

Положение об открытой тренировке по северной ходьбе «ХВОЯ FEST» 26 июля 2026 (г. Челябинск)

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОТКРЫТОЙ ТРЕНИРОВКИ

2. Открытая тренировка по северной ходьбе «ХВОЯ FEST» (далее – Мероприятие) проводится в целях:

- Приобщение населения г. Челябинска и Челябинской области к здоровому и активному образу жизни.
- Укрепление дружеских связей спортсменов разных клубов Челябинска и Челябинской области.
- Популяризация Северной ходьбы в городе Челябинске и Челябинской области в качестве фитнеса и спортивной дисциплины.
- Определения потенциальных участников для участия в официальных спортивных мероприятиях по Северной ходьбе.

3. ПРОВЕДЕНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

3.1. Организатором Мероприятия является Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация спортивного туризма Челябинской области» (далее – Организатор).

3.2. Непосредственное проведение Мероприятия возлагается на Комиссию по развитию дисциплины «Северная ходьба» при федерации спортивного туризма Челябинской области (далее – Исполнитель Мероприятия). Ответственное лицо: Шерстнева Александра Вадимовна, тел. 8 963-46-22-000.

3.3. Официальный чат Мероприятия в ВК: <https://clck.ru/3Th7Rq>
Официальное сообщество Мероприятия в ВК: <https://vk.com/nordicwalking74>

4. ВРЕМЯ, МЕСТО, ПРОГРАММА И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

4.1. Дата проведения Мероприятия – 26 июля 2026 года с 10.00 до 17:00

4.2. Место проведения Мероприятия – Городская муниципальная лыжная база – МБУ «Спортивный город» г. Челябинска, адрес: Челябинская область, г. Челябинск, ул. Лесопарковая 2а, Координаты: 55.154728, 61.360953, <https://yandex.com/maps/-/CPShy8ob>

4.3. Дистанция: 3 км с перепадом высот.

4.4. Соревновательный круг обозначен разметкой – сигнальной лентой, фишками и конусами. Движение по дистанции осуществляется в соответствии с предварительным инструктажем участников.

5. РЕГЛАМЕНТ МЕРОПРИЯТИЯ

10:30-11:30: Регистрация участников (выдача Стартового номера), проверка экипировки (высоты палок, наличие темляка).

11:30-11:40: Открытие Мероприятия

11:40: Инструктаж

11:50: Разминка участников

12:00: Раздельный старт участников по результатам жеребьевки с интервалом 10 сек.

14:00: Награждение.

14:30: Закрытие Мероприятия

6. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ И ЗАЯВОЧНЫЙ ВЗНОС

6.1. Электронная регистрация для участников Мероприятия открыта до 23 июля 2026 года включительно на сайте <https://orgeo.ru/event/info/hwoyafest2026>

6.2. При регистрации участник обязан точно указывать персональные данные как в паспорте. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил заявочный взнос.

6.3. Регистрация участника аннулируется, если участником указаны ложные, неточные или неполные данные. В случае аннулирования регистрации денежные средства не возвращаются.

6.4. Регистрация может быть закрыта досрочно при достижении максимального числа участников Мероприятия, предусмотренного в п.7.5 настоящего Положения.

6.5. Зарегистрированный участник может переоформить свою регистрацию на другого человека до 23 июля 2026 включительно. Для этого необходимо связаться с Исполнителем Мероприятия по указанным контактам.

6.6. Заявочный взнос — 1000 руб. Оплата заявочного взноса осуществляется переводом Шерстневой Александре Вадимовне, являющейся физическим лицом, плательщиком налога на профессиональный доход в соответствии с ФЗ от 27.11.2018 №422-ФЗ до 23 июля 2026 года включительно.

Варианты перевода:

- СБП по номеру телефона **89634622000** на Сбер.
- Сбор для перевода с Т-банка: по ссылке для перевода <https://tbank.ru/cf/AywvoTWmxST> (Сбор Другое)
- Сбор для перевода со Сбера: по ссылке для перевода <https://messenger.online.sberbank.ru/si/5Ab7I5ukZnUXoOxAk> (Соревнования Хвоя Fest)
- По QR-коду для перевода с Т-банка, размещенному в конце настоящего Положения (Сбор Другое).

6.7. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил заявочный взнос.

6.8. **Отмена регистрации на Мероприятие невозможна**, заявочный взнос НЕ возвращается. Заявочные взносы идут на организацию Мероприятия и его

подготовку. Заявочный взнос не является эквивалентом оказываемых услуг и не возвращается при снятии участников с соревнований, не допуске к старту при опоздании или при отказе от участия после подачи заявки и оплаты заявочного взноса.

7. УСЛОВИЯ ДОПУСКА УЧАСТНИКОВ К МЕРОПРИЯТИЮ

- 7.1. Допускаются участники с 18 лет, имеющие необходимый уровень физической подготовки. Возраст участников определяется по году рождения на 31 декабря 2026 года.
- 7.2. В Мероприятии принимают участие зарегистрированные участники, имеющие необходимую подготовку, спортивную форму одежды, палки для северной (скандинавской) ходьбы, соответствующие требованиям п.8.2 и п. 8.3., и Стартовый номер. Участники без стартового номера к участию в Мероприятии не допускаются.
- 7.3. Принимая участие в Мероприятии, участник подтверждает, что:
 - регулярно проходит медицинские обследования в целях обеспечения безопасности участия в спортивных мероприятиях для его здоровья.
 - не имеет каких-либо медицинских или иных ограничений по здоровью, которые могут подвергнуть опасности или ограничить его участие в Мероприятии, в том числе не имеет противопоказаний к длительным физическим нагрузкам.
 - Состояние его здоровья позволяет ему участвовать в Мероприятии.
 - Принимает на себя все риски и негативные последствия, связанные с нарушением данного условия.
- 7.4. К Мероприятию допускаются участники, предоставившие расписку об ответственности за свою жизнь и здоровье (приложение к настоящему положению). Заполненный бланк расписки необходимо предоставить непосредственно на Мероприятие. Бланк можно скачать на странице мероприятия по ссылке <https://orgeo.ru/event/info/hwoyafest2026>
- 7.5. Для участия в Мероприятии рекомендуем предоставить договор страхования от несчастных случаев или жизни и здоровья.
- 7.6. Количество мест для участия: 100

8. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА

- 8.1. Северная ходьба – дисциплина, в рамках которой участники преодолевают дистанцию пешим способом, используя специфическую технику попеременного диагонального шага с отталкиванием специальными палками для северной ходьбы.
- 8.2. Палки выбираются облегчённой конструкции, из алюминия или карбона. Высота палок подбирается по правилу $0,68 \times \text{Рост участника в см} \pm 5 \text{ см}$. Палки должны быть оснащены специальным темляком-полуперчаткой, позволяющим выполнять правильную технику северной ходьбы.
- 8.3. Палки для лыж, трекинга, палки с креплением типа «петля», палки с амортизаторами типа BungeePump не относятся к палкам для Северной ходьбы. Их использование на Мероприятии запрещено.

8.4. Техника движения с палками предполагает:

- Попеременное движение рук и ног, сопровождаемое отталкиванием от поверхности земли, травы, песка или специального резинового покрытия на стадионе.
- Участник должен иметь постоянный контакт с поверхностью земли ногой и противоположной палкой, исключая фазу полёта, как в беге.
- Вынесенная назад нога должна быть практически полностью выпрямлена при отталкивании.
- Руки работают по принципу маятника, движение руки от плеча. При движении руки вперед: прямой локоть выносится перед туловищем, затем при движении руки назад, кисть выносится назад и мягко раскрывается.
- При движении с палкой запрещены – бег, прыжки и движение на полусогнутых ногах. Одна палка во время движения всегда должна сохранять контакт с опорной поверхностью под острым углом.
- Исключены: бег, волочения палок, отсутствие акцентированного выталкивания палкой, излишний подъем наконечников выше уровня колена, разброс палок при движении в стороны.

9. СИСТЕМА ОЦЕНКИ НАРУШЕНИЙ И ШТРАФОВ

Название нарушения	Штраф
Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом	1 балл
Наклон корпуса вперед больше наклона передней палки	1 балл
Излишний подъем наконечников палок вверх и разброс в стороны	1 балл
Малая амплитуда движения рук - отсутствие выноса локтя впереди корпуса при постановке палки	2 балла
Малая амплитуда движения рук - отсутствие заведения кисти за корпус при постановке палки	2 балла
Отсутствие попеременной (диагональной) работы рук и ног	3 балла
Отсутствие постоянного контакта одной ноги с опорной поверхностью (однократное)	3 балла
Движение на полусогнутых ногах	3 балла
Движение без отталкивания - отсутствие акцентированного контакта палок с опорной поверхностью (отрыв задней палки от опоры до отрыва задней ноги)	3 балла
Движение без отталкивания - волочение палок	3 балла
Создание помех для движения соперников	3 балла

Переход на бег или прыжки	Красная карточка
Отказ участника от остановки по требованию судьи	Красная карточка
Неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей, зрителей)	Красная карточка
Сокращение участником дистанции соревнований	Красная карточка
Невыполнение участником Условий соревнований	Красная карточка

За неспортивное поведение (агрессия, оскорбления и т.п. в отношении организаторов, участников, судей во время старта и при подведении итогов) участник дисквалифицируется, результат аннулируется, возврат заявочного взноса не производится.

1 балл=10 секунд штрафного времени, которое прибавляется к финишному. Штрафные баллы суммируются на всех точках контроля (ТК).

10. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

- 10.1. Определение победителей и призеров происходит по наименьшему времени прохождения дистанции с примененной системой оценки п.9.
- 10.2. Все участники соревнования преодолевшие дистанцию награждаются медалями участников. Победители (1 место) и призеры (2 и 3 место) соревнований награждаются грамотой и призом.
- 10.3. Награждение проводится отдельно среди мужчин и женщин в двух возрастных группах:
 - группа 18-45 лет (мужчины и женщины);
 - группа 46+ (мужчины и женщины)

11. ФИНАНСИРОВАНИЕ

- 11.1. Расходы на проезд, питание, участие в Мероприятии несут сами участники.
- 11.2. Проведение и награждение участников организовано за счет заявочных взносов и привлеченных спонсорских средств.

12. ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОТМЕНА МЕРОПРИЯТИЯ

- 12.1. Организатор Мероприятия оставляет за собой право изменять дистанцию и место расположения Мероприятия в любой момент.
- 12.2. Мероприятие может быть отменено, либо в него могут быть внесены изменения, при наличии неблагоприятных погодных условий, которые ставят под сомнение безопасность проведения Мероприятия и безопасность участников. Решение об отмене Мероприятия, изменении маршрута или дистанции принимается Организатором Мероприятия.

13. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- 13.1. Организатор Мероприятия может внести изменения в любой пункт данного Положения до и в день даты проведения соревнований.
- 13.2. Организатор Мероприятия не несет материальной, гражданской, уголовной ответственности в случае нанесения сторонними лицами материального ущерба участнику во время проведения Мероприятия.
- 13.3. Участники не имеют преимущества перед другими посетителями места проведения Мероприятия.
- 13.4. На дистанции Мероприятия запрещается выбрасывать мусор и причинять вред окружающей среде.
- 13.5. Весь мусор оставляется на пунктах питания или специально отведенных для этого местах.
- 13.6. Организаторы мероприятия обязуются очистить пункты питания, зоны стартово-финишного городка от мусора и разметки на дистанции согласно треку.
- 13.7. Согласие на обработку персональных данных в соответствии с требованиями Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» является приложением к настоящему Положению. Согласие заполняется заблаговременно и предоставляется непосредственно на Мероприятие.
- 13.8. QR-код для оплаты заявочного взноса из приложения Т-банк (перевод на счёт «Сбор Другое»)



Шерстнева Александра Вадимовна
Номер договора 8036253598