



## SPRING FLING ONLINE 2023

### Регламент

#### 1. Общие положения

Каждый участник SPRING FLING ONLINE 2023 (далее — Соревнований) обязан ознакомиться с данным регламентом. Проходя «Форму регистрации», участник подтверждает ознакомление с данным документом, а также дает согласие на обработку персональных данных.

**1.1. Организатором** соревнований является команда клуба BackStage CrossFit.

#### 1.2. Цели и задачи соревнований

Соревнования проводятся с целью выявления сильнейшей команды по всем физическим параметрам, предъявляемых в кроссфите.

**Задачами** проведения соревнования являются:

- Выявление сильнейших сторон спортсменов в индивидуальных и командных движениях во время выполнения комплексов;
- Определение самой физически подготовленной команды в составах М+М+М и Ж+Ж+Ж;

- Повышение спортивного мастерства спортсменов, занимающихся кроссфитом.

### 1.3. Требования к участникам

- К участию в соревнованиях допускаются только те атлеты, которым на момент даты проведения соревнований уже исполнилось 18 лет.
- К участию в соревнованиях на команду **ДОПУСКАЕТСЯ ОДИН АТЛЕТ** всех категорий в ТОП-200 для мужчин и ТОП-150 для женщин по региону (Азия)<sup>1</sup> в лидерборде The Open. Организатор оставляет за собой право проверки атлетов на соответствие вышеуказанных параметров, и вправе отказать команде в выступлении заявленным составом, если общий уровень команды будет выше любительского.
- Проверка рекомендуемых спортивных характеристик атлетов проводиться не будет, но организаторы рекомендуют обладать следующими спортивными навыками и показателями (**ВНИМАНИЕ!** Данные показатели примерные, и отображают ВОЗМОЖНЫЕ соревновательные нагрузки):
  - Подтягивания на турнике до подбородка;
  - Поднос носков к перекладине;
  - Становая тяга 100/70 кг;
  - Рывок штанги 45/25 кг;
  - Взятие на грудь и толчок штанги 60/40 кг;
  - Общие двигательные навыки (выпады и ходьба с отягощениями до 40/30 кг, запрыгивания на возвышенность, применение упражнений с весом тела).
- Замена участника команды возможна только до начала соревнований. Для обоих дивизионов ростер замены - одна замена М и одна замена Ж. Замена производится на участника, который соответствует

---

<sup>1</sup> В связи с изменениями в соревновательном сезоне 2022 года - отмена участия РФ как страны-участника этапа The Open и невозможностью отслеживания лидерборда по стране, проверка ТОП-атлетов проводится по региону Азия, в которую были перемещены все атлеты стран РФ и РБ.

обязательным критериям регламента соревнований. Команды в неполном составе к участию не допускаются. Обо всех изменениях в составе команды необходимо уведомить Организатора в срок до 01.04.23

- Организатор не несет ответственности за возможные травмы при выполнении упражнений, техническая составляющая движений остается на усмотрение атлетов и их тренеров, организаторы и судейская бригада предоставляет регламент стандартов движений, по которым будет происходить судейство, но не технические рекомендации по правильному выполнению любых из заявленных упражнений.

#### **1.4. Время и место проведения соревнований**

- Во время проведения онлайн соревнования разграничение зоны для выполнения атлетами комплексов остается на усмотрение самой команды.
- В случае если во время записи видео выполнения комплекса судейство движений невозможно по причине некорректного разграничения зоны выполнения или нахождения посторонних лиц мешающих осмотру стандарта движения, то все такие движения могут быть засчитаны как NO REP (с англ. “Нет повторения”).
- Организатор не несет ответственности за нарушения командой действующих законодательных актов (в т.ч. постановлений), связанных с эпидемиологической обстановкой в стране, в связи с распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19 или иных других эпидемий. Вся ответственность по организации допуска в спортивный зал или иное место выполнения заданий соревнований ложится на команду и ее участников.

#### **1.5. Регистрация команды**

- Капитану команды необходимо самостоятельно внести данные по всем участникам команды в **форму регистрации**, которая будет доступна на

сайте [backstagecrossfit.ru](http://backstagecrossfit.ru) в разделе «SPRING FLING ONLINE». Помимо заполнения формы, требуется предварительная **отметка команды в соцсети ВК**: команде необходимо сделать комментарий под постом анонса соревнований с возможным составом и принадлежности к клубу участников (с указанием города)

- Название команды не должно содержать нецензурную лексику, оскорбления и названия запрещенных веществ, а также нарушающих действующее законодательство РФ. Организатор вправе изменить название команды при несоблюдении данных условий или отказать команде в участии, в случае несогласия команды с изменением названия.
- После оформления команды в форме регистрации в **любом из дивизионов**, капитан должен оплатить **стартовый взнос** за всю команду в размере, указанном ниже, и связаться с организатором для подтверждения оплаты:
  - 1500 (тысяча пятьсот) рублей до 01.04.2023;
  - 2250 (две тысячи двести пятьдесят) рублей с 01.04.2023 по 09.04.2023
  - Стартовый взнос можно внести на рецепции спортзала BACKSTAGE CROSSFIT или онлайн-переводом:

Сбер / Тинькофф + 7 (911) 784-57-87 Вера Алексеевна П.

При оплате обязательно укажите название команды.

- Только после подтверждения оплаты организатором, команда считается зарегистрированной.
- К регистрации на М и Ж дивизионы доступно неограниченное количество командных слотов.

## 1.6. Судейство и судейский состав

- Судейский состав набирается из числа тренеров клуба и атлетов, имеющих судейский опыт соревнований по кроссфиту.

- **Во главе судейского состава** находится главный судья и судейская коллегия, состоящая из 3-х наиболее опытных судей (опытность определяется стажем судейства с имеющимся сертификатом CrossFit Judge). На брифинге и судействе комплексах судьи подчиняются непосредственно главному судье.
- В день анонса заданий всем командам также будет предоставлен соревновательный регламент для каждого комплекса (одним PDF файлом), требования которого являются обязательным к исполнению во время выполнения соревновательных комплексов.
- **Главный судья оставляет за собой право** отстранять команды, которые не выполняют требования соревновательного регламента по любому из пунктов, не согласовывая свои действия с судейской коллегией.

## **2. Проведение соревнований**

### **2.1. Соревнования состоят из одного этапа.**

- **Первый этап** — онлайн соревнования команд. Для участия в онлайн соревновании командам необходимо зарегистрироваться согласно регламенту соревнований. Онлайн формат состоит из 3 заданий, которые необходимо отснять и отправить для рассмотрения судьями соревнований в срок с 01.04.2023 по 09.04.2023 (до 22:00 по МСК) включительно.
- В день анонса соревновательных заданий (01.04.2023 г.) на сайте будут представлены все соревновательные регламенты заданий, выполнение которых будет необходимо для участия в соревнованиях.
- Все три задания необходимо предоставить в формате видеозаписи согласно правилам The 2023 Nobull CrossFit Competition Rulebook. При нарушении требований съемки организатор оставляет за собой право назначать штрафы согласно вышеупомянутому Rulebook, что подразумевает штрафы по повторениям или времени, или же полное аннулирование результата команды в задании.

## **2.2. Оглашение результатов**

- После предъявления выполнения 3-х комплексов соревнований команда организаторов произведет судейство и итоговые подсчеты, учитывая все результаты всех команд.
- Если на момент начала подсчета итоговых результатов 10.04.2023 у команды нет предъявленного видео любого из комплексов, то результат за это задание будет установлен автоматически самым низшим в строчке лидерборда.
- Итоговые результаты соревнований будут объявлены 16.04.2023 в официальных аккаунтах клуба в соцсетях и на сайте [backstagecrossfit.ru](http://backstagecrossfit.ru).

## **2.3. Подарки и призы от организаторов и партнеров.**

- Во время проведения соревнований любой участник имеет право на получение призов и подарков от организаторов и партнеров соревнований.
- Способы получения вышеописанных подарков и призов регламентируются по условиям партнеров соревнований, которые не нарушают принципы спортивных соревнований и законодательства РФ.
- В случае отправки призов по почте или иными курьерскими доставками все права и обязанности возлагаются согласно правилам работы той или иной организации, принявшей участие в доставке призов.
- В случае порчи или утраты подарков или призов по вине организатора или партнеров, вышеуказанные лица обязуются возместить ущерб аналогичными призами или подарками.
- В случае несогласия с данным регламентом все претензии к организатору или партнерам должны быть предъявлены согласно законодательству РФ