

**СОГЛАСОВАНО**

Директор

СПб ГБУ СОК «Ижорец»



*И.Б. Овчаренко*

\_\_\_\_\_ 2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Президент Общественной  
организации «Региональная  
спортивная федерация  
спортивного туризма  
Санкт-Петербурга»



*А.Б. Михайлов*

\_\_\_\_\_ 2024 г.

## **РЕГЛАМЕНТ**

проведения Региональных соревнований по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

номер-код дисциплины 0840101811Л

Санкт-Петербург  
2024

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Региональные соревнования по спортивному туризму в дисциплине «Северная ходьба» (далее – Мероприятие) проводятся в соответствии с п. 2.4. статьи 16.1 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в соответствии с Календарным планом официальных физкультурных и спортивных мероприятий Санкт-Петербурга на 2024 год и планом физкультурных и спортивных мероприятий СПб ГБУ СОК «Ижорец» на 2024 год.

Мероприятие проводится в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм» дисциплина «Северная ходьба», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22.04.2021 №255.

В соответствии с п.3 ч.4 ст.26.2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» запрещается оказывать противоправное влияние на результаты Соревнований.

Форма проведения – спортивное мероприятие.

Уровень проведения – официальное городское спортивное мероприятие.

Характер мероприятия – личный.

Цели и задачи:

- массовое привлечение населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- выявление сильнейших спортсменов Санкт-Петербурга;
- повышение спортивного мастерства;
- выполнение квалификационных нормативов;
- совершенствование форм организации массовой физкультурно-спортивной работы;
- популяризация северной ходьбы, как одного из самых доступных видов спорта среди населения, и как одного из видов активного отдыха;
- пропаганда здорового образа жизни;
- улучшение массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы района.

## 2. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ОРГАНИЗАТОРОВ

Общее руководство по подготовке и проведению Мероприятия осуществляет Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Спортивно-оздоровительный комплекс Колпинского района «Ижорец» (далее – СПб ГБУ СОК «Ижорец») и Общественная организация «Региональная спортивная федерация спортивного туризма Санкт-Петербурга» (далее – РСФСТ СПб).



Непосредственное проведение Мероприятия осуществляет отдел организации и проведения спортивно-массовых мероприятий (далее – ООПСММ) и главная судейская коллегия (далее – ГСК) согласно Приложению 1. Судьи назначаются из числа коллегии судей по спортивному туризму г. Санкт-Петербурга.

Для проведения мероприятия СОК «Ижорец» создается организационный комитет (далее – Оргкомитет) согласно Приложению 1, объединяющий и координирующий работу всех служб, занятых в подготовке и проведении мероприятия, решающий все вопросы, возникающие в процессе его организации.

Главный судья – Федотова Анна Александровна, спортивный судья всероссийской категории (далее – ССВК).

### **3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ**

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353.

Участие в соревнованиях осуществляется только при наличии договора страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников на каждого участника соревнований. Страхование участников соревнований может производиться как за счет бюджетных, так и внебюджетных средств в соответствии с законодательством Российской Федерации и субъектов Российской Федерации.

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях».

Обеспечение медицинской помощью участников соревнований возлагается на СПб ГБУ СОК «Ижорец».



Работа Комиссии по допуску участников осуществляется с учетом санитарно-гигиенических требований.

Участники и организаторы обязаны соблюдать санитарно-эпидемиологические правила в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции (СOVID-19), установленных СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции СOVID-19».

Каждый участник мероприятия должен оказать помощь в случае угрозы жизни или здоровья любому другому участнику мероприятия или руководителю команды по первой необходимости.

Участники мероприятия обязаны соблюдать чистоту и порядок.

Участники мероприятия обязаны соблюдать общие требования по обеспечению безопасности участников и зрителей при проведении мероприятия.

При возникновении несчастного случая участник мероприятия или руководитель команды должны незамедлительно сообщить о случившемся Главному судье.

#### **4. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СПОРТИВНОМ МЕРОПРИЯТИИ**

Дата проведения: 30.03.2024 год

Место проведения: г. Санкт – Петербург, Колпинский парк на острове и полуострове Чухонка.

Программа проведения:

09 ч. 30 мин. – Регистрация участников, комиссия по допуску, выдача стартовых пакетов;

10 ч. 30 мин. – Открытие мероприятия;

10 ч. 40 мин. – Общая разминка;

11 ч. 00 мин. – Старт на 6 км (спортсмены);

12 ч. 30 мин. – Подведение итогов;

13 ч. 30 мин. – Церемония награждения победителей и призеров, закрытие мероприятия.

Старт отдельный, интервал между стартами 15 секунд.

В случае неблагоприятных погодных условий или неблагоприятной эпидемиологической обстановки организаторы оставляют за собой право изменения сроков и места проведения Мероприятия.

#### **5. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

К участию в Мероприятии на дистанции 6 км допускаются спортсмены северной ходьбы в возрасте от 18 лет и старше (возраст спортсмена определяется



на 31.12.2024 года), имеющие прописку в Санкт-Петербурге и медицинский допуск на участие в соревнованиях.

Соревнования проводятся в следующих возрастных группах:

Класс дистанции	Наименование соревнований	Категория	Возрастная группа	Требования к спортивной квалификации (не ниже)
2	Региональные соревнования	мужчины-женщины	2006 г.р. и старше	-

К участию в Региональных соревнованиях допускаются спортсмены физкультурно-спортивных организаций, образовательных учреждений и организаций всех форм собственности Санкт-Петербурга.

Участники, не укладывающиеся в общее контрольное время (далее – ОКВ), снимаются с дистанции.

Участники Мероприятия допускаются только при наличии заявки на участие (Приложение №4), документа, удостоверяющего личность, медицинский допуск, договора о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, палок для северной ходьбы в соответствии с правилами спортивного туризма (дисциплина Северная ходьба), а также прошедшие регистрацию на сайте <https://reg.o-time.ru/>.

**Онлайн регистрация осуществляется с 16.03.2024 - 28.03.2024г.**

Примечание:

— протяжённость дистанции 6 километров (Приложение № 6) (класс дистанции 2) - без перепада высот, 3 круга по 2 км. ОКВ полтора часа.

Дистанции проходят по парковым дорожкам, покрытие – асфальт 50%, грунт – 50%. В холодное время года возможен лёд, плотный снежный наст. Трассы промаркированы, на развилках/поворотах – красно-белая лента («галстуки» на деревьях или столбах), волонтеры и судьи через каждые 500 метров.

## **6. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ**

Онлайн-регистрация проводится на сайте O-time по адресу **<https://reg.o-time.ru/>** до 28.03.2024г.

Выдача стартовых пакетов и работа комиссии по допуску участников осуществляется в день проведения Мероприятия.

Предварительные заявки на участие в мероприятии подаются до 28 марта 2024 года по электронному адресу: **[olga.lebed@yandex.ru](mailto:olga.lebed@yandex.ru)**.

Оригинал заявки подается в комиссию по допуску участников представителем команды или спортсменом в соответствии с Приложением № 4,



заверенную руководителем организации, с действующим медицинским допуском на каждого спортсмена.

К заявке прилагаются следующие документы:

- заявка на участие (оригинал);
- документ, удостоверяющий личность (копия паспорта);
- действующий медицинский допуск (медицинское заключение о допуске к физкультурным и спортивным мероприятиям (согласно форме 1144н) (оригинал и копия);
- договор о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев (копия).

Комиссия по допуску участников контролирует правильность заполнения заявки на участие, проверяет подлинность документов участников.

После успешного прохождения комиссии по допуску участников, каждый участник Мероприятия получает стартовый пакет участника.

## **7. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ**

Результаты участников определяются в соответствии с утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 9 марта 2023 г. № 153 «Об утверждении правил вида спорта «спортивный туризм» в дисциплине северная ходьба (далее – Правила) и в соответствии с настоящим Положением.

Победители и призеры на дистанции 6 км определяется по лучшему времени прохождения дистанции с учётом штрафных баллов за нарушение техники северной ходьбы в соответствии с правилами спортивного туризма (дисциплина Северная ходьба). Требования к технике передвижения по дистанции и система оценки нарушений приведены в Приложении 3.

Порядок подачи и рассмотрения протестов осуществляется согласно правилам.

Отчет о проведении соревнований и протоколы соревнований СПб ГБУ СОК «Ижорец» представляет на бумажном и электронном носителях в РСФСТ СПб в течение 5 дней после окончания соревнований.

## **8. НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призёры на дистанции 6 км среди мужчин и среди женщин награждаются грамотами и медалями.

Каждому финишеру на дистанции 6 км вручается памятная медаль.

Организаторы мероприятия вправе предоставить дополнительные памятные призы для награждения победителей и призеров.



## 9. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Расходы по организации и проведению Мероприятия: медицинские услуги (оказание медицинских услуг по общепрофильной скорой медицинской помощи с использованием автомобиля скорой медицинской помощи класса «В» и выше); оплата обслуживающего персонала (рабочие, фотограф, видеограф, судьи на дистанции); предоставление звукового оборудования до 4,5 кВт (монтаж, демонтаж, обслуживание, доставка); компьютерное обеспечение (включая печатающее устройство-принтер); предоставление наградной атрибутики (кубки, медали, грамоты, призы) и канцелярских принадлежностей: бумаги для офисной техники; услуги по подготовке и обслуживанию площадок; для развлекательной программы: оплата артистов, танцоров, ведущей; предоставление услуг мобильных туалетных кабин, установка и обслуживание хронометража, что включает в себя аренду оборудования (старт/финиш), Стартовый пакет участника (нагрудный номер с чип-таймом, и получение электронного диплома участника с результатами захода) осуществляются за счёт средств субсидии СПб ГБУ СОК «Ижорец» на финансовое обеспечение выполнения государственного задания на оказание государственных услуг (выполнение работ).

Расходы, связанные с обеспечением проезда к месту проведения Мероприятия и обратно (Приложение №5), питанием, страхованием осуществляется за счет командирующих организаций и/или за счет собственных средств участников.

### **Примечание:**

Справки по телефону: 8 (812) 482-19-34 – отдел организации и проведения спортивно-массовых мероприятий.

Главный судья Мероприятия (ответственный представитель РСФСТ СПб) – Федотова Анна Александровна, тел.: 8 911 943-98-14.

Заместитель главного судьи – Корсакова Ольга Юрьевна, тел.: 8 (812) 463-66-80.

**Настоящий Регламент является официальным приглашением на мероприятие. Организаторы имеют право вносить изменения в настоящий Регламент.**

Приложение № 1  
к регламенту о проведении  
регионального соревнования  
по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

**СОСТАВ**  
организационного комитета по организации и проведению  
регионального соревнования по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

№ п/п	Должность	Фамилия, имя, отчество
1.	Директор СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Овчаренко Тимур Геннадиевич
2.	Заместитель директора по спортивно-массовой работе СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Ковалев Дмитрий Сергеевич
3.	Начальник ООПСММ СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Асенкина Ольга Алексеевна
4.	Начальник центра тестирования ГТО СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Комендантова Мария Александровна
5.	Специалист ООПСММ СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Карекина-Цыганкова Марина Эдуардовна
6.	Специалист ООПСММ СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Макеев Владислав Юрьевич
7.	Специалист ООПСММ СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Таранцева Елизавета Алексеевна
8.	Специалист центра тестирования ГТО СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Улащик Евгения Михайловна
9.	Специалист центра тестирования ГТО СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Закрасин Денис Андреевич
10.	Специалист центра тестирования ГТО СПб ГБУ СОК «Ижорец»	Зорин Алексей Алексеевич



Приложение № 2  
к регламенту о проведении  
регионального соревнования  
по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

**СОСТАВ**  
главной судейской коллегии  
регионального соревнования по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

№	Должность	Фамилия, имя, отчество	Квалификация	Регион
<b>ГЛАВНАЯ СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ</b>				
1	Главный судья	Федотова Анна Александровна	ССВК	Санкт- Петербург
2	Главный секретарь	Лантрат Ирина Ивановна	СС1К	Санкт- Петербург
3	Заместитель главного судьи	Корсакова Ольга Юрьевна	СС2К	Санкт- Петербург
4	Заместитель главного судьи по судейству	Шелехова Наталья Евгеньевна	СС1К	Санкт- Петербург
5	Заместитель главного судьи по безопасности	Жуковская Валентина Владимировна	СС1К	Санкт- Петербург
6	Заместитель главного судьи по информации	Григорьева Валентина Николаевна	СС2К	Санкт- Петербург
7	Зам. главного секретаря	Лебедева Ольга Александровна	СС2К	Санкт- Петербург
8	Начальник дистанции	Богомолов Валерий Анатольевич	СС2К	Санкт- Петербург
<b>КОМИССИЯ</b>				
1	Председатель комиссии по допуску	Рубис Людмила Григорьевна	ССВК	Санкт- Петербург
2	Судья при участниках (ответственный за проведение технической комиссии)	Дорогинский Станислав Вячеславович	СС2К	Санкт- Петербург
<b>ИНСПЕКТОРСКИЙ СОСТАВ</b>				
1	Старший судья инспектор	Рубис Людмила Григорьевна	ССВК	Санкт- Петербург
2	Судья инспектор	Череватенко Екатерина Андреевна	СС1К	Санкт- Петербург



## **ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ**

1. Участники передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.
2. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.
3. На каждый шаг должно производиться отталкивание палкой от опорной поверхности. При завершении отталкивания палка не должна отрываться от опорной поверхности, раньше находящейся сзади ноги. Волочение палок запрещено.
4. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания.
5. Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом.

## **СИСТЕМА ОЦЕНКИ НАРУШЕНИЙ**

1. Для контроля действий участников на дистанции вводится система оценки нарушений. Нарушения фиксируются судьями-контролёрами и записываются в протокол контроля. Участники должны быть по возможности проинформированы о нарушении.
2. За каждое совершённое нарушение, предусмотренное пунктами 1–5, участник получает штрафные баллы. За нарушение, предусмотренное пунктом 6, участник получает красную карточку. Результат участника, получившего красную карточку, аннулируется.
3. При определении результатов используется сумма штрафных баллов. Временной эквивалент одного штрафного балла устанавливается в 15 секунд.



№ п/п	Название нарушения	Штрафная система оценки
1	Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом	1 балл
2	Наклон корпуса вперед больше наклона передней палки	1 балл
3	Излишний подъем наконечников палок вверх и разброс в стороны	1 балл
4	Малая амплитуда движения рук - отсутствие выноса локтя впереди корпуса при постановке палки	2 балла
5	Малая амплитуда движения рук - отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания	2 балла
6	Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног	3 балла
7	Отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью (однократное)	3 балла
8	Движение на полусогнутых ногах	3 балла
9	Движение без отталкивания - отсутствие акцентированного контакта палок с опорной поверхностью (отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги)	3 балла
10	Движение без отталкивания - волочение палок	3 балла
11	Создание помех для движения соперников	3 балла
12	Переход на бег или прыжки	Красная карточка
13	Отказ участника от остановки по требованию судьи	Красная карточка
14	Неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей, зрителей)	Красная карточка
15	Сокращение участником дистанции соревнований	Красная карточка
16	Невыполнение участником Условий соревнований	Красная карточка







Приложение № 5  
к регламенту о проведении  
регионального соревнования  
по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

## СХЕМА ПРОЕЗДА

Искать зрель маршрут

Софийская улица, 113с20  
Парк Культуры и Отдыха на Чуконке

Добавить

Сбросить

Параметры

Отправление сейчас

1 ч 2 мин. Прибытие в 10:18  
 1 мин. 324 - автомобильная трасса > 12 мин

Посмотреть подробнее

Исправить

1 ч 12 мин. Прибытие в 10:28  
 1 мин. 339 - автомобильная трасса > 12 мин

1 ч 27 мин. Прибытие в 10:43  
 2 мин. 5 > 5 мин > 206 > 12 мин

1 ч 44 мин. Прибытие в 10:00  
 2 мин. 5 > 6 мин > 20  
 20 - автомобильная трасса > 2 мин > 20  
 Санкт-Петербург (Мос... +7 > 36 мин

Отправьте этот маршрут на телефон

Отправить

Яндекс



Приложение № 6  
к регламенту о проведении  
регионального соревнования  
по спортивному туризму  
в дисциплине «Северная ходьба»

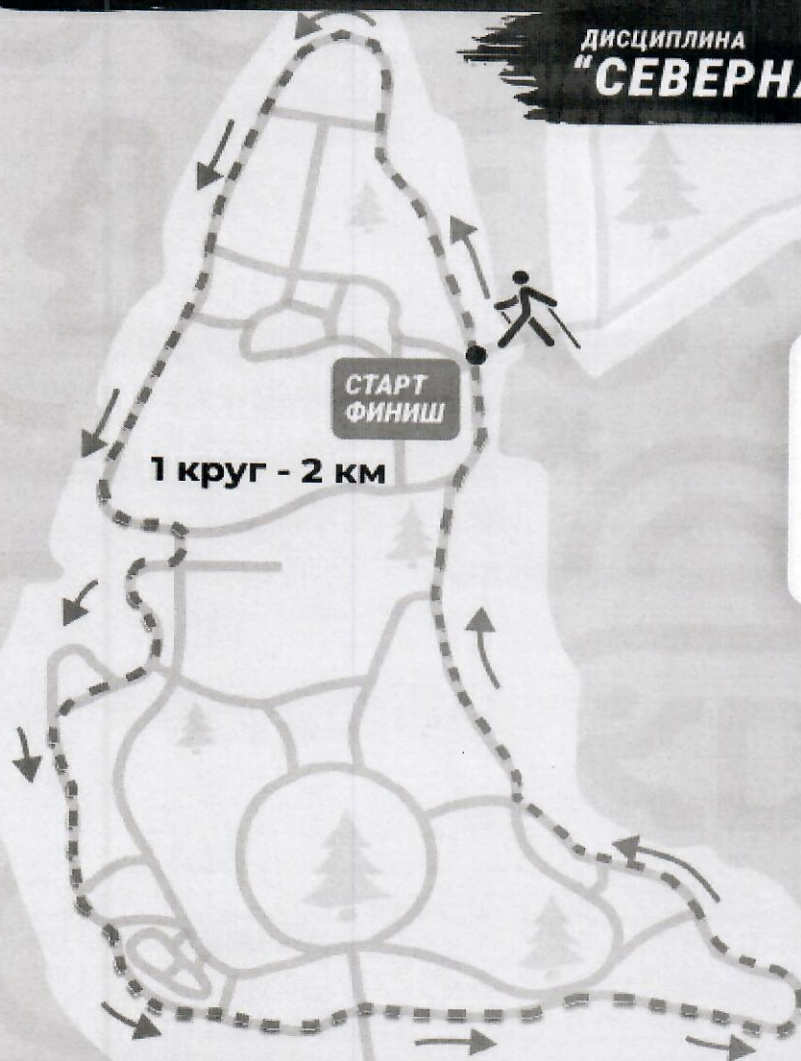
**СХЕМА ДИСТАНЦИИ**  
Общая длина дистанции – 6000 метров

**30/03**



**РЕГИОНАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ  
ПО СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ**

дисциплина  
**"СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА"**



**СТАРТ  
НА 6 КМ  
(3 круга)**

📍 г. Колпино, ПКиО о. Чухонка