«СОГЛАСОВАНО»	«СОГЛАСОВАНО»	«УТВЕРЖДАЮ»	«УТВЕРЖДАЮ»
Исполнительный директор федерации фитнес - аэробики Республики Саха (Якутия)	Руководитель ГБУ РС (Я) «УФКиМС»	Глава МР «Нюрбинский район»	Министр по физической культуры и спорту Республики Саха (Якутия)
Л. П. Дмитриева	Р.Н. Оконешников	А.М. Иннокентьев	Л. Н. Спиридонов
«1» мая 2026 г.	«1» 2026 г.	«05» мая 2026 г.	«1» 2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
О проведении XVII Чемпионата Республики Саха (Якутия) по фитнес-аэробике (Отборочные соревнования IX Спортивных игр народов Республики Саха (Якутия))

с. Антоновка, 2026 г.

I. Цели и задачи

- развитие и популяризации фитнес – аэробики в РС (Я);
- пропаганда ЗОЖ среди молодежи;
- привлечение населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом (фитнес-аэробикой);
- выявление сильнейших команд РС (Я).

II. Сроки и место проведения

Соревнования проводятся 6 июня 2026 г. в с. Антоновка Нюрбинского района в МБУ ДО «ДЮСШ» Спортивный зал им. Пахомова А.И. (ул. Школьная, д. 5).

Мандатная комиссия проводится 4 июня 2026 г. в г. Якутске на стадионе «Туймаада имени Н.Н. Тарского» по адресу: ул. Лермонтова, 64 по рабочему времени с 10:00 до 15:00 у Николаевой Изумиры Николаевны кабинет номер 30.

III. Руководство проведением

Общее руководство подготовки и проведением соревнований осуществляется Министерством по физической культуре и спорту РС (Я), ГБУ РС (Я) «Управление физической культуры и массового спорта», федерацией фитнес-аэробики РС (Я). Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию, утвержденную министерством по физической культуре и спорту РС(Я), ГБУ РС (Я) «Управление физической культуры и массового спорта».

IV. Участники соревнования. требования к участникам и условия их допуска

В Чемпионате принимают участие сборные команды МО РС (Я), городского округа «Город Якутск», укомплектованные согласно Положению IX-х Спортивных игр народов РС (Я). Возрастная категория – 2009 г.р. и старше.

По итогам отборочных соревнований Чемпионата по фитнес-аэробике РС (Я) 2026 года в финальную часть Спортивных игр народов РС (Я) допускаются 12 лучших команд.

Состав команды 5-8 человек и 1 представитель, мужчины, женщины (однородный или произвольно смешанный). Правила соревнований на сайте http://www.fitness-aerobics.ru/ за 2022-2024 г.

V. Порядок и условие проведения соревнования

Соревнования проводятся по действующим правилам FISAF на 2022-2024.
Состав команды в дисциплине аэробика от 5 до 8 человек. Размер соревновательной площадки 9х9; 10х10.
Судейская коллегия состоит из 7 судей: Старший судья, старший секретарь, 3 судьи по технике, 2 по артистичности.
Судейство критериев в спортивной дисциплине "аэробика":
В основе программ по фитнес-аэробике лежат движения высокоударной (hi-impact) аэробики, основанные на постоянных прыжках и беге, под музыкальное

сопровождение с чётко различимой ударностью. Обязательных элементов не существует, а также не приветствуется использование элементов из спортивной аэробики. Акцент делается на непрерывное выполнение движений, выстроенных в творчески составленную композицию.

- Технические критерии

Все движения должны соответствовать и отражать специфику спортивной дисциплины "аэробика" в процентном соотношении:

- сложность движений (25%);
- интенсивность исполнения (25%);
- разнообразие движений (25%);
- качество исполнения (25%).

Внимание! Все критерии имеют равноценные значения и программа выступления оценивается без преимущества одного из данных критериев. Во время судейства при выставлении баллов нужно учитывать все критерии и рассматривать все процентные соотношения в комплексе.

- Сложность движений:

- сложность движения ног, включая движение ступней, отражающих высокоударную аэробику;
- использование различных сложных линий рук;
- сложность и скорость перестроений, не искажающих правильную технику движений ног;
- противоположные планы:

а) в движениях рук;
б) в движениях ног;
в) между членами Группы.

- Интенсивность исполнения:

- движения, требующие больших энергетических затрат и усилий;
- различные уровни хореографии (движения в партере, касание/выпад, стоя, высокоударная аэробика и высокие прыжки);
- многообразие использования коротких и длинных рычагов в движениях рук и ног;

- смена уровней работы ног за счет движений со сменой ног, подъемов колена, махов и пр.;
- высокий темп движений;
- выносливость, физическая форма и техническая подготовка;
- использование движений в партере на протяжении всего выступления;
- хореография выступления должна максимально отражать специфику высокоударной аэробики.

- Разнообразие движений:

- отсутствие повторений при выборе разнообразных движений высокоударной аэробики;
- разнообразие работы рук с использованием коротких и длинных рычагов;

- разнообразие в смене уровней хореографии: с пола в положение стоя, из положения стоя на пол и т.д.;
- разнообразие построений, перемещений и умение использовать пространство;
- разнообразное использование движений ног различного уровня за счет движений со сменой ног, подъемов колена, махов и пр.;
- избегать повторов движений в работе ног;
- избегать повторов движений в работе рук.

-Качество исполнения:
- высокий уровень технического исполнения, включая выполнение выбранных движений повышенной сложности;
- точность положений рук, ног, стоп и выполнение движений с мышечным контролем;
- скорость движений и правильное выполнение всех переходов;
- осанка, в том числе правильное положение суставов;
- легкость исполнения;
- уровень исполнения на протяжении всего выступления;
- отсутствие запрещенных движений.

Критерии артистизма

Все движения должны соответствовать и отражать специфику спортивной дисциплины "аэробика" в процентном соотношении:
- хореография (30%);
- музыкальное сопровождение (25%);
- синхронность исполнения (25%);
- презентация (20%).

Внимание! Все критерии имеют существенное значение, и программа выступления оценивается не только по самому большому процентному содержанию критерия "хореография". Во время судейства при выставлении баллов нужно учитывать все критерии и рассматривать все процентные соотношения критериев в комплексе.

-Хореография:

- движения должны соответствовать хореографии фитнес-аэробики, а не спортивной аэробики;
- оригинальность и творческий подход в исполнении движений высокоударной аэробики;
- использование различных направлений движений и умение ориентироваться в пространстве;
- одинаковое и целесообразное расстояние между членами группы;
- хореография, построенная на взаимодействии членов группы;
- творческий подход к хореографии различных вертикальных уровней и использование пространства;
- оригинальность и креативность программы.

Музыкальное сопровождение:

- музыка должна соответствовать требованиям спортивной дисциплины "аэробика";
- музыкальное сопровождение и движения спортсменов должны быть неразделимы;
- использование характера, ритмического рисунка, вокала и прочих особенностей музыкального сопровождения;
- движения должны отражать выбранную тему музыкального сопровождения;
- все участники Группы должны справляться с темпом музыкального сопровождения.

Синхронность исполнения:

- одинаковый уровень подготовки: все участники Группы должны выполнять движения одновременно по времени и в пространстве (амплитуде);
- одинаковая интенсивность исполнения;
- синхронность в представлении и подаче выступления;
- солирование не допускается.

Презентация:

- энергетика движений и мимическая выразительность;
- способность вызвать восхищение и эмоциональный подъем;
- уверенность и эмоциональность Группы;
- зрительный контакт с аудиторией;
- разнообразие в представлении своих навыков и мастерства;
- взаимодействие с другими членами Группы, быть частью командной работы в Группе;
- индивидуальный "почерк" выступления Группы;
- хорошая физическая форма;

- костюм для выступления должен быть аккуратным, опрятным, соответствовать хореографии, но не должен быть театрализованным.

Разрешенные движения:

- прыжки с приземлением на одну или две ноги;
- отжимания на двух руках;
- упор на двух руках без фиксации позы, проходящий и без поворота;
- элементы на гибкость без фиксации позы;
- падение в упор лежа;
- подъёмы и поддержки в положении стоя или на полу - без перемещения;
- самостоятельное продвижение, опираясь на партнера или с поддержкой партнера в положении стоя или на полу;
- кувырок на полу, вертикальная стойка на руках (без фиксации положения), выполненная как переход;
- самостоятельное колесо и/или с помощью партнера, выполненное в любой форме, в том числе колесо с опорой на предплечьях;
- переворот назад (фляк), сальто и их вариации с помощью члена/членов Группы;

- несамостоятельный темповый переворот вперед (без касания руками пола) и его вариации с помощью члена/членов Группы.

Запрещённые движения:

- отжимания на одной руке;
- угол/упор на одной руке;
- прыжки с приземлением в упор лежа или в шпагат;
- самостоятельный переворот назад (фляк), сальто и его вариации;
- самостоятельный темповый переворот вперед с опорой руками о пол без опоры, и его вариации;
- воздушный кульбит в любой форме/сальто;
- рондад в любой форме;
- продвижение с помощью другого участника Группы.

Музыка должна быть отправлена до начала соревнований и проверена до начала соревнований. Результаты проверки (темп, время) будут переданы Главному судье соревнований. Если темп звучания музыки не соответствует разрешенным параметрам, арбитр по Артистизму снижает оценку, что может повлечь снижение ранга в целом. Замена музыки после начала соревнований может быть произведена по причине наличия проблем с музыкальным оборудованием, с разрешения Главного судьи.

Продолжительность выступления, допустимый темп выступления:

Продолжительность 1'30"-1'40" темп 156 ударов и выше. Отсчет времени начинается с первым звуковым сигналом и заканчивается с последним звуковым сигналом (включая сигнал к началу выступления, если таковой используется).

Наличие единого соревновательного костюма (прямые брюки, футболки, майки или комбинезон и кроссовки) – обязательно.

Порядок соревнований:

1. Спортивные соревнования проводятся как минимум в два тура, в зависимости от окончательного количества зарегистрированных групп в каждой из спортивных дисциплин: отборочный и (или) полуфинальный и финальный туры.
2. По итогам отборочного тура в спортивных дисциплинах "аэробика", в полуфинальный тур допускаются 12 сильнейших групп. Если зарегистрировано 25 и более групп-участниц в той или иной спортивной дисциплине, то в полуфинал проходят 15 из них.
3. По итогам полуфинального тура в спортивных дисциплинах "аэробика", "аэробика " в финальный тур допускаются 6 или более сильнейших команд
4. По итогам выступления в финальном туре определяются победители и призеры (1 - 3 место)
5. Победители и призеры определяются ранжированием по наибольшему количеству лучших мест в финальном туре спортивных соревнований.

По правилам соревнований обращаться по тел.: 89142295912 Дмитриева Лилия Петровна; 89142934718 Винокурова Лена Дмитриевна.

VI. Финансирование

6.1. Расходы по награждению победителей, призеров и оплаты ГСК несет ГБУ РС (Я) «Управление физической культуры и массового спорта».

6.2. Расходы по оплате судей несет НП «Федерация фитнес-аэробики и спортивной аэробики РС (Я)».

6.3. Расходы, связанные с проездом, питанием и размещением команд, несут командирующие организации.

6.4. Подготовку места проведения соревнования, размещения и питания участников осуществляет администрация МР «Нюрбинский район».

6.5. Взнос с участника 500 рублей. Взносы взносится в адрес НП «Федерация фитнес-аэробики и спортивной аэробики РС (Я)» для оплаты работы судей.

VII. Награждение

7.1. Команды-призеры награждаются кубками и дипломами, игроки награждаются медалями и грамотами.

7.2. Командам, занявшим 1-12 места, вручаются сертификаты участника финальной части IX Спортивных игр народов РС(Я).

VIII. Размещение, питание

8.1 Спортемены и тренеры размещаются в МБОУ «Антоновская СОШ» (ул. Чусовского, д. 6). Стоимость проживания – 1800 руб. в сутки с человека с 3х разовым питанием. С собой иметь спальные принадлежности. Ответственный за размещение и питание спортсменов – Данилов Михаил Гаврильевич, к.т. 892659965396.

IX. Порядок и сроки подачи заявок

Предварительные заявки на участие в соревнованиях подаются до 04 июня 2026 по адресу: г. Якутск, ул. Орджоникидзе, 28, ГБУ РС(Я) «Управление по физической культуре и массового спорта», контактный телефон 34-17-08, 34-40-39, факс: 42-48-96, e-mail: Ufkims78@mail.ru Liya-fitnes@mail.ru. Окончательные заявки с визой врача принимаются на мандатной комиссии при официальной регистрации участников.

В мандатную комиссию предоставляются следующие документы:

- Оригинал заявки с визой главного врача медицинского учреждения МО или городского округа РС (Я) и главы муниципального образования о допуске к соревнованиям;
- Паспорта всех участников;
- Договор о страховании (оригинал) или страхование на месте;

Заявки, итоговые результаты, протоколы и отчеты на бумажных и электронных носителях предоставляются в ГБУ РС (Я) «Управление физической культуры и массового спорта» в течении трех дней, со дня окончания соревнований. Хранятся в отделе спортивно – массовой работы в течении 5 лет. Ежедневные результаты могут публиковаться в СМИ, социальных сетях, на сайтах Министерства по физической культуре и спорту РС (Я), ГБУ РС (Я) «Управление физической культуры и массового спорта»: http://www.ufkims14.ru

Программа соревнований:

4 июня (г. Якутск)	10:00-15:00- мандатная комиссия в г. Якутске
6 июня (с.Антоновка)	10.00- опробование площадки
	11.30- жеребьевка команд, заседание судейской коллегии
	12 .00 – открытие соревнования
	12.30- отборочные соревнования
	14.00- брифинг судейской коллегии
	14.30 – полуфинал, финал
	16.00- брифинг судейской коллегии
	17.00-награждение
	17.30- общее собрание с представителями и тренерами команд - отъезд команд

Внимание! В программе соревнований могут быть изменения

ДАННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОФИЦИАЛЬНЫМ ВЫЗОВОМ НА СОРЕВНОВАНИЯ!

ИМЕННАЯ ЗАЯВКА НА УЧАСТИЕ

в Чемпионате Республики Саха (Якутия) по фитнес-аэробике (отборочные соревнования IX Спортивных игр народов Республики Саха (Якутия)

от команды _____

_____

№	ФИО участника	Возрастная категория	Дата рождения	Данные документа, удостоверяющего личность
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

Тренер команды

ФИО, телефон