

# Положение

## о проведении серии открытых соревнований по легкой атлетике Кубок Шри Чинмоя «Самопреодоление» сезона 2021–2022 г.г.

### 1. Цели и задачи

Кубок Шри Чинмоя по легкой атлетике в помещениях «САМОПРЕОДОЛЕНИЕ» (КУБОК) проводится в целях:

- 1.1 Оздоровления и приобщения к систематическим занятиям бегом всех его участников, а также приобщения детей к занятиям легкой атлетикой;
- 1.2 Развития и популяризации легкоатлетического спорта в столице и области;
- 1.3 Пропаганды философии самопреодоления в спорте, победы над собственными слабостями, а не над соперником.

### 2. Руководство проведением соревнований

- 2.1 Общее руководство по организации и проведению соревнований осуществляет межрегиональное общественное движение «Марафонская команда Шри Чинмоя» (МОД МКШЧ) совместно с другими организациями;
- 2.2 Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию;
- 2.3 Директор соревнований — Петухов Вадим Анатольевич.

### 3. Место и время проведения соревнований

- 3.1 Сроки проведения серии из 4-х этапов соревнований (КУБОК): 4 декабря, 26 декабря 2021 года, 29 января и 12 марта 2022 года. Сроки и число этапов могут быть изменены.
- 3.2 Место проведения: легкоатлетический манеж ЛФК ЦСКА, Ленинградский проспект, д.39, стр.1;
- 3.3 Время проведения: согласно Регламенту соответствующего этапа КУБКА.
- 3.4 Время входа в зону соревнований не ранее, чем за 1 час до старта; время выхода из зоны соревнований не позднее, чем через 15 минут после окончания вида.

### 4. Участники соревнований и виды соревнований

- 4.1 К участию в соревнованиях допускаются все желающие по согласованию с организаторами.
    - 4.1.1 Виды соревнований и возрастные группы участников:
      - бег на дистанцию 60 м – юноши и девушки 2004 г. р. и младше (возрастные группы: 2014 г. р. и младше; 2012-2013 г. р.; 2010-2011 г. р.; 2008-2009 г. р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г.р.);
      - прыжки в длину – юноши и девушки 2004 г. р. и младше (возрастные группы: 2014 г. р. и младше; 2012-2013 г. р.; 2010-2011 г. р.; 2008-2009 г. р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г.р.);
      - бег на дистанцию 800, 600 или 500 м, согласно Регламенту каждого этапа КУБКА – юноши и девушки 2010-2013 г.р.; 2008-2009 г.р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г. р.;
      - бег на дистанцию 2 мили или 1 милю, согласно Регламенту каждого этапа КУБКА – мужчины и женщины всех возрастов, а также юноши и девушки (возрастные группы: 1992-2009 г. р.; 1982-1991 г. р.; 1972–1981; 1962-1971; 1952-1961; 1951 г. р. и старше);
      - эстафеты 4x200 м – мужчины (юноши) и женщины (девушки) 2007 г. р. и старше.
- Каждый спортсмен 2004 – 2013 г.р. имеет право участвовать за один этап в трех видах личных соревнований: в беге на 60 м, 800/600/500 м (в зависимости от программы) и прыжках в длину; спортсмены 2009 г.р. – 1951 г.р. и старше – в беге на 1 или 2 мили – для этих спортсменов участие в других личных видах соревнований не разрешается. В случае нарушения правил регистрации на виды соревнований, установленных данным Положением, организаторы оставляют за собой право не возвращать стартовые взносы.

4.1.2 Программа каждого этапа КУБКА определяется Регламентом соответствующего этапа.

Программа этапов КУБКА сезона 2021-22 гг.

Этап	Вид соревнований	Допускается возрастная группа	Участники	Стартовый взнос
1,2,3,4	бег на 60 м или прыжки в длину	2004 г.р. и младше	девушки, юноши	400 р (700 р за 2 дисциплины в пакете; 900 р за 3 дисциплины в пакете)
1,3	бег на 800 м	2004-2013 г.р.	юноши	400 р (700 р за 2 дисциплины в пакете; 900 р за 3 дисциплины в пакете)
1,3	бег на 600 м	2004-2013 г.р.	девушки	400 р (700 р за 2 дисциплины в пакете; 900 р за 3 дисциплины в пакете)
2,4	бег на 600 м	2004-2013 г.р.	юноши	400 р (700 р за 2 дисциплины в пакете; 900 р за 3 дисциплины в пакете)
2,4	бег на 500 м	2004-2013 г.р.	девушки	400 р (700 р за 2 дисциплины в пакете; 900 р за 3 дисциплины в пакете)
2,4	бег на 1 милю – не разрешено участвовать в других личных видах	2009-1951 г.р. и старше	девушки, юноши, мужчины, женщины	1000 р, пенсионеры 700 р, участники 1951 г.р. и старше – нет стартового взноса
1,3	бег на 2 мили – не разрешено участвовать в других личных видах	2009-1951 г.р. и старше	девушки, юноши, мужчины, женщины	1000 р, пенсионеры 700 р, участники 1951 г.р. и старше – нет стартового взноса
1,2,3,4	эстафета 4x200 м	2007 г.р. и старше	девушки, юноши, мужчины, женщины	1800 р за команду

4.1.1 Организаторы имеют право вносить изменения в программу соревнований КУБКА.

4.2 Каждый отдельный этап КУБКА проводится на личное первенство и командное первенство в эстафете 4x200 м.

4.3 КУБОК проводится на личное первенство, а также на командное первенство среди:

- Детско-юношеских команд (участники 2004 г. р. и младше), принадлежность к детско-юношеской команде определяется по заявке с визой врача;
- Клубов любителей бега (участники 2003 г. р. и старше), принадлежность к клубу любителей бега определяется по заявке, присланной представителем команды в свободной форме на эл.адрес: [srichinmoyraces@sportspirit.org](mailto:srichinmoyraces@sportspirit.org);
- Эстафетных команд среди мужчин и женщин.

Участник имеет право выступать только за один клуб, или за одну эстафетную команду в течение всех этапов КУБКА. Принадлежность к клубу, или эстафетной команде определяется по данным первого для участника этапа. Эстафетные команды на протяжении всех этапов КУБКА могут состоять из 6-ти постоянных участников.

- Семейных команд из 2-х, или из 3-х человек (члены команды должны быть близкими родственниками), принадлежность к семейной команде определяется из данных, предоставленных участником на первом для него этапе соревнований. Семейные команды должны быть неизменны по составу, начиная с первого этапа КУБКА.

4.4 Допуск участников к соревнованиям КУБКА.

4.4.1 Ответственность за состояние своего здоровья несут сами участники, а за состояние здоровья спортсменов моложе 18 лет — их родители или тренеры.

4.4.2 Детско-юношеские команды допускаются к участию по заявкам с визой врача и печатью соответствующего медицинского учреждения. Сканированные копии этих заявок должны быть отправлены в адрес организаторов не позднее, чем за 48 часов до соревнований, а оригиналы этих заявок должны быть представлены в день соревнований.

4.4.3 Другие, индивидуально регистрирующиеся участники, представляют медицинскую справку.

4.4.4 Регистрация на все этапы КУБКА только предварительная на сайте [sportspirit.org](http://sportspirit.org) и заканчивается по достижению лимита участников на отдельные виды соревнований, но не позднее, чем за 48 часов до соревнований. Лимит участников на виды соревнований определяется Регламентом каждого этапа.

4.4.5 Все участники в возрасте 2004-2013 г. р. при регистрации обязаны прислать свою фотографию размером 5x6 см (как на документы) в формате jpg (разрешение 591x709) на эл.адрес: [srichinmoyraces@sportspirit.org](mailto:srichinmoyraces@sportspirit.org);

4.4.6 Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и оплатил стартовый взнос. Без предварительной регистрации участники к соревнованиям не допускаются. Участники, освобожденные от уплаты стартового взноса, без предварительной регистрации к соревнованиям не допускаются.

4.4.7 При получении номера участники должны представить паспорт или свидетельство о рождении.

4.4.8 В зависимости от вводимых требований органов исполнительной власти и/или согласно приказам начальника ЦСКА могут быть потребованы сертификаты о вакцинации от Covid-19, справки о наличии антител или результаты ПЦР-тестов, QR-коды и т.п.

## 5. Условия проведения соревнований

КУБОК проводится по правилам ВФЛА с изменениями, отраженными в данном Положении.

5.1 Сопровождающие лица и тренеры все время, а участники во время ожидания начала вида обязаны соблюдать масочный режим и социальную дистанцию. Вход в КЛФК ЦСКА осуществляется согласно Плану по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности при проведении этапа КУБКА.

5.2 В беге на 60 м допускается один фальстарт в одном забеге.

5.2.1 Для участников с 2004 по 2013 г.р. в беге на 60 м в каждой возрастной группе проводятся дополнительные (финальные) забеги в том случае, если количество участников в данной возрастной группе 7 и больше. К финальным забегам допускается по 6 участников, показавших лучшее время.

5.2.2 В личном рейтинге по итогам забегов на 60 м на одном отдельном этапе КУБКА учитывается один наилучший результат участника.

5.3 В прыжках в длину каждому участнику дается три попытки.

- Для возрастной группы 2014 г. р. и младше измерения проводятся с места отталкивания;

- Для возрастной группы 2012-2013 г. р.; 2010-2011 г. р. измерения проводятся с места отталкивания из зоны, ограниченной прямоугольником размером 1,20 м x 0,70 м.

- Для возрастной группы 2008-2009 г. р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г. р. измерения проводятся от ближнего к яме края зоны, ограниченной прямоугольником размером 1,20 м x 0,70 м.

Если участник в возрастных группах 2010-2013 г. р. совершает отталкивание до зоны, ограниченной прямоугольником размером 1,20 м x 0,70 м, то измерения проводятся от края зоны, дальнего от ямы. Если участник этих же возрастных групп совершает отталкивание за границами этой зоны ближе к краю ямы, то его попытка не засчитывается.

5.4 На дистанциях 800, 600 и 500 метров, 2 мили и 1 миля проводится общий старт с дугообразной линии, забеги по всей длине дистанции проводятся не по отдельным дорожкам;

5.4.1 На дистанциях 800, 600 и 500 метров, 2 мили и 1 миля может быть использована система электронного хронометража MyLaps Prochip. в этом случае участники должны перед стартом получить транспондер (чип) и закрепить его внизу на ноге. Чип подлежит немедленному возврату после финиша.

5.4.2 На дистанциях 2 мили и 1 миля забеги формируются заранее исходя из заявленного результата, который участник должен указать при регистрации на сайте. На дистанциях 800, 600 и 500 метров забеги формируются по возрастам перед стартом.

5.5 Протест или апелляция подаются не позднее, чем через 30 минут после объявления (или публикации) на информационном табло или в интернете) результата.

5.5.1 Протест подается в устной или письменной форме и рассматривается старшим судьей.

5.5.2 Апелляция может быть подана в случае несогласия с решением старшего судьи строго в письменной форме, рассматривается апелляционным жюри при внесении депозита в 1000 рублей. Депозит

возвращается, если апелляция удовлетворена и остается в фонде соревнований, если апелляция отклонена.

5.6 Стартовый взнос на каждый этап КУБКА составляет:

- для забегов на 1 или 2 мили (доступны для участников от 2009 г.р. до 1951 г.р. и старше согласно Регламенту этапа КУБКА) – 1000 рублей для всех участников до пенсионного возраста и 700 рублей для участников пенсионного возраста.
- для забегов на 60 м (доступны для участников 2004 г. р. и младше) или на 500/600/800 м согласно Регламенту этапа КУБКА (доступны для участников от 2004 до 2013 г. р.) или для прыжков в длину (доступны для участников 2004 г. р. и младше) – 400 рублей для одного вида состязаний;
- на два вида личных состязаний – бег на 60 м + прыжки в длину (пакет доступен для участников 2004 г. р. и младше); бег на 60 м + бег на 500/600/800 м согласно Регламенту этапа КУБКА (пакет доступен для участников от 2004 до 2013 г. р.) – 700 рублей;
- на три вида личных состязаний – бег на 60 м + прыжки в длину + бег на 500/600/800 м согласно Регламенту этапа КУБКА (пакет доступен для участников от 2004 до 2013 г. р.) – 900 рублей;
- для эстафеты 4x200 м (доступно для участников 2007 г. р. и старше) – 1800 рублей за команду.

5.7 Стартовый взнос не взимается с участников КУБКА 1951 г.р. и старше.

5.8 Стартовый взнос может не взиматься с других категорий участников КУБКА по решению организаторов.

5.9 Перенесение стартового взноса для данного участника на другой этап КУБКА, либо перенесение стартового взноса на имя другого участника возможно не позднее чем за 96 часов (четверо суток) до начала соревнований при поступлении заявления участника по электронному адресу: [srichinmoyraces@sportspirit.org](mailto:srichinmoyraces@sportspirit.org)

5.10 Система начисления очков во всех дисциплинах в личном первенстве по итогам КУБКА и на каждом этапе КУБКА – по таблицам оценки результатов в легкой атлетике, разработанной организаторами на основании таблиц всероссийских соревнований «Шиповка юных» и таблиц оценки результата в легкой атлетике.

5.11 Каждый член семейной команды получает по 7,5 очков за участие в каждом этапе КУБКА, которые суммируются с баллами, полученными им в личном первенстве за одну дисциплину на каждом этапе КУБКА. Баллы рассчитываются по местам: 1 место - 13,00 баллов; 2 - 10,00; 3 – 7,50; 4 – 5,60; 5 - 4,57; 6 - 3,88; 7 - 3,33; 8 - 2,90; 9 - 2,55; 10 - 2,25; 11 – 2,00; 12 – 1,79; 13 – 1,60; 14 – 1,44; 15 – 1,20; 16 место и ниже – 1 балл. Таким способом баллы начисляются лишь в том случае, если в данной дисциплине на одном этапе КУБКА приняло участие не менее 3-х человек, относящихся к одной возрастной категории. Если в данной дисциплине на одном этапе КУБКА приняло участие менее 3-х человек, относящихся к одной возрастной категории, то за 1 место начисляется 5,6 баллов, а за 2 место – 4,57 баллов. Если член семейной команды участвовал в двух или более дисциплинах на одном этапе КУБКА, то учитывается лишь один, наиболее высокий его результат;

5.12 Каждая эстафетная команда получает по 7,5 очков за участие в каждом этапе КУБКА, которые суммируются с баллами, полученными ими в командном первенстве на каждом этапе КУБКА. Баллы рассчитываются по местам: 1 место - 13,00 баллов; 2 - 10,00; 3 – 7,50; 4 – 5,60; 5 - 4,57; 6 - 3,88; 7 - 3,33; 8 - 2,90; 9 - 2,55; 10 - 2,25; 11 – 2,00; 12 – 1,79; 13 – 1,60; 14 – 1,44; 15 – 1,20; 16 место и ниже – 1 балл.

5.13 Сумма очков других команд рассчитывается сложением баллов, полученных в личном первенстве членами команд. Баллы рассчитываются по местам: 1 место - 13,00 баллов; 2 - 10,00; 3 – 7,50; 4 – 5,60; 5 - 4,57; 6 - 3,88; 7 - 3,33; 8 - 2,90; 9 - 2,55; 10 - 2,25; 11 – 2,00; 12 – 1,79; 13 – 1,60; 14 – 1,44; 15 – 1,20; 16 место и ниже – 1 балл. Таким способом баллы начисляются лишь в том случае, если в данной дисциплине на одном этапе КУБКА приняло участие не менее 3-х человек, относящихся к одной возрастной категории. Если в данной дисциплине на одном этапе КУБКА приняло участие менее 3-х человек, относящихся к одной возрастной категории, то за 1 место начисляется 5,6 баллов, а за 2 место – 4,57 баллов.

## 6. Награждение

6.1 Награждение участников забегов на 2 мили и 1 миле проводится по итогам всех этапов КУБКА в следующих возрастных категориях среди мужчин и женщин, юношей и девушек: возрастные группы 1992-2009 г. р.; 1982-1991 г. р.; 1972–1981; 1962-1971; 1952-1961; 1951 г. р. и старше – по три призовых места;

6.2 Награждение участников забегов на 60 м и прыжков в длину проводится по итогам всех этапов КУБКА проводится в следующих возрастных категориях среди юношей и девушек: 2012-2013 г. р.; 2010-

2011 г. р.; 2008-2009 г. р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г.р.– по 3 призовых места в каждой возрастной группе соответственно сумме набранных очков. Если участники наберут одинаковое количество очков, то победители определяются по наибольшему количеству очков, набранных на одном этапе.

6.3 Награждение участников забегов по кругу (считаются вместе): на 800 м, 600 м, 500 м по итогам всех этапов КУБКА проводится в следующих возрастных категориях среди юношей и девушек и юниоров: юноши и девушки 2010-2013 г.р.; 2008-2009 г.р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г. р.

Если участники наберут одинаковое количество очков, то победители определяются по наибольшему количеству очков, набранных на одном этапе. Если и этот показатель одинаковый, то по лучшему результату в беге на более длинную дистанцию.

6.4 Юноши и девушки в возрастной группе 2014 г. р. и младше, которые участвовали в трех и больше этапах соревнований награждаются по итогам Кубка памятными медалями. По итогам отдельных этапов КУБКА участники 2014 г.р. и младше награждаются сладкими призами все независимо от показанного результата.

6.5 По итогам всех этапов КУБКА победители и призёры в личном первенстве награждаются памятными медалями или призами и свидетельствами.

6.5.1 По итогам всех этапов КУБКА участники, показавшие лучший индивидуальный результат в отдельных видах: бег на 60 м – юноши и девушки, прыжки в длину – юноши и девушки, бег на 800 м – юноши; бег на 600 м – юноши и девушки, бег на 500 м – девушки награждаются призами «КУБОК НАДЕЖД им. О.П. Кетовой». Ольга Петровна Кетова долгое время была главным судьей этих стартов и организатором многих соревнований Марафонской команды Шри Чинмоя. Она ушла из жизни 9 сентября 2021 года после продолжительной болезни.

6.6 По итогам этапов КУБКА три детско-юношеские команды, три клуба любителей бега, участники которых набрали наибольшую сумму очков на всех этапах, награждаются кубками. Если сумма очков, набранная участниками команд одинаковая, то более высокое место занимает та команда, участники которой заняли больше первых мест.

6.7 По итогам всех этапов КУБКА награждается команда, имеющая наибольшее количество участников, улучшавших свой результат в отдельных дисциплинах. За начальный результат принимается результат, показанный на первом для участника этапе. Команда награждается переходящим Кубком «Самопреодоление».

6.8 По итогам всех этапов КУБКА награждаются по три лучших эстафетных команды среди женщин и мужчин. Минимальное количество этапов, на которых должна выступить команда, чтобы быть в числе призеров – два. Члены команд-призеров награждаются медалями, а команда – дипломом.

6.9 Победители КУБКА в личном первенстве определяются по сумме набранных очков по итогам выступления в отдельных видах на всех этапах в возрастных категориях среди юношей и девушек, мужчин и женщин: 2012-2013 г. р.; 2010-2011 г. р.; 2008-2009 г. р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г.р.– в прыжках в длину и в забегах на 60 м; 2010-2013 г.р.; 2008-2009 г.р.; 2006-2007 г. р.; 2004-2005 г. р. в забегах по круговой дорожке на 800 м, 600 м и 500 м; и отдельно на 2 мили и 1 милю: 1992-2009 г. р.; 1982-1991 г. р.; 1972–1981; 1962-1971; 1952-1961; 1951 г. р. и старше – по 3 места.

Минимальное количество этапов, в которых должен выступить призёр или победитель КУБКА – два.

6.10 Зачет результатов членов семейных команд (близких родственников) проходит в категориях: семья из трех человек и семья из двух человек. По итогам КУБКА в каждой категории памятными призами награждаются по три семейные команды.

6.11 По итогам Кубка определяются 10 лучших тренеров детско-юношеских команд по критериям: - количество призеров по итогам Кубка, количество участников в команде, отсутствие нарушений данного Положения. Тренеры награждаются памятными призами.

6.12 Награждение в видах и возрастных группах, указанных в пп. 6.1, 6.2, 6.3, 6.8 по итогам отдельно взятого этапа участников в личном первенстве и в эстафете проводится заочно. Победители и призеры могут скачать дипломы в электронном виде с сайта [sportspirit.org](http://sportspirit.org).

## 7. Финансирование

7.1 Расходы по подготовке, организации и проведению КУБКА несет МОД МКШЧ совместно с другими организациями и частными лицами;

7.2 Расходы на стартовый взнос, проезд, питание и проживание участников, а также медицинскую, спортивную страховку и страховку от несчастного случая несут командирующие организации или сами участники.

Организаторы имеют право вносить изменения в данное Положение, если это будет ими признано целесообразным. Обратная связь по электронному адресу: [srichinmoyraces@sportspirit.org](mailto:srichinmoyraces@sportspirit.org), телефону, WhatsApp, Telegram +7-968-009-1801 (оператор отвечает в будние дни с 13.00 до 18.00).