



**ТЕХНИЧЕСКИЙ РЕГЛАМЕНТ
МЕЖДУНАРОДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ
ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ
«РУССКАЯ ЗИМА»**

Версия от 22.01.2026 г.

**06-08 февраля 2026 года
ЛФК ЦСКА, г. Москва, Ленинградский пр-т, д. 39 с. 1**

День приезда 06 февраля 2026 года, день отъезда 08 февраля 2026 года.

Соревнования проводятся в соответствии с:

- Положением о межрегиональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «легкая атлетика» на 2026 год номер-код вида спорта: 0020001611Я (далее – Положение);
- Правилам вида спорта «легкая атлетика», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации № 153 от 09.03.2023 г. (далее – Правила) с последними изменениями World Athletics;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 08.07.2020 г. №497 «О проведении спортивных мероприятий на территории Российской Федерации»;
- Настоящим регламентом соревнований.

ВОЗРАСТ УЧАСТНИКОВ, УСЛОВИЯ ДОПУСКА

В рамках Соревнований проводятся профессиональные спортивные соревнования среди мужчин и женщин. Соревнования личные ПО ПРИГЛАШЕНИЮ, участвуют спортсмены команд субъектов РФ.

ГЛАВНАЯ СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ СОРЕВНОВАНИЙ (ГСК)

| | |
|---------------------------|--|
| Технический делегат ВФЛА: | Клочкова Елена Юрьевна, ССВК, Волгоградская область |
| Главный судья: | Антонов Владислав Егорович, ССВК, Чувашская Республика |
| Главный секретарь: | Чернов Сергей Вячеславович, ССВК, Владимирская область |

РАБОТА МАНДАТНОЙ КОМИССИИ:

Комиссия по допуску участников и для подтверждения присланных заранее заявок и предоставления необходимых документов по заявке работает 06 февраля с 16:00 до 18:00 часов по адресу: ЛФК ЦСКА, г. Москва, Ленинградский пр-т, д. 39 с. 1.

Срок окончательного подтверждения участия – 06 февраля 2025 года 18:00 по Московскому времени.

Все спортсмены, тренеры и представители, обязаны до начала соревнований пройти образовательные антидопинговые онлайн курсы на официальном сайте РУСАДА / European Athletics (I Run Clean) и загрузить сертификат в ЕИС ВФЛА.

Также обязательным условием допуска является предоставление в комиссию по допуску следующих документов:

- оригинала заявки команды субъекта РФ, установленного образца (обязательно) либо оригинала медицинской заявки (обязательно);
- оригинала договора о страховании на каждого участника (обязательно);
- копии сертификата о прохождении антидопингового курса на спортсмена (по требованию);
- копии сертификата о прохождении антидопингового курса на тренера(-ов) заявленного спортсмена (по требованию);
- оригинала полиса обязательного медицинского страхования (по требованию);
- оригинала классификационной зачетной книжки спортсмена (по требованию);
- оригинала паспорта (по требованию).

Территориальная принадлежность спортсменов определяется в соответствии с Единой информационной системой и решением Комиссии по переходам.

ПРЕДСТАРТОВАЯ ПОДГОТОВКА УЧАСТНИКОВ

Официальная тренировка на соревновательной арене **06 февраля с 17:00 до 19:00. В день соревнований – вне времени соревнований.**

Предстартовая разминка проводится на местах под руководством рефери / старших судей по видам.

СБОР И РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ

Сбор и регистрация участников будет проводиться в зоне регистрации (Call Room). Call Room будет расположен за вторым виражом.

Выход участников от места регистрации к местам соревнований в технических видах осуществляется под руководством старшего судьи / рефери по виду, в беговых видах – под руководством помощника стартера.

Уход участников с места соревнований без разрешения рефери запрещается.

Точное время начала и окончания регистрации будет вывешено на информационных табло.

Участники, не явившиеся на регистрацию, к соревнованиям не допускаются.

ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

В беге 60 м и беге с барьерами 60 м соревнования проводятся в 2 круга. Порядок выхода в финал: 2 из каждого забега и 2 лучших по времени.

В остальных дисциплинах проводятся **финальные** соревнования.

КОЛИЧЕСТВО УЧАСТНИКОВ В ДИСЦИПЛИНАХ

| Дисциплина | Мужчины, женщины |
|-------------------------|-----------------------|
| Бег 60 м | 12 мужчин / 12 женщин |
| Бег 400 м (круг 200 м) | 12 мужчин / 12 женщин |
| Бег 800 м (круг 200 м) | до 10 мужчин |
| Бег 1500 м (круг 200 м) | до 15 женщин |
| Бег 3000 м (круг 200 м) | до 15 мужчин |
| Бег с барьерами 60 м | 12 мужчин / 12 женщин |
| Прыжок в высоту | 5 мужчин / 5 женщин |
| Прыжок с шестом | 6 женщин |
| Прыжок в длину | 8 мужчин |
| Тройной прыжок | 8 женщин |
| Толкание ядра | 8 мужчин |

В соревнованиях в прыжке в длину, тройном прыжке и толкании ядра спортсменам предоставляется по 4 попытки без смены очередности.

Порядок проведения соревнований в прыжке в высоту: 1 высота у женщин, 1 высота у мужчин и т.д. Когда в секторе для прыжка в высоту остаются не более 3-х (трех) участников (всего и мужчин, и женщин), то последовательность выполнения попыток регулируется соответствующим рефери.

ПОРЯДОК ПОДЪЕМА ВЫСОТ

| | | |
|-----------------|-----------------|---|
| Мужчины: | прыжок в высоту | 2.16; 2.21; 2.25; 2.28; 2.30; 2.32; далее по 2 см |
| Женщины: | прыжок в высоту | 1.80; 1.85; 1.89; 1.92; 1.94; 1.96; далее по 2 см |
| | прыжок с шестом | 4.10; 4.25; 4.40; 4.50; 4.60; 4.65; далее по 5 см |

В прыжке в высоту и в прыжке с шестом, в случае равенства результатов, за первое место проводится **перепрыжка**.

ПРОТЕСТЫ И АПЕЛЛЯЦИИ

Все протесты и апелляции подаются в соответствии с Правилами – Правило 8 ТП.

Устный протест делается представителем / спортсменом сразу после объявления результата, вызвавшего протест.

Письменная апелляция подается не позднее чем через 30 мин после официального объявления результата по данному виду. Протесты и апелляции, касающиеся права спортсменов участвовать в соревнованиях или его принадлежность к той или иной команде, подаются в аналогичном порядке в апелляционное жюри.

Письменная апелляция подается не позднее чем через 30 мин после официального объявления результата по данному виду. К протесту прикладывается оплаченный депозит в размере 10000 рублей. Депозит вносится на расчетный счет Общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация легкой атлетики». Возврат депозита производится в течение 10 рабочих дней с даты регистрации апелляции перечислением на банковскую карту, с которой производилась оплата. Организатор вправе удержать фактически понесенные расходы.

Апелляционное жюри:

| | |
|---------------|---|
| Председатель: | Шубина Наталия Георгиевна, ССВК, Краснодарский край |
| Член жюри: | Клочкова Елена Юрьевна, ССВК, Волгоградская область |
| Член жюри: | Пьянзин Андрей Иванович, ССВК, Чувашская Республика |

ЦЕРЕМОНИАЛЫ

Церемония награждения проводится сразу же по окончании каждого вида программы.

МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Врач во время соревнований располагается в зоне, предусмотренной организаторами.

ГЛАВНАЯ СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ