УТВЕРЖДАЮ УТВЕРЖДАЮ СОГЛАСОВАНО

Председатель комитета по Председатель Мурманской Начальник управления

Физической культуре и спорту региональной общественной ГОЧСиПБ по Мурманской

Администрации города организации «Федерация области

Мурманска холодового плавания»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

И. Е. Андреева С. И. Корытов

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении заплыва через Кольский залив «Мурманская миля-6», посвященного 95-ой годовщине основания города Мурманска**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

**-** Популяризация холодового плавания и закаливания среди мурманчан, жителей Мурманской области и регионов РФ;

**-** укрепление дружеских контактов со спортсменами других регионов страны и мира;

**-** испытание феноменальных человеческих возможностей;

**-** повышение спортивного мастерства участников заплыва.

1. **ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Заплыв «Мурманская миля - 6» проводится **25 июня 2011 года** в акватории Кольского залива вдоль нового Кольского моста.

**Старт ориентировочно в 15.00** на левом берегу Кольского залива.

Финиш на правом берегу Кольского залива.

1. **РУКОВОДСТВО ПОДГОТОВКОЙ И ПРОВЕДЕНИЕМ ЗАПЛЫВА**

Общее руководство организацией и проведением заплыва осуществляет комитет по физической культуре и спорту администрации города Мурманска совместно с Мурманской региональной общественной организацией «Федерация холодового плавания».

Непосредственное проведение заплыва возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную горспорткомитетом.

1. **ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

12.00 – сбор участников заплыва;

13.00 – автобус с участниками заплыва отправляется от Дворца спорта Центрального стадиона (Челюскинцев, 1) к месту старта (левый берег Кольского залива);

14.30 – построение участников заплыва. Инструктаж. Разминка;

15.00 – старт группового заплыва на 1200 м;

16.00 – подведение итогов, реабилитационные мероприятия участников заплыва.

17.00 – награждение победителей и участников заплыва.

1. **УЧАСТНИКИ И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

В заплыве на дистанцию 1200 м принимают участия спортсмены, имеющие специальную подготовку в возрасте 18 лет и старше, способные преодолевать сильные водные боковые течения, занимающиеся холодовым плаванием в организациях, культивирующих марафонское холодовое плавание, допущенные врачом к плаванию в ледяной воде. Ориентировочная температура воды от 5° до 8° С, температура воздуха от 8° до 20° С.

Участникам заплыва не разрешается использование специальных согревающих плавательных костюмов (гидрокостюмы, носки, перчатки) и согревающих мазей. Перед стартом участники проходят обязательный медицинский осмотр.

Стиль плавания – вольный. Соревнования личные.

**Участники заплыва соревнуются на свой риск и несут личную ответственность за свое здоровье**, о чем представляют в судейскую коллегию расписку, установленного образца.

Пребывание спортсменов в воде ограничено 1 часом. После чего все, недоплывшие до финиша спортсмены должны прекратить заплыв, подняться в спасательную лодку и прибыть к месту финиша.

1. **ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ ЗАПЛЫВА**

В связи с экстремальными условиями заплыва безопасность участников на воде осуществляют следующие организации:

- управление ГОУС и пожарной безопасности Мурманской области;

- РПСО МЧС России;

- в/ч 3798

- Мурманское бассейновое аварийно-спасательное управление.

Перед заплывом каждый участник должен изучить инструкцию по мерам безопасности, расписаться в ознакомлении и выполнять её.

**Для лучшей видимости спасателей, обеспечивающих безопасность участников заплыва, каждый пловец должен иметь плавательную шапочку яркого цвета (белого, желтого или оранжевого) и номер, нанесенный на левое и правое плечо.**

На финише медицинское обслуживание участников заплыва обеспечивают: бригада скорой медицинской помощи, реанимационная бригада. На финише установлена теплая палатка с необходимым оборудованием для реабилитации пловцов.

1. **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Победители заплыва определяются по:

1. абсолютным лучшим результатам, показанным в заплыве (трое мужчин и три женщины);
2. наибольшему количеству баллов (трое мужчин и три женщины), подсчитанных с учетом возрастных групп, базовых результатов и результата прохождения дистанции спортсменом по следующей формуле

Р = 1000 х (В/Т)3

где Р – количество баллов

В – базовый результат (с) табл. 1

Т- время, показанное участником на дистанции (с)

Таблица 1

Базовые результаты (секунды) вольным стилем

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возрастная группа  Пол | A | B | C | D | E | F | G | H |
| до 29 лет | 30-34 | 35-39 | 40-44 | 45-49 | 50-54 | 55-59 | 60-64 |
| женщины | 1062,07 | 1076,15 | 1096,35 | 1114,82 | 1146,82 | 1211,95 | 1301,38 | 1401,74 |
| мужчины | 997,70 | 1008,73 | 1022,43 | 1033,84 | 1061,78 | 1085,46 | 1143,95 | 1201,83 |
|  | I | J | K | L |  |  |  |  |
|  | 65-69 | 70-74 | 75-79 | 80-84 |  |  |  |  |
| женщины | 1493,38 | 1551,30 | 1696,25 | 1947,45 |  |  |  |  |
| мужчины | 1287,37 | 1342,96 | 15,01 | 1661,46 |  |  |  |  |

Возраст участников определяется по количеству полных лет на день соревнований. Победители в отдельных возрастных группах не определяются.

При равенстве баллов предпочтение отдается старшему по возрасту участнику.

1. **НАГРАЖДЕНИЕ**

Комитет по физической культуре и спорту администрации города Мурманска награждает всех участников заплыва на 1200 м памятными медалями и дипломами горспорткомитета.

Специальными призами и дипломами награждаются участники заплыва, занявшие 1 – 3 места среди мужчин и женщин, в абсолютном зачете и с учетом набранных баллов.

Участники заплыва, преодолевшие дистанцию в 5-ый раз, награждаются памятным знаком «Преодоление».

1. **ЗАЯВКИ**

Предварительные заявки о составе участников направлять в горспорткомитет до 15 июня 2011 года (тел./факс 44-17-89, 44-13-55).

Предварительные именные заявки на участие в соревнованиях (по форме) необходимо подать до 15 июня 2011 года в горспорткомитет (ул. Буркова, 19а, тел./факс 44-17-89).

Образец заявки:

ЗАЯВКА

на участие в заплыве

«Мурманская миля - 6»

25 июня 2011 года от

города\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия Имя | Число, месяц, год рождения | Стаж занятием холодовым плаванием | Достижения в холодовом плавании (учатия в заплывах, соревнованиях, чемпионатах и т.д.) |
|  |  |  |  |  |

Представитель команды (капитан команды)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Заседание судейской коллегии состоится **24 июня 2011 года, в 17.00 в помещении облспорткомитета (ул. Челюскинцев, 2а).**

На заседание судейской коллегии необходимо представить следующие документы:

- паспорт;

- медицинскую справку о допуске к участию в соревнованиях по холодовому плаванию (справка, заверенная печатью лечебного учреждения **с обязательной записью «годен к плаванию в холодной воде»);**

- страховое свидетельство;

- заявление о том, что спортсмены соревнуются на свой риск и несут личную ответственность за свое здоровье;

- карточку участника заплыва.

**Решение о допуске спортсменов к заплыву принимается зам. главного судьи по медицинскому обслуживанию и советом региональной федерации холодового плавания. Без медицинской справки спортсмены к соревнованиям категорически не допускаются.**

Иногородним участникам о времени прибытия в город Мурманск необходимо сообщить заблаговременно для решения вопроса размещения (не позднее 15 июня 2011 года).

Контактные телефоны: 8-8152-44-13-55 (учебно-спортивный отдел); т/ф 8-8152-44-17-89 (приемная); [sport-comitet51@yandex.ru](mailto:sport-comitet51@yandex.ru).

1. **ФИНАНСИРОВАНИЕ**

Все расходы, связанные с организацией и проведением соревнований несет Комитет по физической культуре и спорту администрации города Мурманска.

Расходы, связанные с участием иногородних спортсменов за счет командирующих организаций.

Ориентировочная стоимость за проживание в сутки от 400 до 2000 рублей.

**Настоящее положение является официальным вызовом на соревнования.**