раунды)
- Бодибилдинг - женщины, абс.кат.(1 и 2 раунды)
- Награждение - б/б юниоры, абс.кат.
- Награждение Атлетик 175 см
- Награждение Атлетик +175 см
- Атлетик, абсолютное первенство + награждение
- Награждение - бодибилдинг женщины, абс.кат
- Фитнес - женщины, абс.кат. (I раунд)
- Артистический фитнес – женщины (I раунд)
- Бодифитнес - юниорки, абс.кат
- Бодифитнес - мастера (35-39) лет,
- Бодифитнес -мастера 40+ лет;
- Бодифитнес - женщины, 158см
- Бодифитнес - женщины, 163см
- Бодифитнес - женщины, 168см
- Бодифитнес - женщины, +168см
- Фитнес - эстетический, абс.кат. (II раунд)
- Артистический фитнес – женщины (II раунд)
- Награждение - фитнес-женщины, абс.кат
- Награждение - Артистический фитнес
- Награждение - бодифитнес - юниорки, абс.кат.
- Награждение - бодифитнес – мастера (35-39) лет
- Награждение - бодифитнес – мастера +40лет
- Бодифитнес мастера, абсолютное первенство + награждение.
- Награждение - бодифитнес - жен., 158см
- Награждение - бодифитнес - жен., 163см
- Награждение - бодифитнес - жен., 168см
- Награждение - бодифитнес - жен., +168см
- Бодифитнес-женщины, абсолютное первенство + награждение
- Фитнес - эстетический - юниорки, абс.кат.
- Фитнес - эстетический - мастера, 35-39 лет, 166см
- Фитнес - эстетический - мастера, 35-39 лет, +166см
- Фитнес - эстетический - мастера, ст.40 лет, абс.кат.
- Награждение - Фитнес - эстетический юниорки абс.кат.
- Награждение – Фитнес - эстетический -мастера, 35-39 лет,166см
- Награждение – Фитнес - эстетический -мастера, 35-39 лет, +166см
- Награждение – Фитнес - эстетический -мастера, + 40 лет
- Фитнес – эстетический мастера, абсолютное первентво + награждение.
- Классический б/б. - мужчины, 175см (I раунд и II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, 180см (I раунд и II раунд)
- Классический б/б. - мужчины, +180см (I раунд и II раунд)
- Награждение - классический б/б-муж., 175см
- Награждение - классический б/б-муж., 180см
- Награждение - классический б/б-муж., + 180см
- Классический б/б. - муж., абсолютное первенств + награждение
- Артистик Модель – женщины, абс.кат.(I раунд)

- Велнес-фитнес - женщины, 160см
- Велнес-фитнес - женщины, 163см
- Велнес-фитнес - женщины, +163см
- Велнес-фитнес - женщины, абсолютное первенство + награждение
- Фит-модель – мастера абс.кат.(I раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (I раунд)
- Фит-модель - женщины, +168см (I раунд)
- Фитнес стиль – женщины, абс.кат.
- Награждение - Фитнес стиль женщины, абс.кат.

Вечерняя часть Чемпионата Москвы по бодибилдингу.

- Артистик Модель – женщины, абс.кат.(II раунд)
- Награждение Артистик Модель – женщины, абс.кат.

Торжественное открытие.

- Фитнес - эстетический – женщины, новички (дебют) 164 см
- Фитнес - эстетический – женщины, новички (дебют) +164 см
- Фит-модель – мастера абс.кат. (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 163 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, 168 см (II раунд)
- Фит-модель - женщины, +168 см (II раунд)
- Награждение Фитнес - эстетический женщины, новички(дебют)164 см
- Награждение Фитнес- эстетический женщины, новички(дебют)+164 см
- Награждение Фит-модель женщины, мастера абс.кат.
- Награждение Фит-модель женщины, 163 см, 168см, 168+см
- Фит -модель женщины, абсолютное первенство +награждение
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 40+ (I, II раунды)
- Бодибилдинг - мужчины-мастера, 50+ (I, II раунды)
- Награждение - мужчины-мастера 40+, 50+.
- Мужчины-мастера, абсолютное первенство + награждение.
- Бодибилдинг - мужчины, 80кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 85кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 90кг (I раунд и II раунд)
- Фитнес - эстетический – женщины 158 см
- Фитнес - эстетический – женщины 160 см
- Фитнес - эстетический – женщины 162 см
- Фитнес - эстетический – женщины 164 см
- Награждение - б/б мужчины, 80кг
- Награждение- б/б мужчины, 85кг
- Награждение - б/б мужчины, 90кг
- Награждение Фитнес - эстетический 158 см
- Награждение Фитнес - эстетический 160 см
- Награждение Фитнес - эстетический 162 см
- Награждение Фитнес - эстетический 164 см
- Бодибилдинг - мужчины, 95кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, 100кг (I раунд и II раунд)
- Бодибилдинг - мужчины, +100кг (I раунд и II раунд)
- Фитнес - эстетический – женщины,166 см

- Фитнес - эстетический - женщины, 169см
- Фитнес - эстетический - женщины, 172 см
- Фитнес - эстетический - женщины, +172см
- Награждение - б/б мужчины, 95кг
- Награждение - б/б мужчины, 100кг
- Награждение - б/б мужчины, +100кг
- Награждение - Фитнес - эстетический, 166 см
- Награждение - Фитнес - эстетический, 169 см
- Награждение - Фитнес - эстетический, 172см
- Награждение - Фитнес - эстетический, +172см
- Фитнес-эстетический -женщины, абсолютное первенство +награждение
- Бодибилдинг - мужчины, абсолютное первенство + награждение
- Пляжный б/б - муж., новички (дебют)
- Пляжный б/б - муж., юниоры
- Пляжный б/б - муж., мастера
- Пляжный б/б - муж., 176 см
- Пляжный б/б - муж., 182 см
- Пляжный б/б - муж., +182 см
- Атлетический б/б
- Награждение пляжный б/б - муж., новички(дебют)
- Награждение пляжный б/б - муж., юниоры
- Награждение пляжный б/б - муж., мастера
- Награждение - пляжный б/б 176см
- Награждение - пляжный б/б 182см
- Награждение - пляжный б/б +182см
- Награждение атлетический б/б
- Пляжный б/б - мужчины, абсолютное первенство + награждение

9. Антидопинговые мероприятия

Принимая во внимание, что Международный олимпийский комитет, международные и национальные спортивные федерации, Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) и национальные антидопинговые службы направляют свои усилия на распространение духа честной игры и ведут борьбу с применением допинга в спорте - Федерация, тренеры и спортсмены обязуются:

1. Не использовать в своей работе по спортивной подготовке спортсменов и в период участия их в соревнованиях, средства и методы, перечисленные в списке ВАДА в качестве запрещенных.
2. Не допускать применения спортсменами на соревнованиях как внутри страны, так и за рубежом медикаментов в любых формах, пищевых добавок, специализированных препаратов спортивного питания без назначения врача сборной команды.
3. Содействовать выполнению на соревнованиях и тренировочных сборах как внутри страны, так и за рубежом регламента прохождения антидопингового контроля в соответствии с Кодексом ВАДА, всемирной антидопинговой Конвенцией ЮНЕСКО, антидопинговыми правилами международных и национальных спортивных федераций.

**Для участия в Кубке Москвы 2026 года необходимо обязательно пройти онлайн обучение на сайте Русада с получением сертификата:
<https://course.rusada.ru/>**

10. Награждение

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 ЮНИОРКАМИ, ЮНОРАМИ, МАСТЕРАМИ, участниками категорий «ФИТНЕС-ЭСТЕТИЧЕСКИЙ», «ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ» И «ВЕЛНЕС-ФИТНЕС», «АТЛЕТИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ» - 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.

Победители и призеры награждаются дипломами, медалями, а также ценными подарками.

11. Расходы

Федерация бодибилдинга Москвы несет расходы по организации и проведению Кубка Москвы 2026 года. Расходы на проезд, размещение и питание спортсменов несут командирующие организации.

12. Грим.

Услуги профессионального нанесения грима – команда гримеров «СПОРТЗАГАР». Запись на грим будет производиться непосредственно на регистрации Кубка Москвы. Для оплаты грима иметь **НАЛИЧНЫЕ!** Для консультации обращаться по телефону: +7(921) 959-09-85 Виталий

Федерацией бодибилдинга России и Москвы рекомендовано использование профессионального грима!

Напоминаем, что в связи с участвовавшимися 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 на Кубках/Чемпионатах России и на Кубках/Чемпионатах ФББМ принял решение предложить участникам соревнований 3 варианта нанесения грима. Телефон для консультации: +79219590985, Виталий.

1 вариант (профессиональный).

Нанесение грима у профессиональных гримеров - компании «Спорт Загар» - официального партнёра Соревнований.

В работе будет использоваться профессиональный грим.

Стоимость нанесения грима составит 7000 руб.

В стоимость входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима профессионального грима.
2. Нанесение второго слоя грима профессионального.
3. Комплект одноразового белья: шапочка, стринги, тапочки, стикини.
4. Нанесение спрея профессионального «антизелень» на зоны, подверженные повышенному потовыделению.
5. Нанесение масла профессиональное перед выходом на сцену по желанию спортсмена.
6. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами соревнований.

2 Вариант (эконом):

Участникам соревнования будет предложено по желанию самостоятельно нанести грим в специально отведённом месте в зоне нанесения грима.

Стоимость самостоятельного нанесения составит 5300 руб.

В стоимость входит:

1. Грим профессиональный 1, 80 мл;
2. Грим профессиональный 2, 80 мл;
3. Специальные бутылочки-распылители для нанесения грима

Внимание! При самостоятельном применении грима, в случае его неравномерного нанесения участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

В этом случае ответственность за качество нанесения грима лежит полностью на спортсмене.

В случае выбора 1 или 2 варианта нанесения грима стартовый взнос участника составит 5000р. как и прописано в Регламенте.

3 Вариант:

для участников соревнований, которые решили не пользоваться услугой и продукцией официальных гримёров Чемпионата России и Чемпионата Москвы, а воспользоваться услугой и продукцией неофициальных гримёров.

В этом случае стартовый взнос участника будет увеличен на 3500 руб. (страховка за возможную порчу имущества в отеле и/или в месте проведения соревнований при самостоятельном нанесении и коррекции грима) - до 6500 руб. (4000 руб.(заранее-онлайн)+3000 руб (доплата онлайн в день регистрации)) или до 7000 руб. (5000 руб. (в день регистрации - онлайн)+3000 руб.(в день регистрации доплата онлайн)).

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.

Если спортсмен отказывается от услуг официальных гримёров, то ему необходимо произвести доплату к стартовому взносу в размере 3500 рублей.

13. Работа с СМИ

Предварительная запись Аккредитации СМИ на Кубок Москвы 2026 года по ссылке:

<https://forms.gle/gJcEWuu5T2nuZxXi6>

**Настоящее положение является официальным вызовом на
Всероссийские соревнования-2026г**

Официальные источники ФББМ:

<https://fbbm.ru/> ;

@fbbm_official

https://t.me/FBBM_official

П О Л О Ж Е Н И Е
о судьях на Всероссийские соревнования «Гран При столицы»
Кубок Москвы по бодибилдингу

1. В каждой судейской бригаде количество судей ФББМ должно быть не менее 5 человек.

К судейству Кубка Москвы допускаются судьи из Москвы, а также судьи из других регионов по приглашению и по заявке от региональной Федерации. Предложение по включению судей в судейскую коллегию и тест-судей должно быть направлено региональной федерацией по эл. почте: info@fbbm.ru по следующей форме до 09.04.2026:

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

Окончательный список судей, участвующих в судействе утверждает Председатель Судейской коллегии ФББР, центральный судья Кубка Москвы Литвинов Владимир Иванович.

3. Аккредитация судей для участия в судействе на Кубке Москвы 2026, пройдёт на собрании судей 11 апреля 2026г. в 14:00. Аккредитованным судьям будут выданы входные браслеты.

- Все заявленные на соревнования *приглашенные судьи* должны быть членами региональных Федераций ФББР.
- Каждый судья (кроме судей ФББМ) на аккредитации должен показать заявку региональной Федерации со своей фамилией в списке судей от региона.
- Каждый судья должен на регистрации судей 11 апреля 2026г в 14:00 предоставить судейскую книжку с отметкой о пройденном в 2025 или 2026г. судейском семинаре, либо электронный (бумажный) сертификат о прохождении судейского семинара (вебинара) Павла Филлеборна.

5. На Кубке Москвы будет организована сдача судейских тестов.

Для получения аккредитации судьи-дублера, всем желающим необходимо присутствовать на собрании судей 11 апреля 2026 г. года в 14:00, оплатить сдачу судейского теста – 6000руб, получить браслет для входа.

Каждый судья-дублёр должен прибыть 11 апреля 2026 г. в 8:30, г. Москва, ММЦ «Планета КВН» (Дом КВН), ул. Шереметьевская д.2, чтобы получить инструкции и судейские протоколы от ответственного за судей-дублёров – судья ВК Доронина А.А.

Номинации для судейского теста:

Бодибилдинг, Мужчины Классический Бодибилдинг, Атлетик физик, Пляжный
Бодибилдинг, Велнес, Бодифитнес, Эстетический фитнес.

Для сдачи тестов будут выбраны самые многочисленные категории из данных номинаций.