

Утверждаю  
Председатель Вологодского  
регионального отделения  
«Союз пенсионеров России»



С.В. Теремов

« 16 » февраля 2019 года

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении турнира по плаванию среди пенсионеров в рамках реализации проекта «Формула здоровья» при поддержке Фонда президентских грантов

### 1. Цели и задачи

- 1.1. Пропаганда и популяризация ценностей физической культуры и спорта среди пожилых людей, как важного фактора активного долголетия.
- 1.2. Привлечение пенсионеров к систематическим занятиям физической культурой и спортом и выявление сильнейших спортсменов.
- 1.3. Распространение опыта проведения спортивно-массовой работы и активизация работы в данном направлении.
- 1.4. Активизация деятельности местного отделения «Союза пенсионеров России» по физкультурно-массовой и оздоровительной работе с лицами пенсионного возраста.

### 2. Организация проведения соревнований

- 2.1. Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет Тотемское местное отделение ВРО СПР с партнером МБУ «Тотемский ФОК».
- 2.2. Время и место проведения: 12 марта 2019 г. Начало соревнований в 11.00, регистрация участников с 10 час.30 мин.
- 2.3. Заседание судейской коллегии в 9.45, начало соревнований в 10.00
- 2.4. К участию в соревнованиях допускаются лица, достигшие пенсионного возраста.
- 2.5. Участник соревнований должен иметь при себе допуск врача или поставить подпись в протоколе соревнований о том, что за свое здоровье и жизнь несет ответственность лично.

2.6. Предварительные заявки на участие подаются до 10 марта 2019 г. по электронной почте SvetlanaTrofimova260458@yandex.ru

### 3. Порядок проведения турнира

3.1. - дистанция 25 м. вольным стилем;

- дистанция 25 м. брассом (без погружения головы в воду);

- дистанция 100 м. вольным стилем.

- эстафета 4\*25 м. вольным стилем (3 муж. и 3 жен.)

Старт из воды (толчок от щита, плечи должны находиться под водой).

В заплывах осуществляется правило одного старта, т.е. старт участника дается независимо от допущения фальстарта.

Участник, допустивший фальстарт наказывается трехсекундным штрафом.

### 4. Определение победителей и награждение:

4.1. Победители определяются по лучшему времени, показанному на дистанции. Время определяется отдельно среди мужчин и женщин.

В случае, если участники показали одинаковое время, предпочтение отдается участнику старшему по возрасту.

4.2. Участники, занявшие с 1 по 3 места в личном первенстве соревнования по плаванию награждаются медалями и грамотами регионального отделения «Союз пенсионеров России». Команда – победитель награждается кубком.

### 5. Финансирование

Финансирование (приобретение медалей, грамот, призов и питание участников турнира, проезд команды Бабушкинского района) осуществляется за счет средств Вологодского регионального отделения СПР при поддержке Фонда президентских грантов.



**ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ**