**Регламент соревнований по кинезиологическому спорту по направлению «Экзарта-Фитнес».**

**1. ПРИБЫТИЕ НА СОРЕВНОВАНИЯ**

Отдельные участники и/или делегации прибывают на соревнования в день, установленный орагнизаторами фестиваля «Fitness-Fiesta». За 5 дней до начала соревнований участники обязаны подтвердить участие, заполнив предварительную заявку на участие в соревнованиях установленного образца, размещенную организаторами на информационном ресурсе: http://fitnessfiesta.ru.   
Отдельные участники и/или делегации самостоятельно обеспечиваются транспортом для доставки к местам проживания и проведения соревнований, других мероприятий, проводимых в рамках соревнований. Отдельные участники и/или делегации самостоятельно решают вопросы, связанные с местом проживания и питания. За отдельными участниками и/или делегациями закрепляются кураторы, которые обеспечивают информацией о соревнованиях и связь с оргкомитетом. Члены судейской коллегии, приглашенные на соревнования, не входят в состав делегаций и не являются отдельными участниками соревнований.

**2. КОМИССИЯ ПО ДОПУСКУ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ (МАНДАТНАЯ КОМИССИЯ)**

Оргкомитет фестиваля «Fitness-Fiesta» определяет состав мандатной комиссии, которая с 9.00 до 13.00 проводит работу с документацией по допуску участников соревнований, организует жеребьевку и очередность выхода участников. Результаты жеребьевки оформляются актом, подписанным председателем мандатной комиссии и главным секретарем соревнований. Главный секретарь проводит жеребьевку участников.

К участию в соревнованиях допускаются участники на безвозмездной основе.

Мандатная комиссия и жеребьевка должны проводиться до опробования установки «Экзарта». Документом, удостоверяющим личность участника соревнований, является только паспорт или идентификационная карточка участника фестиваля «Fitness-Fiesta». До участия в соревнованиях не допускаются лица, находящиеся в состоянии алкогольного, наркотического опьянения или лица, чье физиологическое состояние вызывает сомнения мандатной комиссии. О возможных противопоказаниях, имеющихся заболеваниях и травмах, участники должны оповестить мандатную комиссиию при регистрации на месте и в день проведения соревнований.

Соревнования будут проводиться по адресу: Российская Федерация, Нижегородская область, город Нижний Новгород, Набережная Гребного канала, площадка фестиваля «Fitness-Fiesta».

Дата проведения соревнований: 28 июля 2018 года.

Регистрация участников и прохождение мандатной комиссии: 28 июля 2018 года с 11.00 до 15.00.

**Противопоказания к занятиям, связанными с физической активностью:**

1. Острые инфекционные болезни
2. Все болезни в острой (активной фазе)
3. Хронические заболевания в период обострения (декомпенсации)
4. Психические заболевания
5. Органические заболевания центральной нервной системы
6. Злокачественные новообразования
7. Болезни опорно-двигательного аппарта: деформирующие полиартриты (артриты), спондилоартриты (разной этиологии с прогрессирующим течением  и резким нарушением функции суставов и наличием болевого синдрома)
8. Коллагеновые болезни
9. Болезни органов дыхания:  а) болезни протекающие  с дыхательной или легочно- сердечной недостаточностью свыше 1 степени; б) бронхиальная астма с частыми, затяжными, трудно купирующими приступами; в) хр. бронхит с наклонностью к частым обострениям и наличие резко выраженного бронхоспастического компонента; г) бронхоэкстатическая болезнь до полного клинического излечения; д) пневмония интерстициальная с рецидивирующим течением;
10. Болезни сердечно-сосудистой системы: а) аневризма аорты сердца; б) аритмии (сложные нарушения ритма и проводимости, монотонная экстрасистолия, мерцательная аритмия, пароксизмальная тахикардия); в) блокада левой ножки пучка Гиса или ее разветвлений; г)заболевания,  протекающие с недостаточностью кровообращения выше 1 степени ( по Василенко- Стражеско); д) стенокардия напряжения с частыми приступами; е) постинфарктный кардиосклероз (решается в каждом конкретном случае); ж) наличие на ЭКГ рубцовых изменений миокарда (при отсутствии в анамнезе инфаркта миокарда и жалоб на момент обследования) с отчетливым ЭКГ признаками выраженной недостаточности кровообращения сердечной мышцы; з) гипертоническая болезнь с частыми кризами, а также при цифрах систолического артериального давления выше 200 мм рт.ст. или диастолического выше 110 мм рт.ст.; и)гипертоническая болезнь (первичного или вторичного характера) или цифрах систолического артериального давления ниже 90 мм рт.ст; к) больные, оперированные по поводу врожденных, приобретенных пороков сердца, коронарной недостаточности- ранее 3 месяцев после операции ( в дальнейшем индивидуальный подход  в зависимости от исхода операции, имевшихся осложнений, состояний кардио- и общей гемодинамики, а также предшествовавшей двигательной активности); л) синдром Морганьи- Эдемса- Стокса.
11. Болезни органов пищеварения: а) желудок, оперированный при декомпенсации функции органов пищеварения; б) панкреатит хр. с рецидивирующим течением при наличии ферментативной недостаточности; в) язвенная болезнь желудка (двенадцатиперстной кишки) с наклонностью к частым рецидивам или при значительном нарушении функции органов пищеварения и нарушений питания или выраженном болевом синдроме.
12. Заболевания печени и желчных путей: а) цирроз печени (любой этиологии), рецидивирующий с прогрессирующим течением или признаками печеночной недостаточности; б) хронический гепатит (гепатодистрафия- «гепатозы»), рецидивирующий с выраженными функциональными расстройствами; в) хр. холециститы калькулезной этиологии, сопровождающиеся приступами печеночной колики или рецидивирующей желтухой; г) хр. антиохолит с приступами печеночной колики и нарушением желчевыделения; д) вторичный хр. панколит, обусловленный нарушением внешне секреторной функции поджелудочной железы.
13. Заболевания почек в мочевыводящий путях: а) хр. диффузный гломерулонефрит рецидивирующего течения или при наличии признаков почечной недостаточности; б) хр. интерстициальный нефрит различного генеза при наличии признаков почечной недостаточности; в) хр. пиелонефрит с рецидивирующим течением, наличие  выраженных функциональных нарушений или осложнений ( гидропионефриз, гипертоническая перебропатия); г) липидно- амилоидный нефроз
14. Болезни эндокринных желез: а)гипогликемическая болезнь; б) гипотериоз, микседема ( первичная или вторичная форма) тяжелого течения; в) диабет несахарный; г) диабет сахарный (первичный или вторичный) среднего и тяжелого течения или при наличии осложнений (кетоацитоз, сосудистые поражения, полиневриты и др.); д) зоб диффузный токсический ( тиреотоксикоз базедова болезнь)- тяжелая форма; эндемический зоб с выраженной гипер- или гипофункцией железы; ж) хр. тиреоидит.
15. Болезни обмена: а) ожирение вторичного генеза (дианцефальное, гипотиреодальное, гипогенитальное, при синдроме Иценко-Купшига); б) подагра с прогрессирующим течением или выраженным болевым синдромом.
16. Патологический климакс.

**Относительные противопоказания:**

1. Частые суправентрикулярные экстрасистолы (4:40), мерцательная аритмия.

2. Повторяющаяся или частая желудочковая; эктопическая активность.

3. Легочная гипертония.

4. Аневризма желудочковая сердца

5. Умеренный аортальный стеноз

6. Неконтролируемые  метаболические заболевания (сахарный диабет, тиреотоксикоз, микседема).

7. Значительные увеличения сердца.

**Состояния, требующие специального внимания и предосторожности:**

1. Нарушение проводимости: а) полная атриовентрикулярная блокада; б) блокада левой ножки пучка Гиса; в) синдром Вольфа- Паркинсона- Уайта.
2. Наличие имплантированного водителя ритма сердца с фиксированной частотой.
3. Контролируемые дизаритмии.
4. Нарушение электролитного баланса.
5. Применение некоторых лекарств: а) препаратов наперстянки, б) блокаторов адренергических бетарецепторов и препаратов подобного действия.
6. Тяжелая гипертония, ретинопатия III степени.
7. Грудная жаба и др. проявления коронарной недостаточности.
8. Тяжелая анемия.
9. Выраженное ожирение.
10. Почечная, печеночная и др. виды метаболической недостаточности.
11. Явные психоневротические расстройства.
12. Нервно-мышечные, мышечно- скелетные и суставные расстройства, которые будут мешать проведению теста.

**Дополнения:**

сколиоз, требующий ношение корсета;

плоскостопие III степени;

частые головокружения;

нарушение связочного аппарата суставов;

некоторые доброкачественные опухоли костной системы;

некомпенсированное повреждение позвоночника;

онкологические заболевания;

различные виды переломов и посттравматические состояния;

психические расстройства и пограничные состояния психики;

ОРВИ и грипп.

Высокая температура тела.

Несложный перелом одного или двух позвонков в грудном или поясничном отделах позвоночника. После перерыва (не менее года) при отсутствии болевого синдрома можно возобновить занятия танцами.

Переломы костей конечностей, осложненные повреждением периферических нервов с наличием ярко выраженного пореза конечностей. В данном случае занятия возобновляются только после разрешения врача.

Наличие искусственного сустава.

Полная неподвижность одного из суставов нижней конечности.

Аномалия развития нижней конечности, которая затрудняет процесс ходьбы и стояния.

Нарушение связочного аппарата коленного сустава (нестабильный сустав).

Болезнь Бехтерева.

Осложненный перелом позвоночника с повреждением спинного мозга.

Эпилепсия с судорожными припадками, сопровождающаяся потерей сознания

Выраженные и частые головокружения.

Психические заболевания различной степени выраженности.

Тяжелые заболевания внутренних органов, препятствующие назначению физической нагрузки танцевального типа (сахарный диабет, артериальная гипертония, опухоли и т. д.).

Наличие онкологических заболевании.

Сколиоз, осложненный нижним вялым парапарезом, требующий ношения специальных корсетов для разгрузки позвоночника.

Резко выраженное плоскостопие III степени с болевым синдромом.

Туберкулез костей и суставов.

Ряд доброкачественных опухолей костной системы (например, фиброзная дисплазия), которые способствуют развитию патологических переломов костей.

**3. ОПРОБОВАНИЕ УСТАНОВКИ «ЭКЗАРТА» (ТРЕНИРОВКА)**

Все участники имеют право до начала старта соревнований 28 июля 2018 года с 12.00 до 16.00 провести тренировку (опробование) по всем видам программы соревнований. Тренировки проходят в соответствии с графиком, утвержденным оргкомитетом, и назначаются по факту регистрации и прохождения мандатной комиссии. Длительность тренировки одного участника суммарно не более 10 минут на каждый вид. Оргкомитет обязан предоставить спортивный инвентарь, снаряды и оборудование, в том числе установку «Экзарта», соответствующие требованиям Правил соревнований. После окончания тренировки, участники представляют спортивный инвентарь Оргкомитету (сенсомоторные подушки, фитболы и т.д.) для осмотра на соответствие требованиям Правил соревнований и маркировки. Спортивный инвентарь, выданный для тренировки участнику, не может быть передан третьим лицам, не может использоваться для извлечения финансовой или прочей выгоды. Во время опробования снарядов судейская коллегия или отдельные её члены должны находиться в тренировочном секторе.  
Опробование снарядов предоставляется по всем видам программы. Все секторы и снаряды должны быть готовы.

Разминка и опробование установки «Экзарта»: 28 июля 2018 года с 12.00 до 16.00.

**4. ОРГАНИЗАЦИЯ И КОМПЛЕКТОВАНИЕ СУДЕЙСКОЙ И МАНДАТНОЙ КОМИССИЙ.**

Судейская комиссия состоит из:   
- Председателя судейской комиссии,   
- Главного судьи,   
- Старшего судьи.

Мандатная комиссия состоит из:   
- Председателя мандатной комиссии,

- Врача,

- Секретаря мандатной комиссии.

Допускается совмещение функциональных должностей в обоих комиссиях. Результаты соревнований оформляются протоколом, подписываются Председателем судейской комиссии и Главным судьей. Протокол о допуске до соревнований участников формируется и подписывается Председателем мандатной комиссии, врачом и секретарем мандатной комиссии.

**5. ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

Программу соревнований утверждает Оргкомитет. Программа определяет время всех мероприятий в рамках соревнований и выдается участникам по факту прохождения мандатной комиссии 28 июля 2018 года. Отдельные участиники соревнований и/или делегации должны быть ознакомлены с порядком проведения открытия и закрытия соревнований, выполнять требования судьи по информации и торжественным церемониям. Все отдельные участники и/или представители делегаций обязаны принять участие в открытии и закрытии соревнований в соответствии со сценариями. Соревнования проводятся в двух квалификациях. Квалификация «Фитнес» предусматривает участие в соревновании лиц не имеющих специального образования и/или физической подготовки, не являющиеся работниками частных или государственных физкультурных/спортивных/фитнес-центров, иные лица допущенные к соревнованиям мандатной комиссией.   
Квалификация «Фитнес-мастер» предусматривает участие в соревновании лиц, имеющих специальное образование и/или физическую подготовку, являющиеся работниками частных или государственных физкультурных/спортивных/фитнес-центров, иные лица допущенные к соревнованиям мандатной комиссией и допущенные для участия в соревнованиях в квалификации «Фитнес-мастер».

Соревнования проводятся: 28 июля 2018 года с 17.00 до 19.00.

В квалификации «Фитнес» с 17.00 до 18.00, в квалификации «Фитнес-мастер» с 18.00 до 19.00.

**6. СОРЕВНОВАНИЯ**

Судейская коллегия прибывает на место проведения соревнований не позднее, чем за 1 час до их начала. Оргкомитет обеспечивает зону доступа участников соревнований на спортивную арену. Спортивной ареной являются все пространства внутри павильона, исключая трибуны. Место проведения соревнований должно иметь ленточное (или иное) ограждение.  
На спортивную арену запрещается доступ лиц, не участвующих непосредственно в проведении данного квалификации соревнований. В пределах спортивной арены находится судейская коллегия. За 10 минут до начала соревнований к месту старта для инструктажа по использованию оборудования приглашаются участники соответствующей квалификации, в соответствии с жеребьевкой, далее по протоколу. Запрещается выходить на соревнования с голым торсом и в коротких спортивных трусах, а также плавках. Участникам соревнований запрещается входить в зону проведения соревнований без приглашения судейской комиссии.  
Представители средств массовой информации допускаются на спортивную арену в строго отведенные места. Протесты подаются в секретариат соревнований, где регистрируются. Решения по протестам принимаются Председателем судейской комиссии. Вмешательство со стороны представителей, тренеров, участников соревнований и официальных лиц не допускается. В утверждении результатов участвуют только члены судейской комиссии. Все решения судейской комиссии объявляются Предскдателем судейской комиссии. Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской федерации от 09.08.2010г. № 613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий». Организатор соревнований не несет ответственность за вред, связанный с ухудшением здоровья, если состояние участника ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания. Организатор не несет ответственность за вред, причиненный здоровью Участника вследствие нарушения им Инструкций по технике безопасности, не соблюдения рекомендаций судей, самостоятельных тренировок. В случае, если действия и/или состояние здоровья участника представляют угрозу для окружающих или для него самого, члены судейской комиссии вправе отказать ему в участии в соревновании или преостановки участия в них. В течение соревнований участник обязан самостоятельно следить за своим самочувствием. Запрещается участвовать в соревнованиях при незаживших травмах и общем недомогании. Участник обязан бережно относится к оборудованию.

Перечень упражнений и заданий определяется судейской комиссией в соответствии с квалификацией участников.

**7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Все участники и/или представители делегаций должны присутствовать на церемонии награждения. Судейская комиссия может принять решение о неучастии участника на церемонии только по уважительной причине.

**8. ГРАЖДАНСТВО УЧАСТНИКОВ**

Для участия в соревнованиях допускаются лица с гражданством и без гражданства.