ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении

Спортивного фестиваля «Ярославская Зима»

по художественной гимнастике
и спортивной акробатике





1. Цели и задачи

- популяризация художественной гимнастики;
- приобретение соревновательного опыта;
- повышение спортивного мастерства;
- обмен опытом между тренерами и судьями.

2. Время и место проведения соревнований

Соревнования проводятся **19 декабря 2026 года** по адресу:
г.Ярославль, СРЦ «Ярбатут», ул.Республиканская д.3 к.5
Начало соревнований в **9.00**

3. Руководство проведения соревнований

Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию.
Главный судья соревнований: Кузьмина Юлия ССВК Ярославль
Главный секретарь: Сычева Александра ССВК Москва
Директор фестиваля: Белкссова Мария Ярославль

4. Требования к участникам соревнований и условия их допуска

К соревнованиям допускаются гимнастки СШОР, ДЮСШ, спортивных клубов, ФСО всех регионов России. Состав команды: неограниченное количество в личных, групповых упражнениях, дузтах и трио , 1 судья, 1 тренер.

5. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников и зрителей.

6. Программа соревнований

Индивидуальные упражнения:

Год рождения	Группа А	Группа В	Группа С
2021 г.р. и младше	вид	БП	ОФП
2020 г.р.	БП + вид	БП	ОФП
2019 г.р.	БП + вид	вид	ОФП
2018 г.р.	2 вида	БП + вид	ОФП
2017 г.р.	2 вида	БП + вид	ОФП
2016 г.р.	2 вида	1 вид	ОФП
2015 г.р.	2 вида	1 вид	ОФП
2014 г.р.	2 вида	1 вид	ОФП
2013 г.р.	2 вида	1 вид	ОФП
2012 г.р.	2 вида	1 вид	ОФП
2011 г.р. и старше	2 вида	1 вид	ОФП

Групповые упражнения:

Год рождения	Группа А
2017 г.р. и младше	БП
2016	2 вида
2015	2 вида



Дуэты и трио:

Год рождения	Программа
2015 г.р. и младше	БП
2014 – 2013 г.р.	вид
2012 – 2011 г.р.	вид
2012 - 2010 и старше	2 вида

7. Программа ОФП

2020 – 2023 г.р.

1. Сед руки в стороны, носки натянуты (пятки оторвать от пола)
2. Шпагаты: правый, левый, поперечный
3. Складочка
4. Лягушка
5. Корзиночка
6. Мостик стоя/с пола
7. Равновесие «пассе»
8. Поворот «пассе»
9. Упражнение со скакалкой «качели»: переступания на полупальцах вперёд-назад через развёрнутую скакалку, удерживаемую за 2 конца
10. Упражнение со скакалкой «восьмёрка»: движение «восьмёрка» раскрытой скакалкой, удерживаемой за 2 конца прямыми руками

2019 – 2017 г.р.

1. Складочка
2. Шпагаты: правый, левый, поперечный
3. Уголок (руки в стороны)
4. Стойка на лопатках
5. Мост из положения лёжа/стоя
6. «Ваза» (дёжа на животе прогиб, руками держать ноги)
7. Затяжка (равновесие, нога в сторону)
8. Поворот «пассе»
9. Волна вперёд
10. Прыжки в скакалку с вытянутыми ногами – 10 прыжков
11. Прыжок «чула-чупс»
12. Бег в скакалку

2016 – 2011 г. р. и старше

1. Кувырок вперёд
2. Бабочка с наклоном вперед
3. Корзиночка
4. Мостик стоя
5. Шпагат правая\леая\поперечный
6. Лягушка
7. Складочка
8. Поворот пассе
9. Равновесие арабеск
10. Равновесие аттитод
11. Упражнние с ногой в сторону (затяжка)
12. Прыжок касаясь с места



Условия выполнения:

- Упражнения выполняются в единый зачёт.
- Порядок выполнения упражнений определяет судейская коллегия.
- Оценка за каждое упражнение выставляется согласно установленным критериям.
- Итоговый результат — сумма баллов за все упражнения.

Акробатика с элементами гимнастики (ОФП)

(судить из 5 баллов)

2020 г.р. и моложе	***И.п. – о.с.*** 1. Прыжок вверх, руки вверх, упор присев. 2. Перекат назад в группировке, обратно в упор присев. 3. Складка стоя, руки на полу. 4. Обратно в упор присев, прыжком в упор лёжа, перейти в положение лёжа на животе, прогиб назад на прямых руках.
2019 – 2018 г.р.	***И.п. – о.с.*** 1. Упор присев, кувырок вперёд в группировке. 2. Прыжок вверх 180 град., упор присев, стойка на лопатках, вернуться в упор присев. 3. Складка ноги вместе и врозь.
2017 г.р. и старше	***И.п. – о.с.*** 1. «Ласточка». 2. Упор присев, кувырок вперёд в группировке в упор присев, из упора присев – домик (прямой шпагат), обратно в упор присев. 3. Стойка на лопатках, вернуться в сед, складка ноги вместе, встать в о.с.

НАГРАЖДЕНИЕ

В НАШЕМ ФЕСТИВАЛЕ НЕТ ПРОИГРАВШИХ,
КАЖДЫЙ УЧАСТНИК БУДЕТ СТОЯТЬ НА ПЬЕДЕСТАЛЕ ПОЧЕТА!

- Победители и призеры в личном первенстве определяются по наибольшей сумме баллов, набранной в многоборье в каждой возрастной группе, победители и призёры в групповых упражнениях определяются по сумме 2 упражнений или 1 выхода (Б/П).
- Гимнастки, занявшие 1, 2, 3 места в каждой возрастной группе, награждаются медалями, дипломами и ценными призами.
- В групповых упражнениях команда, занявшие 1, 2, 3 места награждаются кубком, медалями, дипломами и ценными призами.
- **В групповых упражнениях команда победительница награждается Кубком победителя.**



8. ФИНАНСОВЫЕ РАСХОДЫ

Художественная гимнастика – с гимнастки в личном первенстве кэи ОФП.	**4 500 ₽**
Групповые упражнения – с гимнастки.	**4 000 ₽**
Дисциплина Акробатика – стартовый взнос с выступающего.	**3 500 ₽**
Тройки и дуэты – с участницы.	**4 500 ₽**

При подаче заявки от 20 участников и при наличие в команде судьи организаторами выплачивается кэш бэк представителю команды **350 руб с гимнастки.**

Штраф за отсутствие судьи в команде от 5 и более гимнасток **10000 руб.**

9. ПОДАЧА ЗАЯВОК

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются **до 10 декабря 2026 года** на электронную почту:

rgrussia.com

Конт. тел.: +7 903 107 16 47 ***Александра***

Окончательные заявки предоставляются в мандатную комиссию в день соревнований.

К заявке прилагаются следующие документы спортсменов:

- Свидетельство о рождении / паспорт РФ;
- Полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев;
- Медицинская справка о допуске к соревнованиям.

10. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

Расходы, связанные с командированием участников, судей, представителей несут командирующие организации.

Расходы, связанные с организацией, проведением соревнований и награждением победителей, осуществляет **Федерация гимнастики Ярославля.**

бозможность предоставления трансфера иногородним участникам турнира и стоимость трансфера будут уточняться дополнительно.

в случае невозможности участии гимнастки в соревнованиях стартовый взнос возвращается в форме ценного подарка.

Подтверждение об участии принимаются до 10.12.2026 года включительно.

11. МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Музыкальное сопровождение необходимо предоставить на флэшках.

12. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

На турнире будет работать фото и видеостудия, а также организована прямая трансляция!

Подача заявки на фестиваль подтверждает, что представитель ознакомился со всеми пунктами положения и согласен с ними.

Данное Положение является официальным приглашением на соревнования!