

**Регламент проведения соревнований по гиревому спорту
Спартакиады-2019 «ССК УрСиб на призы ГК «Стронекс»**

Дата, время: 12 июля (пятница)

Начало соревнований – 18.30. Начало регистрации – 18.00

Место: СК «Лидер» по адресу: Копейское шоссе, 43б

Судья соревнований: Пипин Евгений Николаевич – Председатель Федерации гиревого спорта г. Челябинска

К участию в соревнованиях допускаются представители команд согласно утвержденному списку.

Состав команды: 2 мужчины, без запасных.

Порядок выступления согласно жеребьевки.

Соревнования по гиревому спорту проводятся гирей весом 24 кг.

Участники одной команды выступают одновременно. Между выступлениями команд дается перерыв в 1 мин. на подготовку снарядов.

Результаты участников фиксирует судья с использованием электронных табло.

Каждому участнику дается 5 мин. на выполнение упражнения «толчок». В течение этого времени можно поменять руку 1 раз.

Переключивание гири проводится в положение виса гири между ног, далее гиря складывается на грудь, и спортсмен продолжает выполнение упражнения. Ставить гирю на пол при смене рук не допускается.

Опускание гири на землю или падение снаряда считается окончанием выступления участника.

Места в командном зачете определяются по сумме подъемов двух участников.

В случае равенства очков у двух и более команд победитель определяются по наиболее высокому месту одного из участников команд.

В случае равенства очков у двух и более спортсменов победитель определяются по весу (проводится взвешивание).