

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

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОТКРЫТОЙ ТРЕНИРОВКИ

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.

2. ПРОВЕДЕНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

- 2.1. Организатором Мероприятия является Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация спортивного туризма Челябинской области» (далее – Организатор).
- 2.2. 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.
- 2.3. Официальный чат Мероприятия в ВК: <https://clck.ru/3Th7Rg>
Официальное сообщество Мероприятия в ВК: <https://vk.com/nordicwalking74>

3. ВРЕМЯ, МЕСТО, ПРОГРАММА И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ

- 3.1. Дата проведения Мероприятия – 26 июля 2026 года с 12.00 до 16:00
- 3.2. 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>
- 3.3. Дистанция: 3 км с перепадом высот.
- 3.4. Соревновательный круг обозначен разметкой – сигнальной лентой, фишками и конусами. Движение по дистанции осуществляется в соответствии с предварительным инструктажем участников.

4. РЕГЛАМЕНТ МЕРОПРИЯТИЯ

12:00-13:00 Регистрация участников (выдача Стартового номера), проверка экипировки (высоты палок, наличие темляка).

13:10 Открытие Мероприятия, брифинг участников

13:20 Общая разминка

13:30 Раздельный старт участников по результатам жеребьевки с интервалом 10 сек.

14:30 Подведение итогов

15:30 Награждение

16:00 Закрытие Мероприятия

В расписании Мероприятия возможны изменения

5. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ И ЗАЯВОЧНЫЙ ВЗНОС

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

- 5.2. При регистрации участник обязан точно указывать персональные данные как в паспорте. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму и оплатил заявочный взнос.
- 5.3. Регистрация участника аннулируется, если участником указаны ложные, неточные или неполные данные. В случае аннулирования регистрации денежные средства не возвращаются.
- 5.4. Регистрация может быть закрыта досрочно при достижении максимального числа участников Мероприятия, предусмотренного в п.6.6. настоящего Положения.
- 5.5. Зарегистрированный участник может переоформить свою регистрацию на другого человека до 23 июля 2026 включительно. Для этого необходимо связаться с Исполнителем Мероприятия по указанным контактам.
- 5.6. 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/ Т-банк.
 - Для перевода с Т-банка: по ссылке <https://tbank.ru/cf/AywvoTWmxST> (Сбор Другое)
 - Для перевода со Сбера: по ссылке <https://messenger.online.sberbank.ru/sl/5Ab715ukZnUXoOxAk> (Соревнования Хвоя Fest)
 - По QR-коду для перевода с Т-банка, размещенному в конце настоящего Положения (Сбор Другое).
- 5.7. Участник считается зарегистрированным, если он заполнил регистрационную форму на сайте ОРГЕО и оплатил заявочный взнос.
- 5.8. **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.

6. УСЛОВИЯ ДОПУСКА УЧАСТНИКОВ К МЕРОПРИЯТИЮ

- 6.1. Допускаются участники с 18 лет, имеющие необходимый уровень физической подготовки. Возраст участников определяется по году рождения на 31 декабря 2026 года.
- 6.2. В Мероприятии принимают участие зарегистрированные участники, имеющие необходимую подготовку, спортивную форму одежды, палки для северной (скандинавской) ходьбы, соответствующие требованиям п.7.2 и п. 7.3., и Стартовый номер. Участники без стартового номера к участию в Мероприятии не допускаются.
- 6.3. 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.
- 6.4. 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>
- 6.5. Для участия в Мероприятии рекомендуем предоставить договор страхования от несчастных случаев или жизни и здоровья.
- 6.6. Количество мест для участия: 100

7. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА

- 7.1. Северная ходьба – дисциплина, в рамках которой участники преодолевают дистанцию пешим способом, используя специфическую технику попеременного диагонального шага с отталкиванием специальными палками для северной ходьбы.
- 7.2. 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.
- 7.3. 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**.
- 7.4. **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.

8. СИСТЕМА ОЦЕНКИ НАРУШЕНИЙ И ШТРАФОВ

Название нарушения	Штраф
Отсутствие сохранения контакта палки с опорной поверхностью под острым углом	1 балл
Наклон корпуса вперёд больше наклона передней палки	1 балл
Излишний подъём 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=15 секунд штрафного времени, которое прибавляется к финишному. Штрафные баллы суммируются на всех точках контроля (ТК).

9. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

- 9.1. Определение победителей и призеров происходит по наименьшему времени прохождения дистанции с примененной системой оценки п.8.
- 9.2. Все участники соревнования преодолевшие дистанцию награждаются медалями участников. Победители (1 место) и призеры (2 и 3 место) соревнований награждаются грамотой и призом.
- 9.3. Награждение проводится отдельно среди мужчин и женщин в двух возрастных группах:
 - группа 18-45 лет (мужчины и женщины);
 - группа 46+ (мужчины и женщины)

10. ФИНАНСИРОВАНИЕ

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

11. ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОТМЕНА МЕРОПРИЯТИЯ

- 11.1. Организатор Мероприятия оставляет за собой право изменять дистанцию и место расположения Мероприятия в любой момент.
- 11.2. 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.

12. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

- 12.1. Организатор Мероприятия может внести изменения в любой пункт данного Положения до и в день даты проведения соревнований.
- 12.2. Организатор Мероприятия не несет материальной, гражданской, уголовной ответственности в случае нанесения сторонними лицами материального ущерба участнику во время проведения Мероприятия.
- 12.3. Участники не имеют преимуществ перед другими посетителями места проведения Мероприятия.
- 12.4. На дистанции Мероприятия запрещается выбрасывать мусор и причинять вред окружающей среде.
- 12.5. Весь мусор оставляется на пунктах питания или специально отведенных для этого местах.
- 12.6. Организаторы мероприятия обязуются очистить пункты питания, зоны стартово-финишного городка от мусора и разметки на дистанции согласно треку.

- 12.7. 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.
- 12.8. QR-код для оплаты заявочного взноса из приложения Т-банк (перевод на счёт «Сбор Другое»)

