

УТВЕРЖДЕНО

Исполкомом Международной  
федерации гиревого спорта

09.11.2012 г.

Милан, Италия

## ПРАВИЛА

### спортивных соревнований по гиревому спорту

#### I. Характер и программа соревнований, организационные вопросы

##### 1. Характер соревнований

1.1. Правила спортивных соревнований по гиревому спорту (далее – Правила) определяют основные принципы организации и проведения спортивных соревнований по гиревому спорту, которые проводятся в различных странах мира.

1.2. Настоящие Правила разработаны Международной федерацией гиревого спорта (далее – Федерация).

1.3. По характеру соревнования по гиревому спорту делятся на:

личные;

командные;

лично-командные.

В личных соревнованиях засчитывается только личный результат спортсмена и согласно с этим определяется его место в соревнованиях.

В командных и лично-командных соревнованиях засчитывается отдельно результат каждого спортсмена и команды в целом и согласно с этим определяются личные места спортсменов и команд.

1.4. По своему масштабу соревнования делятся на ранги: международный (I, II), национальный (III, IV), областной и городской (V), другие (VI).

1.5. В соревнованиях могут принимать участие спортсмены, которые выступают вне конкурса или в личном зачете. Решение об их допуске принимает мандатная комиссия.

1.6. Характер соревнований в каждом отдельном случае определяется положением о соревнованиях.

## 2. Программа соревнований

2.1. Соревнования проводятся с гирями весом 16, 24 и 32 кг:

2.1.1. Мужчины соревнуются:

по программе двоеборья (толчок двух гирь от груди двумя руками (короткий цикл) и рывок гири поочередно одной и другой рукой);  
в отдельных упражнениях (рывок, толчок);

в толчке двух гирь от груди с опусканием в положение виса после каждого подъема (длинный цикл).

2.1.2. Женщины соревнуются:

в рывке гири поочередно одной и другой рукой;

толчке гири поочередно одной и другой рукой (короткий и длинный цикл),  
толчке двух гирь двумя руками (короткий и длинный цикл).

2.1.3. Соревнования в командных эстафетах (проводятся согласно положению о соревнованиях).

2.2. У ветеранов соревнования проводятся с гирями весом 12,16,24 кг - мужчины и 8,12,16 кг - женщины.

2.3. Срок проведения соревнований в одной весовой категории по программе двоеборья определяется положением о соревнованиях. Сначала выполняется толчок, затем рывок. Вес гирь определяется положением о соревнованиях.

2.4. Соревнования должны быть организованы так, чтобы время отдыха между упражнениями был не менее 30 минут.

На соревнованиях национального и международного уровня время отдыха между упражнениями должно быть не менее 1 часа.

2.5. Программа соревнований в каждом отдельном случае определяется положением о соревнованиях.

### 3. Положение о соревнованиях

3.1. Положение о соревнованиях - документ, определяющий условия его проведения, разрабатывается организацией, проводящей соревнования, только она имеет право вносить изменения в Положение.

Положение и изменения согласовываются с Федерацией.

3.2. Положение составляется с учетом следующих разделов: цели и задачи, сроки и место проведения, руководство проведением соревнований, участники, характер и программа соревнований, меры безопасности при подготовке мест проведения соревнований, условия определения победителей и призеров, награждение, условия приема и размещения участников, финансирование, срок и порядок подачи заявок на участие в соревнованиях, другие условия, которые обеспечивают качественное проведение конкретных соревнований.

3.3. При одновременном проведении соревнований различного уровня или в близкие сроки, в которых задействованы одни и те же спортсмены, при определении зачете соревнований, по решению Федерации допускается перенос результатов с более высокого уровня на более низкий уровень соревнований.

3.4. Положение о соревнованиях не должно противоречить действующим правилам соревнований.

3.5. Соревнования проводятся в соответствии с утвержденным Положением.

### 4. Заявки

4.1. Заявки для участия в соревнованиях подаются в срок, определенный Положением о соревнованиях, непосредственно в мандатную комиссию.

4.2. В заявке должно быть указано фамилия, имя, отчество, год рождения и квалификация каждого спортсмена, вид соревнований, к которым он

допускается, заключение врача о допуске. Дата, подпись врача и печать врачебно-физкультурного диспансера или лечебно-профилактического учреждения, где спортсмен находится под наблюдением, должны быть указаны напротив фамилии каждого спортсмена. Решение врача оформляется не позднее, чем за 10 дней до начала соревнований. Квалификация спортсмена должна соответствовать квалификационным требованиям той страны, которую они представляют.

4.3. Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются в организационный комитет в определенный Положением срок до начала соревнований. К соревнованиям допускаются спортсмены, которые подтвердили в установленный срок свое участие в соревнованиях.

#### 5. Мандатная комиссия

5.1. Мандатная комиссия создается на месте проведения соревнований.

5.2. В состав мандатной комиссии входят: представитель организации, проводящей соревнования, главный судья (председатель комиссии), главный секретарь, старший судья на помосте (по назначению) и врач соревнований.

5.3. Мандатная комиссия рассматривает заявки и документы спортсменов-претендентов на участие в соревнованиях, проверяет их соответствие Правилам и Положению о соревнованиях, решает вопрос о допуске спортсменов к соревнованиям.

## **II. Участники соревнований**

### 1. Возраст и пол спортсменов

1.1. Соревнования по гиревому спорту проводятся среди лиц мужского и женского пола.

1.2. К соревнованиям допускаются:

младшие юноши (девушки) - 14-15 лет;

старшие юноши (старшие девушки) - 16-18 лет;

юниоры (юниорки) - 19-22 года;

мужчины, женщины - старше 22 лет (без ограничения возраста);

ветераны: мужчины - 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79,

80-84, 85 лет и старше, женщины - 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75 лет и старше.

1.3. Возраст спортсменов определяется по году рождения (на 1 января текущего года), без учета даты рождения.

1.4. Младшие юноши (девушки), старшие юноши (старшие девушки) и юниоры (юниорки) могут соревноваться в старшей от своей возрастной группе только по специальному разрешению врача и решению Федерации.

1.5. Ветераны (мужчины, женщины) могут соревноваться в возрастной группе «старше 22 лет (без ограничения возраста)», а также среди ветеранов младшей возрастной группы по специальному разрешению врача и решению Федерации.

## 2. Весовые категории

2.1. Соревнования по гиревому спорту проводятся в таких весовых категориях:

2.1. Змагання з гирьового спорту проводяться у таких вагових категоріях:

младшие ноши, старшие юноши	мужчины, юниоры, ветераны	девушки, старшие девушки	женщины, юниорки, ветераны
до 55 кг		до 50 кг	
до 60 кг	до 60 кг	до 60 кг	до 60 кг
до 65 кг	до 65 кг	свыше 60 кг	до 70 кг
до 70 кг	до 70 кг		свыше 70 кг
до 75 кг	до 75 кг		
до 80 кг	до 80 кг		
свыше 80 кг	до 90 кг		
	свыше 90 кг		

## 3. Порядок взвешивания спортсменов

3.1. Взвешивание спортсменов, участвующих в соревнованиях, определяется Положением о соревнованиях, начинается не позднее, чем за 2 часа до начала соревнований и длится один час.

3.2. Взвешивание проводится в специально отведенном для этой цели помещении (отдельно для лиц мужского и женского пола) на одних и тех же

весах для каждой весовой категории. При взвешивании разрешается присутствовать членам главной судейской коллегии, одному официальному представителю от каждой команды.

3.3. Взвешивание спортсменов проводится судьями, которые обеспечивают судейство соревнований, по назначению главной судейской коллегии.

3.4. Спортсмены взвешиваются обнаженными или в плавках (спортсменки - в отдельных или сплошных купальниках). Каждый спортсмен взвешивается один раз.

К повторному взвешиванию, в пределах регламента, допускается тот спортсмен, собственный вес которого не соответствует заявленной весовой категории при первоначальном взвешивании.

Количество повторных взвешиваний, в рамках отведенного регламента, не ограничено до момента достижения веса, который соответствует требованиям заявленной категории.

3.5. При прохождении взвешивания проводится жеребьевка спортсменов для определения очередности выхода на помост.

3.6. После окончания взвешивания карточки спортсменов передаются в секретариат.

3.7. Решением главной судейской коллегии, для более объективного определения победителя в каждой весовой категории, определяется финальная группа (поток) сильнейших спортсменов, которая формируется по результатам ближайших предыдущих соревнований, согласно записям в карточках спортсменов.

#### 4. Права и обязанности спортсмена

##### 4.1. Спортсмен обязан:

знать и выполнять правила соревнований и положение о соревнованиях;

соблюдать дисциплину, норм поведения и этики спортсмена на месте соревнований и вне их, быть корректным по отношению к другим спортсменам, а также к зрителям и судьям;

пройти процедуру взвешивания, представления и награждения;

соревноваться в опрятной спортивной одежде и экипировке в соответствии к требованиям правил;

выполнять распоряжения судей относительно правил соревнований;

предупреждать судей на помосте и жюри перед началом соревнований соответствующей весовой категории о невозможности выпрямления руки в локтевом суставе, или ноги в коленном суставе, из-за физического изъяна;

выходить на помост для представления сразу после вызова судьи информатора. Спортсмен, который не явился для представления на вызов судьи-информатора, снимается с соревнований;

являться для прохождения допинг-контроля (ДК), если предупрежден о нем;

спортсмен, который завоевал призовое место (1,2,3), обязан явиться на награждение в спортивной форме. При неявке на награждение, спортсмен лишается награды.

#### 4.2. Спортсмен имеет право:

обращаться к главной судейской коллегии по всем вопросам только через представителя своей команды, капитана или судью при участниках;

выступать в данных соревнованиях только в одной весовой категории;

пользоваться инвентарем и магниезией на месте разминки и соревнований;

до вызова на помост подготовить гири для выполнения упражнения.

Подготовка гирь проводится в отведенном для этой цели месте, в зоне видимости судейской коллегии;

готовиться и выступать с гирями, установленными на помосте, на который он должен выходить;

при подготовке гирь и рук пользоваться только магниезией;

быть представителем производства или фирмы по рекламе ее продукции, о чем спортсмен или представитель команды должен сообщить организацию, которая проводит соревнования, и главную судейскую коллегию и получить на это разрешение.

#### 4.3. Спортсменам запрещается:

пользоваться любыми устройствами, которые облегчают подъем гири (гирь);

пользоваться смолами и другими веществами (кроме магнезии), облегчающие захват гири (гирь);

менять экипировку, переодеваться или раздеваться в поле зрения зрителей;

иметь неопрятный вид, соревноваться в грязной, неопрятной спортивной одежде;

разговаривать во время выступления на помосте.

4.4. Решением главной судейской коллегии или жюри спортсмены отстраняются от соревнований, а их результаты аннулируются:

за нарушение правил или положения соревнований, нормы поведения и этики спортсмена на месте соревнований и вне их;

за отказ от прохождения допинг-контроля.

4.5. В случае грубого нарушения спортсменом правил поведения главная судейская коллегия сообщает об этом организацию, которую он представляет.

## 5. Представители и тренеры команд

5.1 Каждая организация, участвующая в лично-командных и командных соревнованиях, назначает представителя - тренера команды.

5.2. При отсутствии представителя, его обязанности выполняет тренер, капитан команды или, как исключение, сам спортсмен.

5.3. Представитель является руководителем команды и несет ответственность за дисциплину спортсменов, явку спортсменов на соревнования, размещения и питания.

5.4. Представитель обязан:

знать правила и положения о соревнованиях и выполнять их;

выполнять распоряжения судей по проведению соревнований;

своевременно представлять в мандатную комиссию заявки на спортсменов своей команды;



обеспечивать своевременное прибытие спортсменов на мандатную комиссию, взвешивание, жеребьевка, представления, своевременный выход на помост (помосты), награждение, участие спортсменов в церемонии открытия и закрытия соревнований;

во время соревнований быть в спортивной одежде и находиться на специально отведенном месте или среди участников своей команды.

#### 5.5. Представитель имеет право:

присутствовать при взвешивании спортсменов и жеребьевке;

участвовать в совещаниях судейской коллегии, если они проводятся с представителями;

получать в главной судейской коллегии или секретариате справки по вопросам проведения и судейства соревнований;

подавать в судейскую коллегию заявления и протесты относительно организации и судейства соревнований. Протесты подаются до выхода следующих спортсменов на помост.

5.6. На национальных и международных соревнованиях вместе с протестом предоставляется денежный залог, размер которого определяется главной судейской коллегией соревнований;

при положительном решении протеста залог возвращается представителю;

при неудовлетворении протеста залог предназначается для покрытия организационных расходов на соревнования.

#### 5.7. Тренер обязан:

выполнять распоряжения судей относительно проведения соревнований;

находиться на месте разминки и соревнований в спортивной одежде.

#### 5.8. Тренер имеет право:

присутствовать при взвешивании спортсменов своей команды и жеребьевке;

участвовать в совещаниях судейской коллегии, если они проводятся с представителями и тренерами.

5.9. Представителям и тренерам запрещается вмешиваться в работу судей и лиц, проводящих соревнования.

5.10. Решением главной судейской коллегии или жюри представители (тренеры) отстраняются от исполнения своих обязанностей:

за нарушение правил или положения соревнований, норм поведения и этики на месте соревнований и вне их;

отказ выполнять решение судей.

5.11. В случае бестактного поведения или грубого нарушения представителем (тренером) правил или положения соревнований главная судейская коллегия сообщает об этом организацию, которую он представляет.

## 6. Экипировка спортсменов

### 6.1. Костюм

6.1.1. Спортсменам во время соревнований разрешается одевать трусы, шорты, лосины, майку, безрукавку или трико.

6.1.2. Костюм для спортсменов (женщин) может состоять из трусов, шорт, женской спортивной юбки, топа, спортивного купальника с короткими рукавами или без них., Футболки, бюстгальтера, который одевается под футболку.

6.1.3. Под трусы, шорты, лосины, трико, купальник, юбку необходимо надевать плавки.

6.1.4. Нижний край трусов, шорт, трико, купальника, женской юбки не должен закрывать коленные суставы, а рукава футболки - локтевые суставы.

6.1.5. На церемониях открытия, закрытия соревнований и награждения спортсмен обязан быть в спортивной одежде.

### 6.2. Пояс

6.2.1. Спортсмены во время соревнований имеют право пользоваться поясом, ширина которого в передней части не превышает 10 см, в части спины 15 см.

6.2.2. Пояс одевается только поверх костюма участника (футболки, майки, трико, купальника, лосинов, трусов, шорт и т.д.).

6.2.3. Запрещается использовать бинты (пластыри, ткань, резину и т.д.) для намотки на пояс с целью увеличения его толщины.

### 6.3. Обувь

6.3.1. Спортсмены соревнуются в спортивной обуви (штангетки, кроссовки, кеды).

6.3.2. Форма обуви, высота подошвы или каблуков не ограничиваются.

6.3.3. Носки не должны закрывать колени и соединяться с бинтами или наколенниками.

### 6.4. Вспомогательная экипировка

6.4.1. Спортсмены во время соревнований имеют право пользоваться бинтами, повязками, напульсниками и наколенниками, которые накладываются на лучезапястные (не переходя на кисти рук) и коленные суставы.

6.4.2. Длина бинтов и повязок не ограничивается, а их ширина на лучезапястных суставах не должна превышать 10 см, на коленных суставах - 25 см.

6.4.3. Не разрешается: пользоваться комбинациями бинтов, повязок и напульсников или наколенников;

накладывать повязки, бинты или их заменители на туловище и локтевые суставы;

сочетать бинты, наколенники, повязки с лосинами (трусами, шортами и т.д.) и носками.

6.4.4. С целью защиты локтевых суставов, разрешается использовать пластыри. Пластырь размещается только на внутренне - задней части локтевого сустава и не соединяется двумя концами по его охвату. Ширина пластыря не должна превышать 5 см.

## **III. Место проведения соревнований**

### 1. Общие положения

1.1. Соревнования проводятся в помещении с достаточной вентиляцией, освещением, отоплением (в зимний период) и необходимым оборудованием.

1.2. В теплый период года соревнования, с целью популяризации гиревого спорта, могут проводиться на открытом воздухе.

## 2. Оборудование и инвентарь

2.1. Соревнования проводятся на помосте (площадке) размером не менее 1,5 x 1,5 м. Расстояние между помостами должна быть безопасной для выполнения упражнений и не мешать процессу соревнований. Поверхность помоста должна обеспечивать сцепление с обувью спортсмена.

2.2. Вес гирь не должна отклоняться от номинального более чем на 100 граммов.

### 2.3. Параметры и цвет гирь:

размеры (для всех гирь):	вес:	цвет:
высота – 280 мм	8 кг	синий
диаметр корпуса -210 мм	12 кг	коричневый
диаметр ручки – 35 мм	16 кг	желтый
расстояние между корпусом и рукояткой – 58 мм	24 кг	зеленый
	32 кг	красный

2.4. Гири должны быть пронумерованы согласно нумерации помоста.

2.5. На соревнованиях национального и международного уровня, для ведения счета должна быть установлена электронная судейская сигнализация (табло), которая обеспечивает наглядность информации о выполнении упражнения участником для зрителей и спортсменов.

2.6. На соревнованиях национального и международного уровня, для обеспечения объективности судейства соревнований, должна быть установлена видеокамера. При проведении соревнований на 5-6 (и более) помостах - две видеокамеры, которые установлены под углом к помостам, позволяющим отображать действия спортсмена и результат на табло.

## IV. Судейская коллегия

### 1. Общие положения

1.1. Судейская коллегия соревнований комплектуется коллегией судей Федерации и утверждается Исполкомом Федерации не позднее, чем за 30 дней до начала соревнований.

1.2. Судьи, обслуживающие соревнования, должны быть членами Федерации, иметь судейское удостоверение, книжку судьи и экземпляр правил соревнований.

1.3. К судейству соревнований IV-VI ранга могут допускаться опытные спортсмены, не имеющие судейской категории и не участвующие в данных соревнованиях.

1.4. Судья по гиревому спорту должен в совершенстве знать данные правила и уметь их применять в ходе соревнований. Он должен быть объективным и принципиальным в своих решениях, быть примером дисциплины, организованности и четкости в работе, в совершенстве знать положения о соревнованиях, которые проводятся.

1.5. Судьи должны иметь единую форму одежды: красный пиджак, черные брюки (у женщин - черная юбка), белую рубашку (у женщин - блузку) и галстук. Летом (в жару), по согласованию с жюри, разрешается снимать пиджак и надевать белую рубашку с короткими рукавами (тенниску).

1.6. Судьи обязаны присутствовать на судейских семинарах и совещаниях, и находиться на месте соревнований от их начала и до окончания.

### 2. Состав судейской коллегии

#### 2.1. В состав судейской коллегии входят:

при проведении соревнований с количеством участников до 50 чел.: главный судья, главный секретарь, врач, старший судья и судья на каждый помост (судейские бригады), судья на дублирующем протоколе, секретарь, судья-информатор, судья хронометрист, судья при участниках, технический инспектор;

при проведении соревнований с количеством участников более 50 чел., а также при проведении соревнований сразу на нескольких помостах, дополнительно привлекаются заместитель главного судьи и соответственно увеличивается количество других судей.

2.2. При проведении соревнований одновременно на нескольких помостах распределение судей на помосты определяется путем жеребьевки.

2.3. Для хозяйственного обеспечения организация, проводящая соревнования, выделяет в распоряжение судейской коллегии коменданта соревнований.

### 3. Главная судейская коллегия

3.1. В состав главной судейской коллегии (ГСК) входят главный судья, его заместитель и главный секретарь.

3.2. При проведении национальных и международных соревнований из состава судейской коллегии избирается жюри.

3.3. В состав жюри входят три или пять человек, которые имеют наивысшую судейскую категорию, учитывая главного судью соревнований. Состав жюри определяет главная судейская коллегия.

3.4. Председателем жюри может быть главный судья соревнований или один из его заместителей. Если в состав жюри входит президент Федерации или председатель коллегии судей - они также могут исполнять обязанности председателя жюри.

3.5. В массовых соревнованиях обязанности жюри выполняет главный судья соревнований.

### 4. Права и обязанности главной судейской коллегии (жюри)

4.1. Главная судейская коллегия (жюри):

осуществляет контроль за проведением соревнований согласно правил и положению о соревнованиях;

принимает заявления и протесты и выносит по ним решения;

на период разбора протеста соревнования приостанавливаются;

отменяет решение судьи-фиксатора при явном нарушении правил соревнований;

отстраняет от работы судей, допустивших грубые ошибки;

вносит изменения в расписание соревнований, если в этом возникает необходимость;

снимает с соревнований спортсменов за техническую неподготовленность, неопрятный вид, неспортивное поведение;

на соревнованиях международного и национального уровня снимает 5 подъемов за умышленное бросание гирь (гири) после окончания упражнения, на других соревнованиях - 1 подъем.

4.2. Главная судейская коллегия (жюри) имеет право:

вносить изменения в расписание соревнований;

задержать начало соревнований или отменить их совсем, если отсутствует медицинский персонал или не подготовлены места соревнований, отсутствуют необходимый инвентарь и оборудование;

отстранять от соревнований и, на соревнованиях международного и национального уровня, налагать денежные штрафы на спортсменов, представителей, тренеров за неспортивное поведение, или нарушения правил или положения соревнований, которые предназначаются для покрытия организационных затрат на соревнования;

проводить замену судей на помостах;

отстранять от работы судей при их некомпетентности;

принимать решение по исправлению судейских ошибок;

на соревнованиях международного и национального уровня, при единогласном решении, аннулировать решение судьи на помосте и, в таком случае, как исключение, разрешить спортсмену выполнить дополнительную попытку;

на соревнованиях международного и национального уровня накладывать штрафные санкции на судей;

временно остановить соревнования, если вышло из строя оборудование, или для рассмотрения протестов, или если зрители своим поведением мешают проведению соревнований;

при рассмотрении протестов пользоваться записями видеокамер и выносить решения о результатах соревнований согласно видеозаписи.

4.3. Все решения главная судейская коллегия (жюри) принимает большинством голосов.

4.4. Главная судейская коллегия (жюри) не имеет права изменять положение о соревнованиях.

## 5. Главный судья и его заместители

5.1. Главный судья является председателем судейской коллегии соревнований, руководит ее работой и несет ответственность перед организацией, проводящей соревнования, и Федерацией, за четкую организацию, дисциплину и безопасность проведения соревнований, создание равных условий для всех спортсменов, четкое соблюдение действующих правил, объективность судейства, подсчет результатов и итогов соревнований.

### 5.2. Главный судья обязан:

утвердить состав судейских бригад на помостах;

перед началом соревнований провести заседание судейской коллегии и семинар с представителями и судьями по правилам соревнований, а также наличия и соответствия инвентаря и оборудования;

провести инструктаж с врачом соревнований относительно его обязанностей;

определить совместно с жюри порядок работы главной судейской коллегии, судейских бригад;

управлять ходом соревнований и решать возникающие вопросы;

осуществлять контроль за деятельностью судей в ходе соревнований и при определении победителей;

принимать к обсуждению жюри заявления и протесты, которые поступили. На время рассмотрения протестов соревнования останавливаются;



предоставить в 3-дневный срок письменный отчет и необходимую документацию в организацию, проводящую соревнование;

назначать и проводить заседания судейской коллегии по ходу соревнований.

### 5.3. Главный судья имеет право:

вносить изменения в расписание соревнований, если в этом возникла необходимость;

не допускать к соревнованиям спортсменов, техническая подготовка которых, а также костюм не отвечают требованиям Правил или Положения о данных соревнованиях.

5.4. Заместитель главного судьи руководствуется указаниями главного судьи, при отсутствии последнего, исполняет его обязанности.

## 6. Главный секретарь соревнований

### 6.1. Главный секретарь:

работает под руководством главного судьи;

готовит необходимую техническую документацию и отвечает за правильность ее оформления;

оформляет протоколы заседаний судейской коллегии, распоряжения и решения главного судьи;

с разрешения главного судьи дает сведения о соревнованиях судье-информатору, представителям команд и представителям средств массовой информации (СМИ);

оформляет протоколы соревнований и обрабатывает всю документацию соревнований;

составляет акты об установлении рекордов;

предоставляет главному судье необходимые материалы для отчета;

ведет учет и фиксирует решение о протестах;

определяет обязанности помощников главного секретаря (секретаря соревнований).

## 7. Судейские бригады

### 7.1. Старший судья на помосте:

следит за внешним видом и формой одежды каждого спортсмена;  
контролирует соответствие нумерации гирь номеру помоста;  
ведет счет правильно выполненных подъемов;

фиксирует технически неправильно выполненные подъемы командой  
"Не считать!", "Стоп!";

дает замечания спортсмену, если тот разговаривает во время выступления на помосте, если спортсмен не реагирует на замечания, подает команду «Стоп!»;

информирует о текущем и конечном результате спортсмена в каждом упражнении.

### 7.2. Судья на помосте:

помогает старшему судье выполнять его обязанности;

размещается так, чтобы спортсмена было видно со стороны;

ведет протокол выступления спортсмена на помосте;

предоставляет информацию в секретариат о конечном результате участника в каждом упражнении.

7.2.1. На соревнованиях IV-VI ранга обязанности старшего судьи на помосте и его помощника выполняет один судья.

### 7.3. Секретарь соревнований:

перед началом соревнований в весовой категории получает в секретариате судейскую документацию, список спортсменов весовых категорий, протоколы взвешивания и протоколы соревнований;

заполняет карточки спортсменов на взвешивании (протокол взвешивания) и протокол соревнований на помосте данной весовой категории;

проводит жеребьевку спортсменов и судей;

готовит протоколы соревнований;

по окончании соревнований в каждой весовой категории подает на подпись протокол соревнований судьям на помостах и передает его главному секретарю.

#### 7.4. Судья-информатор:

сообщает решения и распоряжения главной судейской коллегии;

вызывает спортсменов на помост и предупреждает о необходимости подготовиться следующим спортсменам;

контролирует время, установленное правилами для выполнения соревновательных упражнений с помощью электронного или механического устройства для отсчета времени (таймера или секундомера)

предупреждает спортсменов о начале и окончании выполнения упражнения;

информирует зрителей, тренеров, судей и спортсменов о результатах соревнований;

представляет победителей и призеров соревнований во время процедуры награждения, а также лиц, которые ее проводят.

7.4.1. Объявления судьи-информатора не должны мешать судьям на помосте и спортсменам.

7.4.2. Судья-информатор не имеет права вмешиваться в работу судей на помостах и давать указания спортсменам.

#### 7.5. Судья-хронометрист:

взаимодействует с судьей-информатором:

контролирует время, установленное правилами для выполнения соревновательных упражнений;

включает и выключает электронный таймер (табло) по сигналу судьи-информатора в соответствии с правилами соревнований.

7.5.1. При отсутствии судьи-хронометриста его обязанности исполняет судья-информатор.

#### 7.6. Судья при участниках:

проверяет по спискам явку спортсменов соревнований, их документы, а также соответствие их костюмов требованиям правил соревнований и сообщает секретарю результаты проверки;

своевременно предупреждает спортсменов о вызове их на помост;

проводит построение и выводит спортсменов на помосты согласно жребия для объявления;

сообщает секретарю сведения о неявке спортсмена или отказе принимать участие в соревнованиях;

является посредником между спортсменами, представителями команд, тренерами и судейской коллегией;

следит за порядком подготовки гирь;

не допускает к соревнованиям спортсменов, экипировка, документы которых не соответствуют требованиям правил или положения о соревнованиях;

выводит победителей и призеров соревнований на награждение.

#### 7.7. Технический инспектор:

вместе с заместителем главного судьи проводит взвешивание гирь и составляет акт об их соответствии правилам соревнований;

контролирует техническое состояние гирь и оборудования (весов, помостов), качество работы судейской сигнализации.

#### 7.8. Врач соревнований

7.8.1. Врач соревнований входит в состав судейской коллегии на правах заместителя главного судьи по медицинской части.

##### 7.8.2. Врач соревнований:

участвует в работе мандатной комиссии;

проверяет верность оформления заявок о допуске спортсменов к соревнованиям;

осуществляет медицинское наблюдения за участниками при взвешивании и в процессе соревнований, определяет анатомические недостатки, которые мешают выпрямить конечности;

следит за соблюдением санитарно-гигиенических условий при проведении соревнований, мест проживания и питания;

осуществляет медицинскую помощь при травмах или заболеваниях

спортсменов соревнований, определяет возможность их дальнейшего выступления;

согласовывает с главным судьей вопрос о снятии участника, дает письменное заключение о причинах его снятия. Дает разрешение на применение спортсменом дополнительных бинтов, пластыря, накладок, о чем информирует главную судейскую коллегию;

участвует в работе комиссии по допинг-контролю;

после окончания соревнований представляет главному судье отчет о медико-санитарном обслуживании.

#### 7.9. Комендант соревнований

7.9.1. Комендант соревнований отвечает за своевременную подготовку инвентаря (помосты, гири, весы, судейская сигнализация и др. инвентарь), мест соревнований и разминки, мест для спортсменов, представителей, судей, прессы. Отвечает за оформление помещения. Обеспечивает парад участников техническими средствами и атрибутикой, выполняет указания главного судьи и представителя организации, проводящей соревнования.

### **V. Правила выполнения упражнений**

#### 1. Общие положения

1.1. За 2 мин. до начала выполнения упражнения спортсмен вызывается на помост. За 10 секунд до начала подается команда "Приготовиться! Внимание! Старт!", или проводится отсчет контрольного времени: 5, 4, 3, 2, 1 сек., после чего подается команда "Старт".

1.2. Для выполнения упражнения спортсмену дается время 10 минут. Судья-информатор ежеминутно объявляет контрольное время. После окончания 9 минут контрольное время объявляется через 30 сек., 40 сек., 50 сек. и последние 5 секунд каждую секунду;

при проведении соревнований на нескольких помостах все спортсмены обязаны начинать выполнение упражнения непосредственно после команды "Старт!". При невыполнении этого требования судья на помосте подает команду "Стоп!";

при выполнении упражнения до начала команды "Старт!" (фальстарт) судья на помосте подает команду "Стоп!" и после остановки разрешает выполнение упражнения после команды "Старт!", которую подает сам;

при выполнении упражнения спортсмен должен стоять на помосте лицом к судье;

выполнения упражнения считается верным, если подъем заканчивается выпрямлением ног и рук и фиксацией гири (гирь) над головой во фронтальной плоскости при видимой остановке гири (гирь) и спортсмена (неподвижное положение).

1.3. По истечении 10 минут подается команда "Стоп!", после которой подъемы не засчитываются, и спортсмен обязан прекратить выполнение упражнения.

1.4. Каждый правильно выполненный подъем сопровождается соответствующей счету старшего судьи на помосте цифровой индикацией на табло судейской сигнализации. При отсутствии электронной сигнализации, каждый правильно выполненный подъем сопровождается счетом старшего судьи на помосте, доступным для восприятия участником соревнований и зрителями.

1.5. Спортсмену запрещается разговаривать во время выполнения упражнения.

1.6. При нарушении требований к техническому выполнению упражнения старший судья на помосте подает команды "Не считать!", "Стоп!".

1.7. После окончания упражнения, при опускании гирь (гири) на помост, участник должен держать гири (гирю) за дужки (дужку), сопровождая их опускание.

## 2. Толчок

2.1. В начале выполнения упражнения гири поднимаются на грудь с помоста без посторонней помощи, любым способом, одним непрерывным движением.

2.2. Толчок гирь (гири) выполняется, от груди с неподвижного положения, когда плечи (локти) прижаты к туловищу, гири (гиря) размещены на внешней стороне рук (руки), а ноги выпрямлены. При выполнении толчка, после предварительного полуприседа ноги выпрямляются, а гири поднимаются над головой с использованием любого подседа. В момент фиксации гирь (гири) вверху, руки, туловище, ноги должны быть выпрямлены, движение гирь (гири) и спортсмена остановлено, после каждого подъема гири (гиря) опускаются на грудь.

2.3. Команда "Стоп" подается при:

постановке гири (гирь) на плечевые суставы (за исключением начала выполнения упражнения после подъема гирь на грудь), помост или при опускании гири (гирь) с груди ниже уровня пояса;

схождении спортсмена с помоста;

2.4. Команда "Не считать" подается при: толчке гирь с перерывом в движении, т.е. доталкивании, дожиме;

поочередном толчке гирь от груди;

неодновременной фиксации гирь в верхнем положении;

отсутствии фиксации в стартовом положении и вверху.

2.5. Толчок гирь (гири) длинным циклом выполняется по правилам толчка гирь (гири) от груди с последующим опусканием гирь (гири) с груди в положение виса после каждого подъема;

при опускании гирь, замах выполняется один раз;

при опускании гирь в положение виса для замаха, команда "Стоп!" подается при остановке гирь в положении виса для отдыха или при двойном замахе (раскачивании гирь), при постановке гирь (гири) на помост.

### 3. Рывок

3.1. Упражнение выполняется в один прием. Спортсмен должен без остановки поднять гирю вверх на прямую руку и зафиксировать ее. В момент фиксации

рука, ноги и туловище должны быть выпрямлены, движение гири и спортсмена остановлено.

После фиксации вверху спортсмен должен, не касаясь гирей туловища, опустить ее вниз для выполнения очередного подъема. При опускании гири замах выполняется один раз.

3.2. Смена рук происходит один раз.

3.3. Команда "Стоп!" подается при:

постановке гири на плечо;

постановке гири на помост (касание гирей помоста при замахе не считается ошибкой);

схождении спортсмена с помоста;

при остановке гири в положении виса для отдыха или при двойном замахе (раскачивании гири);

до смены рук при остановке гири в положении виса для отдыха или при двойном замахе (раскачивании гири) подается команда "Переложить гирю!" - при невыполнении команды подается команда "Стоп!".

3.4. После передачи гири с руки в руку (смене рук) разрешается перед выполнением рывка следующей рукой выполнить один дополнительный замах;

в других случаях после смены рук при остановке гири в положении виса для отдыха или при двойном замахе (раскачивании гири) подается команда "Стоп!".

3.5. Подъем не засчитывается при:

дожиге гири;

отсутствии фиксации гири вверху;

касании свободной рукой или какой-либо частью тела помоста, ног, туловища, руки, которая работает, гири (за исключением момента передачи гири с руки в руку).

4. Определение победителей и призеров соревнований

4.1. Место спортсмена в каждой весовой категории определяется по результатам, которые показаны в отдельных упражнениях (толчок, рывок),



сумме двоеборья и толчке длинным циклом.

4.2. В каждой весовой категории победитель определяется по наибольшей сумме подъемов в двух упражнениях (двоеборье), а также в отдельных упражнениях (толчок, рывок) и толчке длинным циклом. В рывке и толчке одной рукой в зачет идет сумма подъемов, выполненных каждой рукой.

4.3. При одинаковом количестве подъемов у нескольких спортсменов преимущество имеет:

спортсмен, имеющий меньший собственный вес до выступления;

спортсмен, выступающий по жеребьевке впереди соперника;

спортсмен, который закончил упражнение по времени раньше соперника;

спортсмен, имеющий меньший собственный вес после выступления.

4.4. При невыполнении одного из упражнений двоеборья (нулевая оценка) сумма не засчитывается.

4.5. Участник, получивший нулевую оценку в толчке, в соревнованиях по двоеборью к выполнению второго упражнения не допускается.

4.6. Места в командном первенстве определяются по наибольшему количеству набранных очков зачетными спортсменами. Очки начисляются одним из способов, обусловленных положением о соревнованиях (по таблице, за занятые места, по общему количеству подъемов и т.д.).

Таблица оценки результатов спортсменов соревнований по гиревому спорту

в зависимости от занятых мест.

Место	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Балы	36	33	30	27	25	23	21	19	17	15	14	13
Место	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Балы	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

25 место и следующие - оценка 1 балл

## VI. Эстафеты

1. Эстафеты - командные соревнования в поэтапном поднимании гирь:

количество этапов, упражнение, вес гирь (гири), время выполнения упражнения, определяются положением о соревнованиях;

упражнения выполняются по общим правилам;

спортсменам разрешается участвовать в соревнованиях только в одном этапе;

спортсмену разрешается выступление в более тяжелой весовой категории;

на каждом этапе спортсмены разных команд соревнуются одновременно.

## 2. Порядок проведения эстафет:

соревнования проводятся при наличии не менее 3-х команд

соревнования начинаются с легких весовых категорий;

за 5 секунд до старта спортсменам первого этапа подается команда: "Приготовиться!", "Внимание!", "Старт!";

за 5 секунд до окончания очередного этапа подается команда: "Внимание!",

по окончании отведенного времени - команда "Смена!";

по команде "Смена!" спортсмены, которые выполняли упражнение обязаны поставить гири (гирю) на помост, а спортсмены следующего этапа начать выполнение упражнения;

поднятие гирь (гири) после команды "Смена!" спортсмену предыдущего этапа не засчитывается;

если спортсмен предыдущего этапа закончил выполнение упражнения досрочно, следующий спортсмен не имеет права начать выполнение упражнения до команды «Смена!»;

счет производится с нарастающим итогом;

эстафета заканчивается командой "Стоп!" по общим правилам;

командные места определяются по общему количеству подъемов каждой командой;

при одинаковом количестве подъемов у нескольких команд, предпочтение отдается команде, имеющий меньший общий вес спортсменов.

## **VII. Регистрация рекордов**

1. Национальные рекорды регистрируются только на официальных международных и национальных соревнованиях, включенных в Календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий Федерации. Рекорд в рывке регистрируется при выполнении упражнения каждой рукой. В составе судейской коллегии должно быть не менее 3-х судей международной категории.

2. Рекорды мира регистрируются только на международных соревнованиях, которые включены в календарный план спортивных мероприятий МФГС при условии прохождения допингконтроля. В составе судейской коллегии должно быть не менее 3-х судей международной категории.

## **VIII. Награждение участников соревнований**

1. Процедура награждения спортсменов каждой весовой категории, а также команд, получивших призовые места, проводится после окончания соревнований и определяется положением о соревнованиях.

2. Награждение проводится в порядке возрастания весовых категорий.

3. Сначала награждаются спортсмены, занявшие в соревнованиях третье, потом второе, за ними первое место.

4. Главная судейская коллегия и Федерация имеет право награждать:  
тренеров, подготовивших победителей и призеров соревнований;  
лучших судей соревнований;  
спортсменов за установление рекорда, за лучшую технику выполнения упражнений;

награждать призами зрительских симпатий и т.д..

5. Награждение проводят представитель Федерации, или организации, проводящей соревнования.

## **IX. Допингконтроль**

1. Допингконтроль (ДК) является частью состязаний и может проводиться на любых из них.

2. Согласно антидопинговых правил Всемирной антидопинговой ассоциации (ВАДА), спортсмены спортивных мероприятий по гиревому спорту могут привлекаться к антидопинговому тестированию во время тренировочного процесса и во время участия в соревнованиях.

3. Допингконтроль проводится в специально отведенных пунктах (помещениях), которые должны иметь достаточно места для размещения спортсменов, соответствующее количество туалетных комнат для мужчин и женщин и соответствовать критериям конфиденциальности информации.

4. Количество спортсменов и лица для прохождения ДК определяются Главной судейской коллегией, которая обязана предупредить спортсменов о прохождении ДК (устно или письменно) .

5. Спортсмены, которых предупредили, появляются на место отбора биопроб сразу после выступления в соревнованиях.

6. Если спортсмен не явился в пункт отбора биопроб, или досрочно покинул место соревнований, отказался от тестирования, ему засчитывается положительный результат по ДК.

7. Отбор биопроб проводится сопровождающим или допинг-офицером в специально отведенной изолированной туалетной комнате, согласно инструкциям ВАДА:

спортсмены (мужчины и женщины) сдают биопробу (урину) в специальный сосуд раздетыми, в присутствии сопровождающего или представителя антидопингового центра (допинг-офицера);

сопровождающий (допинг-офицер) должен быть одного из спортсменом пола;

сопровождающий (допинг-офицер) обязан наблюдать за выходом биопробы (урины) от спортсмена в сосуд, после чего, согласно инструкциям, заполняет и подписывает вместе со спортсменом и представителем

необходимые документы и пересылает биопробы в антидопинговую лабораторию.

8. В момент отбора биопроб в помещении ДК (не в туалетной комнате) могут находиться представители антидопингового центра, тренер, врач команды, члены ГСК.

9. Представителям средств массовой информации (СМИ) находиться в помещении ДК запрещается.

10. За употребление запрещенных ВАДА препаратов и медицинских процедур или отказе проходить тестирование спортсмены по решению Федерации подлежат дисциплинарным санкциям в виде денежных штрафов и запрета на участие в соревнованиях на определенный срок (дисквалификации), в том числе пожизненно.

11. Спортсмен обязан своевременно уплачивать денежные штрафы и компенсировать средства, потраченные на проведение тестирования (допинг-контроля) в случае положительного результата его допинг-пробы, которые уплачиваются в Международную федерацию гиревого спорта или национальную федерацию.

12. После вынесения окончательного решения, Федерация имеет право предоставлять информацию о нарушениях спортсменом антидопинговых правил средствам массовой информации или общественности.