

**СОГЛАСОВАНО**

И.о. Председателя комитета по  
«северной ходьбе»  
Общественной организации  
«Региональная спортивная  
федерация спортивного туризма  
Санкт-Петербурга».



В.А.Богомолв

«02» марта 2026 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Президент  
Общественной организации  
«Региональная спортивная  
федерация спортивного туризма  
Санкт-Петербурга»



А.Б. Михайлов

2026 г.



**РЕГЛАМЕНТ**

**Проведения Чемпионата Санкт-Петербурга по спортивному туризму  
в дисциплине «северная ходьба» мужчины / женщины**

**12 апреля 2026 года**

**(084021)**

Санкт-Петербург

2026

## I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Чемпионат Санкт-Петербурга (далее – Чемпионат СПб) по спортивному туризму в дисциплине «северная ходьба» (номер-код дисциплины 0840101811Л) проводится на основании Календарного плана официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Санкт-Петербурга на 2026 год (№ 084021) и Положения об официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спортивный туризм» в дисциплине «северная ходьба» на 2026 год.
2. Чемпионат СПб проводится в соответствии с Правилами вида спорта спортивный туризм в дисциплине "северная ходьба", утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 апреля 2021 года № 255 (далее – Правила), настоящим Регламентом, условиями проведения соревнований (далее – Условия), утвержденными главной судейской коллегией (далее – ГСК).  
Условия соревнований и регистрация на соревнования опубликованы на сайте [www.orgeo.ru](http://www.orgeo.ru)
3. В соответствии с п.3 ч.4 ст.26.2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» запрещается оказывать противоправное влияние на результаты соревнований.
4. При проведении соревнований осуществляется обработка персональных данных.

## II. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

1. В соответствии с пунктом 2.4 статьи 16.1 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», организатором соревнований выступает Общественная организация «Региональная спортивная федерация спортивного туризма Санкт-Петербурга» (далее – РСФСТ СПб).
2. Содействие в организации соревнований осуществляет Комитет по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга (далее – Комитет).
3. Непосредственное проведение соревнований осуществляет главная судейская коллегия (далее – ГСК), утвержденная РСФСТ СПб.
4. Организация, проводящая соревнования: Региональная физкультурно-спортивная организации «Лига северной ходьбы» Г.Санкт-Петербург .

## III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СОРЕВНОВАНИЯХ

Сроки проведения	Место проведения	Количество дистанций	Класс дистанций
12 апреля 2026 года	Санкт-Петербург, Пушкин, Нижний(отдельный) парк.	1	3

Дистанция = 10,2 км., размечен по дорожкам парка – лентами, конусами.  
Круг – 2,55 км., всего 4 круга.

#### IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Дата Мероприятия	Время Мероприятия	Мероприятия
12.04.2026	10:00 – 11:00	Работа Комиссии по допуску. Прием документов. Выдача стартовых номеров.
	11:00	Открытие соревнований
	11:10	Разминка
	<b>11:30 -12:00</b>	<b>Раздельный старт участников</b>
	14:00 – 15:00	Подведение итогов соревнований
	15:00	Награждение победителей

**Старт:** Старт спортсменов по стартовому протоколу. Старт раздельный, интервал между стартами 15 секунд из зоны старта через ворота старта..

**Финиш:** В ворота финиша, ограниченные стойкой «Финиш»

**Хронометраж:** Электронная бесконтактная отметка.

Жеребьевка общая компьютерная. Старт спортсменов согласно стартовому протоколу.

Стартовый протокол будет опубликован на сайте: [www.orgeo.ru](http://www.orgeo.ru)

#### V. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И ТРЕБОВАНИЯ К НИМ

1. Соревнования проводятся в следующих возрастных группах

Класс дистанции	Наименование соревнований	Возрастная группа	Протяжённость км	Допускаемый возраст	Требования к спортивной квалификации (не ниже)
3	Чемпионат Санкт-Петербурга	мужчины, женщины	<b>10,2 км</b>	2008 г.р. и старше	-

1. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены, представляющие команды физкультурно-спортивных организаций, образовательных учреждений и организаций всех форм собственности Санкт-Петербурга, состоящие из спортсменов, имеющих регистрацию по месту жительства в городе Санкт-Петербург.  
Покрытие на дистанции - грунтовые дорожки парка.
2. Соревнования проводятся с постоянной оценкой техники передвижения северной ходьбой в соответствии с правилами.  
Система оценки нарушений штрафная. Приложение 2.

#### VI. ФИНАНСИРОВАНИЕ

1. Расходы, связанные с организацией, подготовкой и проведением Соревнований, осуществляются за счет заявочных взносов.
2. Расходы, связанные с командированием участников, несут командирующие организации или сами участники.
3. На соревнованиях устанавливается заявочный взнос в размере 1000 рублей с одного спортсмена согласно правилам спортивного туризма.
4. Заявочный взнос не является эквивалентом оказываемых услуг и не возвращается при снятии спортсменов с соревнований, не допуске к старту или при отказе от участия после подачи заявки и оплаты заявочного взноса;
5. Заявочный взнос расходуется на организацию и проведение Соревнований

6. Заявочный сбор оплачивается при регистрации;

## **VII. ПОРЯДОК И СРОКИ ПОДАЧИ ЗАЯВОК, ТРЕБУЕМАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ**

1. Предварительная регистрация с подтверждением возраста и спортивной квалификаций принимается на сайте: [www.orgo.ru](http://www.orgo.ru) до **10 апреля 2026 года до 21:00**;

2. Комиссия по допуску участников осуществляется по предварительной заявке ( Приложение № 2), которая направляется в электронном виде до **10 апреля 2026 года** до 21:00 на e-майл: [olga.lebed@yandex.ru](mailto:olga.lebed@yandex.ru)

Все необходимые документы, согласно Положению, удостоверяющие личность участника и подтверждающих регистрацию в СПб, предъявляются на очной части Комиссии по допуску участника – при получении номеров представителем команды или лично спортсменом.

### **Необходимые документы для допуска к соревнованиям :**

1) Заполненная заявка установленного образца (Приложение 1);

Если у вас нет командующей организации для заверения Заявки - сообщите об этом организаторам по e-майл: [olga.lebed@yandex.ru](mailto:olga.lebed@yandex.ru) .

2) Документы, удостоверяющие личность спортсмена оригинал ( + ксерокопия паспорта 1,2 стр. и стр. с регистрацией в Санкт-Петербурге);

3) Медицинские справки (в случае отсутствия отметки о медицинском допуске в заявке);

4) Страховые полисы с указанием номера документа ОМС, ДМС.

### **3. В комиссию по допуску участников в день соревнований каждый участник предоставляет следующие документы:**

-заявка от организации;

-паспорт гражданина Российской Федерации;

-зачетная классификационная книжка или копия приказа о присвоения спортивного разряда (при наличии);

-полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев с указанием в качестве риска вида спорта «спортивный туризм»;

-оригинал индивидуального медицинского допуска с печатью медицинского учреждения, подписью и печатью врача, проводившего осмотр + его ксерокопия или обще-командный медицинский допуск.

4. Все необходимые документы, согласно Регламенту, удостоверяющие личность участника и подтверждающих регистрацию в СПб, предъявляются на очной части Комиссии по допуску участника – при получении номеров – представителем команды или спортсменом.

## **VIII. НАГРАЖДЕНИЕ**

1. Результаты Чемпионата СПб по северной ходьбе среди мужчин и женщин подводятся отдельно.

2. Спортсмены, занявшие 1–3 места награждаются грамотами и медалями.

## **IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Обеспечение безопасности при проведении Соревнований осуществляется силами ГСК и судейской бригады, привлеченных специалистов, представителей и участников в пределах своих обязанностей.

2. Ответственность за безопасность проведения соревнований на дистанции несет ГСК соревнований. Ответственность за безопасность, за соответствие подготовки спортсменов требованиям, предъявляемым к дистанции соревнований, несут сами спортсмены и их представители.

3. Спортсмены должны иметь специальное снаряжение (палки для северной ходьбы) для прохождения дистанции, соответствующее требованиям безопасности и удовлетворяющее Правилам Регламенту и Условиям соревнований.

4. Ответственность за здоровье и сохранность жизни участников в соревнованиях возлагается на спортсмена. Все спортсмены, принимающие участие в соревнованиях, самостоятельно оценивают риск, свои силы и возможности. Судейская коллегия не принимает на себя ответственности за жизнь и здоровье участников, а также за возможные телесные повреждения или повреждения имущества. Во время соревнований в стартовом городке находится дежурный врач.

5. Организаторы спортивных соревнований и ГСК не несут ответственности за происшествия, случившиеся во время прохождения дистанции из-за неправильного поведения участников, а также в случае форс-мажорных обстоятельств.

6. Спортсмен несёт персональную ответственность за выполнение правил техники безопасности, соблюдение дисциплины и порядка и экологических норм на месте проведения соревнований.

#### **Х. АДРЕС И ВАРИАНТЫ ПРОЕЗДА НА МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ.**

Адрес проведения соревнований г. Пушкин. Нижний (Отдельный парк) парк.( пересечение Павловского шоссе, Московского шоссе и Софийского бульвара).

Варианты проезда

На общественном транспорте

На электричке — до ж. д. станции «Царское Село — г. Пушкин». Затем до остановки «Московские ворота» на любом автобусе.

От станций метро — «Московская», «Звёздная», «Купчино», от жд станции «Царское село» — на автобусе до остановки «Парковая улица», автобусы 186,188,273,299,342,370,373,376,378,380,381,382,578,545

На личном автомобиле – координаты 59.705500, 30.426145



Приложение № 1  
В главную судейскую коллегию  
Чемпионата Санкт-Петербурга по спортивному туризму в дисциплине  
«северная ходьба»

г. Санкт-Петербург, \_\_\_\_\_,  
12 апреля 2026 г.

от \_\_\_\_\_

название командирующей организации

адрес, телефон, e-mail

**ЗАЯВКА  
НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ**

Просим допустить к участию команду в следующем составе:

№ п/п	Фамилия, имя, отчество участника	Дата рождения	Спортивная квалификация	Медицинский допуск*	Подпись участника **
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					

\* напротив каждого участника слово "ДОПУЩЕН", подпись и печать врача

\*\* Даю согласие в соответствии с Федеральным законом от 27.06.2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных»: на обработку персональных данных участника соревнований, на размещение на официальном сайте РСФСТ СПб фото и видеоматериалов и сведений о достижениях.

Всего допущено к соревнованиям \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ ) человек.

М.П. \_\_\_\_\_

Врач \_\_\_\_\_ /

*прописью*

*Печать медицинского учреждения*

*подпись врача*

*расшифровка подписи врача*

Представитель команды \_\_\_\_\_

*ФИО полностью, телефон*

Руководитель  
организации

М.П.  
*подписи*

*подпись руководителя*

*расшифровка*

**Приложение №2  
к регламенту о проведении  
регионального  
соревнования Чемпионата  
Санкт-Петербурга по  
спортивному туризму в  
дисциплине «северная ходьба»**

**ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ**

1. Спортсмены-участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику ходьбы с обязательным отталкиванием специальными палками и попеременной (диагональной) работой рук и ног.

2. Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. При завершении толчка нога в коленном суставе должна быть полностью выпрямлена. Бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах запрещены.

3. На каждый шаг должно производиться акцентированное отталкивание палкой от опорной поверхности. При завершении отталкивания палка не должна отрываться от опорной поверхности раньше находящейся сзади ноги. Волочение палок запрещено.

4. Амплитуда движения рук должна быть такой, чтобы при постановке палки локоть находился впереди корпуса, при завершении отталкивания кисть находилась позади корпуса. Укороченные движения рук допускаются на подъёмах, единичные пропуски отталкивания разрешаются при перестроениях, поворотах, обходе препятствий, проведении гигиенических процедур, приёме питания.

5. Одна палка во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом. Наклон корпуса вперёд не должен быть больше наклона передней палки. Излишний подъём наконечников палок вверх и разброс в стороны запрещены.

**СИСТЕМА ОЦЕНКИ НАРУШЕНИЙ**

1. Для контроля действий участников на дистанции вводится штрафная система оценки нарушений. Нарушения фиксируются судьями-контролёрами и записываются в протокол контроля. Участники должны быть по возможности проинформированы о нарушении.

2. За каждое совершённое нарушение, предусмотренное пунктами 1–11, участник получает штрафные баллы. За нарушение, предусмотренное пунктами 12-16, участник получает красную карточку.

3. При определении результатов используется сумма штрафных баллов. Временной эквивалент одного штрафного балла устанавливается в 15 секунд.

4. При получении участником красной карточки, после финиша применяется санкция аннулирование результата.

№ п/п	Название нарушения	Штрафная система оценки
----------	--------------------	-------------------------------

1	Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом	1 балл
2	Наклон корпуса вперед больше наклона передней палки	1 балл
3	Излишний подъем наконечников палок вверх и разброс в стороны	1 балл
4	Малая амплитуда движения рук - отсутствие выноса локтя впереди корпуса при постановке палки	2 балла
5	Малая амплитуда движения рук - отсутствие заведения кисти за корпус при завершении отталкивания	2 балла
6	Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног	3 балла
7	Отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью (однократное)	3 балла
8	Движение на полусогнутых ногах	3 балла
9	Движение без отталкивания - отсутствие акцентированного контакта палок с опорной поверхностью (отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги)	3 балла
10	Движение без отталкивания - волочение палок	3 балла
11	Создание помех для движения соперников	3 балла
12	Переход на бег или прыжки	Красная карточка
13	Отказ участника от остановки по требованию судьи	Красная карточка
14	Неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей, зрителей)	Красная карточка
15	Сокращение участником дистанции соревнований	Красная карточка
16	Невыполнение участником Условий соревнований	Красная карточка