

«Утверждаю» «Утверждаю»

Президент WPF России Главный организатор

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Соловьев Ю. В. \_\_\_\_\_\_\_\_ Нестеренко М.И.

**Положение**

**Закрытый Мастерский турнир WPF**

**«ПОДПОЛЬНЫЙ ЖИМ»**

**1. Цели и задачи**

- Выявление сильнейших спортсменов и присвоение спортивных разрядов и званий до МС WPF включительно .

- Фиксирование Региональных рекордов WPF.

- Пропаганда пауэрлифтинга и здорового образа жизни в целом.

**2. Руководство проведением соревнований**

Общее руководство осуществляет WPF России, представляющая в Российской федерации интересы международной федерации пауэрлифтинга: World Powerlifting Federation (WPF).

**3. Сроки и место проведения**

Соревнования проводятся 16 марта 2025 г **.** по адресу: **Новосибирская область г.Новосибирск, ул. Красный проспект 99**

Расписание взвешиваний и выступлений будет составлено на основании предварительных заявок и доступно с 13 марта на официальном сайте WPF России [**www.wpfpowerlifting.ru**](http://www.wpfpowerlifting.ru)

**4. Регламент. Судейство.**

Соревнования проводятся в следующих номинациях:

1. жим лежа без экипировки;
2. жим лежа в однослойной экипировке;
3. жим лежа в многослойной экипировке;

 4) строгий подъем штанги на бицепс

К судейству допускаются только лицензированные судьи WPF и WBF. Со списком судей WPF России можно ознакомиться на официальном сайте.

*Главный судья соревнований –* *Аралов Евгений Олегович.*

**5. Дивизионы WPF**

1) любительский дивизион
2) профессиональный дивизион.

В профессиональный дивизион попадают спортсмены исключительно высокого уровня подготовки, которые проходят допуск по начальному весу на первый подход\*

\*Допуск в профессиональный дивизион см. в приложении № 1.

**Причем, спортсмены, которые будут уличены в искусственном занижении веса на первый подход, с целью попадания в любительский дивизион для более слабой конкуренции, будут перенесены в профессиональный дивизион перед подведением итогов.**

**6. Участники соревнований**

Турнир закрытый. Только по персональным приглашениям от организаторов.

**7. Заявки**

Предварительные заявки ОБЯЗАТЕЛЬНЫ. Заявки принимаются **до 14 марта 2025 г.** посредством регистрационной формы онлайн на сайте <https://wpfpowerlifting.ru/calendar/282/>

**8. Стартовый взнос за участие и льготы**

**Для спортсменов, выступавших на турнирах WPF в 2025 году, установлены взносы:**

**В одной номинации – взнос отстствует**

**В двух номинациях – взнос отстствует**

**Для спортсменов, НЕ выступавших на турнирах WPF в 2025 году, установлены взносы:**

**В одной номинации – 1300 рублей\***

\* Спортсмены, оплатившие такой взнос на данном турнире, в дальнейшем получают скидку в размере 1300 рублей на выступления на любых турнирах версии WPF, проводимых на территории РФ, до конца 2025 года. Данные фиксируются в электронной базе данных и находятся у секретаря на взвешивании.

**Спортсмены, имеющие звания ЭЛИТА WPF PRO/WPPL/WPC/WRPF PRO/НАП ПРО , полностью освобождены от оплаты каких-либо взносов.**

**9. Награждение в личном первенстве**

Спортсмены, занявшие первые три места в каждой возрастной и весовой категории, награждаются эксклюзивными медалями и дипломами.

Абсолютное первенство разыгрывается среди мужчин/женщин, юношей/девушек и юниоров/юниорок по формуле Вилкса.

В возрастной группе «Мастерс» абсолютное первенство разыгрывается по формуле Вилкса и дополнительно по формуле Маккаллоха.

В профессиональном дивизионе абсолютный победитель, как в открытой возрастной, так и среди юношей/девушек, юниоров/юниорок и мастеров, получает памятный Кубок турнира и диплом, независимо от количества участников. Даже если в возрастной группе был всего один участник, но он попал в профессиональный дивизион, он получает Кубок турнира и диплом\*

\*В профессиональном дивизионе женщины, а также мужчины возрастных групп юноши и юниоры, выступая в нескольких дивизионах, получают суммарно не более одного памятного Кубка турнира.

**10. Присвоение спортивного звания WPF.**

Спортивные разряды и звания присваиваются согласно принятым нормативам WPF Россия.

Все присвоения будут отражены на официальном сайте [**www.wpfpowerlifting.ru**](http://www.wpurussia.ru)

Для оформления удостоверения Мастера спорта нужно при себе иметь 2 фото 3х4см. Вместе с удостоверениями вручаются нагрудные значки Мастера спорта WPF.

Спортивные разряды оформляются в разрядную книжку. Для ее оформления необходимо иметь 2 фото 3х4см. В этом случае разрядная книжка оформляется на месте проведения соревнований. При отсутствии бланка разрядной книжки, его можно приобрести на месте за 300 рублей.

**Спортсмены, попавшие по уровню подготовки в «профессиональный дивизион», вправе оформить при этом себе любое спортивное звание, руководствуясь нормативами любительского или профессионального дивизиона, на собственный выбор.**

**Например: спортсмен собрал сумму, достаточную на МСМК по любителям, и на МС по профессионалам. В таком случае он может получить любое из этих удостоверений, на своё усмотрение.**

**11. Финансирование**

Расходы по проведению соревнований берёт на себя организация WPF России, используя привлечённые средства спонсоров и стартовые взносы участников.

Расходы по командированию, размещению и питанию участников и их тренеров берут на себя командирующие организации или сами участники.

**12. Контактная информация**

*Нестеренко Михаил Игороевич тел. + 7 965 827 68 97*

*Аралов Евгений Олегович тел. +7 993 020 57 01*

**Настоящее положение служит официальным вызовом на соревнования.**

Приложение №1

**Допуск в профессиональный дивизион для открытой категории**

|  |
| --- |
| **мужчины** |
| **Дисциплина** | **Весовая категория** |
| **56** | **60** | **67,5** | **75** | **82,5** | **90** | **100** | **110** | **125** | **140** | **140+** |
| **Пауэрлифтинг в многослойной экипировке** | 467,5 | 502,5 | 560 | 607,5 | 650 | 682,5 | 722,5 | 750 | 785 | 810 | 830 |
| **Пауэрлифтинг в однослойной экипировке** | 455 | 487,5 | 542,5 | 590 | 630 | 665 | 697,5 | 727,5 | 760 | 785 | 802,5 |
| **Пауэрлифтинг классический** | 420 | 440 | 490 | 532,5 | 565 | 600 | 632,5 | 652,5 | 685 | 707,5 | 727,5 |
| **Пауэрлифтинг без экипировки** | 405 | 425 | 470 | 507,5 | 537,5 | 567,5 | 597,5 | 615 | 642,5 | 662,5 | 675 |
| **Силовое двоеборье в экипировке** | 307,5 | 327,5 | 360 | 390 | 412,5 | 435 | 460 | 480 | 500 | 520 | 530 |
| **Силовое двоеборье без экипировки** | 280 | 295 | 327,5 | 355 | 372,5 | 392,5 | 410 | 425 | 442,5 | 455 | 465 |
| **Жим лежа в многослойной экипировке** | 130 | 140 | 160 | 177,5 | 195 | 207,5 | 222,5 | 235 | 250 | 262,5 | 270 |
| **Жим лежа в однослойной экипировке** | 127,5 | 137,5 | 155 | 170 | 185 | 200 | 215 | 227,5 | 240 | 252,5 | 260 |
| **Жим лежа без экипировки** | 115 | 120 | 135 | 147,5 | 157,5 | 167,5 | 175 | 182,5 | 192,5 | 200 | 202,5 |
| **Становая тяга в многослойной экипировке** | 200 | 212,5 | 232,5 | 245 | 260 | 267,5 | 277,5 | 287,5 | 297,5 | 302,5 | 307,5 |
| **Становая тяга в однослойной экипировке** | 197,5 | 205 | 225 | 237,5 | 250 | 260 | 267,5 | 277,5 | 287,5 | 295 | 297,5 |
| **Становая тяга без экипировки** | 180 | 190 | 207,5 | 225 | 235 | 245 | 257,5 | 265 | 272,5 | 280 | 287,5 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **женщины** |
| **Дисциплина** | **Весовая категория** |
| **48** | **52** | **56** | **60** | **67,5** | **75** | **82,5** | **90** | **90+** |  |  |
| **Пауэрлифтинг в многослойной экипировке** | 312,5 | 337,5 | 365 | 387,5 | 425 | 452,5 | 477,5 | 497,5 | 507,5 |   |   |
| **Пауэрлифтинг в однослойной экипировке** | 295 | 322,5 | 345 | 365 | 400 | 430 | 452,5 | 470 | 480 |   |   |
| **Пауэрлифтинг классический** | 260 | 280 | 302,5 | 322,5 | 345 | 367,5 | 390 | 402,5 | 415 |   |   |
| **Пауэрлифтинг без экипировки** | 247,5 | 267,5 | 285 | 302,5 | 325 | 345 | 365 | 375 | 385 |   |   |
| **Силовое двоеборье в экипировке** | 182,5 | 200 | 210 | 222,5 | 242,5 | 257,5 | 267,5 | 280 | 287,5 |   |   |
| **Силовое двоеборье без экипировки** | 167,5 | 177,5 | 190 | 200 | 220 | 232,5 | 242,5 | 252,5 | 260 |   |   |
| **Жим лежа в многослойной экипировке** | 70 | 77,5 | 82,5 | 90 | 100 | 107,5 | 120 | 125 | 130 |   |   |
| **Жим лежа в однослойной экипировке** | 67,5 | 72,5 | 77,5 | 85 | 97,5 | 102,5 | 110 | 117,5 | 120 |   |   |
| **Жим лежа без экипировки** | 60 | 65 | 67,5 | 72,5 | 82,5 | 90 | 95 | 100 | 102,5 |   |   |
| **Становая тяга в многослойной экипировке** | 130 | 137,5 | 145 | 152,5 | 165 | 170 | 177,5 | 182,5 | 187,5 |   |   |
| **Становая тяга в однослойной экипировке** | 127,5 | 135 | 142,5 | 150 | 160 | 167,5 | 172,5 | 177,5 | 182,5 |   |   |
| **Становая тяга без экипировки** | 117,5 | 125 | 132,5 | 137,5 | 147,5 | 155 | 162,5 | 167,5 | 167,5 |   |   |

Допуск в профессиональный дивизион для возрастных категорий по ссылке

<https://wpfpowerlifting.ru/access-to-PRO/masters1/>