

СОГЛАСОВАНО

Исполняющий обязанности  
директора МКУДО СШ «Виктория»  
Ейского района



Н.В. Шамонина

2026 года

УТВЕРЖДАЮ

Исполняющий обязанности  
начальника отдела  
по физической культуре  
и спорту администрации  
муниципального образования  
Ейский район



С.О. Михайлов

2026 года

## ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении открытых соревнований по пауэрлифтингу  
(жиму штанги лёжа) в рамках реализации инклюзивного  
проекта «Сила без границ 2.0», в которых будут совместно  
участвовать граждане, имеющие ограниченные возможности  
здоровья и граждане без них**

### 1. Цели и задачи.

- 1.1 популяризации пауэрлифтинга, как средства физической и моральной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья в Ейском районе;
- 1.2 создание условий для реабилитации инвалидов, обеспечивая их интеграцию в общество;
- 1.3 пропаганда здорового образа жизни;
- 1.4 привлечение инвалидов к занятиям физической культурой и спортом;
- 1.5 выявление сильнейших спортсменов;
- 1.6 привлечение жителей Ейского района к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- 1.7 формирование у жителей Ейского района, в том числе, имеющих ограниченные возможности здоровья, потребности в здоровом образе жизни;
- 1.8 реализация инклюзивного проекта «Сила без границ 2.0», получившего грантовую поддержку федерального агентства по делам молодежи (Росмолодежь).

### 2. Руководство соревнований.

- 2.1 Общее руководство по организации соревнований осуществляет отдел по физической культуре и спорту администрации муниципального образования Ейский район (далее – ОФКС Ейского района) и муниципальное казенное учреждение дополнительного образования муниципального

образования Ейский район «Спортивная школа «Виктория» (далее - МКУДО СШ «Виктория» Ейского района).

2.2 Руководство организацией и проведением соревнований осуществляет оргкомитет и главный судья соревнований Готовцев В.Е.

### **3. Классификация соревнований.**

3.1 Соревнования личные.

### **4. Место и сроки проведения соревнований.**

Соревнования проводятся 10 октября 2026 года по адресу: Краснодарский край, город Ейск, ул. Казачья, д. 2 «А», воздухоопорный универсальный спортивный комплекс «Солнечный».

Начало соревнований: 12.00 ч.

### **5. Программа проведения соревнований.**

Соревнования по пауэрлифтингу проводятся среди спортсменов мужского и женского пола.

Спортсмены соревнуются в весовых категориях в соответствии с собственным весом. Соревнования проводятся в следующих весовых категориях и следующей последовательности:

1) девушки и женщины (категория – с ограниченными возможностями здоровья):

|   |                                   |    |                                                   |
|---|-----------------------------------|----|---------------------------------------------------|
| 1 | 41,00 кг до 41,00 кг              | 6  | 67,00 кг от 61 ,01 кг до 67,00 кг                 |
| 2 | 45,00 кг от 41,01 кг до 45,00 кг  | 7  | 73,00 кг от 67,01 кг до 73,00 кг                  |
| 3 | 50,00 кг от 45,01 кг до 50,00 кг  | 8  | 79,00 кг от 73,01 кг до 79,00 кг                  |
| 4 | 55,00 кг от 50 ,01 кг до 55,00 кг | 9  | 86,00 кг от 79,01 кг до 86,00 кг                  |
| 5 | 61,00 кг от 55,01 кг до 61,00 кг  | 10 | свыше 86,00 кг от 86,01 кг и выше без ограничения |

2) девушки и женщины (категория – без ограничений в возможностях здоровья):

|   |                                                                |   |                                            |
|---|----------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------|
| 1 | 43,0 кг – до 43,0 кг (категория для участия юниорок и девушек) |   |                                            |
| 2 | 47,0 кг – до 47,0 кг                                           | 6 | 69,0 кг – от 63,01 до 69,0 кг              |
| 3 | 52,0 кг – от 47,01 до 52,0 кг                                  | 7 | 76,0 кг – от 69,01 до 76,0 кг              |
| 4 | 57,0 кг – от 52,01 до 57,0 кг                                  | 8 | 84,0 кг – от 76,01 до 84,0 кг              |
| 5 | 63,0 кг – от 57,01 до 63,0 кг                                  | 9 | 84,0+ кг – от 84,01 и выше без ограничения |

3) юноши и мужчины (категория – с ограниченными возможностями здоровья):

|   |                                  |   |                                    |
|---|----------------------------------|---|------------------------------------|
| 1 | 49,00 кг до 49,00 кг             | 6 | 80,00 кг от 72,01 кг до 80,00 кг   |
| 2 | 54,00 кг от 49,01 кг до 54,00 кг | 7 | 88,00 кг от 80,01 кг до 88,00 кг   |
| 3 | 59,00 кг от 54,01 кг до 59,00 кг | 8 | 97,00 кг от 88,01 кг до 97,00 кг   |
| 4 | 65,00 кг от 59,01 кг до 65,00 кг | 9 | 107.00 кг от 97.01 кг до 107.00 кг |

|          |                                  |           |                                               |
|----------|----------------------------------|-----------|-----------------------------------------------|
| <b>5</b> | 72,00 кг от 65,01 кг до 72,00 кг | <b>10</b> | 107,00 кг от 107,01 кг и выше без ограничения |
|----------|----------------------------------|-----------|-----------------------------------------------|

4) юноши и мужчины (категория – без ограничений в возможностях здоровья):

|          |                                                               |          |                                            |
|----------|---------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------|
| <b>1</b> | 53,0 кг – до 53,0 кг (категория для участия юниоров и юношей) |          |                                            |
| <b>2</b> | 59,0 кг – до 59,0 кг                                          | <b>6</b> | 93,0 кг – от 83,01 до 93,0 кг              |
| <b>3</b> | 66,0 кг – от 59,01 до 66,0 кг                                 | <b>7</b> | 105,0 кг – от 93,01 до 105,0 кг            |
| <b>4</b> | 74,0 кг – от 66,01 до 74,0 кг                                 | <b>8</b> | 120,0 кг – от 105,01 до 120,0 кг           |
| <b>5</b> | 83,0 кг – от 74,01 до 83,0 кг                                 | <b>9</b> | 120,0+ кг от 120,01 и выше без ограничения |

Соревнования личные. Соревновательное движение — «жим штанги лёжа».

Выполнение соревновательного движения, а также требования к форме одежды участников определяются действующими правилами, соответствующими группе здоровья, в которой заявлен участник:

1) для участников с ограниченными возможностями здоровья – Правила вида спорта «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» (раздел «Пауэрлифтинг»), утверждённые приказом Минспорта России от 29.01.2020 г. № 49 (с изменениями от 08.05.2026);

2) для участников без ограничений по здоровью – Правила вида спорта «Пауэрлифтинг», утверждённые приказом Минспорта России от 02.03.2023 г. № 138 (с изменениями от 25.09.2023 № 680).

### 5.1 Участники с ограниченными возможностями здоровья.

Соревнования личные, выполнение соревновательного движения, а также требования к форме одежды участников определяются действующими правилами – Правила вида спорта «спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» (раздел «Пауэрлифтинг»), утверждённые приказом Минспорта России от 29.01.2020 г. № 49 (с изменениями от 08.05.2026 г.)

Регистрация участников: 9.00 – 10.00;

Взвешивание участников: 10.00 – 10.30;

Заседание мандатной комиссии: 10.30 – 11.00;

Парад открытия: 11.30;

Непосредственное проведение соревнований: с 12:00.

Соревнования проводятся среди участников в следующих весовых категориях:

1) девушки и женщины:

|          |                                  |           |                                                   |
|----------|----------------------------------|-----------|---------------------------------------------------|
| <b>1</b> | 41,00 кг до 41,00 кг             | <b>6</b>  | 67,00 кг от 61,01 кг до 67,00 кг                  |
| <b>2</b> | 45,00 кг от 41,01 кг до 45,00 кг | <b>7</b>  | 73,00 кг от 67,01 кг до 73,00 кг                  |
| <b>3</b> | 50,00 кг от 45,01 кг до 50,00 кг | <b>8</b>  | 79,00 кг от 73,01 кг до 79,00 кг                  |
| <b>4</b> | 55,00 кг от 50,01 кг до 55,00 кг | <b>9</b>  | 86,00 кг от 79,01 кг до 86,00 кг                  |
| <b>5</b> | 61,00 кг от 55,01 кг до 61,00 кг | <b>10</b> | свыше 86,00 кг от 86,01 кг и выше без ограничения |

2) юноши и мужчины:

|   |                                  |    |                                               |
|---|----------------------------------|----|-----------------------------------------------|
| 1 | 49,00 кг до 49,00 кг             | 6  | 80,00 кг от 72,01 кг до 80,00 кг              |
| 2 | 54,00 кг от 49,01 кг до 54,00 кг | 7  | 88,00 кг от 80,01 кг до 88,00 кг              |
| 3 | 59,00 кг от 54,01 кг до 59,00 кг | 8  | 97,00 кг от 88,01 кг до 97,00 кг              |
| 4 | 65,00 кг от 59,01 кг до 65,00 кг | 9  | 107,00 кг от 97,01 кг до 107,00 кг            |
| 5 | 72,00 кг от 65,01 кг до 72,00 кг | 10 | 107,00 кг от 107,01 кг и выше без ограничения |

5.2 Участники без ограничений возможностей здоровья.

Соревнования личные, выполнение соревновательного движения, а также требования к форме одежды участников определяются действующими правилами – Правила вида спорта «Пауэрлифтинг», утверждённые приказом Минспорта России от 02.03.2023 г. № 138 (с изменениями от 25.09.2023 г. № 680).

Регистрация участников: 9.00 – 10.00;

Взвешивание участников: 10.00 – 10.30;

Заседание мандатной комиссии: 10.30 – 11.00;

Парад открытия: 11.30;

Непосредственное проведение соревнований: с 12:00.

Фестиваль проводится среди участников в следующих весовых категориях:

1) девушки и женщины:

|   |                                                                |   |                                            |
|---|----------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------|
| 1 | 43,0 кг – до 43,0 кг (категория для участия юниорок и девушек) | 6 | 69,0 кг – от 63,01 до 69,0 кг              |
| 2 | 47,0 кг – до 47,0 кг                                           | 7 | 76,0 кг – от 69,01 до 76,0 кг              |
| 3 | 52,0 кг – от 47,01 до 52,0 кг                                  | 8 | 84,0 кг – от 76,01 до 84,0 кг              |
| 4 | 57,0 кг – от 52,01 до 57,0 кг                                  | 9 | 84,0+ кг – от 84,01 и выше без ограничения |
| 5 | 63,0 кг – от 57,01 до 63,0 кг                                  |   |                                            |

2) юноши и мужчины:

|   |                                                               |   |                                            |
|---|---------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------|
| 1 | 53,0 кг – до 53,0 кг (категория для участия юниоров и юношей) | 6 | 93,0 кг – от 83,01 до 93,0 кг              |
| 2 | 59,0 кг – до 59,0 кг                                          | 7 | 105,0 кг – от 93,01 до 105,0 кг            |
| 3 | 66,0 кг – от 59,01 до 66,0 кг                                 | 8 | 120,0 кг – от 105,01 до 120,0 кг           |
| 4 | 74,0 кг – от 66,01 до 74,0 кг                                 | 9 | 120,0+ кг от 120,01 и выше без ограничения |
| 5 | 83,0 кг – от 74,01 до 83,0 кг                                 |   |                                            |

6. Требования к участникам соревнований и условия их допуска.

6.1 в соревнованиях принимают участие спортсмены, имеющие соответствующую подготовку и допуск врача.

Минимальный возраст участников соревнований – 14 лет и старше.

6.2 участие в соревнованиях осуществляется только при наличии полиса обязательного медицинского страхования, полиса страхования жизни

и здоровья от несчастных случаев, оригинал которого представляется в мандатную комиссию на каждого участника спортивных соревнований (Допускается применение электронного полиса страхования спортсмена от несчастного случая (ст. 6.1 Закона Российской Федерации от 27.11.1992 г. № 4015-1 «Об организации страхового дела в Российской Федерации»)).

6.3 участники должны быть официально заявлены на основании предварительной и окончательной заявок.

6.4 основанием для допуска участника к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка на участие в соревнованиях с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии участника, заверенная подписью врача.

6.5 к соревнованиям допускаются участники, относящиеся к следующим классификационным требованиям:

6.5.1 ампутанты (ампутация нижних конечностей);

6.5.2 «прочие» с минимальными нарушениями;

6.5.3 с церебральным параличом;

6.5.4 с повреждением позвоночника;

6.5.5 не имеющие ограничений в возможностях здоровья.

6.6 все участники весовой категории (категорий) должны пройти взвешивание.

## **7. Условия проведения соревнований.**

7.1 каждому спортсмену дается три попытки на выполнение упражнения.

7.2 после того, как участник вызван на помост, ему дается две (2) минуты, для принятия стартового положения, при этом тренеру разрешается оказать помощь своему спортсмену при вхождении на помост и при покидании помоста.

*Участники соревнования должны быть способны полностью распрямить руки в локтевых суставах. Только тогда жим будет считаться выполненным по правилам.*

## **8. Определение победителей.**

8.1 победители и призеры соревнований в каждой весовой категории определяются по наибольшему результату. Итоговым результатом является лучшая попытка.

8.2 если два или более участников показывают одинаковый результат, то более легкий участник классифицируется выше, чем более тяжелый.

8.3 если два или более участников показывают одинаковый результат и имеют одинаковый собственный вес, то сильнеешим признается спортсмен, показавший наилучший результат первым.

## **9. Награждение.**

9.1 соревнования предусматривают отдельное награждение участников соревнований с ограниченными возможностями здоровья и участников без таких ограничений.

9.2 победители и призёры определяются в рамках утверждённых весовых категорий с учётом гендерного деления (мужчины/юноши и женщины/девушки).

9.3 победители и призеры в каждой весовой категории награждаются грамотами и медалями.

9.4 так же на соревнованиях будет определяться абсолютный чемпион.

Абсолютный чемпион – это участник, продемонстрировавший наилучшее соотношение поднятого веса и собственного веса тела, вне зависимости от весовой категории и группы здоровья, в которой он выступал (по формуле IPF GL Points).

Определяется абсолютный чемпион отдельно среди мужчин (юношей) и отдельно среди женщин (девушек).

9.5 абсолютный чемпион среди мужчин (юношей) и отдельно среди женщин (девушек) награждается кубком победителя.

## **10. Страхование участников.**

Участие в соревновании осуществляется только при наличии договора (оригинала) о страховании жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в мандатную комиссию по допуску участников соревнований.

## **11. Финансовое обеспечение.**

11.1 проведение соревнований осуществляется за счет привлеченных средств (грантовая поддержка инклюзивного проекта «Сила без границ 2.0», предоставленная федеральным агентством по делам молодежи (Росмолодежь).

11.2 приобретение наградного материала за счет привлеченных средств (грантовая поддержка инклюзивного проекта «Сила без границ 2.0», предоставленная федеральным агентством по делам молодежи (Росмолодежь).

11.3 целевой командный взнос за участие в соревнованиях не предусмотрен.

11.4 расходы, связанные с командированием команд (проезд, проживание, питание и иные затраты), несут организации, направляющие участников на соревнования.

## **12. Подача протеста.**

12.1 на соревнованиях все протесты на судейские решения, жалобы, относящиеся к ходу соревнований или по поведению любых лиц или лиц,

принимающих участие в соревнованиях, должны подаваться главному судье соревнований.

12.2 протест или жалоба должны быть поданы главному судье соревнований руководителем команды, тренером или, в их отсутствие, самим спортсменом. Это должно быть сделано сразу же за действием, на которое подается протест или жалоба.

12.3 протест на решение судейской бригады на помосте должен быть подан до вызова следующего спортсмена на помост. Протест не рассматривается при несоблюдении этих требований.

### **13. Заявки.**

13.1 от каждой команды должен быть представлен один ассистент.

13.2 представители участников соревнований или сами участники соревнований должны предоставить в мандатную комиссию:

13.2.1 именную заявку установленной формы (приложение);

13.2.2 медицинскую справку установленного образца (приложение);

13.2.3 паспорт (или свидетельство о рождении);

13.2.4 страховой полис от несчастного случая.

13.3 представители команд или участники, предоставившие пакет документов в мандатную комиссию, несут персональную ответственность за подлинность документов, представленных в мандатную комиссию.

13.4 предварительные заявки (по форме, соответствующей приложению к настоящему Положению) и подтверждение об участии в соревнованиях направляются на эл. почту [gotovtsev.92@mail.ru](mailto:gotovtsev.92@mail.ru) не позднее 16:00 7 октября 2026 года.

Справки по телефону: 8-938-433-38-76 (Готовцев Виталий Евгеньевич).

**ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ  
ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ**

Именная заявка (принимается только в отпечатанном виде) представляется в день проведения мандатной комиссии

на участие в открытых соревнованиях по пауэрлифтингу (жиму штанги лёжа) в рамках реализации инклюзивного проекта «Сила без границ 2.0», в которых будут совместно участвовать граждане, имеющие ограниченные возможности здоровья и граждане без них

Дата проведения – 10 октября 2026 г.

Команда

[illegible]

Врач \_\_\_\_\_ М.П.

Контактный телефон представителя команды: \_\_\_\_\_