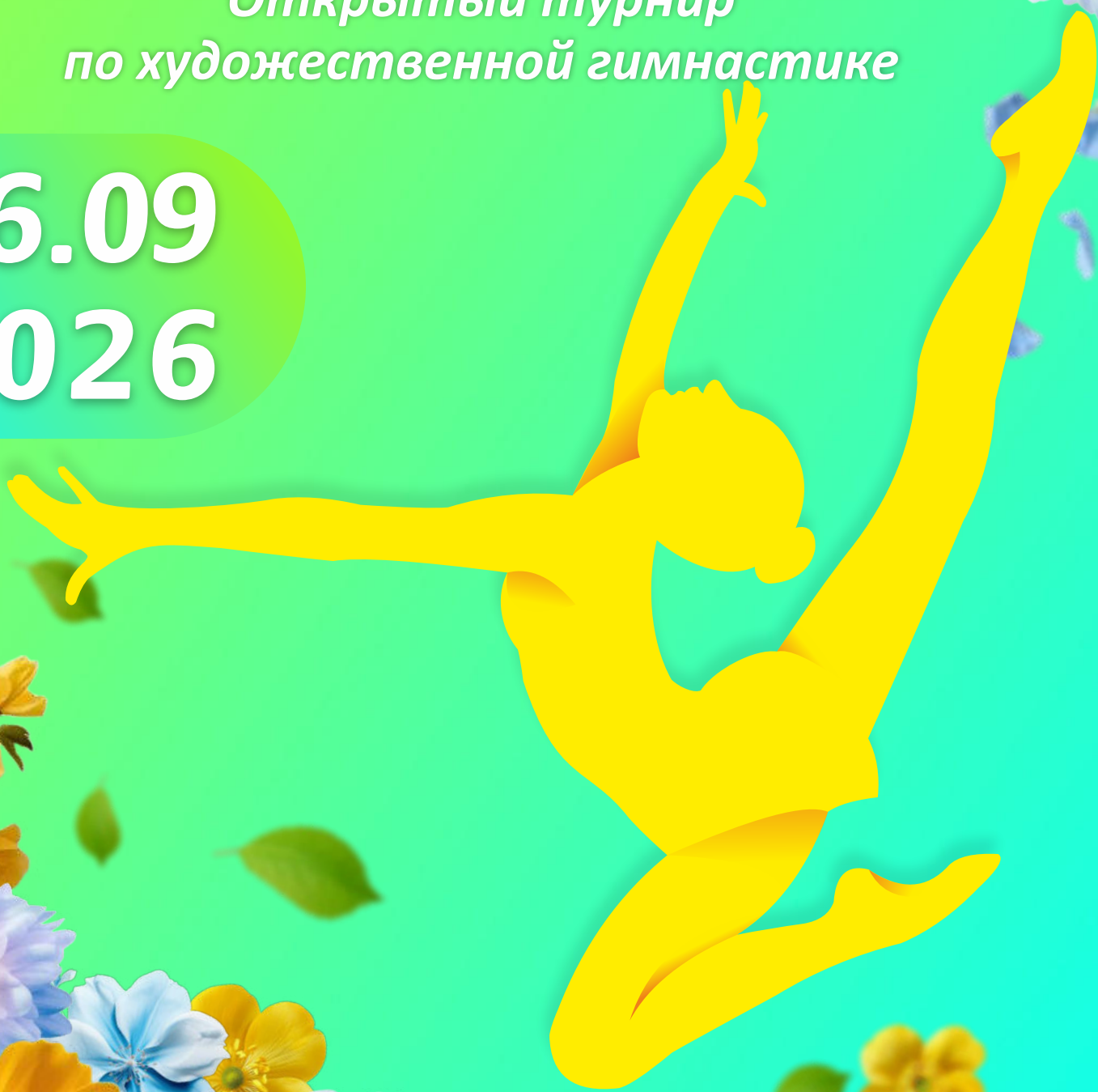


Шаг Вперед

ОСЕННИЙ КУБОК

*Открытый турнир
по художественной гимнастике*

26.09
2026



МОСКВА



СК АТЛАНТ-КОСИНО



+7 933 204 14 96

Положение
О проведении открытого турнира
по художественной гимнастике
ШАГ ВПЕРЕД
(ОСЕННИЙ КУБОК)
26 сентября 2026г.
МОСКВА

1. Цели и задачи:

- Популяризация и развитие художественной гимнастики;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Повышение спортивного мастерства гимнасток;
- Укрепление культурных и творческих связей тренеров, участников;
- Выявление талантливых и перспективных гимнасток в каждой возрастной группе;
- Налаживание и укрепление дружественных спортивных связей;
- Обмен опытом работы тренеров.

2. Сроки и место проведения турнира:

26
сентября
2026

**Спортивный комплекс
«Атлант-Косино»**

г. Москва, ул. Большая Косинская, д. 5а, ФОК Атлант-Косино.

3. Обеспечение безопасности участников и зрителей:

Физкультурные и спортивные мероприятия проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории РФ и г. Москвы и МО.

4. Организаторы соревнований:

Общее руководство по организации и проведению соревнований осуществляется СК «Сердце столицы». Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию соревнований.

5. Участники и программа соревнований:

К соревнованиям допускаются гимнастки СШОР, ДЮСШ, спортивных клубов, ФСО всех регионов РФ. Состав команды: неограниченное число участниц, 1 тренер, 1 судья (команда от 4-ех человек, не предоставившая судью, выплачивает штраф 8 000руб.). Вход в разминочную зону и соревновательную зону разрешен только гимнасткам, тренерам и судьям!

Индивидуальные упражнения. Правила 2025-2028

Год рождения	Группа А	Группа В	Группа С	Группа D	Группа Е
2021 и младше	б/п	б/п			ОФП
2020	б/п + вид	вид	б/п	б/п	ОФП
2019	б/п + вид	вид	б/п	б/п	ОФП
2018	б/п + вид	вид	б/п	б/п	ОФП
2017	2 вида	б/п + вид	вид	б/п	ОФП
2016	2 вида	2 вида	вид	б/п	ОФП
2015	2 вида	2 вида	вид	б/п	ОФП
2014	2 вида	2 вида	вид		ОФП
2013	2 вида	2 вида	вид		
2012	2 вида	2 вида	вид		
2011	2 вида	2 вида	вид		
2010 и старше	2 вида	2 вида	вид		

Показательные номера

1 выход	Отдельное награждение
---------	-----------------------

Гимнастические дуэты/трио

Год рождения	Категория
2018 - 2017	БП
2016 - 2015	БП
2014 - 2013	ВИД
2012 - 2011	ВИД
2011 - 2010 и старше	ВИД

Групповые упражнения (команда 5-6 человек). Правила 2025-2028

Год рождения	Категория
2019 и младше	БП
2018	БП
2017	БП
2016	БП + лента
2015	5 лент; 5 пар булав
2013 - 2014	5 лент; 5 пар булав
2011 - 2012	5 мячей; 5 лент
2010 и старше	5 мячей; 3 обруча / 2 пары булав

6. Подведение итогов и награждение:

Соревнования проводятся по действующим правилам 2025-2028. Победители и призёры определяются по наибольшей сумме баллов в многоборье в каждом году рождения и категории.

Гимнасткам, выступающим по юношеским спортивным разрядам, разрешается выступать в любых купальниках (комбинезонах), без применения сбавок при судейской оценке.

- Участницы всех категорий награждаются с 1 по 3 место - медалями, грамотами и памятными призами.
- Абсолютная победительница в категории А - награждается кубком.

7. Финансовые расходы:

Финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению турнира, осуществляется за счет внебюджетных средств. Расходы по командированию (проезд, размещение, питание, страхование) участников, тренеров и судей соревнований обеспечивают командирующие организации.

Стартовый взнос индивидуальная программа - 4.700руб.

Стартовый взнос ОФП -4000руб.

Стартовый взнос групповые упражнения, дуэт/трио - 4.000руб. с гимнастики.

При участии в нескольких категориях доплата составляет **1 500 Р**
(гимнастка получает ОДИН подарок, но несколько медалей, грамот!).

Стартовый взнос показательный номер - 2.500руб.

Гимнастки, заявленные в личном и групповом многоборье, оплачивают 2 вноса.

Оплата по реквизитам организаторов до 17.09.2026г.

Производя оплату регистрационного вноса, Вы подтверждаете, что ознакомились с СОГЛАСИЕМ на участие ребенка (опекаемого) в мероприятии, обработку персональных данных, а также на фото-и видеотуполюриате его условия.

В случае неявки гимнастки на турнир стартовый взнос возвращается подарком.

8. Медицинское обеспечение:

К участию в соревнованиях допускаются спортсменки, прошедшие диспансеризацию, имеющие медицинский допуски действующий полис страхования несчастных случаев, жизни и здоровья. За травмы и ущерб здоровью, полученные участником в процессе соревнований, организаторы соревнований ответственности не несут.

9. Порядок подачи заявок:

Предварительные заявки подаются не позднее **17 сентября 2026г.**

Организаторы оставляют за собой право закрыть прием заявок досрочно, в связи с ограниченным количеством мест на турнире!

Рассылка стартовых протоколов – 23 сентября 2026г.

Окончательные заявки, установленной формы (приложение к положению), подаются в организационный комитет в день приезда.

Заявка должна иметь визу врача, либо к ней прилагаются медицинские справки на каждого участника о допуске к соревнованиям.

Так же к заявке прилагаются следующие документы (копии) на каждого спортсмена:

- Паспорт гражданина РФ, для спортсменов моложе 14 лет- свидетельство о рождении;
- Документ о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев

10. Музыка:

Предварительная отправка музыки не требуется!
Музыкальное сопровождение приносим с собой строго на флеш-носителях и передаем лично диджею перед началом выступлений!

11. Контакты:

Для подачи предварительных заявок:

- e-mail: **serdtse_stolitsy@mail.ru**
- координатор турнира: +7 933 204 14 96 – Любовь

Данное положение является официальным приглашением на соревнования



Конищева Л.А

Нормативы ОФП 2020г.р. и младше

1. Складочка
2. Уголок
3. Бабочка с наклоном вперед
4. Колечко
5. Корзиночка
6. Мостик стоя / с пола
7. Шпагат поперечный
8. Равновесие пассе
9. Поворот пассе
10. Прыжок чупа-чупс

Нормативы ОФП 2019-2014 г.р.

1. Складочка
2. Бабочка с наклоном вперед
3. Лягушка
4. Корзиночка
5. Мост стоя/с пола
6. Мост с колен
7. Колесо
8. Шпагат правый/левый/поперечный
9. Равновесие арабеск
10. Равновесие с ногой в сторону
11. Поворот пассе
12. Поворот антитюд
13. Прыжки вперед через скакалку
(10 прыжков)

ЗАЯВКА

От _____
на участие в открытом турнире по художественной гимнастике

**«ШАГ ВПЕРЕД»
(ОСЕННИЙ КУБОК)**

Место проведения: г. Москва ул. Большая Косинская, д 5а, ФОК Атлант - Косино

Дата проведения: **26.09.2026г.**

Тел. _____; Mail: _____

Индивидуальные упражнения (обязательно к заполнению: разряд имеет/выступает)

№ п/п	Фамилия, Имя гимнастки	Год рождения	Разряд имеет	Разряд выступает	Группа (категория)	Тренер	Допуск врача
1							

Групповые упражнения

№ п/п	Фамилия, Имя гимнастки	Год рождения	Разряд имеет/выступает	Группа (категория)	Тренер	Допуск врача
	Название команды:					
1						

Тренер (обязательно к заполнению)

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Мобильный телефон	E-MAIL
1			

Судья (обязательно к заполнению)

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Судейская категория, дата приказа	Мобильный телефон	E-MAIL
1				

Всего допущено к соревнованиям _____ человек.

Врач: _____ / _____
Подпись расшифровка подписи

Руководитель: _____ / _____
Подпись расшифровка подписи