ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ОТКРЫТОГО ТУРНИРА
ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Матрёшка

ДЕКАБРЬ 2026



МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ
Соревнования проводятся:
5 ДЕКАБРЯ 2026
26 ДЕКАБРЯ 2026
Адрес: г. Москва, Инновационный центр Сколково, ул. Зворыкина, 21

РУКОВОДСТВО И ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРНИРА

Главный судья соревнований - Калиниченко Марина Вячеславовна СС2К
Директор турнира - Кузнецова Елизавета Игоревна.

Организаторы оплачивают работу судей!

Все участницы занимают с 1-3 место, награждаются медалями, дипломами и ценными призами.
Абсолютная победительница в каждой категории (от 3-х участниц) награждается кубком.

УЧАСТНИКИ И ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:

К соревнованиям допускаются гимнастки всех регионов России и стран СНГ, прошедшие диспансеризацию, имеющие медицинский допуск и действующий полис страхования от несчастных случаев, жизни и здоровья.

Индивидуальная программа

год рождения	Группа A	Группа B	Группа C	Группа D	Группа E	Группа F	Группа F+	Группа G
2020 и младше	БП+ВИД	1 ВИД	БП	БП	-	ОФП	ОФП+	СФП
2019	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	БП	ОФП	ОФП+	СФП
2018	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	БП	ОФП	ОФП+	СФП
2017	2 ВИДА	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	ОФП	ОФП+	СФП
2016-2007	2 ВИДА	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	ОФП	ОФП+	СФП
МС, КМС 18+	2 ВИДА	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	ОФП	ОФП+	СФП
любители 18+	2 ВИДА	2 ВИДА	БП+ВИД	1 ВИД	БП	ОФП	ОФП+	СФП

Групповые упражнения

Год рождения	Группа А	Группа В
Юношеские разряды	БП	
III разряд	БП+ВИД	1 ВИД
II разряд	2 ВИДА	1 ВИД
I разряд	2 ВИДА	1 ВИД
КМС	2 ВИДА	1 ВИД
МС	2 ВИДА	1 ВИД

Гимнастические дуэты / трио

Год рождения	Группа А
Юношеские разряды/3р,2р	БП
1р	БП+ ВИД
МС , КМС	2 ВИДА



Программа ОФП

ОФП 2020 и младше	ОФП 2019 и старше	ОФП +
1. Бабочка	1. Бабочка	1. Уголок (кубик зажат стопами)
2. Складочка	2. Складочка	2. Складочка (кубик положить за стопы)
3. Уголок	3. Уголок	3. Из положения лежа на спине, руки к ушам, принять сед , руки вверх (кубик в руках) 3 раза
4. Березка	4. Корзинка	4. Стоя на коленях, руки вверх, прогнуться назад , поставить кубик на пол
5. Корзинка	5. Лодочка	5. Лодочка (кубик в руках)
6. Лодочка	6. Колечко	6. Колечко
7. Колечко	7. Мост лежа (стоя +1 балл)	7. Планка на локтях, ноги прямые (15 сек)
8. Мост лёжа (стоя +1 балл)	8. Кувырок назад	8. Мост стоя
9. Кувырок назад	9. Шпагат (поперечный/ правая/левая)	9. Переход из положения лежа на полу с поднятым туловищем, к положению на груди (стойка на груди)
10. Поворот «Пассе»	10. Колесо	10. Шпагат поперечный/правая/левая (с кубика +1 балл)

Программа СФП

СФП 2019 и младше	СФП 2018-2017	СФП 2016 и старше
1.Вращение скакалки, сложенной вдвое,перед собой, рука вперед (правой, левой)	1. Вращение обруча вокруг кисти, рука в сторону (правой, левой)	1.Вращение обруча, рука вперед (правой, левой)
2.Вращение скакалки, сложенной вдвое,над головой (правой, левой)	2. Вращение обруча вокруг кисти над головой (правой, левой)	2.Вертушка обручем вокруг кисти (правой, левой)
3.Спираль скакалкой, сложенной вдвое (+1 балл развернутой скакалкой)	3. Вертушка обручем вокруг кисти (правой, левой)	3. Бросок обруча, ловля (1шене+2 балла)
4.Бег на месте через скакалку (3-5 раз)	4.Обратный (возвратный) кат обруча, коленями зажать в полуприседе	4.Обратный (возвратный) кат обруча, коленями зажать в полуприседе
5.Держа один конец, расправленной скакалки ,поймать другой конец	5. Бросок обруча «Блинчиком» , ловля ногами, лежа на полу	5. Бросок обруча «Блинчиком» , ловля ногами, лежа на полу
6. Вращение обруча перед собой рука вперед (правой, левой)	6.Вертушка обручем на животе, лежа на спине	6.Вертушка обручем на животе, лежа на спине
7. Вращение обруча над головой (правой, левой)	7.Прыжок «Чупа –чупс» с вращением обруча вокруг пояса	7.Прыжок «Чупа –чупс» с вращением обруча вокруг пояса
8. Вертушка обручем вокруг кисти (правой, левой)	8. Поворот «Пассе» с вращением обруча на шее	8.Прыжок «Касаясь», круг лентой сбоку или над головой
9.Поворот «Пассе» с вращением обруча на шее	9.Круг лентой над головой на прыжке «Ножницы»	9.Спираль лентой на повороте «Пассе»
10.Прыжок «Чупа –чупс» с вращением обруча на поясе	10.Спираль лентой на повороте «Пассе»	10.Змейка лентой на равновесии «Боковое»
11.Обратный (возвратный) кат обруча	11.Змейка лентой на равновесии «Боковое»	11.Бросок ленты, ловля (1 шене+2 балла)
12.Вертушка обруча на животе, лежа на спине	12.Взмах палочкой ленты вверх, поймать конец ленты за ткань	12.Бумеранг

*длина ленты на усмотрение участниц. Примеры выполнения программы СФП И ОФП+ высылаются по запросу

4. ФИНАНСИРОВАНИЕ

Стартовый взнос:
5000р - индивидуальная программа
4500р - ОФП
4500р - СФП
8000р - ОФП+СФП
4500р - групповые упражнения (с гимнастки)
4500р - дуэт/трио (с гимнастки)
8000р - индивидуальная программа+групповые упражнения/дуэт/трио
8500р индивидуальная программа 2 категории



5. УСЛОВИЯ ПРИЕМА КОМАНД

Предварительные заявки можно оставить
на сайте https://chg-mgnovenie.ru
или по электронной почте matreshka-rg@mail.ru
При достижении большого количества участниц, организаторы прекращают досрочно прием заявок и не сокращают программу турнира.

Контактная информация:
t.me @chgmgnovenie
тел: +79850697233(WhatsApp) Марина Вячеславовна
тел: +79686260470 Елизавета Игоревна

До встречи на турнире!