|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **«Утверждаю»**Президент Федерациибодибилдинга Санкт-Петербурга\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Вишневский А.В.«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023г.  |  | [www.service-gene.ru](http://www.service-gene.ru) **Титульный партнер**  |  |

###

Всероссийские соревнования «Северная Пальмира»

Открытый Чемпионат Санкт-Петербурга по бодибилдингу и фитнесу

Санкт-Петербург, 29 сентября – 01 октября 2023 года

1. **Цели и задачи**

Соревнования проводятся с целью популяризации и развития бодибилдинга и фитнеса, как наиболее эффективных средств оздоровления населения, повышения мастерства участников, выявления лучших спортсменов для комплектования сборной команды Санкт-Петербурга для участия в Чемпионате России в г. Ульяновске 12-15 октября 2023г.

1. **Сроки, место и порядок проведения**

Соревнования будут проходить **30 сентября – 01 октября 2023 года в «MTC Live Холл»** по адресу: Санкт-Петербург, Приморский пр., дом 80, корпус 1 (станция метро «Беговая»).

Комиссия по допуску (взвешивание, измерение роста) будет проходить **29 сентября 2023 года в ЦФКиС «Нарвская застава» стадион «Шторм»** по адресу: пр. Народного ополчения, 24 (станция метро «Ленинский проспект»).

**29.09.2023 (пятница) 1100 – 2000**

 Комиссия по допуску (взвешивание, измерение роста и оплата взносов – **см.Расписание**).

**1600** Первенство по детскому фитнесу – Фитнес: юноши, девочки до 9, 12 и до 15 лет

**30.09.2023 (суббота) 1100 – 2200**

**1100** Фитнес – юниорки – абс.категория

Конкурс Пляжный бодибилдинг – «дебют» - абсолютная категория

Бодибилдинг – юноши (абс.категория), юниоры (75, +75 и абс. первенство)

Пляжный бодибилдинг юниоры и мастера - абс.категории

Бодибилдинг – мастера (40-49 лет: 90, +90кг; 50-59 лет – абс.кат; ст.60 лет – абс.кат.),

 и абс.первенство среди всех категорий мастеров

Фитнес – мужчины – абсолютная категория

Бодибилдинг – женщины – абсолютная категория

Велнес-фитнес - женщины – абсолютная категория

Бодифитнес – женщины (163см, 168см,+168см и абс. первенство), мастера – абс.кат.

Пляжный бодибилдинг - мужчины (176см, 182см, +182см и абс. первенство)

Классический бодибилдинг – мужчины (175см, 180см, +180см и абс. первенство)

Конкурс Фит-модель – женщины (166см, +166см и абс. первенство), мастера – абс.кат.

Атлетик – мужчины (175см, +175см и абс. первенство)

Артистический фитнес – абсолютная категория

Атлетический бодибилдинг – абсолютная категория

Фит-пары - абсолютная категория

**01.10.2023 (воскресенье) 0900 – 1800**

Конкурс Фитнес-бикини – «дебют» (166см, +166см и абс. первенство)

Фитнес-бикини – юниорки» (166см, +166см и абс.первенство)

 – мастера (35-39 лет и 40 лет – все абс.кат.) и абс.первенство

 – женщины (160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см)

 Бодибилдинг - мужчины (70кг, 75кг, 80кг, 85кг, 90кг, 95кг, 100кг, +100кг).

 **1800-2100 Финальное шоу «Северная Пальмира»**

 Акробатический фитнес – женщины - абсолютная категория

 Артистик модель - абсолютная категория

 Фитнес-бикини – абс.пер-во среди чемпионок и приглашенных тренерским советом ФББ

 СПб призерок ростовых кат.: 160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см.

 Бодибилдинг (мужчины) – абс.пер-во среди чемпионов и приглашенных тренерским

 советом ФББ СПб призеров весовых кат.: 70кг, 75кг, 80кг, 85кг, 90кг, 95кг, 100кг, +100кг.

**– 2 –**

 **3. Руководство соревнованиями**

Общее руководство подготовкой к соревнованиям осуществляет оргкомитет при поддержке Федерации бодибилдинга Санкт-Петербурга (ФББ СПб). Непосредственное руководство соревнованиями возлагается на ГЛАВНУЮ судейскую коллегию ФББ СПб.

**Главный судья**  - судья в/к ВИШНЕВСКИЙ А.В.

**Пред.судейской коллегии** - судья в/к ВЫСОКОВ А.Л.

**Зам.пред.суд. коллегии** - судья в/к ЕРШОВ П.А.

**Главный секретарь** - судья в/к Михайлова Н.В.

**Зам.гл.секретаря**  - судья 3к ГЕРАСИМОВА Е.В.

**Судьи-комментаторы** - Д.КРЫЛОВ, З.РУДЕНКО

**4. Участники соревнований**

К соревнованиям допускаются спортсмены девяти возрастных групп: юноши до 18 лет (2007-2005 г.р.), юниоры до 23 лет (2005–2000 г.р), и юниорки до 23 года (2007-2000 г.р.), взрослые – старше 23 лет (2000 г.р. и ранее), ветераны/мастера (женщины) – 35-39 лет (1988-1984 г.р.) и старше 40 лет (1983 г.р. и ранее), ветераны/мастера (мужчины) – 40-49 лет (1983-1974 г.р.), 50-59 лет (1973-1964 г.р.) и старше 60 лет (1963 г.р и ранее). **Возраст определяется по году рождения.**

**В бодибилдинге** Юноши и ЖЕНЩИНЫ соревнуются в абсолютных категориях; юниоры соревнуются в категориях 75, +75 кг и в абсолютном первенстве; МАСТЕРА соревнуются в категориях 40-49 лет: 90кг, +90кг; 50-59 лет и старше 60 лет и в абсолютном первенстве среди этих возрастных категорий; Мужчины соревнуются в категориях: 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, +100 кг и в абсолютном первенстве.

**В классическом бодибилдинге** МУЖЧИНЫ соревнуются в категориях 175см, 180см, +180см и в абсолютном первенстве.

**В акробатическом фитнесе** юниорки, женщины и мужчины соревнуются в абсолютных категориях.

**В артистическом фитнесе** женщины соревнуются в абсолютной категории (двойное участие в акробатическом фитнесе и в артистическом фитнесе запрещено!)

**В бодифитнесе** МАСТЕРА соревнуются в абсолютной категории; женщины соревнуются в категориях: 163, 168, +168см и в абсолютном первенстве.

**В фитнес-бикини** ЮНИОРКИ соревнуются в категориях: 166см и св.166см и в абсолютном первенстве; МАСТЕРА соревнуются в категориях: 35-39 лет и старше 40 лет – все в абсолютных категориях, и в абсолютном первенстве среди этих возрастных категорий; женщины соревнуются в категориях: 160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см и в абс.первенстве.

**В конкурсной категории фитнес-бикини** **Дебют** соревнуются впервые участвующие спортсменки в категориях: 166см и св.166см (см. Правила ниже) и в абсолютном первенстве.

**В пляжном бодибилдинге** ЮНИОРЫ и МАСТЕРА соревнуются в абсолютных категориях, МУЖЧИНЫ соревнуются в категориях: 176см, 182см, +182см и в абс.первенстве.

**В конкурсной категории пляжный бодибилдинг Дебют** соревнуются впервые участвующие спортсмены в абсолютной категории (см. Правила ниже).

**В атлетик** МУЖЧИНЫ соревнуются в категориях: 175см, +175см и в абсолютном первенстве.

**В атлетическом бодибилдинге** **МУЖЧИНЫ** соревнуются в абсолютной категории.

**В велнес-фитнес** ЖЕНЩИНЫ соревнуются в абсолютной категории.

 **Соревнования в конкурсной категории (без очков в командный зачёт)** проводятсясреди **Фит-модель** МАСТЕРА в абсолютной категории; ЖЕНЩИНЫ: 166см и св.166см и в абсолютном первенстве.

 **Соревнования в конкурсной категории (без очков в командный зачёт)** проводятся среди **Фит-пар** – в абсолютной категории.

**Соревнования в конкурсной категории (без очков в командный зачёт)** проводятся среди **Артистик модель** – в абсолютной категории.

 Правила соревнований в вышеуказанных дисциплинах – на сайте www.fbbr.org.

**ВНИМАНИЕ!** Количество категорий может быть пересмотрено судейской коллегией в зависимости от количества заявленных участников, если менее пяти человек в категории, то категории будут объединены либо при большом количестве участников разделены.

Спортсмены соревнуются в **54 категориях и в 12 абсолютных первенствах**.

**- 3 -**

Спортсмены могут заявляться в несколько дисциплин и категорий, в случае соответствия росто/весовым ограничениям, согласно правил (см.ниже) при дополнительном стартовым взносе: **1500руб** - предварительная оплата на платформе **fbbr.online** по 26.09.2023, **1750руб** – в день регистрации 29.09.2023! **Доп.взнос за экстра-категорию не возвращается!**

Спортсменам МУЖЧИНАМ и ЮНИОРАМ в бодибилдинге, занявшим в течение предыдущего соревновательного года призовые места на Кубке и/или чемпионате Санкт-Петербурга и России, при взвешивании на данных соревнованиях дается провес: 1 место-3 кг,

2 место-2 кг, 3 место-1 кг, а ЮНОШАМ в бодибилдинге, МУЖЧИНАМ в классическом бодибилдинге, атлетик соответственно: 1,5 кг, 1,0 кг и 0,5 кг.

Судьи на инструктаже и жеребьевке должны предоставить квалификационную книжку спортивного судьи с обязательным посещением судейского семинара, который состоится 26.08.2023 в 15.30 в гостинице «Россия», КЗ «Екатерининский» (пл.Чернышевского, 11).

Всероссийские соревнования по фитнес-челлендж - 30 сентября 2023г. Регистрация участников на стадионе «Шторм» (пр.Народного Ополчения, 24) 29.09.2023 с 17.00 до 20.00. Участие без стартового взноса, при наличии членского билета ФББ СПб.

**5. Заявки на участие**

*Для участия в Соревнованиях обязательно прохождение он-лайн обучения на сайте Русада с получением сертификата:* <https://course.rusada.ru/> *(кто не прошел обучение в 2023г).*

Подача заявок для спортсменов на участие в Соревнованиях возможна на онлайн-платформе ФББР – [www.fbbr.online](http://www.fbbr.online). Любой спортсмен самостоятельно регистрируется на указанном сайте, заполняя все необходимые поля анкеты с подачей заявки на Соревнования. Далее заявка должна быть подтверждена руководством региональной федерации бодибилдинга, в которой состоит спортсмен. После одобрения заявки на электронную почту поступит подтверждение и будет открыт доступ для онлайн оплаты членских и целевых (стартовых) взносов со скидкой.

Заполненную анкету можно распечатать в зоне регистрации спортсменов, без необходимости ее повторного заполнения. В анкете будет стоять отметка об онлайн оплате взносов.

 Окончательная заявка (образец ниже) от команд, заверенная врачом, предоставляется на комиссии по допуску 29 сентября 2023г (на бланке организации, с печатью и подписью руководителя организации или лица, его замещающего, с указанием Ф.И.О, должности и контактного телефона, уполномоченных представлять команду)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **Ф.И.О****(полностью)** | **Дата рождения****(полностью)** | **Разряд, звание** | **Номинация/Категория****(вес, рост)****(полностью)** | **Мед.допуск** |
| 1. |  |  |  |  |  |

Решение о допуске для участия в Соревнованиях принимает Комиссия по допуску спортсменов. Участники соревнований должны иметь паспорт, страховку от нечастных случаев, качественную фонограмму выступления на флэш-носителе, **и медицинскую справку для выступающих в личном зачете (ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УСЛОВИЕ, иначе допуска к соревнованиям НЕ БУДЕТ)**.

 К участию в соревнованиях допускаются команды атлетических клубов и спортсмены, занимающиеся самостоятельно, при обязательном членстве в ФББ СПб. Членство ФББ СПб оформляется на 1 год для лиц старше 16 лет - **2000 руб**. (при вступлении выдается членский билет и значок). Продление членства – **1300 руб в год** **(при обязательном предъявлении членского билета)**. Оплата членского взноса для спортсменов осуществляется онлайн на **платформе fbbr.online по 26.09.2023 включительно,** либо на регистрации участников **29.09.2023г. Членские взносы не возвращаются!**

 Каждый участник СОРЕВНОВАНИЙ старше 16 лет оплачивает целевой (стартовый) взнос, который идёт на уставную деятельность ФББ СПб. Оплата стартового взноса для спортсменов осуществляется онлайн на **платформе fbbr.online включительно по 26.09.2023 со скидкой - 3000 рублей**, либо в день регистрации участников **29.09.2023 - 3500 рублей.**

**Финальный день онлайн оплат – 29.09.2023.**

Иногородние спортсмены должны быть **действующими спортсменами ФББР и иметь заявку от своей региональной федерации**.

Ответственность за нарушение правил ФББР по поводу участия в соревнованиях альтернативных организаций на сайте: http://fbbr.org/2018/1615. Соревнования, которые проходят под эгидой ФББР, включены в календарный план соревнований ФББР см. www.fbbr.org, раздел Календарь соревнований. Справки по телефону: +7 (953) 149-98-09 или по емейл: info@fbbr.org.

**- 4 -**

**6. Порядок определения победителей и награждение**

Победители в соревнованиях определяются, согласно правилам, по наименьшей итоговой сумме мест. При равном количестве мест победитель определяется по правилам IFBB (по наибольшему количеству высших мест). Команда-победительница определяется по наибольшей сумме очков, полученных **пятью** лучшими спортсменами каждой команды (1 место - 16 очков, 2 место - 12 очков, 3 место - 9 очков, 4 место - 7 очков, 5 место - 6 очков, **....** 10 место - 1 очко). Очки, данные команде юниорами, юниорками, ветеранами, участниками категорий «фитнес-бикини», «пляжный бодибилдинг», «велнес-фитнес», «атлетический бодибилдинг» и «артистический фитнес» - 75%, юношами – 50% от их набранной суммы очков. Чемпионы в абсолютных первенствах получают дополнительно к своей сумме очков в командный зачет по 2 очка.

Команды, занявшие 1, 2 и 3 места, награждаются **кубками и дипломами**.

Участники, занявшие 1, 2, 3 места награждаются **дипломами, медалями и кубками, 4, 5, 6 места - дипломами**. Спортсмену, добившемуся за прошедший сезон наибольшего прогресса, вручается приз президента ФББР **«Приз Прогресса»**. В дисциплине БОДИБИЛДИНГ среди мужчин учреждается кубок за «Лучшую произвольную программу».

На соревнованиях учрежден призовой фонд 1.050.000 рублей.

Выдача денежных призовых (по предъявлении паспорта либо фото паспорта на телефоне) будет осуществляется бухгалтером ФББ СПб (в месте продажи входных билетов на мероприятии). Телефон бухгалтера: 8(921)304-25-09.

Призовой фонд будет распределён в абсолютных первенствах в следующих дисциплинах:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Категория** | **1 место** | **2 место** | **3 место** | **4 место** | **5 место** | **6 место** | **7-10 место**по10000 руб. |
| 🔹Бодибилдинг мужчины | 100000руб.  | 75000руб.  | 50000руб.  | 35000руб.  | 30000руб.  | 25000руб.  |
| 🔹Бодибилдинг женщины | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Бодибилдинг мастера | 20000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Бодибилдинг юниоры | 15000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Атлетик | 45000руб. | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Классический бодибилдинг  | 45000руб. | 25000руб. | 15000руб. |  |  |  |  |  |
| 🔹Пляжный бодибилдинг | 35000руб. | 15000руб. | 10000руб. |  |  |  |  |  |
| 🔹Пляжный бодибилдинг мастера | 15000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Пляжный бодибилдинг юниоры | 10000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Атлетический бодибилдинг | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Фитнес-бикини | 40000руб  | 25000руб.  | 20000руб. | 15000руб. | 10000руб | 5000руб |  |  |
| 🔹Фитнес-бикини мастера | 15000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Фитнес-бикини юниорки | 10000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Бодифитнес | 25000руб. | 15000руб. | 10000руб. |  |  |  |  |  |
| 🔹Бодифитнес мастера | 15000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Велнес | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Фит-модель | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Фит-модель мастера | 15000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Акробатичес-кий фитнес женщины и мужчины | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Артистический фитнес женщ. | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| 🔹Артистик модель | 25000руб. |  |  |  |  |  |  |  |
| Победитель в каждой весовой категории в дисциплине Бодибилдинг (мужчины) гарантированно получает 10.000 рублей, если он не вошел в 10-ку сильнейших в абсолютном первенстве.  |

**Каждому участнику будет выдан браслет, который является пропуском на соревнования.**

***Сборная команда Санкт-Петербурга формируется по результатам Чемпионата Санкт-Петербурга-2023 и по решению тренерского совета ФББ СПб. Дополнительное участие в Чемпионате России разрешается (за свой счет) без ограничений.***

***Предварительные заявки на участие в кубках/чемпионатах России и в международных соревнованиях отправлять главному тренеру сборных команд СПб Ершову Павлу*** ***pavelspblider@yandex.ru******.***

**РАСПИСАНИЕ РЕГИСТРАЦИИ 29.09.2023, стадион «Шторм» (пр.Народного ополчения, 24)**

***Всем спортсменам обязательно иметь на регистрации соревновательный костюм!***

***Регистрация проходит строго по временному регламенту!***

|  |  |
| --- | --- |
| с 11-00 до 11-30с 11-30 до 12-00 | 1. Бодибилдинг - **юноши, юниоры, мастера, женщины**2. Акробатический фитнес - **юниорки,** **женщины, мужчины**3. Бодифитнес - **женщины, 163см, 168см, +168см**4. Артистический фитнес – **женщины** |
| с 12-00 до 13-00с 13-00 до 14-00 | 5. Бодибилдинг - **мужчины, 70кг, 75кг, 80кг, 85кг, 90кг, 95кг, 100кг, +100кг**6. Классический бодибилдинг -  **мужчины, 175см, 180см, +180см**7. Атлетический бодибилдинг - **мужчины**8. Атлетик - **мужчины** |
| с 14-00 до 15-30 | 9. Пляжный ББ – юниоры, мастера, дебют10. Пляжный ББ - мужчины **176см, 182см, +182см + фит-пары** |
| с 15-30 до 16-30с 16-30 до 17-00с 17-00 до 18-00с 18-00 до 19-00с 19-00 до 20-00 | 11. Фит-модель – **166 см и + 166см**12. Велнес-фитнес - **женщины**13. Дебют – бикини **женщины** – **166 см и + 166см**14. Фитнес-бикини – **юниорки, мастера 35-39 лет и старше 40 лет**15. Фитнес-бикини - **женщ., 160см, 163см, 166см, 169см, 172см, +172см**16. Артистик модель |
| с 17-00 до 20-00 | 17. Фитнес-челлендж |

*На регистрации с 11:00 будет организована запись на профессиональное нанесение грима марки «Jan Tana» партнером Соревнований. Цена за два слоя – 5000 руб.*

Напоминаем, что в связи с участившимися случаями использования некачественного грима и его неправильного нанесения и как следствие, непрезентабельный вид спортсменов на сцене, а соответственно недостаточно объективная оценка судьями формы спортсмена Президиум ФББР в целях контроля за качеством по нанесению грима принял решение предложить участникам соревнований 3 варианта нанесения грима. Телефон для консультации: +79219590985, Виталий.

🔹1 вариант (профессиональный).

Нанесение грима у профессиональных гримеров - компании «Спорт Загар» - официального партнёра Соревнований.

В работе будет использоваться грим JanTana (США).

Стоимость нанесения грима составит 5000 руб.

В стоимость входит:

1. Нанесение первого базового слоя грима JanTana HI DEF.

2. Нанесение второго слоя грима JanTana Uitra 1.

3. Комплект одноразового белья: шапочка,стринги,тапочки, стикини.

4. Нанесение спрея JanTana «антизелень» на зоны, подверженные повышенному потовыделению.

5. Нанесение масла JanTana перед выходом на сцену по желанию спортсмена.

6. Коррекция грима (при необходимости) перед выходом на сцену и между раундами соревнований.

**- 6 -**

🔹2 Вариант (эконом):

Участникам соревнования будет предложено по желанию самостоятельно нанести грим в специально отведённом месте в зоне нанесения грима.

Стоимость самостоятельного нанесения составит 3800 руб.

В стоимость входит:

1. Грим JanTana Hi Def 80 мл;

2. Грим JanTana Ultra 1, 80 мл;

3. Специальные бутылочки-распылители для нанесения грима

❗️Внимание! При самостоятельном применении грима, в случае его неравномерного нанесения участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

В этом случае ответственность за качество нанесения грима лежит полностью на спортсмене.

📌В случае выбора 1 или 2 варианта нанесения грима стартовый взнос участника составит 3000 руб.(заранее-онлайн) или 3500 руб. (в день регистрации-офлайн), как и прописано в Положении.

🔹3 Вариант:

для участников соревнований, которые решили не пользоваться услугой и продукцией официальных гримёров, а воспользоваться услугой и продукцией неофициальных гримёров.

❗️В этом случае стартовый взнос участника будет увеличен на 2000 руб. (страховка за возможную порчу имущества в отеле и/или в месте проведения соревнований при самостоятельном нанесении и коррекции грима) - до 5000 руб. (3000 руб.(заранее-онлайн)+2000 руб (доплата офлайн в день регистрации)) или до 5500 руб. (3500 руб. (в день регистрации - офлайн)+2000 руб.(в день регистрации доплата офлайн)

❗️Внимание! В случае нанесения грима у неофициальных гримёров и в случае его неравномерного нанесения (в том числе в случае ухудшения качества грима от одежды в дороге до места проведения соревнований) участник будет корректировать грим самостоятельно, в том числе между раундами соревнований.

📌Перед регистрацией всем участникам соревнований необходимо будет подойти к стойке гримеров, записаться на нанесение грима и оплатить услугу гримирования.

Участнику соревнований будет выдан специальный браслет, который нужно будет предъявить на регистрации.

❗️Если спортсмен отказывается от услуг официальных гримёров, то ему необходимо произвести доплату к стартовому взносу в размере 2000 руб.

***Внимание участников! Нанесение грима ТОЛЬКО в зоне, отведенной для гримирования.***

***Вход в зрительный зал ТОЛЬКО в одежде после тщательного удаления грима с рук.***

***Администрация «*MTC Live Холл*» будет штрафовать за порчу имущества***

***(следы от грима на стенах, сиденьях и т.п.).***

|  |
| --- |
| **- 7 -****Программа Соревнований (возможны изменения).** |
| **29.09****1100 -- 2000****1600** | Комиссия по допуску (взвешивание, измерение роста и оплата взносов – по расписанию). Участники получат свои номерки без жеребьевки по порядку регистрации в категории. Соревнования по детскому фитнесу |
| **30.09** | **10**00 | Инструктаж судей. Формирование судейских бригад |
| **суббота** | **С 1100 до 2200** | 1. Бодибилдинг - **юноши, абс.кат.**
2. Фитнес - **юн-ки, абс.кат. (I раунд)**
3. Пляж.б/б  **- «дебют», абс.кат.**
4. Награждение - **б/б юноши, абс.кат.**

5. Бодибилдинг - **юниоры, 75кг**6. Бодибилдинг - **юниоры, +75кг**7. Фитнес - **юн-ки, абс.кат. (II раунд)**8. Пляж.б/б - **юниоры, абс.кат.**9. Пляж.б/б - **мастера, абс.кат.**10. Награждение - **б/б юниоры, 75кг, +75кг**11. Бодибилдинг - **ю-ры, абс.перв.** + **награжд.**12. Награждение - **фитнес-юр-ки, абс. кат.**13. Награждение - **пляж.б/б дебют**14.Бодибилдинг - **муж.-мастера, 40-49л 90кг**15. Бодибилдинг - **муж.-мастера, 40-49л +90кг**16. Бодибилдинг - **муж.-мастера, 50-59лет абс.к**17.Бодибилдинг - **муж.-мастера, стар.60л абс.к**18. Награждение - **пляж.б/б-юн-ры, абс. кат**19. Награждение - **пляж.б/б-мастера, абс. кат.**20. Награждение - **мужч.-мастера, 40-49л 90кг**21. Награждение - **мужч.-мастера, 40-49л +90кг**22.Награждение - **мужч.-мастера, 50-59л абс.кат.**23.Награждение - **мужч.-мастера, 60 лет абс.кат.**24. Бодибилдинг - **мужч.-маст.,абс.перв.**+ **нагр.**25. Фитнес - **мужчины, абс.кат. (I раунд)**26. Бодибилдинг - **женщины, абс.кат.**27. Фитнес - **мужчины, абс. кат. (II раунд)**28. Велнес-фитнес **- женщ.,абс.кат.**29. Награждение - **фитнес - мужчины**30. Награждение - **б/б - женщины**31. Бодифитнес - **мастера, абс.кат.**32. Пляж.б/б -**муж., 176см**33. Бодифитнес - **женщины, 163см**34. Пляж.б/б -**муж., 182см**35. Бодифитнес - **женщины, 168см**36. Пляж.б/б -**муж., +182см** | 37. Бодифитнес - **женщины, +168см**38. Награждение - **бодифитнес - мастера**39. Награждение - **бодифитнес - жен., 163см, 168см, +168см**40. Бодифитнес - **жен.,абс. перв-во + награжд.**41. Награждение - **велнес-женщ.,абс. кат.**42. Награждение - **пляж.б/б 176см, 182см, +182см, абс.пер-во +награжд.**43. Классич.б/б. - **мужчины, 175см (I раунд)**44. Классич.б/б. - **мужчины, 180см (I раунд)**45. Классич.б/б. - **мужчины , +180см (I раунд)**46. Фит-модель - **мастера (I раунд)**47. Классич.б/б. - **мужчины, 175см (II раунд)**48. Классич.б/б. - **мужчины, 180см (II раунд)**49. Классич.б/б. - **мужчины ,+180см (II раунд)**50. Фит-модель - **мастера (II раунд)**51. Награждение - **классич. б/б-муж., 175см, 180см, +180см**52. Классич.б/б. - **муж., абс. перв-во+ награжд.**53. Награждение - **фит-модель мастера**54. Фит-модель - **женщ., 166см (I раунд)**55. Фит-модель - **женщ., +166см (I раунд)**56. Атлетик- **мужчины, 175см**57. Атлетик- **мужчины, +175см**58. Артистический фитнес**-женщ.,абс.кат. (I раунд)**59.Атлетический б/б - **муж., абс.кат.**60.Фит-модель - **женщ., 166см (II раунд)**61. Фит-модель- **женщ., +166см (II раунд)**62. Артистический фитнес**-женщ.,абс.кат. (II раунд)**63. Награждение - **атлет.б/б, абс.кат.**64. Награждение - **атлетик 175, +175см ., абс. перв-во+ награжд.**65. Награждение - **фит-модель 166см, +166см****абс.пер-во +награжд.**66. Фит-пары- **абс.кат.**67. Награждение – **артистич.фитнес** **женщ.**68. Награждение – фит-пары |
|  **1200** | **Фитнес-челлендж** (по графику) |
| **01.10** | **0900** | 1. Фитнес-бикини – **«дебют» 166см**2. Фитнес-бикини – **«дебют» +166см**3. Награждение - **фитнес-бикини, дебют 166см, +166см, абс.пер-во и награждение**4. Фитнес-бикини – **юниорки, 166см**5. Фитнес-бикини – **юниорки, +166см**6. Фитнес-бикини - **мастера, 35-39 лет абс.кат.**7. Фитнес-бикини - **мастера, ст.40 лет абс.кат**8. Награждение - **фитнес-бикини, юн-ки 166см, +166см, абс.пер-во и награждение** 9. Награждение - **фитнес-бикини, мастера 35-39л и ст.40 лет, абс.пер-во +награжд**10. Бодибилдинг - **мужчины, 70кг**11. Бодибилдинг - **мужчины, 75кг**12. Фитнес-бикини - **женщины, 160см**13. Фитнес-бикини - **женщины, 163см**14.Награждение - **б/б мужчины, 70кг**15. Награждение - **б/б мужчины, 75кг**16. Награждение - **фитнес-бикини, 160cм**17. Награждение - **фитнес-бикини, 163см**18. Бодибилдинг - **мужчины, 80кг**19. Бодибилдинг - **мужчины, 85кг**20. Фитнес-бикини - **женщины, 166см**21. Фитнес-бикини - **женщины, 169см** | 22. Награждение - **б/б мужчины, 80кг**23. Награждение - **б/б мужчины, 85кг**24. Награждение - **фитнес-бикини, 166см**25. Награждение - **фитнес-бикини, 169см**26. Бодибилдинг - **мужчины, 90кг**27. Бодибилдинг - **мужчины, 95кг**28. Фитнес-бикини - **женщины, 172см**29. Фитнес-бикини - **женщины, +172см**30. Награждение - **б/б мужчины, 90кг**31. Награждение - **б/б мужчины, 95кг**32. Награждение - **фитнес-бикини, 172см**33. Награждение - **фитнес-бикини, +172см**34. Бодибилдинг - **мужчины, 100кг**35. Бодибилдинг - **мужчины, +100кг**36. Награждение - **б/б мужчины, 100кг**37. Награждение - **б/б мужчины, +100кг****1800 Турнир «Северная Пальмира»**38. Акробат.фитнес - **женщины, абс.кат. (I раунд)**39. Артистик модель – **абс.категория**40. Акробат.фитнес - **женщины, абс.кат. (II раунд)**41. Фитнес-бикини - **абс. первенство**42. Бодибилдинг - **муж.,абс. первенство**43. **Награждение команд**44. **Награждение всех категорий турнира** |
| **воскресенье** | **С 0900 до 2100** |

**– 8 –**

Для иногородних предоставляется возможность размещения в близлежащем отеле – «Lahta Plaza» ЛАХТА ПЛАЗА, Приморский проспект д .78 к.1. <https://lahtaplaza.ru/>.

Условия для бронирования для участников чемпионата:

Одноместный/Двухместный номер - 5800р в сутки, Трёхместный номер - 7900р в сутки.

Завтраки включены на всех гостей в формате Шведский стол.

 При бронировании на сайте либо по контактному телефону +7 (812) 635 05 55 или +7(931) 337 41 97 нужно будет назвать ключевое слово «FBBR2023». Предоплата 100% первых суток бронирования. Аннуляция за 5 дней до даты заезда – без штрафа, менее чем за 5 дней – штраф по цене за первые сутки. Кодовое слово действительно для бронирования с 29.09 по 02.10.2023.

Соревнования проводятся в строгом соответствии с Регламентом Роспотребнадзора по организации и проведению физкультурных и массовых мероприятий на территории РФ в условиях сохранения рисков заражения COVID-19.

 **Правила категории «дебют» - фитнес-бикини и «дебют» пляжный бодибилдинг**

В категориях могут выступать спортсмены/ки, ранее не принимавшие участие в соревнованиях под эгидой ФББР до 1 января 2023 года. Т.е. новичок это тот, кто впервые начал выступать под эгидой ФББР в 2023 году. В 2024 году он уже не будет считаться новичком. Если НОВИЧОК выступит на национальном Чемпионате (Кубке/Чемпионате России) среди не новичков, то он теряет статус новичка.

Если спортсмен/ка участвовал/а ранее в соревнованиях в другой номинации, то ОН/ОНА теряет статус НОВИЧКА. Вопросы по участию: эл.почта info@fbbr.org, тел.8(953)149-98-09.

**Правила категории Артистик модель**

Цель проведения:

1. Сделать соревнования по бодибилдингу более зрелищными.

2. Дать девушкам спортсменкам возможность реализовать себя в нашем спорте более творчески и разносторонне.

Проведение соревнований:

**1 раунд.**

Позирование, как в категории фитмодель. Все девушки выходят на сцену в однотонных слитных чёрных купальниках и туфлях на высоком каблуке (платформа запрещена). Спина должна быть закрыта до лопаток, одна треть ягодиц должна быть закрыта. Украшения на купальнике не допускаются.

**2 раунд.**

А. Каждая девушка выходит на сцену в своем сценическом костюме (можно использовать любой костюм, допустимый в категории Артистик фитнес. Раздевание и использование предметов в руках строго запрещено) и в любой обуви на высоком каблуке (платформа разрешается) одна на сцену и выполняет Т-walking под свою фонограмму в течении одной минуты, после чего встает в линию на диагональ.

В. После завершения Т -walking последней участницей, девушки стоят в диагоналях 1 минуту. Далее начинаются вызовы участниц по номерам в порядке возрастания в сравнения по 4 человека на переднюю линию. При каждом сравнении участницы в течении 20 секунд позируют лицом к залу, демонстрируя свой сценический образ, после чего судья при участниках переводит их в диагональ на правый край сцены, а на сравнение выходят следующие 4 участницы. Сравнения будут завершены, когда каждая участница будет сравнена, а участница с меньшим порядковым номером вернётся на свое начальное место в диагонали по левому краю сцены.

Критерии оценки:

1 раунд: Более высокое место занимает участница со строением тела, как у фитнес-бикини.

2 раунд: Более высокое место занимает участница с лучшим образом, позированием и презентацией тела. Оценивается только общее впечатление, пропорции и качество тела в этом раунде детально не оцениваются.

**– 9 –**

|  |
| --- |
| ***Возможно участие в доп.дисциплинах*** |
| **БОДИБИЛДИНГ - ВЕСОВЫЕ КАТЕГОРИИ** | Бодибилдинг (ростовые категории)Атлетик |

|  |  |
| --- | --- |
| **БОДИБИЛДИНГ - РОСТОВЫЕ КАТЕГОРИИ (КЛАССИЧЕСКИЙ БОДИБИЛДИНГ)** | Бодибилдинг (весовые категории)Атлетик |

**АКРОБАТИЧЕСКИЙ ФИТНЕС**:

|  |  |
| --- | --- |
| женщинЫ  | Бодифитнес |
| мужчинЫ | Пляжный бодибилдинг |
| женщинЫ Артистический фитнес  | Фит-модельФитнес-бикиниАртистик модель |

 **БОДИФИТНЕС**:

|  |  |
| --- | --- |
| женщинЫ | Акробатический фитнес |

 **ФИТНЕС-БИКИНИ:**

|  |  |
| --- | --- |
| ДЕБЮТ | Артистический фитнесФит-модельАртистик модель |
| юниоркИ |
| МАСТЕРА-женщины |
| женщинЫ |

 **ПЛЯЖНЫЙ БОДИБИЛДИНГ:**

|  |  |
| --- | --- |
| ДЕБЮТ | Акробатический фитнес |
| юниоРЫ |
| МАСТЕРА |
| МУЖЧИНЫ |

 **АТЛЕТИК – ростовые категории:**

|  |  |
| --- | --- |
| МУЖЧИНЫ | Бодибилдинг (ростовые/весовые категории) |

 **ВЕЛНЕС-ФИТНЕС:**

|  |  |
| --- | --- |
| ЖЕНЩИНЫ | Фит-модель |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Карточка участника |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

 |  |
| Фамилия Имя, отчествоДата рожд. (Д/М/Г)Спортивное званиеСпортивный клубПрофессияТелефон мобильныйДанные российского паспортаПрописка | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |
| Членом какой региональной федерации бодибилдинга (под эгидой Федерации бодибилдинга России, далее - ФББР) Вы являетесь?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С какого года Вы выступаете на соревнованиях под эгидой ФББР/IFBB \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Участвовали ли Вы в альтернативных соревнованиях (т.е. не под эгидой ФББР) в течении 2021-2022 годов **Да/Нет** (нужное подчеркнуть). Если **Да**, то в каких и когда?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Подтверждаю, что не являюсь членом какой-либо региональной федерации бодибилдинга и прошу принять меня в члены Федерации бодибилдинга \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**подпись.**Предупреждён, что в соответствии с решением Конференции ФББР от 24.04.2019 выступать на турнирах, проходящих под эгидой ФББР в других регионах, возможно только по заявке от региональной федерации бодибилдинга по месту регистрации \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**подпись**.Предупреждён об ответственности за нарушение правил ФББР за выступление на турнирах, проходящих не под эгидой ФББР, будучи при этом членом ФББР (Решение Президиума ФББР от 20.12.2018 см. www.fbbr.org).Предупреждён, что в случае предоставления заведомо ложной информации по выше указанным пунктам настоящей карточки участника результаты данных соревнований для участника, предоставившего заведомо ложную информацию, могут быть аннулированы, с лишением званий, а также этот участник может быть снят с данных соревнований во время их проведения (при этом стартовый/целевой взнос не возвращается) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**подпись.**Даю своё согласие на обработку персональных данных в соответствии с Федеральным Законом №152 "О персональных данных" от 27.07.2006.Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Подпись\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |

***Внимание участников! Нанесение грима ТОЛЬКО в зоне, отведенной для гримирования.***

***Вход в зрительный зал ТОЛЬКО в одежде после тщательного удаления грима с рук.***

***Администрация «MTC Live Холл» будет штрафовать за порчу имущества***

***(следы от грима на стенах, сиденьях и т.п.).***