УТВЕРЖДАЮ

Главный судья соревнований

_____ А. Карлов

«15» октября 2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении первых открытых соревнований
по технике северной ходьбы «NORDIC SKILLS»

г. Челябинск, 24 октября 2026 года

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

1.1. Первые открытые соревнования по технике северной ходьбы «NORDIC SKILLS» (далее — Соревнования) проводятся с целью популяризации северной ходьбы, совершенствования технического мастерства и развития сообщества северной ходьбы.

1.2. Задачи: повышение технической подготовки; выявление участников с наиболее качественной техникой; предоставление экспертной оценки и рекомендаций; обмен опытом между спортсменами, инструкторами и любителями северной ходьбы; развитие межрегионального сотрудничества.

1.3. Соревнования оценивают качество техники без учёта скорости прохождения дистанции.

1.4. Критерии оценки техники изложены в Приложении № 1.

2. ОРГАНИЗАТОРЫ

2.1. Организаторы:

— Комиссия по развитию северной ходьбы в Челябинской области при Федерации спортивного туризма Челябинской области (ФСТЧО);

— Центр развития скандинавской ходьбы I Love Nordic Walking.

2.2. Непосредственное проведение возлагается на организационный комитет и судейскую коллегию.

2.3. Главный судья — Александр Карлов.

2.4. Главный секретарь — ВАКАНСИЯ.

2.5. Контактное лицо — Александра Шерстнева, тел. 8 (963) 462-20-00.

3. МЕСТО И СРОКИ

3.1. Дата: 24 октября 2026 года.

3.2. Место: г. Челябинск, лыжная база, ул. Лесопарковая, 2А.

3.3. Программа: 11:30–12:00 — регистрация участников, разминка и ознакомление с трассой; 12:00 — открытие и инструктаж; 12:15 — зачетные выступления; после выступлений — итоги и награждение.

3.4. Изменения в программе доводятся до участников организатором.

4. УЧАСТНИКИ И ДОПУСК

4.1. Приглашаются спортсмены, инструкторы и любители северной ходьбы из Челябинской области и других регионов России.

4.2. Возраст — от 10 лет без верхнего ограничения.

4.3. Несовершеннолетние участвуют с согласия законного представителя.

4.4. Личный абсолютный зачёт без разделения по полу и возрасту. Определяются первое, второе и третье места.

4.5. Условия допуска: регистрация на Orgeo и оплаченный заявочный взнос.

4.6. Медицинская справка при регистрации не требуется.

4.7. Необходимы исправные специальные палки для северной ходьбы, спортивная одежда и обувь по погоде.

5. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

5.1. Индивидуальная демонстрация техники на размеченной трассе длиной 200 метров в форме квадрата.

5.2. Траектория включает прямые участки и повороты, что позволяет судейской коллегии наблюдать участника с разных сторон.

5.3. До начала соревнований каждый участник может один раз пройти размеченный маршрут в тренировочном режиме. Ознакомительное прохождение не оценивается и не влияет на результат.

5.4. Каждый участник выполняет одно зачетное

прохождение. Очередность определяет организатор.

5.5. Темп выбирается самостоятельно; время и скорость не учитываются. Переход на бег не допускается.

5.6. Схема трассы и порядок выступлений объявляются перед стартом.

6. СУДЕЙСТВО И КРИТЕРИИ

6.1. Судейство осуществляется судейской коллегией, состав которой определяет организатор.

6.2. Каждый судья независимо оценивает каждого участника по всем шести разделам:

Осанка — 4 балла; Руки — 3; Кисти — 3; Ноги — 4; Палки — 5; Общее впечатление — 6.

6.3. Первые пять разделов содержат 19 технических критериев: за каждый 1 балл, если элемент выполнен, или 0 баллов, если не выполнен.

6.4. «Общее впечатление» оценивается от 1 до 6 баллов с учетом гармоничности и свободы движений, согласованности работы рук и ног, отсутствия иноходи, скованности и зажатости.

6.5. Максимальная оценка одного судьи — 25 баллов.

6.6. Каждый судья заполняет индивидуальный протокол. Все протоколы передаются главному секретарю для формирования итоговых результатов и индивидуальных сводных протоколов.

6.7. Подробный регламент оценки — Приложение № 1.

7. ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

7.1. Итоговая оценка участника — среднее арифметическое итоговых оценок всех судей: сумма выставленных судьями итоговых баллов делится на число судей, оценивающих участника.

7.2. Максимальная итоговая оценка — 25 баллов независимо от количества судей. При распределении мест сравниваются значения без промежуточного округления.

7.3. Места распределяются по убыванию итоговой оценки.

7.4. При равенстве итоговых оценок преимущество получает участник с более высокой средней оценкой по разделу «Общее впечатление».

7.5. Если средние оценки по «Общему впечатлению» также равны, участникам присваивается одинаковое место.

7.6. Итоги оформляются протоколом, утверждаемым главным судьёй.

7.7. Каждый участник получает индивидуальный сводный протокол с оценками всех судей по каждому техническому критерию, итоговыми оценками судей и средней итоговой оценкой в электронном виде в течение 5 дней со дня проведения Соревнований.

8. НАГРАЖДЕНИЕ

8.1. Участники, занявшие первое, второе и третье места в абсолютном зачете, получают грамоты.

8.2. Все участники получают индивидуальные сводные протоколы оценки техники.

8.3. Дополнительные призы, призовой фонд и специальные номинации — на усмотрение организатора.

9. РЕГИСТРАЦИЯ И ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ

9.1. Регистрация — через Orgeo: https://orgeo.ru/event/info/nordicskills.

9.2. Регистрация открыта до 20:00 23 октября 2026 года или до заполнения лимита.

9.3. Максимум 10 участников.

9.4. Заявочный взнос — 500 (пятьсот) рублей.

9.5. Перевод на карту получателя (Т-банк/ Сбер) Александра Шерстнева по телефону 8 (963) 462-20-00.

9.6. Заявочный взнос возврату не подлежит, кроме случаев, когда возврат обязателен по законодательству Российской Федерации.

9.7. Участие подтверждается регистрацией на Orgeo и оплатой взноса.

9.8. Проезд, питание и проживание — за счёт участников или направляющих организаций.

10. БЕЗОПАСНОСТЬ

10.1. Организатор обеспечивает подготовку и разметку трассы и организацию безопасного проведения.

10.2. Участники соблюдают требования безопасности и указания судей и организаторов.

10.3. Спортивное снаряжение должно быть исправным.

10.4. При ухудшении самочувствия участник прекращает прохождение и уведомляет организаторов.

10.5. При угрозе безопасности организатор вправе изменить программу, перенести или отменить мероприятие.

11. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

11.1. Настоящее Положение определяет условия проведения Соревнований.

11.2. Вопросы, не предусмотренные Положением, рассматриваются организационным комитетом и главной судейской коллегией.

11.3. Изменения утверждаются организатором и доводятся до участников.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

РЕГЛАМЕНТ ОЦЕНКИ ТЕХНИКИ СЕВЕРНОЙ ХОДЬБЫ NORDIC SKILLS

Основано на предоставленном документе «NORDIC SKILLS. Регламент с пояснениями», МетодА ARTAMONOV Team. Подробные пояснения и образцы оценочных листов размещены отдельными файлами в папке соревнований.

1. ОСАНКА (максимум 4 балла)

1.1. Вертикальный баланс без чрезмерного наклона вперед и сгибания в тазобедренных суставах или прогиба в пояснице.

1.2. Положение головы без наклонов, взгляд вперёд.

1.3. Естественная ротация грудного отдела и таза без односторонней, недостаточной или чрезмерной ротации.

1.4. Стабильная походка без отклонений и боковых наклонов таза и плеч.

2. РУКИ (максимум 3 балла)

2.1. Маятниковые движения рук от плечевого сустава, без выраженного движения от локтя.

2.2. Естественное положение рук при махе вперед и назад, без чрезмерного сгибания локтя, с выходом руки за линию бедра.

2.3. Равные амплитуды движений рук вперёд/назад и справа/слева, без неполного маятника.

3. КИСТИ (максимум 3 балла)

3.1. Хват обеспечивает контроль рукояти после выталкивания, в переносе и при постановке.

3.2. Контроль рукояти в фазе опоры без преждевременного раскрытия кисти до бедра.

3.3. Естественное раскрытие кисти в фазе выталкивания за линией бедра.

4. НОГИ (максимум 4 балла)

4.1. Естественный шаг без полусогнутых ног, выпада и фазы полёта.

4.2. Плавный перекат стопы с середины пятки до носка, активная постановка без отклонений.

4.3. Активное выталкивание стопой вперед без преждевременного подъёма на носок, пружинящего шага и вертикальных колебаний.

4.4. Соответствие длины шага длине махов рук.

5. ПАЛКИ (максимум 5 баллов)

5.1. Импульсная постановка палок около середины шага без замаха, удара, двойного касания и волочения.

5.2. Активная работа палками без проскальзывания до отрыва и переноса.

5.3. Постоянство опоры на палки, без заметного запаздывания и одновременного нахождения обеих палок в воздухе.

5.4. Параллельное положение палок при наблюдении сбоку без видимой разницы углов.

5.5. Параллельное положение палок спереди и сзади без разведения или сведения наконечников и рукоятей.

6. ОБЩЕЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ (от 1 до 6 баллов)

Гармоничность и свобода движений, согласованность работы рук и ног, отсутствие иноходи, скованности и зажатости.

Максимальная оценка одного судьи — 25 баллов.

Максимальная итоговая средняя оценка участника — 25 баллов.