



участникам начисляются
рейтинговые очки
клубной лиги

Открытая клубная лига по художественной гимнастике

Кубок столлицы

14 марта
2026 год

Уфа
УСК «Астра»



Эксклюзивные
медали всем
участникам
турнира

Почта для приёма заявок
ranchik_rg@mail.ru



« »

« »

2026 г.



1

- 

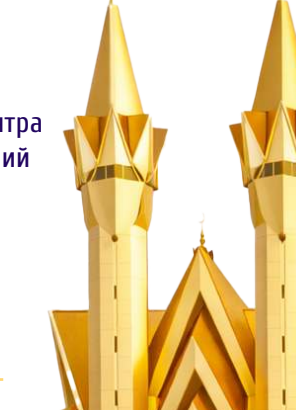


2

Уфа / ул. Ростовская, 16/1

3

И
центра
ваний

A stylized, golden illustration of a mosque with two prominent minarets and a central dome, set against a white background with a yellow arc. The minarets have conical roofs and are topped with crescent moons. The central dome is also conical and features a series of triangular facets. The entire structure is rendered in a bright, metallic gold color.

Жилкина Александра Владимировна, ССВК (г. Уфа)

Васильева Рания Айратовна

4

К соревнованиям допускаются гимнастки, имеющие соответствующую спортивную подготовку, прошедшие диспансеризацию, имеющие медицинский допуск врача и действующий полис страхования от несчастных случаев, жизни и здоровья. За травмы и ущерб здоровью, полученные участником в процессе соревнований, организаторы соревнований ответственности не несут.

5 Программа соревнований

К участию в соревнованиях допускаются гимнастки СШОР, ДЮСШ, спортивных клубов и ФСО всех регионов России.

Состав команды: неограниченное число участниц, 1 тренер, 1 судья (команда от 3-х человек, не предоставившая судью, выплачивает штраф 10 000 рублей). Гимнастка обязана иметь при себе оригиналы свидетельства о рождении и страхового полиса.

Заявка должна иметь визу врача на каждого участника о допуске к соревнованиям. Все документы предоставляются в мандатную комиссию. Соревнования проводятся в личном первенстве и групповых упражнениях по правилам FIG.

Индивидуальная программа

Год рождения	Дивизион 1	Дивизион 2	Дивизион 3	Дивизион ОФП
2023	Б/П	Б/П	Б/П	ОФП
2022	Б/П	Б/П	Б/П	ОФП
2021	Б/П	Б/П	Б/П	ОФП
2020	Б/П	Б/П	Б/П	ОФП
2019	Б/П+скакалка	Б/П	Б/П	ОФП
2018	2 ВИДА на выбор*	1 ВИД	Б/П	ОФП
2017	2 ВИДА на выбор*	1 ВИД	Б/П	ОФП
2016	2 ВИДА на выбор	1 ВИД	1 ВИД	ОФП
2015	2 ВИДА на выбор	1 ВИД	1 ВИД	ОФП
2014	2 ВИДА на выбор	1 ВИД	1 ВИД	ОФП
2013	2 ВИДА на выбор	1 ВИД	1 ВИД	ОФП
КМС и старше	2 ВИДА на выбор	1 ВИД	1 ВИД	ОФП

* на выбор скакалка обруч мяч



Групповые упражнения

Год рождения	Разряд	Дивизион 1
2017	1 юн.	Б/П
2016	3 сп.	Б/П+5 лент
2015	2 сп.	5 пар булав; 5 лент
2013-2014	1 сп.	5 пар булав + 5 лент
2011-2012	КМС	5 мячей; 5 лент
2011 и старше	МС	5 мячей, 3 обруча, 2 пары булав

Программа «Двойки» и «Тройки»

Год рождения	Дивизион 1
2015 и младше	Б/П
2013-2014	Б/П+ВИД
КМС	2 ВИДА
МС	2 ВИДА



Программа ОФП

2021-2016 год рождения

«Складочка»

«Колечко»

«Корзиночка»

«Лодочка»

«Мост» из положения лежа

«Бабочка» с наклоном вперед

Шпагат на правую/левую ногу

Поперечный шпагат

Равновесие «Пассе»

Прыжок «Чупа-чупс»

Поворот в «Пассе»

2015 год рождения и старше

«Складочка»

Акробатика «Колесо»

«Корзиночка»

«Лодочка»

«Мост» из положения лежа

Шпагат на правую/левую ногу

Поперечный шпагат

Боковое равновесие

Поворот «Колбаса»



! Внимание

После формирования стартового протокола переход гимнасток из одной категории в другую не допускается. Организаторы оставляют за собой право сократить программу соревнований.

6 Награждение, определение победителем

Гимнастки, занявшие 1 место в дивизионе 1, награждаются: кубками, медалями, дипломами, памятными призами.

Гимнастки, занявшие 2-3 места в дивизионе 1, награждаются: медалями, дипломами и ценными призами

Гимнастки, занявшие 1-3 места в дивизионе 2 и 3, награждаются: медалями, дипломами и памятными призами

В групповых упражнениях команды, занявшие 1-3 места в каждой возрастной категории, награждаются: кубком, медалями, дипломами и памятными призами

Для участниц турнира предусмотрены ценные специальные призы.



7 Финансирование

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

Стартовый взнос участников турнира

В случае невозможности участия гимнастки в соревнованиях, стартовый взнос возвращается в форме ценного подарка. Оплата стартового взноса производится единым платежом за команду.

Индивид. программа  4 000 ₽	Групповые упражнения  4 000 ₽	«Двойки» и «Тройки»  4 000 ₽	Программа ОФП  3 800 ₽
---	---	---	--

8 Условия приёма команд, заявки

В турнире принимают участие команды, согласно поданным заявкам. Заявки установленной формы представляются в судейскую коллегию в день соревнований.

К заявке прилагаются следующие документы на каждого спортсмена

01

Паспорт гражданина РФ,
для спортсменов младше
14 лет – свидетельство
о рождении

02

Медицинская
справка о допуске
к соревнованиям

03

Документ страхования
жизни и здоровья
от несчастных случаев

**Предварительные заявки направлять до 4 марта
2026 года по электронной почте ranchik_rg@mail.ru**

Более поздние заявки принимаются при наличии свободных мест. При превышении возможного количества участников приём заявок может быть остановлен ранее установленного срока.

9 Музыка

Каждая композиция гимнастики должна быть записана на флеш-носителе.

8 (987) 276 05 75
Васильева Рания Айратовна

ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ
ОФИЦИАЛЬНЫМ ПРИГЛАШЕНИЕМ
НА СОРЕВНОВАНИЯ