

**РЕГЛАМЕНТ**  
**проведения соревнований Creators Games 2017**  
**Часть 2 «Creators Games. Competition»**



## СОДЕРЖАНИЕ

1. НАЗВАНИЕ, ГЕОГРАФИЯ ПРОВЕДЕНИЯ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ .....	3
2. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ, ОРГАНИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЯМИ .....	3
3. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЯ, ФОРМАТ И РЕГИСТРАЦИЯ КОМАНД .....	4
4. ПРИНЦИП КОМАНДООБРАЗОВАНИЯ, НАЧИСЛЕНИЯ БАЛЛОВ .....	5
5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЧИР-ДАНСУ .....	6
6. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ФУТБОЛУ .....	8
7. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ ПО АТЛЕТИКЕ .....	11
ПРИЛОЖЕНИЕ № 1 .....	17
ПРИЛОЖЕНИЕ № 2 .....	21
ПРИЛОЖЕНИЕ №3 .....	22
ПРИЛОЖЕНИЕ №4 .....	26
ПРИЛОЖЕНИЕ № 5 .....	28

## **1. Название, география проведения, цели и задачи**

1.1. «Creators Games» - это комплекс мероприятий, проводимых adidas Group СНГ (Россия, Украина, Казахстан), (далее - «Компания»), целью которых является проведение спортивных соревнований бренда adidas по дисциплинам и направлениям, являющимся фокусными для данного бренда в 2017 году.

1.2. В 2017 году «Creators Games» проходит в два этапа:

**I этап:** Битва Сообществ городов - с 15 января 2017 года по 17 апреля 2017 года;

**II этап:** Creators Games. Competition (далее – «Соревнование») - с 1 июня по 22 июля 2017 года.

1.3. Настоящий регламент (далее – «Регламент») описывает порядок проведения II-го этапа Creators Games.

1.4. В Соревновании принимают участие все сотрудники офисов, розницы и складов adidas Group СНГ (Россия, Украина, Казахстан) (далее - «Сотрудники»), а также покупатели магазинов бренда adidas, не являющиеся сотрудниками adidas Group (далее – «Клиенты»). В рамках настоящего Регламента сотрудники и клиенты adidas Group СНГ (далее – «Компания»), принимающие участие в Соревновании, именуются «Участники».

1.5. Победители соревнований, признанных таковыми в порядке, установленном настоящим Регламентом, награждаются памятным сувенирами. Для Сотрудников Компании указанные призы и подарки не являются премией или иным видом поощрения за труд в рамках трудовых отношений в Компании, поскольку зависят не от трудового вклада в Компанию, а исключительно от победы или участия в Соревновании.

1.6. Данный регламент содержит точные стандарты и порядок выполнения физических упражнений. Предназначено для ознакомления судей и участников перед выполнением заданий/комплексов.

1.7. Судья вправе принять решение о зачете или незачете выполненного физического упражнения, основываясь на техническом регламенте, описанном в данном положении. Стандарты каждого упражнения и техника выполнения должны быть доведены до Участников и опробованы перед каждым выполнением задания/комплекса.

1.11. Установленные в настоящем Регламенте правила проведения Соревнований не являются публичным конкурсом и/или публичным обещанием награды. Все указанные в Регламенте Соревнования представляют собой внутренние корпоративные мероприятия, проводимые в Компании.

## **2. Требования к участникам, организация и управление Соревнованиями**

2.1. К участию в Соревнованиях допускаются лица, достигшие возраста 18 лет, не имеющие противопоказаний к занятиям спортом, имеющие нормальное самочувствие, температуру тела и артериальное давление, без видимых признаков утомления, инфекционных и других заболеваний, при наличии которых участие в Соревновании невозможно.

2.2. Участие в Соревнованиях проходит на добровольной основе через подачу командной заявки на участие в Соревнованиях, заполнив форму по выбранному направлению спорта по ссылке:

<https://drive.google.com/open?id=0B2NnwqdQakLLNnJmZXJBdk1Lckk>

2.3. Обязательным условием участия в Соревнованиях является наличие подписанного Уведомления о состоянии здоровья участника тренировки (Приложение №2)

2.4. К участию допускаются Участники только в спортивной экипировке бренда adidas и Reebok и форме, не имеющей знаков принадлежности к другим спортивным брендам (по name).

2.5. Для участия в Соревнованиях Сотрудник должен подать заявку в соответствующей форме и быть сотрудником Компании на момент проведения Соревнований. Для участия в

Соревнованиях Клиент должен подать заявку в соответствующей форме и иметь карту лояльности adidas Universe.

2.7. Общее руководство подготовкой и проведением Соревнований осуществляет Единый организационный комитет (на уровне Компании) и Городской организационный комитет (на уровне города).

2.8. В состав Единого Организационного комитета входят:

- Ольга Сахарова, директор по развитию Сообществ, руководитель Единого организационного комитета;
- Ольга Дайновская, вице-президент по персоналу;
- Сергей Шевырев, вице-президент adidas;
- Антон Соколов, вице-президент по розничной торговле;
- Даниил Васильев, старший тренер BU Running.

2.10. В состав Городского Организационного комитета входят:

- Региональный директор
- Ответственный территориальный менеджер, назначенный региональным директором
- Директор магазина adidas
- Старший тренер adidas Coach League
- Тренер Coach League

2.11. В задачи Городского Организационного комитета входит:

- Обеспечение тренировочного процесса на территории
- Организация и безопасное проведение городского соревнования
- Обеспечение необходимым инвентарем для проведения городского соревнования
- Привлечение дополнительного персонала для организации соревнований

### **3. Сроки проведения Соревнования, формат и регистрация команд**

3.1. Соревнование проводится с 1 июня по 22 июля 2017 года.

Регистрация команд по атлетике и футболу	1 – 15 июня
Регистрация команд по чир-дансу	1 июня- 1 июля
Старт приема зачетов по дисциплинам	19 июня – 9 июля
Объявление результатов	20 июля
Закрытие сезона Creators Games 2017: Забег спортивных сообществ во всех городах-участниках Creators Games	22 июля

3.2. Городские соревнования состоятся в рамках регулярных тренировок, организованных Компанией.

3.3. Города-участники Creators Games с поддержкой adidas Coach League принимают участие в соревнованиях в своем городе в рамках контрольных тренировок, организованных Компанией.

3.4. Города-участники Creators Games без поддержки adidas Coach League принимают участие в соревнованиях в ближайших городах с контрольными тренировками, организованных Компанией (Приложение №1)

3.5. В городских соревнованиях может принять неограниченное количество заявленных команд.

3.6. Расписание приема зачетов по атлетическим дисциплинам единое для всех городов - участников Creators Games:

Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3
19 -25 июня	26 июня- 2 июля	3 -9 июля
100 м / Махи гирей	3 000 м / Берпи	10 000 м / Подтягивания

3.7. Все городские соревнования по футболу обязаны состояться в период с 19 июня по 9 июля.

3.8. Определение победителей по чир-дансу проходит с помощью оценки программы команды по видеозаписи выступления. Срок подачи видео ролика – не позднее 1 июля 2017 года включительно.

3.9. Команда считается зарегистрированной по каждому из направлений спорта при условии корректного заполнения заявки в период с 1 по 15 июня по направлению атлетика и футбол, и с 1 июня по 1 июля по направлению чир-данс:

<https://drive.google.com/open?id=0B2NnwqdQakLLNnJmZXJBdk1Lckk>

3.10 Командная заявка заполняется Капитаном команды. Дальнейшее информирование об участии команды в городских соревнованиях производится через Капитана.

Подробная инструкция регистрации команд для Капитанов:

<https://drive.google.com/file/d/0Bwdh6CjCBwtub0ZUQ1h3SIBEQUK/view>

#### **4. Принцип командообразования, начисления баллов**

4.1. В Соревновании могут принять участие команды в рамках следующего списка дисциплин:

- Атлетика (бег и функциональный тренинг);
- Футбол;
- Чир-данс.

4.2 Количество и состав Участников команд по каждой из дисциплин должно быть следующим:

- Команда по футболу должна состоять из 6 юношей (5 основных игроков и 1 запасной), минимальное количество Клиентов в команде по футболу- 2 человека.

- Команда по чир-дансу должна состоять из 5 человек, минимальное количество Клиентов в команде по чир-дансу- 2 человека. Команда должна состоять из 5 человек независимо от пола. Минимально возможное количество Участников в команде должно составлять 4 человека. Внешние споттеры (страхующие спортсмены, не являющиеся Участниками команды) запрещены.

- Команда по атлетике должна состоять из 4 девушек и 4 юношей, минимальное количество Клиентов в команде по атлетике- 2 человека. Минимально возможное количество участников в команде должно составлять 6 человек.

- Участнику позволено принимать участие в нескольких видах спорта.

- В рамках одного направления спорта участник может представлять только одну команду.

- Соотношение Сотрудников и Клиентов Компании по гендерному признаку внутри команды не регламентируется.

4.3 Общие дополнения:

- Замены участников на городских соревнованиях запрещены.

- В каждой команде, в каждой дисциплине соревнований, должен быть выбран Капитан, являющийся Сотрудником, который становится официальным представителем команды и отвечает за ее административное управление, коммуникацию с Организационным комитетом как во время Соревнования, так и вне Соревнования (в том числе при подаче апелляций). Капитан должен быть определен при подаче заявки на участие команды в Соревновании.

4.4. По итогам городских соревнований будут определены 3 лучшие команды по атлетике в общем рейтинге участников, а также спортсмены, показавшие лучшие результаты в индивидуальном зачете.

4.5. По итогам городских соревнований будут определены 3 лучшие команды среди по чир-дансу в общем рейтинге участников.

- 4.6. В дисциплине футбол будут определены команды-победители Creators Games на городском уровне.
- 4.7. Одним из способов информирования Участников об их результатах в конкретной дисциплине является публикация результатов на Сайте.

## 5. Программа соревнований по чир-дансу

5.1. Предметом соревнований является программа, демонстрируемая командой и составленная в соответствии с требованиями и рекомендациями по выполнению (см. Приложение 5)

5.2. Определение победителей соревнований проходит с помощью оценки программы команды по видеозаписи выступления.

5.3. Срок подачи видео ролика – не позднее 1 июля 2017 года включительно. Видеозаписи, поступившие в Единый организационный комитет позднее данного срока, не попадают в конкурсную программу. Командную заявку заполняет Капитан команды:

<https://drive.google.com/open?id=0B2NnwqdQakLLNnJmZXJBdk1Lcck>

5.4. Допускается использование различных атрибутов привлечения внимания таких как флаги, баннеры, плакаты, и т.д. только в блоке чир-приветствия.

При выполнении основной программы разрешается использовать только помпоны.

5.5. Требования к внешнему виду участников:

- Команда может быть одета в единую форму (специальные костюмы);
- Не разрешается использование съемных частей формы и не допускается снятие одежды во время выступления;
- Нижнего белья не должно быть видно;
- Нижней частью формы могут быть юбки, шорты или брюки;
- Верхней частью формы могут быть топ, легкая куртка, жилет и т.п.;
- Разрешается использовать обувь для танцев или обувь из текстиля;
- Запрещается использовать обувь на высоких каблуках или платформе.
- В целях соблюдения техники безопасности во время выступления не разрешается носить любые ювелирные украшения (кольца, серьги, цепочки и др.) и медицинские предметы (очки, слуховые аппараты и др.);
- Любые аксессуары (например, используемые для закрепления прически), должны быть тугими и, по возможности, мягкими и плоскими.

5.6. Программа выступления:

- Программа выступления состоит из 2 блоков: «Чир-приветствие» и основная программа выступления;
- Максимальная продолжительность блока «Чир-приветствие» должна составлять 30 секунд;
- Продолжительность основной программы должна составлять от 1.30 минут до 2.30 минут;
- Пауза между блоками не должна превышать 10 секунд.
- Основная программа выполняется полностью под музыку;
- Отсчет времени основной программы начинается с момента начала звучания музыки или первого движения Участников и заканчивается с последней нотой музыки или остановкой всех Участников команды;
- Перед началом программы вся команда должна занять исходное положение.

5.7. Допускается использование любого музыкального сопровождения, за исключением использования гимнов стран, текстов песен расистского толка, оскорбительного характера, с нецензурными высказываниями, с вульгарным исполнением.

5.8. Требование к видеозаписи:

- Видеосъемка должна производиться с начала и до конца исполнения программы, без пауз и монтажа, без выключения и остановки видеокамеры;
- Во время исполнения программы на видео должно быть отчетливо видно всех участников команды, исполняемые элементы, станты и пирамиды;
- В случае несоответствия видеозаписи требованиям регламента присланная заявка рассматриваться не будет.

#### 5.9. Судейская коллегия

В судейскую коллегия входят 5 человек:

- Официальный представитель Creators Games – 1 представитель;
- Представитель Coach League – 1 представитель;
- Профессиональная судейская коллегия чир-данс – 3 представителя.

По решению официальных представителей Creators Games судейская коллегия может быть расширена дополнительными участниками.

#### 5.10. Система судейства

- Итоговая оценка формируется следующим образом:
  - каждый судья выставляет баллы по всем критериям судейского протокола и высчитывает свою общую оценку;
  - из общих оценок судей не учитываются оценки двух судей, поставивших самую высокую и самую низкую общую оценку;
  - общие оценки остальных судей суммируются;
  - из полученной суммы общих оценок судей вычисляется среднее арифметическое значение.
- В случае если команда нарушила правила проведения Соревнования, из среднеарифметического значения вычитается значение штрафа. Полученная в результате цифра является итоговой оценкой команды;
- В случае равенства итоговых оценок приоритет отдаётся команде, получившей более высокие баллы за технику исполнения;
- В случае повторного равенства учитываются общие оценки остальных двух судей, которые не учитывались при первоначальном подсчёте итоговой оценки (поставивших самую высокую и самую низкую общую оценку).
- Решение судей окончательное.

#### 5.11. Нарушение правил и штрафы

5.11.1. Не включение в программу любого элемента не предполагает начисления штрафных баллов, а ведёт к невозможности получения максимальной оценки.

##### 5.11.2. Наказание штрафом в 1 балл:

- Превышение времени основной программы от 5 до 10 секунд
- Превышение времени «чир-приветствие» от 5 до 10 секунд
- Паузы между основной программой и «чир-приветствием» от 5 до 10 секунд

##### 5.11.3. Наказание штрафом в 3 балл:

- Превышение времени основной программы от 10 секунд
- Превышение времени «чир приветствие» от 10 секунд
- Паузы между основной программой и «чир приветствием» от 10 секунд
- Любое нарушение правил безопасности и требований к выполнению элементов чир-данса (см. Приложение 3 и Приложение 5) наказывается штрафом в 3 балла.

##### 5.11.4. Команда может быть дисквалифицирована за следующие нарушения:

- нарушение количественного и качественного состава команды
- нарушение требований к возрастным ограничениям
- костюмы, состоящие из вызывающей одежды, не соответствующей спортивному стилю



## 6. Программа соревнований по футболу

6.1. Футбольные соревнования проводятся в формате турнира среди городских команд. Футбольный турнир состоится при условии, что от одного города будет заявлено 3 или более команд. При несоблюдении данного командного лимита футбольный турнир не состоится.

6.2. Командные заявки принимаются от Капитанов в срок с 1 по 15 июня:

<https://drive.google.com/open?id=0B2NnwqdQakLLNnJmZXJBdk1Lckk>

6.2.1 Заявки, пришедшие в Единый Организационный Комитет позднее указанного периода рассмотрены не будут.

6.2.1 Заявки, пришедшие в Единый Организационный Комитет позднее указанного периода рассмотрены не будут.

6.3. Требования к Участникам футбольного турнира:

- Каждая команда должна состоять из 6 человек. 5 основных игроков + 1 замена.
- Запрещается участие одного игрока в турнире в составе двух или более команд.
- Легионером считается футболист, не являющийся сотрудником Компании.
- Минимальное количество легионеров в команде - 2 игрока.
- Наличие легионеров в команде обязательно.

6.4. Экипировка

6.4.1. Цвета игровой формы команды должны быть выдержаны в единой цветовой гамме. В случае, когда игроки одной команды экипированы в футболки разных цветов, футболистам предоставляются игровые накидки единого цвета (манишки);

6.4.2. В случае, когда у обеих команд-соперниц игровая форма одинакового цвета, капитаны (представители) команд с помощью жребия разыгрывают, какая из команд будет играть в накидках, отличных по цвету от игровой формы соперник, после чего игроки получают комплект накидок;

6.4.3. К участию в соревнованиях допускаются игроки в спортивной обуви (кеды, бутсы, футбольные шиповки бренда adidas и Reebok и форме, не имеющей знаков принадлежности к другим спортивным брендам (no name).

6.4.4. К участию в матче не допускаются игроки в неспортивной обуви (ботинки, туфли, сапоги, мокасины и т.п.), в бутсах с железными шипами, а также футболисты без обуви;

6.4.5. Футболисты, имеющие на себе предметы, способные причинить травмы как себе, так и другим игрокам (часы, крупные ювелирные изделия и т.п.), по решению арбитра к игре не допускаются.

6.5. Схема проведения футбольного турнира:

6.5.1. Формат проведения городского соревнования зависит от количества команд участников:

**А) Количество команд от 3 до 5.** Круговая система. Каждая команда играет с каждой командой. Итоговые места команд определяются по сумме очков, набранных в результате всех встреч.

Очки командам за матч начисляются следующим образом: победа – три очка, ничья – одно очко, поражение – ноль очков.

В случае равенства очков у двух лучших команд, победитель определяется по следующим показателям:

- большее количество очков в играх между собой;
- лучшую разницу забитых и пропущенных мячей в играх между собой;
- лучшую разницу забитых и пропущенных мячей во всех играх;
- наибольшее число забитых мячей во всех матчах;
- наименьшее количество дисциплинарных санкций (Шкала: удаление – 3 балла, предупреждение – 1 балл).



Таблица 1

**Схема распределения игр для отборочного турнира (круговая система) на примере 5 команд (продолжительность ~ 2.5 часа с перерывами)**

Название	Команда 1	Команда 2	Команда 3	Команда 4	Команда 5
Команда 1					
Команда 2					
Команда 3					
Команда 4					
Команда 5					

**Б) Количество команд от 6.** Групповой этап + плей-офф. Участники распределяются пропорционально по группам слепой жеребьевкой, допускается наличие в одной группе нечетного количества команд. Количество групп всегда должно быть четным. Очки командам за матч группового этапа начисляются следующим образом: победа – три очка, ничья – одно очко, поражение – ноль очков. Из каждой группы выходит 2 лучшие команды, в случае равенства очков у двух или трех лучших команд, победитель определяется по следующим показателям:

- большее количество очков в играх между собой;
- лучшую разницу забитых и пропущенных мячей в играх между собой;
- лучшую разницу забитых и пропущенных мячей во всех играх;
- наибольшее число забитых мячей во всех матчах;
- наименьшее количество дисциплинарных санкций (шкала: удаление – 3 балла, предупреждение – 1 балл).

Таблица 2

**Распределение по играм при круговом турнире 6 команд. 2 группы + плей-офф: на 1-ом поле (примерно 3,5 часа)**

Турнир на 6 команд								
	Группа А				Группа Б			
	Команда 1				Команда 4			
	Команда 2				Команда 5			
	Команда 3				Команда 6			
	Группа А				Группа Б			
	Название	Команда 1	Команда 2	Команда 3	Название	Команда 4	Команда 5	Команда 6
6 игр на групповом этапе	Команда 1				Команда 4			
	Команда 2				Команда 5			
	Команда 3				Команда 6			
<b>Плей офф</b>								
3 игры плей - офф	Пара 1	1 место А			2 место Б			
	Пара 2	2 место А			1 место Б			
	Финал	Победитель Пары 1			Победитель Пары 2			

Таблица 3

**Турнирная сетка со схемой распределения игр на примере 9 команд**  
Методом слепой жеребьёвки (или другим) команды распределяются на группы предварительного этапа:

Группа А	Группа В
1	1
2	2
3	3
4	4
	5

Таблица 4

**Турнирная сетка со схемой распределения игр на примере 16 команд**

1. Методом слепой жеребьёвки (или другим) команды распределяются на группы предварительного этапа:

Группа А	Группа В	Группа С	Группа D
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4

2. Проводятся игры в группах на 4 площадках по следующему графику:

	Поле 1	Поле 2	Поле 3	Поле 4
1	A1 – A4	A2 – A3	C1 – C4	C2 – C3
2	B1 – B4	B2 – B3	D1 – D4	D2 – D3
3	A2 – A1	A4 – A3	C2 – C1	C4 – C3
4	B2 – B1	B4 – B3	D2 – D1	D4 – D3
5	A3 – A1	A4 – A2	C3 – C1	C4 – C2
6	B3 – B1	B4 – B2	D3 – D1	D4 – D2

3. Проводятся четвертьфинальные игры:

Поле 1 (пара E)	Поле 2 (пара F)	Поле 3 (пара G)	Поле 4 (пара H)
A1 – B2	B1 – A2	C1 – D2	D1 – C2

4. Перерыв 10-15 минут.

5. Проводятся полуфинальные игры:

Поле 1	Поле 2
Победитель H – победитель F	Победитель E – победитель G

6. Проводится финальное соревнование регионального отборочного этапа

- В случае ничейного исхода в играх Плей-офф назначается по три 6-ти метровых удара для каждой команды;

- В случае не выявления лучшей команды в серии пенальти, назначаются дополнительные 6-и метровые удары любым игроком каждой из команд до первого не забитого мяча (промаха);
- Команде, не явившейся на игру (опоздание более 5 минут), засчитывается техническое поражение со счетом 0 - 3;
- Матчи проходят по упрощенным правилам мини-футбола; Ауты вводятся ногами, вратарь вводит мяч руками;
- Замены игроков не ограничены;
- В случае получения игроком двух жёлтых карточек или прямой красной карточки он удаляется с поля до конца матча, данный игрок пропускает следующий матч.

#### 6.6. Требования к месту и времени проведения городского соревнования

- Параметры игровой площадки могут варьироваться, приблизительная ширина: 20 – 25 метров, длина: 45 – 55 метра;
- Ширина штрафной площади должна равняться 6 метров от края штрафной до линии вратарской;
- Продолжительность матчей - 2 тайма по 9 минут «грязного» игрового времени ; Перерыв между таймами может составлять от 2 до 5 минут в зависимости от количества участников;
- Размер мяча – 5 (5 Size);
- В день соревнования на площадке должно быть 4 мяча.

### 7. Программа соревнований по атлетике

7.1. Командные заявки принимаются от Капитанов в срок с 1 по 15 июня:

<https://drive.google.com/open?id=0B2NnwqdQakLLNnJmZXJBdk1Lckk>

7.1.1 Заявки, пришедшие в Единый Организационный Комитет позднее указанного периода рассмотрены не будут.

7.2. Соревнования по атлетике включают в себя проведения бегового и функционального состязаний.

#### 7.2.1 Беговые дисциплины

Состязание	Количество Участников от команды
100 м	2 человека (1 м, 1 ж)
3000м	2 человека (1 м, 1 ж)
10000м	2 человека (1 м, 1 ж)

#### 7.2.2 Функциональные дисциплины

Состязание	Количество Участников от команды
Сгибание-разгибание рук в висе (подтягивание)	2 человека (1 м, 1 ж)
Махи гири (16 кг для мужчин, 8 кг для женщин)	2 человека (1 м, 1 ж)
Берпи	2 человека (1 м, 1 ж)

7.3. Соревнования проходят в рамках регулярных тренировок в формате приема зачетов по дисциплинам Creators Games

7.4. Расписание приема зачетов по атлетическим дисциплинам единое для всех городов - участников Creators Games:

Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3

19 -25 июня	26 июня- 2 июля	3 -9 июля
100 м / Махи гирей	3 000 м / Берпи	10 000 м / Подтягивания

#### 7.5. Требования к участникам соревнований по атлетике:

7.5.1. Состав на каждую индивидуальную дисциплину от каждой команды: 1 мужчина и 1 женщина;

7.5.2. Участники состязаются во всех заявленных дисциплинах, равномерно распределяя все испытания в рамках одной команды.

7.5.3. Минимальное количество дисциплин, в которых может принять участие один участник – 1, максимальное – 2;

#### 7.6. Требования к месту проведения Соревнований

7.6.1. Место проведения Соревнований: городской парк, набережная, открытый стадион и другие спортивные сооружения.

7.6.2. Соревновательная площадка:

##### А. Беговые дисциплины

- размеченная прямая на 100 метров (минимум на 2 дорожки);
- размеченная трасса на 3000м и 10 000м.

Трасса на 3 000м и 10 000м должна отвечать следующим требованиям:

- Трасса должна быть промерена с точностью +/-50м;
- На протяжении трассы нет перепадов высот;
- Трасса проложена без пересечений проезжей части;
- Трасса должна быть без резких поворотов и проходить на открытом просматриваемом пространстве;
- Повороты на дистанции и опасные участки помечаются фишками или сигнальной лентой;
- Вблизи трассы отсутствуют свалки, места скопления бездомных животных;
- Трасса оборудована питьевым пунктом.

##### Б. Функциональные дисциплины

- Минимум 1 турник
- 2 гири по 8 и 16 кг
- Ровная поверхность для выполнения берпи

### 8. Беговые дисциплины

#### 8.1. Бег на 100 метров

- Проводится в один круг (финал)
- Старт производится из положения высокого старта;
- Использование стартовых колодок запрещено;
- Бег проходит строго по своим дорожкам (пересечение считается нарушением);
- Завершением дистанции считается пересечение финишной линии грудью по своей дорожке.

#### 8.2 Бег на 3 000 метров

- Проводится в один забег (финал);
- Старт производится из положения высокого старта;
- Забег проходит по заранее вынесенной трассе или на стадионе в 7.5 кругов по 400 метров.
- Завершением дистанции считается пересечение финишной линии всем телом.

#### 8.3 Бег 10 000 метров

- Проводится в один забег (финал)

- Старт производится из положения высокого старта;
- Забег проходит по заранее вынесенной трассе или на стадионе в 25 кругов по 400 метров.
- Завершением дистанции считается пересечение финишной линии всем телом.

#### 8.4. Положение для судей по проведению бегового состязания

##### 8.4.1. Дисциплина 100 метров

###### Стартовая группа

- Обязанности судьи на старте:
  - сбор участников в стартовой зоне
  - укомплектование забегов
  - вывод участников на старт
  - старт забега: судья подтверждает белым флагом готовность к старту
  - Команда «На старт» - участники занимают положение старта,
  - Команда «Марш» - одновременно с командой происходит отмашка флагом для сигнала хронометристам
  - Фальстарт - преждевременный старт, может быть один в забеге, последующие наказываются дисквалификацией

###### Финишная группа

- Обязанности хронометристов:
  - Перед забегами распределяют между собой участников по следующему принципу:
    - 1 судья засекает 1 и 2 дорожку
  - Подтверждают белым флагом готовность к старту;
  - По отмашке флагом стартера, запускают секундомеры;
  - Останавливают время в момент пересечения грудью участника проецируемой линии финиша
  - Вносит в финишный протокол места прихода участников и результаты забега.
  - Судьи соревнований направляют заполненные протоколы в электронном виде на почтовый ящик [creatorsgames@adidas-group.com](mailto:creatorsgames@adidas-group.com)

##### 8.4.2 Дисциплины 3000 метров и 10000 метров

###### Стартовая группа:

- Обязанности координатора старта:
  - сбор участников в стартовой зоне
  - укомплектование забегов
  - вывод участников на старт
  - Старт забега: судья подтверждает белым флагом готовность к старту
  - Команда «На старт» - участники занимают положение старта, судья проверяет стартовое положение и положение рук (руки должны находиться перед линией старта и не касаться ее)
  - Команда «Марш» - одновременно с командой происходит отмашка флагом для сигнала хронометристам и старт
  - Фальстарт - преждевременный старт, может быть один в забеге, последующие наказываются дисквалификацией

###### Финишная группа:

- Обязанности хронометристов
  - Подтверждают белым флагом готовность к старту
  - По отмашке флагом стартера, запускают секундомеры.
  - Отмечают количество пройденных кругов выбранного участника

- Оповещают о количестве оставшихся кругов выбранному участнику
- Останавливают время в момент пересечения грудью участника проецируемой линии финиша
- Отмечают в протоколе место прихода участников на финише
- Вносят результаты в протокол
- Судьи соревнований направляют заполненные протоколы в электронном виде на почтовый ящик [creatorsgames@adidas-group.com](mailto:creatorsgames@adidas-group.com)

## 8.5 Дисквалификация

В случае нарушения правил в беговых видах, которые подразумевают дисквалификацию, очки заработанные участником, не засчитываются.

- **Старт:** согласно правилами соревнований запрещено использование стартовых колодок (станков) в беге на короткие, средние и длинные дистанции.
- **Фальстарт:** разрешается один фальстарт в забеге, каждый последующий вне зависимости от того, кем он был сделан, наказывается дисквалификацией.
- **Умышленная помеха:** подножка, толчки, задержки наказываются дисквалификацией.
- **Спортивная обувь:** использование шипованной обуви на легкоатлетических дистанциях запрещено.

## 9. Функциональные дисциплины

### 9.1. Сгибание-разгибание рук в висе (подтягивание)

- **Цель** – выполнить как можно больше подтягиваний. Время выполнения ограничено 1 минутой, паузы и попытки – не регламентированы (атлет может спрыгивать неограниченное количество раз), упражнение выполняется до отказа. В случае нарушения указанной техники выполнения судья делает замечание, указав на нарушение, и не засчитывает повтор. В зачет принимается суммарное количество повторов в рамках 60 секунд.
- **Стартовое положение** (начало движения) – Атлет висит на турнике, ноги не касаются земли. Суставы: локтевой, плечевой, тазобедренный и коленный полностью разогнуты. Хват не регламентирован. Атлет не допускается до участия в состязании без использования одного из видов защиты ладоней: гимнастических накладок, перчаток для функциональных дисциплин или спортивного тейпа.
- **Промежуточное положение** - руки согнуты в локтевом суставе, подбородок над перекладиной.
- **Конечное положение** (возврат к началу движения) – локтевой сустав полностью выпрямлен, как при стартовом положении. Способ подтягивания не регламентирован.

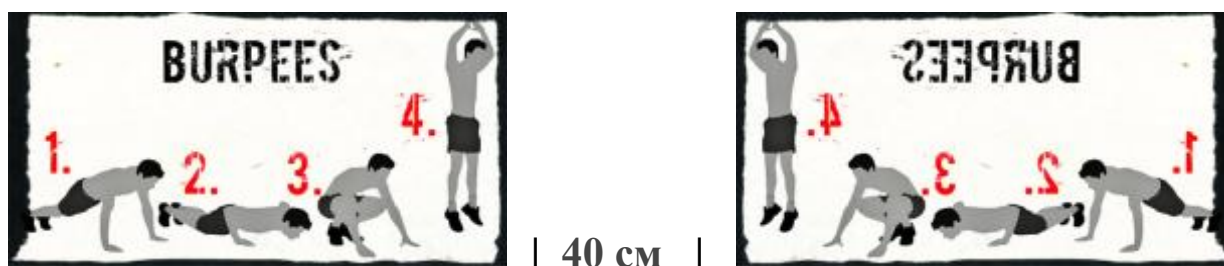
### 9.2 Махи гирей

**Цель** – выполнить как можно больше махов гирей за 60 секунд. Вес гири для женщин – 8, кг, для мужчин – 16 кг. Количество подходов, в рамках отведенного времени не регламентировано. Возможен отдых. Положение тела во время отдыха не регламентировано. В случае нарушения указанной техники выполнения судья делает замечание, указав на нарушение, и не засчитывает выполнение

- **Стартовое положение** – Атлет удерживает гирию между ног обеими руками, локтевые суставы полностью выпрямлены, спина ровная (сохранено физиологическое положение позвоночника). Ширина постановки ног и углы в плечевом, тазобедренном и коленном суставах не регламентированы.
- **Промежуточное положение** – гирия находится над головой атлета, дно гири направленно вперед по направлению взгляда. Суставы: локтевой, плечевой, тазобедренный и коленный полностью выпрямлены и находятся на одной линии перпендикулярно полу.
- **Конечное положение** – гирия между ног, как при стартовом положении, дно гири вверх. Плечевой сустав разогнут, положение плечевого, тазобедренного и коленного не регламентировано.

### 9.3 Бёрпи

- **Цель** – выполнить как можно больше берпи за 60 секунд. Количество подходов, в рамках отведенного времени не регламентировано. Возможен отдых. Положение тела во время отдыха не регламентировано. В случае нарушения указанной техники выполнения судья делает замечание, указав на нарушение, и не зачитывает выполнение
- **Стартовое положение.** Присядьте, поставив обе ладони на пол перед линией. Бедра должны быть прижаты к икрам, руки стоять устойчиво. Голову вверх поднимать не нужно, шея – продолжение позвоночника.
- **Промежуточное положение.** Прыжком переходим в упор лежа. На выдохе, перенесите вес на руки и упруго толкнитесь ногами от пола, выбросив их назад. На выдохе согните руки в локтях и опуститесь грудью до пола, выполнив отжимание. Корпус при этом абсолютно прямой, положение локтей существенного значения не имеет. Вдохните и толкнитесь ногами от пола, подбросив таз вверх. Прыжком подтяните и вернитесь я в присед.
- **Конечное положение.** Прыжок после отжимания. Для объективного судейства прыжок должен осуществляться через две наклеенные линии. Расстояние между линиями составляет 40 см. После прыжка нужно развернуться и повторить упражнение, прыжок может быть осуществлен с разворотом в воздухе.
- **Повторяйте упражнение до окончания временного интервала**



## 10. Требования для судей

### 10.1. Проведение функционального состязания



- При выполнении упражнений обязательно присутствие судьи. Количество судей определяется количеством одновременно соревнующихся Участников /команд (1 участник = 1 судья). Началом выполнения упражнения служит команда «Старт».

10.2. Судья должен:

- Быть одетым в спортивную форму в спортивной экипировке бренда adidas и Reebok и форме, не имеющей знаков принадлежности к другим спортивным брендам (no name).
- Уметь наглядно продемонстрировать и рассказать все технические аспекты выполнения упражнения;
- Знать список запрещенных к использованию средств;
- Иметь в наличии все средства необходимые для выполнения упражнения (секундомер, протокол, ручка);
- Объяснить до выполнения упражнения Атлетом технику и стандарты выполнения упражнения и посмотреть на пример выполнения задания Атлетом;
- Началом к выполнению задания служит команда «Старт»;
- Задание считается выполненным, если судья говорит «Стоп»;
- Если элемент не соответствует технике выполнения, судья говорит «Не зачтено».

10.3. С учетом лично-командного типа Соревнований, Участники, занявшие первые шесть мест в личном и командном испытании приносят от 10 до 1 очков в копилку своей команды.

<b>Место в личном первенстве</b>	<b>Количество очков в копилку команды</b>
1 место	10 очков
2 место	6 очков
3 место	4 очка
4 место	3 очка
5 Место	2 очка
6 место	1 очко

## Города проведения контрольных тренировок в рамках Creators Games. Competition

Город	Город проведения соревнования. Контрольные тренировки организуются adidas Coach League
Абакан	Абакан
Адлер	Сочи
Актау	Актау
Актобе	Актобе
Алматы	Алматы
Анапа	Краснодар
Ангарск	Ангарск
Армавир	Пятигорск
Архангельск	Архангельск
Астана	Астана
Астрахань	Астрахань
Атырау	Актобе
Балашиха	Москва
Барнаул	Барнаул
Белгород	Белгород
Березники	Пермь
Бийск	Новосибирск
Благовещенск	Благовещенск
Братск	Иркутск
Брянск	Брянск
Великий Новгород	Псков
Винница	Киев
Владивосток	Владивосток
Владикавказ	Пятигорск
Владимир	Владимир
Внуково	Москва
Волгоград	Волгоград
Волжский	Волгоград
Вологда	Вологда
Воронеж	Воронеж
Воскресенск	Москва
Геленджик	Краснодар
Грозный	Пятигорск
Дмитров	Москва
Днепропетровск	Днепр
Домодедово	Москва
Екатеринбург	Екатеринбург
Ессентуки	Пятигорск
Железнодорожный	Москва
Житомир	Киев
Запорожье	Запорожье
Зеленоград	Зеленоград
Иваново	Иваново

Ивано-Франковск	Ивано-Франковск
Ивантеевка	Москва
Ижевск	Ижевск
Йошкар-Ола	Чебоксары
Иркутск	Иркутск
Казань	Казань
Калининград	Калининград
Калуга	Калуга
Караганда	Астана
Кемерово	Кемерово
Киев	Киев
Киров	Киров
Кировоград	Харьков
Кисловодск	Пятигорск
Клин	Москва
Коломна	Коломна
Колпино	Санкт-Петербург
Королёв	Москва
Костанай	Костанай
Кострома	Ярославль
Краматорск	Харьков
Красногорск	Москва
Краснодар	Краснодар
Красноярск	Красноярск
Кривой Рог	Харьков
Курган	Курган
Курск	Курск
Липецк	Воронеж
Львов	Львов
Люберцы	Москва
Магадан	Магадан, без поддержки adidas Coach League
Магнитогорск	Магнитогорск
Майкоп	Краснодар
Мариуполь	Харьков
Махачкала	Пятигорск
Миасс	Челябинск
Москва	Москва
Мурманск	Мурманск
Мытищи	Москва
Набережные Челны	Набережные Челны
Нальчик	Пятигорск
Наро-Фоминск	Москва
Находка	Владивосток
Нижевартовск	Нижевартовск
Нижнекамск	Казань
Нижний Новгород	Нижний Новгород
Нижний Тагил	Нижний Тагил
Николаев	Одесса
Новокузнецк	Новокузнецк
Новороссийск	Краснодар

Новосибирск	Новосибирск
Новый Уренгой	Новый Уренгой, без поддержки adidas Coach League
Ногинск	Ногинск
Норильск	Норильск, без поддержки adidas Coach League
Нягань	Нягань, без поддержки adidas Coach League
Обнинск	Обнинск
Одесса	Одесса
Одинцово	Москва
Омск	Омск
Орел	Орел
Оренбург	Оренбург
Орехово-Зуево	Москва
Орск	Оренбург
Павлодар	Павлодар
Пенза	Пенза
Пермь	Пермь
Петрозаводск	Петрозаводск
Петропавловск	Астана
Петропавловск-Камчатский	Петропавловск-Камчатский, без поддержки adidas Coach League
Подольск	Москва
Полтава	Харьков
Псков	Псков
Пятигорск	Пятигорск
Реутов	Реутов
Ровно	Львов
Ростов-на-Дону	Ростов-на-Дону
Рязань	Рязань
Самара	Самара
Санкт Петербург	Санкт-Петербург
Саранск	Пенза
Саратов	Саратов
Севастополь	Севастополь
Северодвинск	Архангельск
Семей	Астана
Сергиев-Посад	Сергиев-Посад
Серпухов	Москва
Симферополь	Симферополь
Смоленск	Смоленск
Сочи	Сочи
Ставрополь	Ставрополь
Старый Оскол	Воронеж
Стерлитамак	Уфа
Ступино	Москва
Сургут	Сургут
Сыктывкар	Сыктывкар
Таганрог	Ростов-на-Дону
Талдыкорган	Астана
Тамбов	Тамбов

Тараз	Алматы
Тверь	Тверь
Тольятти	Тольятти
Томск	Томск
Туапсе	Сочи
Тула	Тула
Тюмень	Тюмень
Ужгород	Ужгород, без поддержки adidas Coach League
Улан-Удэ	Улан-Удэ
Ульяновск	Ульяновск
Уральск	Уральск, без поддержки adidas Coach League
Уфа	Уфа
Ухта	Ухта
Фрязино	Москва
Хабаровск	Хабаровск
Ханты-Мансийск	Сургут
Харьков	Харьков
Херсон	Одесса
Хмельницкий	Львов
Чебоксары	Чебоксары
Челябинск	Челябинск
Череповец	Ярославль
Черкасы	Львов
Черновцы	Львов
Чехов	Чехов
Чита	Чита
Шахты	Ростов-на-Дону
Шымкент	Алматы
Электросталь	Москва
Энгельс	Саратов
Южно-Сахалинск	Южно-Сахалинск
Ялта	Ялта
Ярославль	Ярославль

**УВЕДОМЛЕНИЕ**  
**о состоянии здоровья участника тренировки**  
**ООО «АДИДАС»**

От (ФИО) \_\_\_\_\_

Я, \_\_\_\_\_,  
(ФИО) \_\_\_\_\_ (дата рождения)

\_\_\_\_\_ (адрес регистрации)

добровольно соглашаюсь на участие в тренировке, проводимой в беговом клубе adidas run club, \_\_\_\_\_ расположенном \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ адресу: \_\_\_\_\_ город \_\_\_\_\_

**Название тренировки (программы Тренировок) - Открытые тренировки бегового клуба, дата начала тренировок \_\_\_\_\_,**

- Я понимаю, что перед началом каждой Тренировки я оцениваю свое физическое состояние и приступаю к тренировке только здоровым и несу персональную ответственность за своё здоровье.

- Я подтверждаю, что был на приеме у врача.

- Я заявляю, что не имею медицинских противопоказаний для посещения тренировок (в настоящем или в прошлом не имел/-ла психических, сердечных и/или иных заболеваний).

- Я предупрежден/-на о необходимости до начала тренировок пройти медицинское обследование.

- Я осознаю вероятность получения травм и/или нанесения вреда себе и/или другим лицам во время участия в тренировке.

- Я понимаю, что за любой вред, причиненный мне или моими действиями третьим лицам, при участии в тренировке, несу персональную ответственность без привлечения ООО «АДИДАС».

**Я согласен на обработку моих персональных данных, в т.ч., но не ограничиваясь, следующие данные: Фамилия, Имя, Отчество, дата рождения, адрес регистрации,), пол, дата рождения, указанные в настоящем уведомлении, , включая трансграничную передачу и передачу третьим лицам, уполномоченным ООО "АДИДАС" для целей организации, проведения ООО «АДИДАС» тренировок. в т.ч. силами третьих лиц, также предоставления мне возможности участия в тренировке, . Я прочитал Политику Конфиденциальности (Политику в отношении обработки персональных данных), размещенную на сайте <http://runners.adidas.ru/runbase> и согласен с ее положениями. Я понимаю, что могу отозвать свое согласие, способами, указанными в Правилах.**

Дата: « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Подпись

Расшифровка подписи

**Приложение №3**

к Регламенту проведения спортивных соревнований Creators Games

**Таблица оценки элементов чир-данса**



	Требование к выполнению	Критерий оценки		Обязательные элементы		Мак. Балл
<b>СТАНТЫ</b> (техническая часть)	1. Техника, чистота исполнения 2. Сложность (заходы, спуски, уровни) 3. Скорость построения и разбора 4. Устойчивость 5. Оригинальность	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	5	2 станта (каждый оценивается максимально в 5 баллов)	10	
		Нарушение одного из требований	4			
		Нарушение 2х и более требований	3			
		Нарушение 3х требований	2			
		Нарушение 4х требований	1			
<b>ПИРАМИДЫ</b> (техническая часть)	1. Техника, чистота исполнения 2. Сложность (заходы, спуски, уровни) 3. Скорость построения и разбора 4. Устойчивость 5. Оригинальность	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	10	1 пирамида	10	
		Нарушение одного из требований	8			
		Нарушение 2х и более требований	6			
		Нарушение 3х требований	4			
		Нарушение 4х требований	2			
<b>АКРОБАТИКА</b> (техническая часть)	1. Прямой корпус 2. Натянутые ноги, руки спортсмена во время выполнения элементов 3. Четкость приземления 4. Стабильность положения при приземлении 5. Техника выполнения элемента	Выполнение 1 участником команды	Выполнение 3 и более участниками команды	Кувырок Мостик Колесо Рондат Стойка на руках Оценка за выполнение 1 элемента ставится 1 раз вне зависимости от количества повторений данного элемента.	10	
		Кувырок	1			2
		Мостик	1			2
		Колесо	1			2
		Рондат	1			2
		Стойка на руках	1			2
<b>БАЗА</b> (техническая часть)	1. Контроль и правильное положение тела ("квадрат": бедра – плечи). 2. Движения выполнены – динамично и энергично (скорость – сила – точность). 3. Использование оригинальных и сложных движений. 4. Творческий подход к переходу одного движения в другое. 5. Правильное положение кисти (не ломать запястье).	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	10	Базовые движения Общее наполнение программы	10	
		Нарушение одного из требований	8			
		Нарушение 2х и более требований	6			
		Нарушение 3х требований	4			
		Нарушение 4х требований	2			
<b>ЧИР-ПРЫЖКИ</b> (техническая часть)	1. Все прыжки выполняются с двух ног с места (подъем на носки – "плие" – выпрыгивание) без дополнительных прыжков с приземлением на две ноги. 2. Все элементы этой группы демонстрируют взрывную силу (прыгучесть).	Стредл	1	10 различных прыжков	10 баллов	10
		Абстракт	1	9 различных прыжков	9 баллов	
		Так	1	8 различных прыжков	8 баллов	

	<p>3. Поза тела (форма) в безопорном положении должна быть ясно распознаваема</p> <p>4. Приземление на согнутые ноги с носка на пятку, колени до положения глубокого приседа не сгибать (плечи и кисти на уровне колен).</p> <p>5. Тело и ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты) голова на одной линии с позвоночником.</p>	Стэг сит	1	7 различных прыжков	7 баллов	
		Херки	1	6 различных прыжков	6 баллов	
		Хедлер	1	5 различных прыжков	5 баллов	
		Двойная девятка	1	4 различных прыжков	4 балла	
		Той тач	1	3 различных прыжка	3 балла	
		Универсальный	1	2 различных прыжка	2 балла	
		Пайк	1	1 прыжок	1 балл	
<b>ПИРУЭТЫ</b> (техническая часть)	<p>1. Устойчивость пируэта</p> <p>2. Соблюдение равновесия</p> <p>3. Количество вращений</p> <p>4. Техничность исполнения</p> <p>5. Четкое завершение элемента</p>	<p>Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям</p> <p>Нарушение одного из требований</p> <p>Нарушение 2х и более требований</p> <p>Нарушение 3х требований</p> <p>Нарушение 4х требований</p>	<p>5</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>	<p>Наполнение программы танцевальными элементами</p>		<b>5</b>
<b>ШПАГАТЫ</b> (техническая часть)	<p>1. Демонстрация статической гибкости (фиксация положения 2 сек).</p> <p>2. Полный шпагат (180°).</p> <p>3. Ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты).</p> <p>4. Синхронность исполнения</p> <p>5. Разнообразие (работа как правой, так и левой ногой).</p>	<p>Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям</p> <p>Нарушение одного из требований</p> <p>Нарушение 2х и более требований</p> <p>Нарушение 3х требований</p> <p>Нарушение 4х требований</p>	<p>5</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>	<p>Минимум 3 шпагата.</p>		<b>5</b>
<b>ЛИП-ПРЫЖКИ</b> (техническая часть)	<p>1. Все прыжки выполняются с одной ноги и с приземлением на вторую ногу (толчок – полет – приземление).</p> <p>2. Все элементы этой группы демонстрируют взрывную силу (прыгучесть) и максимальную амплитуду.</p> <p>3. Поза тела (форма) в безопорном положении должна быть ясно распознаваема.</p> <p>4. Тело и ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты) голова на одной линии с позвоночником.</p> <p>5. Четкое положение рук</p>	<p>Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям</p> <p>Нарушение одного из требований</p> <p>Нарушение 2х и более требований</p> <p>Нарушение 3х требований</p> <p>Нарушение 4х требований</p>	<p>5</p> <p>4</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>	<p>Наполнение программы танцевальными элементами</p>		<b>5</b>

<b>ЧИР-ПРИВЕТСТВИЕ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Четкость и слышимость слов приветствия</li> <li>2. Реакция зрителей/судейской коллегии на исполнение приветствия</li> <li>3. Смысл приветствия</li> <li>4. Точность, резкость и сила базовых движений во время выполнения приветствия</li> <li>5. Синхронность исполнения</li> </ol>		<b>10</b>
<b>КОМАНДНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ДИНАМИКА.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Синхронность</li> <li>2. Попадание в музыку</li> <li>3. Скорость выполнения элементов, перестроений.</li> <li>4. Общий темп.</li> <li>5. Соответствие движений музыкальному ряду.</li> </ol>		<b>8</b>
<b>ХОРЕОГРАФИЯ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Использование акцентов в музыке</li> <li>2. Уникальность стиля</li> <li>3. Креативность, оригинальность движений.</li> <li>4. Формации и перестроения, смена уровней, работа в группах</li> </ol>		<b>7</b>
<b>ОБЩЕЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выразительность</li> <li>2. Способность динамичной и зажигательной программой вызвать положительную реакцию зрителей</li> <li>3. Соответствие хореографии, текстов музыкального сопровождения и костюмов</li> </ol>		<b>10</b>
<b>ОБЩАЯ ОЦЕНКА</b>			<b>100</b>

**Правила безопасности и рекомендации к выполнению программы Соревнований (футбол, атлетика, чир-данс)**

1. Все команды/участники должны сопровождаться (быть под наблюдением) во время тренировок, выступлений капитаном/сопровождающим лицом.
2. Тренеры должны учитывать возможности спортсмена и команды в целом составляя программу, включая те или иные элементы, следовать правильной прогрессии.
3. Все капитаны/сопровождающие лица должны иметь план на случай чрезвычайного происшествия или травмы.
4. Спортсмены и тренеры не должны находиться под влиянием алкоголя, наркотиков, препаратов для повышения физической выносливости.
5. Спортсмены должны всегда тренироваться и выступать на подходящей поверхности. Технические элементы (станты, пирамиды, акробатика) не могут выполняться на бетоне, асфальте, влажной или неровной поверхности или поверхности с препятствиями.
6. Все члены команды должны использовать спортивную обувь на прочной подошве, преимущественно – плотно зашнурованные кроссовки, возможно использование тканевой танцевальной обуви.
7. Запрещается использование ювелирных украшений, включая, в частности, сережки, кольца, продеваемые через нос, язык, пупок и кожу лица, а также запрещается ношение украшений из прозрачного пластика, браслетов, ожерелий и булавок на униформе. Украшения нельзя клеивать пластырем; все украшения должны быть сняты. Стразы можно прикреплять только к униформе; приклеивание стразов к коже запрещается.
8. Не разрешается использовать мини-трамплины или какие-либо другие приспособления для придания скорости, высоты или для упрощения захода на пирамиду.
9. Разрешены только следующие виды средств агитации: флажки, баннеры, таблички, помпоны, мегафоны и кусочки ткани.  
Средства агитации с шестами или подобными средствами поддержки не могут быть использованы при выполнении спортсменом какого-либо станта, пирамиды, акробатического элемента, чир-прыжка или чир-данса.  
Все средства агитации должны быть аккуратно убраны за пределы площадки сразу после блока с чирами перед началом основной программы. Разрешается использовать только мягкие и эластичные спортивные бандажи и фиксаторы. Очки, слуховые аппараты, а так же любые жёсткие медицинские предметы нельзя использовать во время выступлений.
10. Разрешается использовать только мягкие и эластичные спортивные бандажи и фиксаторы. Очки, слуховые аппараты, а так же любые жёсткие медицинские предметы нельзя использовать во время выступлений.
11. Все члены команды должны выполнять роли обязательных **внутренних** споттеров.)
12. Все члены команды должны выполнять роли обязательных **внутренних** споттеров. И иметь опыт страховки технических элементов программы (станты, пирамиды).
13. Команда должна выйти на площадку максимально быстро. С момента выхода команды в зону выступления и до начала программы запрещается выполнение, каких-либо элементов и других хореографических движений.
14. Перед началом основной программы, а так же перед началом блока с чиром, все члены команды должны находиться внутри соревновательной площадки. Перед началом

основной программы, а так же перед началом блока с чиром, все члены команды должны хотя бы одной частью тела касаться соревновательной поверхности.

15. Спортсмены, которые начали выступление, должны участвовать до конца программы. Недопустимы «замены» на другого спортсмена в процессе выступления.

16. Спортсмен не может жевать жвачку, конфеты, леденцы от кашля или другие съедобные и несъедобные предметы, которые могут вызвать удушье.

17. Все участники согласны соблюдать правила поведения тренеров и спортсменов на соревнованиях. Сопровождающее лицо/тренер каждой команды отвечает за поведение спортсменов своей команды, родителей и других лиц аффилированных с данной командой. Грубое нарушение данных правил будет основанием для дисквалификации.

## Требования к выполнению элементов чир-данса

### 1. Требования к стантам.

#### Станты

Стант – поддержка флайера одной или более базой над спортивной поверхностью.

Флаер-спортсмен, чей вес поддерживают другие спортсмены для выполнения станта, пирамиды.

База- Спортсмен, находящийся на спортивной поверхности и удерживающий основной вес другого спортсмена. Спортсмен/спортсмены, который поднимает, удерживает или подбрасывает флайера.

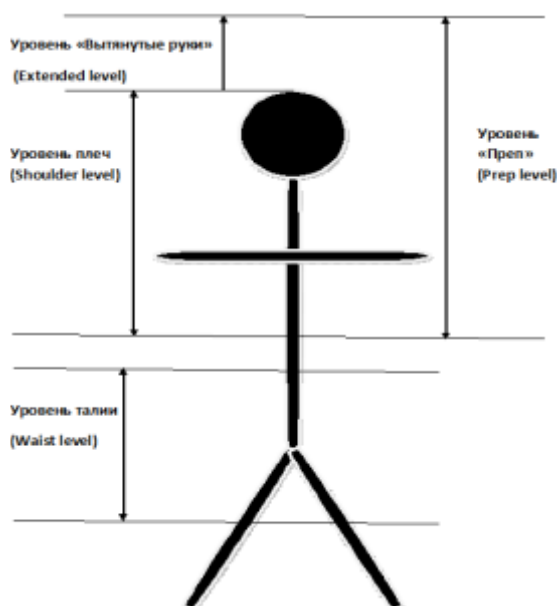
Станты различаются в зависимости от количества баз (одна или несколько) и от положения флайера (на одной ноге или на двух).

Судится точность выполнения, техничность, скорость, чистота, сложность, стабильность, высота, мягкость, четкость и скоординированность движений.

#### Критерии оценки:

- Техника выполнения
- Стабильность станта (без шатания)
- Прямой корпус, натянутые ноги, руки флайера
- Позиции баз и флайеров в станте
- Сила и энергичность выполнения
- Контроль безопасности во время выполнения станта (участниками станта)
- Наличие броска при спуске
- Стабильность и мягкость приземления на спуске со станта
- Техника (чистота) выполнения перехода от станта к станту
- Удержание стабильности позы в каждом элементе минимально – 2 сек (4 счета)
- Сложность, высота стантов

#### Уровни в стантах



- Станты выше уровня ПРЕП запрещены.
- Стант не может проходить выше уровня ПРЕП

*Пояснение: Поднятие флайера выше головы баз запрещено.*

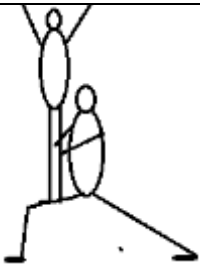
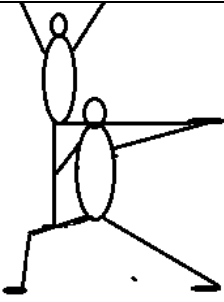
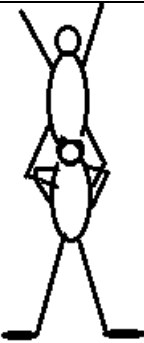
- Стант «Стойка на плечах одиночной базы» запрещен.
- Стант с одиночной базой с несколькими флайерами запрещен.
- В переходах как минимум одна база должна сохранять контакт с флайером.

Запрещается выполнение стантов, пирамид, а также движение других спортсменов над/под другими стантами, пирамидами или спортсменами.

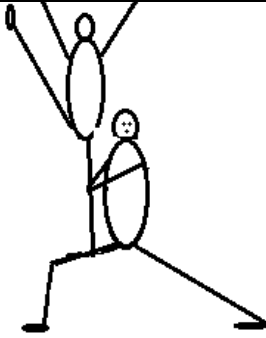


*Пояснение: Это относится к перемещению корпуса спортсмена над/под корпусом другого спортсмена; не через руки или ноги.*

*Исключение: Спортсмен может перепрыгнуть через другого спортсмена.*

#### Возможные для исполнения станты

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Заход в стойку на бедре одиночной базы</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Угол</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стрелы на плечах</li> </ul>	



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Флажок на бедре одиночной базы</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стойка на бедре двойной базы</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Резкий тейбл топ</li> </ul>	

Требования к выполнению	Результат	Баллы
6. Техника, чистота исполнения	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	5
7. Сложность (заходы, спуски, уровни)	Нарушение одного из требований	4
8. Скорость построения и разбора	Нарушение 2х и более требований	3
9. Устойчивость	Нарушение 3х требований	2
10. Оригинальность	Нарушение 4х требований	1

## 2. Требования к построению Пирамиды

Группа соединенных вместе стантов.

### **Критерии оценки:**

Четкость и быстрота выполнения элемента

Гармоничность переходов от станта к пирамиде и от пирамиды к пирамиде

Сложность, высота пирамид

Техника выполнения

Четкость и чистота (нет беспорядочности) выполнения пирамид

Позиции баз и флайеров в пирамиде (должны быть заняты верно)

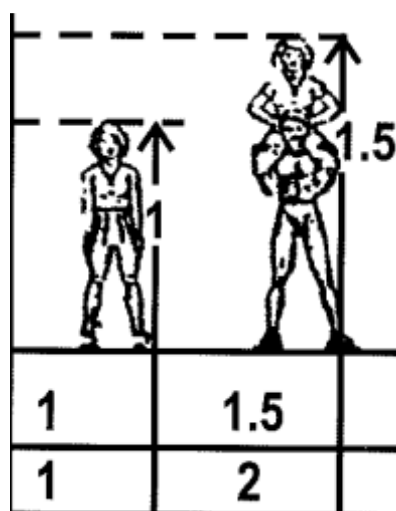
Разнообразие пирамид и переходов от пирамиды к пирамиде

Прямой корпус, натянутые ноги и руки флайера

Стабильность и мягкость приземления на спуске с пирамиды (приземление выполняется на две ноги одновременно)

Удержание стабильности позы в каждом элементе минимально – 2 сек (4 счета)

**Разрешены пирамиды максимально в 1.5 высоты.**



- Вытянутые одиночные базы или вытянутые одиночные базы с поддержкой запрещены. Базы оказывают основную поддержку флайерам.

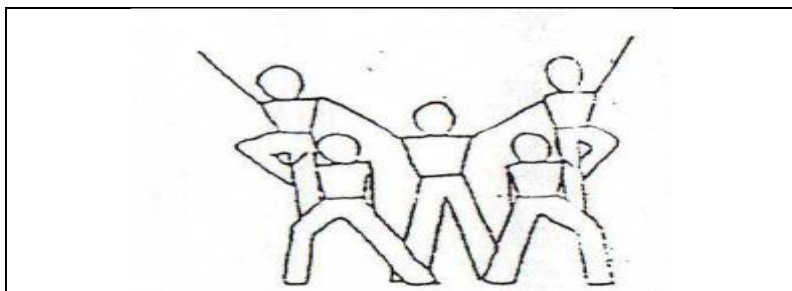
Спускаться на соревновательную поверхность и следовать правилам «спуски»

- Вытянутые станты на одной ноге запрещены.

Запрещается выполнение стантов, пирамид, а также движение других спортсменов над/под другими стантами, пирамидами или спортсменами.

**Возможные для выполнения пирамиды**





Требования к выполнению	Результат	Баллы
1. Техника, чистота исполнения 2. Сложность (заходы, спуски, уровни) 3. Скорость построения и разбора 4. Устойчивость 5. Оригинальность	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	10
	Нарушение одного из требований	8
	Нарушение 2х и более требований	6
	Нарушение 3х требований	4
	Нарушение 4х требований	2

### 3. Требования к Акробатике

**Акробатика** - любое действие, не поддерживаемое базой, при котором бедра находятся выше головы, и которое начинается и заканчивается на соревновательной поверхности.

- Все акробатические элементы должны начинаться и завершаться на спортивном покрытии.
- Выполнение акробатических элементов над, под другим спортсменом, а также сквозь старт или средство агитации запрещено.  
*Пояснение: прыжок через спортсмена разрешен (один спортсмен может перепрыгнуть через другого спортсмена)*
- Выполнение акробатических элементов, удерживая в руках средства агитации или касаясь их, запрещено.

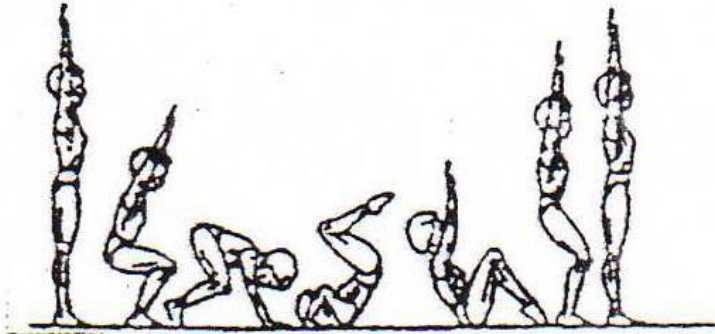

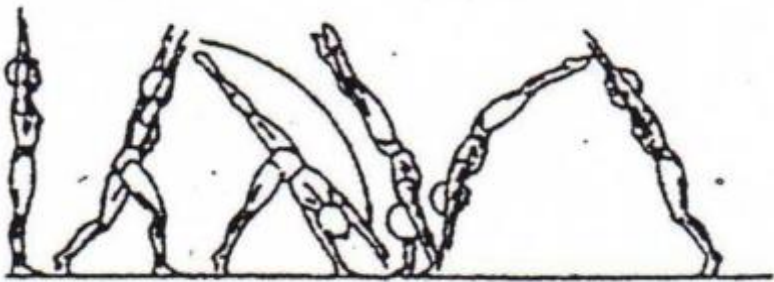
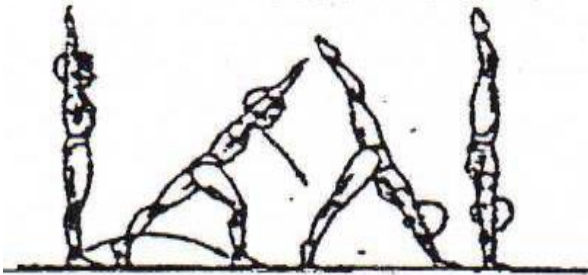
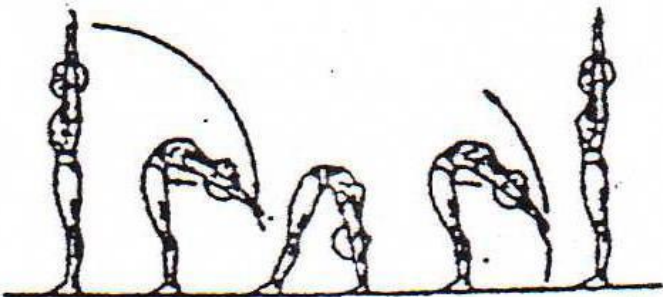
#### **Акробатика с места/ с разбега**

- Элементы должны включать постоянный физический контакт с соревновательной поверхностью.  
*Исключение: Серии колес и рондатов разрешены*
- Кувырки вперед и назад, переворот вперед на одну/назад на одну ногу и стойки на руках разрешены.
- Колеса и рондаты разрешены
- Фляк вперед/назад запрещен

Требования к выполнению

- Прямой корпус,
- Натянутые ноги,

- Руки спортсмена во время выполнения элементов
- Четкость приземления
- Стабильность положения при приземлении
- Техника выполнения элемента

<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Кувырок вперед	
Колесо	
Рондат	
<input type="checkbox"/> Стойка на руках	
<input type="checkbox"/> Мостик	



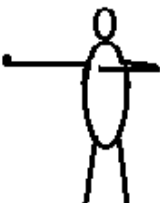
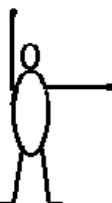
Требования к выполнению	Результат		Баллы
6. Прямой корпус 7. Натянутые ноги, руки спортсмена во время выполнения элементов 8. Четкость приземления 9. Стабильность положения при приземлении 10. Техника выполнения элемента	Кувырок	1	
	Мостик	1	
	Рондат	1	
	Стойка на руках	1	
	Колесо	1	

Командное (3-е и более участников) точное выполнение элемента дает 2 балла.

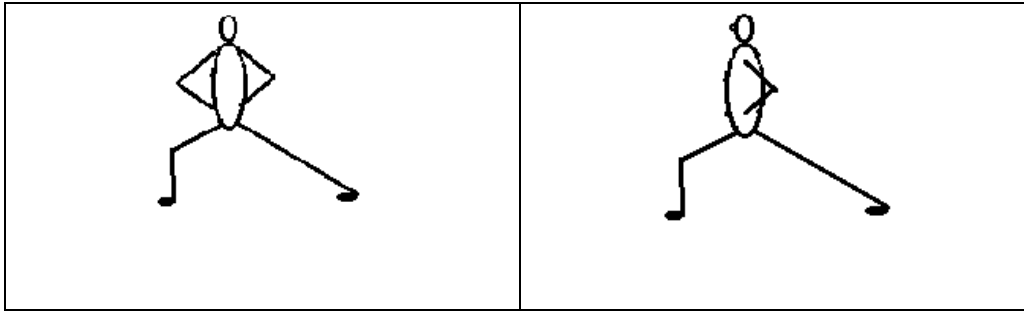
### Требования к выполнению базовых движений

<b>РУКИ НА БЕДРАХ</b> кисти рук находятся в положении «кулак» и упираются в тазовые кости, тыльные стороны кистей направлены вперед	<b>ХАЙ ВИ</b> прямые руки расположены «в стороны-вверх» под углом примерно 30 градусов к вертикали. Тыльные стороны кистей направлены вверх	<b>ЛОУ ВИ</b> прямые руки расположены «в стороны-вниз» под углом примерно 30 градусов к вертикали. Тыльные стороны кистей направлены вверх
		
<b>Т</b> прямые руки расположены в стороны. Тыльные стороны кистей направлены вверх	<b>ЛОМАННОЕ Т</b> согнуть руки в локтях из положения «Т», при этом кисть находится на одной линии с плечом. Тыльные стороны кистей направлены вверх	<b>ВЕРХНИЙ ПАНЧ (левый)</b> комбинированное движение: левая рука в положении «ВЕРХНИЙ ТАЧДАУН», правая рука в положении «РУКИ НА БЕДРАХ»

		
<p><b>КИНЖАЛЫ</b>  Руки согнуты в локтях и прижаты к корпусу, кисть расположена над локтем и в одной линии с плечом. Тыльные стороны кистей направлены наружу (в разные стороны)</p>	<p><b>РАМКА</b>  Руки согнуты в локтях под углом 90 градусов, кисть расположена над локтем, локоть напротив плеча. Тыльные стороны кистей направлены наружу (в разные стороны)</p>	<p><b>ПРАВАЯ ДИАГОНАЛЬ</b>  Комбинированное движение: правая рука в положении «ХАЙ ВИ», левая рука – в положении «ЛОУ ВИ»</p>
		
<p><b>ЛЕВАЯ ДИАГОНАЛЬ</b>  комбинированное движение: правая рука в положении «ЛОУ ВИ», левая рука – в положении «ХАЙ ВИ»</p>	<p><b>ПРАВОЕ К</b>  комбинированное движение: правая рука в положении «ХАЙ ВИ», левая рука направлена вправо и находится в положении «ЛОУ ВИ»</p>	<p><b>ЛЕВОЕ К</b>  комбинированное движение: левая рука в положении «ХАЙ ВИ», правая рука направлена влево и находится в положении «ЛОУ ВИ»</p>
		
<p><b>ВЕРХНИЙ ТАЧДАУН</b></p>	<p><b>НИЖНИЙ ТАЧДАУН</b></p>	<p><b>ЛУК И СТРЕЛА</b></p>

<p>руки вытянуты вверх в одну линию с корпусом, локоть находится над плечом, кисть над локтем. Тыльные стороны кистей направлены наружу (в разные стороны)</p>	<p>прямые руки вытянуты вертикально вниз и прижаты к корпусу. Тыльные стороны кистей направлены наружу (в разные стороны)</p>	<p>комбинированное движение: правая рука в положении «Т», левая рука – в положении «ЛОМАННОЕ Т»</p>
		
<p><b>ЛЕВОЕ Л</b> комбинированное движение: левая рука в положении «Т», правая рука – в положении «ВЕРХНИЙ ТАЧДАУН»</p>	<p><b>ПРАВОЕ Л</b> комбинированное движение: правая рука в положении «Т», левая рука – в положении «ВЕРХНИЙ ТАЧДАУН»</p>	<p><b>ИНДЕЕЦ</b> руки согнуты в локтях и расположены на уровне плеч друг над другом: локоть над кистью, кисть над локтем (лежат одна на другой). Тыльные стороны кистей направлены вверх</p>
		
<p><b>ВЫПАД В СТОРОНУ</b> Нога, находящаяся перед корпусом, согнута, а нога сзади - прямая. Выпад выполняется от согнутой ноги, плечи находятся строго над бедрами. Вид спереди</p>		<p><b>ВЫПАД НАЗАД</b> Выполняется назад от согнутой ноги, при этом сохраняется вертикальное положение корпуса, пятки расположены на одной линии. Вид сбоку</p>





### Положение кистей.

Кисть должна быть продолжением руки и «не заламываться» во время выполнения и смены движений.

Есть 4 базовых положения кистей:

- кулак (четыре пальца сжаты в кулак, а большой палец прижат поверх них, кулак и запястье находятся на одной линии),
- клинок (пальцы вытянуты, большой палец прижат, ладонь плоская),
- клэп-хлопок (ладони соединяются плашмя),
- класп-хлопок (одна ладонь захватывает другую).

Базовые движения могут быть выполнены с любым из двух положений кисти: кулак или клинок, положение кистей для всей команды определяет тренер.

### Критерии оценки базовых движений



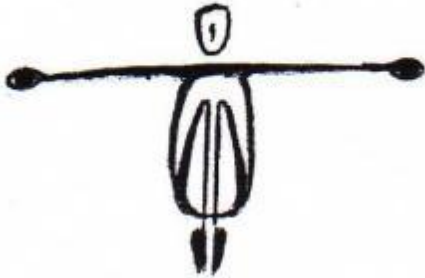

Требования к выполнению	Результат	Баллы
1. Контроль и правильное положение тела ("квадрат": бедра – плечи).	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	10
2. Движения выполнены – динамично и энергично (скорость – сила – точность).	Нарушение одного из требований	8
3. Использование оригинальных и сложных движений.	Нарушение 2х и более требований	6
4. Творческий подход к переходу одного движения в другое.	Нарушение 3х требований	4
5. Правильное положение кисти (не ломать запястье)	Нарушение 4х требований	2

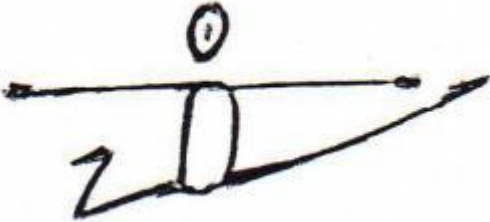
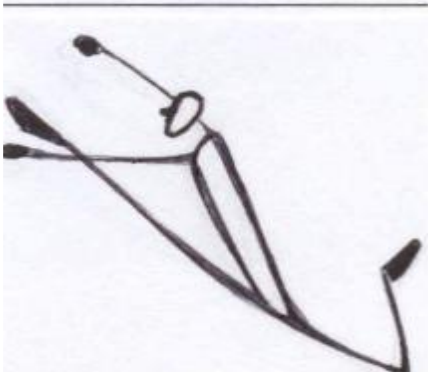
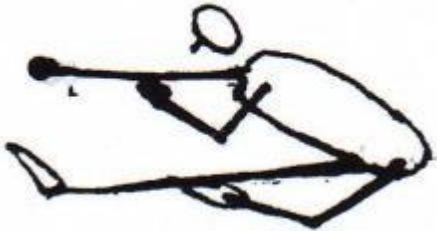

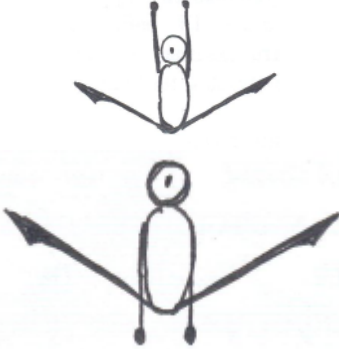
### Чир - элементы


#### Чир прыжки

Прыжок - быстрое, резкое перемещение тела вверх отталкиванием ног от точки опоры с выполнением вида прыжка в воздухе и последующим приземлением на две ноги.

Судятся: техника, высота и чистота прыжка, включая приземление.

<p><b>1. Стредл</b></p>	<p>Прыжок ноги врозь (ноги прямые, колено направлено вперед)</p>	
<p><b>2. Абстракт</b></p>	<p>Одна нога поднята перед корпусом, согнута, колено направлено во внешнюю сторону; другая – отведена назад, колено максимально согнуто и направлено во внешнюю сторону</p>	
<p><b>3. Так</b></p>	<p>Прыжок в группировку. Колени прижаты к груди</p>	
<p><b>4. Стэг сит</b></p>	<p>Одна нога прямая, поднята в сторону как можно выше, колено направлено вверх, вторая - перед корпусом, колено согнуто, направлено во внешнюю сторону</p>	


<p>5. <b>Херки</b></p>	<p>Одна нога прямая, поднята в сторону, вторая отведена назад, колено согнуто, направлено во внешнюю сторону</p>	
<p>6. <b>Хедлер</b></p>	<p>Одна нога прямая поднята вверх как можно выше, вторая – согнута, колено направлено вниз</p>	
<p>7. <b>Двойная девятка</b></p>	<p>Одна нога поднята, колено согнуто и направлено во внешнюю сторону, вторая – прямая поднята вперед горизонтально пола. Руки повторяют движение ног, изображая девятку</p>	
<p>8. <b>Той тач</b></p>	<p>Прямые ноги подняты в стороны как можно выше, колени направлены вверх</p>	
<p>9. <b>Универсальный</b></p>	<p>Сначала выполняется прыжок той тач, руки при этом выводятся вверх, далее для продления прыжка в воздухе прямые руки резко переводятся в</p>	


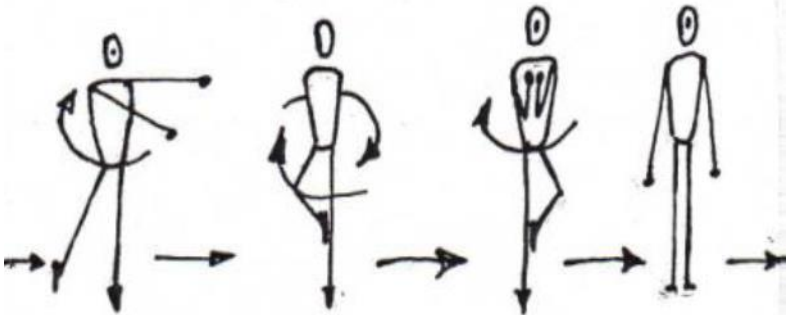
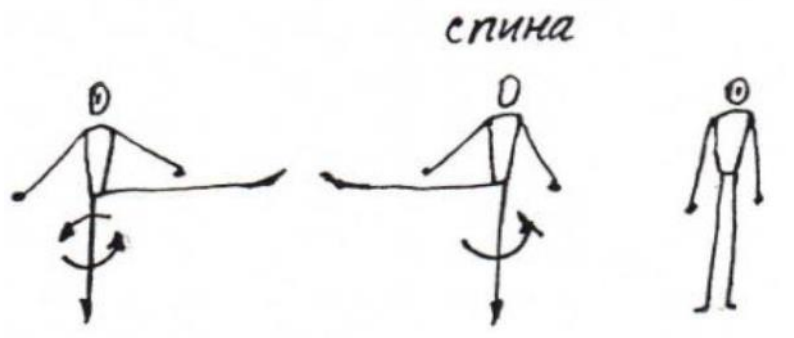
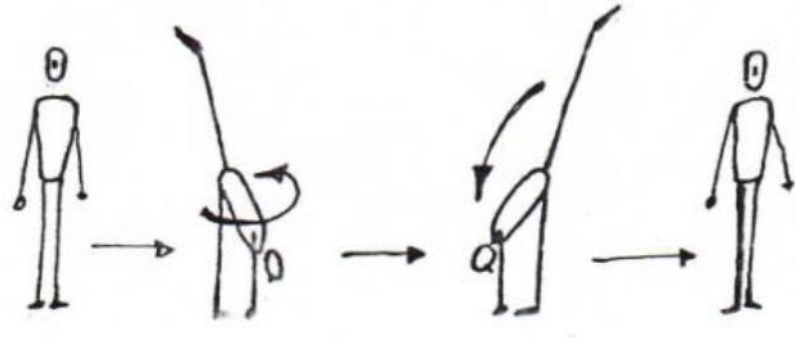
	нижнее положение. Приземление на две ноги.	
10. Пайк	Прямые соединенные вместе ноги подняты вперед параллельно полу	

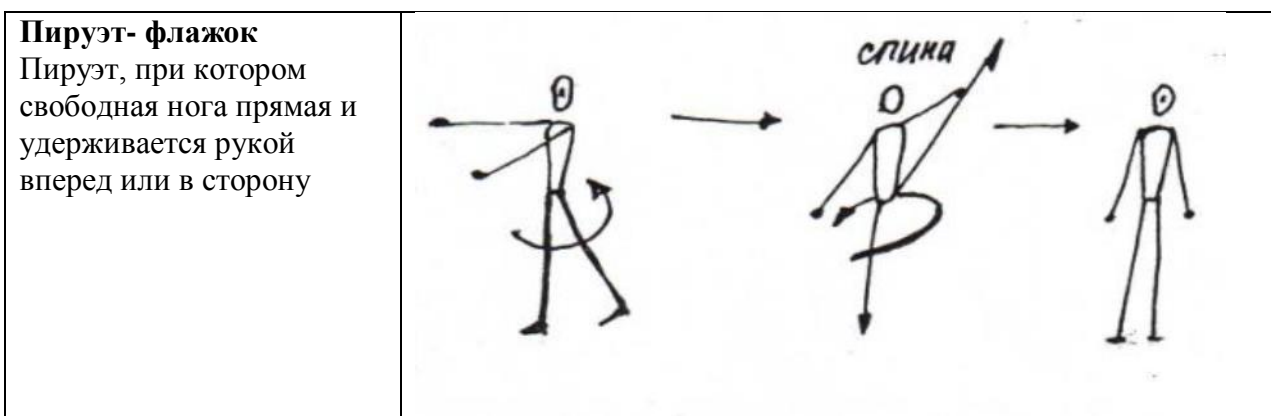
Требования к выполнению	Результат	Баллы
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Все прыжки выполняются с двух ног с места (подъем на носки – "плие" – выпрыгивание) без дополнительных прыжков с приземлением на две ноги.</li> <li>2. Все элементы этой группы демонстрируют взрывную силу (прыгучесть).</li> <li>3. Поза тела (форма) в безопорном положении должна быть ясно распознаваема</li> <li>4. Приземление на согнутые ноги с носка на пятку, колени до положения глубокого приседа не сгибать (плечи и кисти на уровне колен).</li> <li>5. Тело и ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты) голова на одной линии с позвоночником.</li> </ol>	<p>Выполнение одного вида прыжка дает только 1 балл. Выполнение 2 одинаковых прыжков дает – 1 балл Выполнение разных прыжков дает баллы, по количеству разных выполненных прыжков. (5разных прыжков- 5 баллов)</p>	От 1 до 10

### Пируэты

Пируэт – вращательное движение на одной ноге вокруг своей оси на полу. Пируэт двойной - вращение на одной ноге вокруг своей оси как минимум на 720 градусов без опускания опорной ноги на пятку.

<p><b>Простые пируэты</b> Пируэты при которых свободная нога находится в положении «пассе». Так же прямая свободная нога может быть отведена в сторону, назад или вперед на угол до 45 градусов.</p>	 <p style="text-align: center;">пассе</p>
--	---

<p><b>Аттитюд</b>          Пируэт, при котором свободная нога поднята и согнута в колене, плоскость ноги параллельна полу.</p>	
<p><b>Тур пике</b>          Серия пируэтов с продвижением шагом на опорную ногу</p>	
<p><b>Гранд пируэт</b>          Пируэт, при котором свободная нога прямая и открыта в сторону на 90 градусов</p>	
<p><b>Солнышко</b>          Пируэт с переворотом корпуса, маховая нога при этом выполняет круг через вертикальный шпагат</p>	

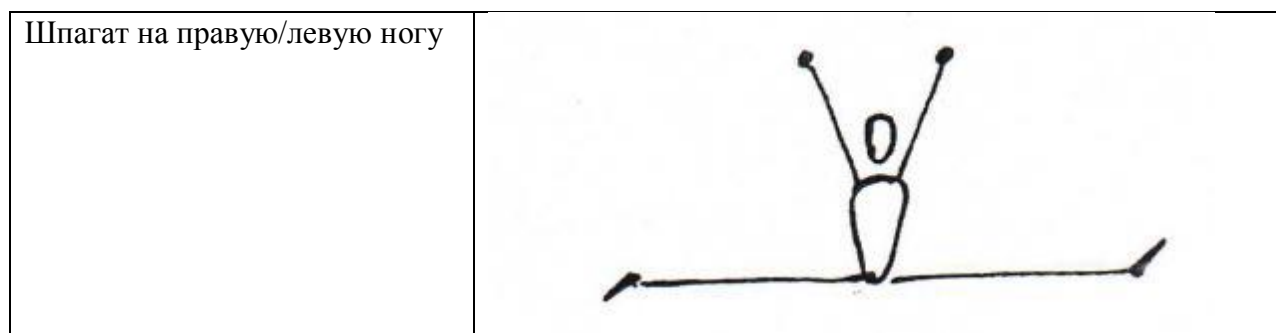


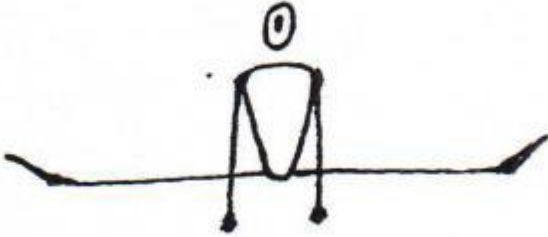

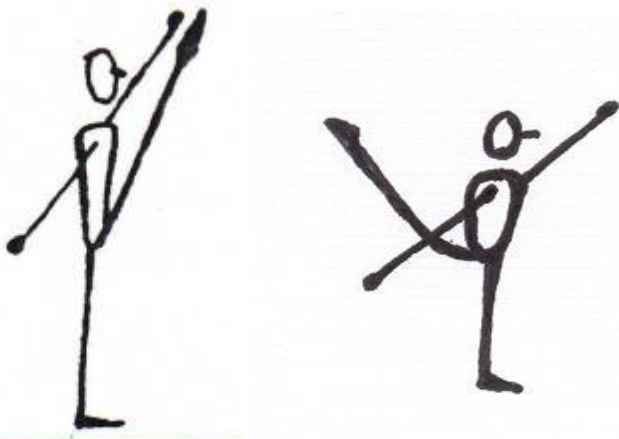

Требования к выполнению	Результат Оцениваются 3 пируэта	Баллы
1. Устойчивость пируэта 2. Соблюдение равновесия 3. Количество вращений (одинарный/двойной) 4. Техничность исполнения 5. Четкое завершение элемента	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	5
	Нарушение одного из требований	4
	Нарушение 2х и более требований	3
	Нарушение 3х требований	2
	Нарушение 4х требований	1

### Шпагаты и махи

Шпагат — положение тела, при котором ноги находятся на одной линии, разведенные в противоположных направлениях.

- Шпагат на правую ногу
- Шпагат на левую ногу
- Поперечный шпагат
- Вертикальный шпагат



Прямой шпагат	
Вертикальный шпагат	
Мах вперед/ назад	
Мах в сторону	

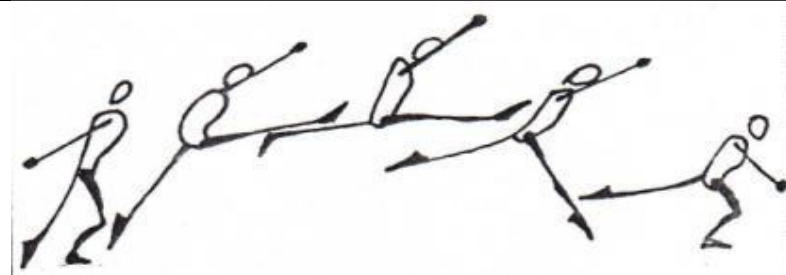
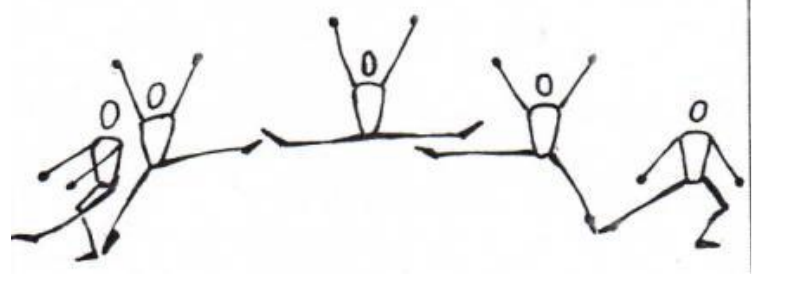

Требования к выполнению	Результат	Баллы
-------------------------	-----------	-------

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Демонстрация статической гибкости (фиксация положения 2 с).</li> <li>2. Полный шпагат (180°).</li> <li>3. Ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты).</li> <li>4. Синхронность исполнения</li> <li>5. Разнообразие (работа как правой, так и левой ногой).</li> </ol>	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	5
	Нарушение одного из требований	4
	Нарушение 2х и более требований	3
	Нарушение 3х требований	2
	Нарушение 4х требований	1



## 7. Лип- прыжки

Лип – прыжок, в котором спортсмен отталкивается от земли из положения плие с одной ноги, толкается вверх и приземляется на противоположную ногу. Также именуемый гранд жете.

<p><b>Высокий лип вперед</b> Выброс одной ноги высоко вперед, вторая нога остается сзади, стремясь к положению шпагата в воздухе</p>	
<p><b>Высокий лип в сторону</b> Выброс одной ноги высоко в сторону, вторая нога поднимается в противоположную сторону, стремясь к положению поперечного шпагата в воздухе</p>	
<p><b>Переменный лип</b> Выброс одной ноги высоко вперед, перемах в воздухе с переходом в шпагат. Приземление на другую ногу</p>	

Требования к выполнению	Результат	Баллы
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Все прыжки выполняются с одной ноги и с приземлением на вторую ногу (толчок – полет – приземление).</li> <li>2. Все элементы этой группы демонстрируют взрывную силу и максимальную амплитуду.</li> <li>3. Поза тела (форма) в безопорном положении должна быть ясно распознаваема.</li> <li>4. Тело и ноги напряжены, прямые (стопы натянуты, колени втянуты) голова на одной линии с позвоночником.</li> <li>5. Четкое положение рук (вперед – в сторону).</li> </ol>	Выполнено отлично, безошибочно, согласно всем требованиям	5
	Нарушение одного из требований	4
	Нарушение 2х и более требований	3
	Нарушение 3х требований	2
	Нарушение 4х требований	1

## 8. «Чир – приветствие»

Время исполнения - максимально 30 секунд.

Пауза между «чир-приветствием» и основной программой не более 10 секунд.

Выполняются без музыкального сопровождения.

В случае использования в программе приветствия на иностранном языке текст должен быть предоставлен судейской коллегии перед просмотром.

В содержании должна быть задана определенная информация для зрителей/судейской коллегии о команде спортсменов, о происходящих событиях и т.п.

Критерии оценки:

- Четкость и слышимость слов приветствия
- Реакция зрителей/судейской коллегии на исполнение приветствия
- Смысл приветствия
- Точность, резкость и сила базовых движений во время выполнения приветствия
- Синхронность исполнения