

«УТВЕРЖДАЮ»

Министр по физической культуре и
спорту Удмуртской Республики



Д.В. Парахин

2026 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Федерации
северной ходьбы Удмуртии



Г.Е. Ушаков

2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении Открытого республиканского фестиваля
северной ходьбы «10 ЛЕТ ШАГАЕМ ВМЕСТЕ»

2026 г.

1. Общие положения

Х Открытый республиканский фестиваль северной ходьбы (далее – Фестиваль) проводится в соответствии с Календарным планом официальных физкультурных и спортивных мероприятий Удмуртской Республики на 2026год.

Фестиваль проводится с целью укрепления здоровья граждан, формирования навыков здорового и активного образа жизни, а также развития и популяризации северной ходьбы как массового и доступного вида спорта в Удмуртской Республике.

2. Место и сроки проведения

Фестиваль проводится в г. Ижевске 29 августа 2026 года.

Старт и финиш Фестиваля в парке им. С.М. Кирова (ул. Кирова , д.6) на Фан. Зоне.

Официальная церемония открытия в 11-00 часов.

3. Организаторы спортивного соревнования

Общее руководство организацией Фестиваля осуществляют Министерство по физической культуре, спорту и молодежной политике Удмуртской Республики (далее – Минспорт УР) и Федерация северной ходьбы Удмуртии.

Полномочия Минспорта УР, как организатора Фестиваля, осуществляются автономным учреждением Удмуртской Республики «Центр спортивной подготовки сборных команд (далее - АУ УР ЦСП).

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Федерацию северной ходьбы Удмуртии, главную судейскую коллегияю.

Главный судья соревнований – Санников Константин Валерьевич, +7 905 876 20 86

4. Требования к участникам и условия их допуска

До участия в Фестивале допускаются граждане Российской Федерации и иностранных государств, прошедшие регистрацию, оплатившие стартовый взнос и имеющие допуск медицинского работника.

Возрастные категории участников:

3 км (ГТО)		5 км		15 км	
Муж 14-30	Жен 14-30	Муж 14-45	Жен 14-45	Муж 18 и старше	Жен 18 и старше
Муж 31-45	Жен 31-45	Муж 46-60	Жен 46-60		
Муж 46-55	Жен 46-55	Муж 61 и старше	Жен 61 и старше		
Муж 56-65	Жен 56-65				
Муж 66 и старше	Жен 66 и старше				

К участию в Фестивале допускаются команды от городов и районов России, клубов любителей северной ходьбы, подавшие заявку при регистрации на соревнования. Состав команды 6 человек (3 мужчины и 3 женщины). Результаты командных соревнований подводятся по меньшей сумме мест, занятых членами команды.

Возраст участников определяется по состоянию на дату проведения Фестиваля.

Участники Фестиваля несут полную ответственность за состояние своего здоровья и уровень физической подготовки, в чем расписываются при подаче заявки на участие в соревнованиях.

Участники соревнований должны предоставить в мандатную комиссию:

- паспорт или иной документ, удостоверяющий личность
- медицинскую справку с допуском к участию в физкультурном мероприятии с указанием дистанции
- полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев
- квитанцию об оплате стартового взноса.

На дистанцию 1 км (массовый старт «Марш Здоровья») допускаются все желающие без медицинского допуска, ограничения возраста и регистрации.

Для ознакомления и лучшего ориентирования на местности перед соревнованиями будет доступен маршрут по дистанциям.

5. Программа соревнования

Программа и регламент проведения Фестиваля утверждается главной судейской коллегией на каждый этап индивидуально. Афиша с указанием дистанций и регламента проведения мероприятия размещается на официальном сайте Федерации северной ходьбы Удмуртии <https://севернаяходьба18.рф/> и в сообществе «федерации северной ходьбы» <https://vk.com/udmnordicwalking/> за один месяц до начала старта.

Участники соревнований по северной ходьбе преодолевают фиксированные дистанции: 3 км, 5 км и 15 км.

Лимит времени прохождения дистанций северной ходьбы: 3 км – 40 мин, 5 км – 75 мин, 15 км – 3 часа.

Лично-командные соревнования проводятся на дистанциях 3 км, 5 км.

Участники, желающие выполнить установленные нормативы комплекса «Готов к труду и обороне» 9, 10 ступени, имеющие регистрацию на сайте и допуск медицинского работника, соревнуются на дистанции 3 км.

Предварительный регламент соревнований:

Просмотр трасс	7:30 – 8:00
Регистрация участников	9:00 – 10:30
Совещание главной судейской коллегии, оформление стартовых протоколов	10:30 – 10:50
Техника северной ходьбы. Показательные выступления от ведущих инструкторов северной ходьбы	10:30-10:45
Разминка	10:45-11:00
Церемония открытия	11:00 – 11:20
Начало соревнований:	
Мужчины и женщины 15 км	9:00
Мужчины и женщины массовый старт «Марш здоровья»	11:25
Мужчины 3 км	11:40
Женщины 3 км	11:45
Мужчины 5 км	11:55
Женщины 5 км	12:00

Награждение победителей соревнований проходит с 13.00 по мере подготовки протоколов по дистанциям.

Снаряжение

К соревнованиям допускаются участники со специальными палками для северной ходьбы. Применение лыжных палок запрещено в связи с возможностью получения травм из-за острого наконечника. Применение трековых палок допускается.

Всем участникам на дистанциях 3 км, 5 км и 15 км, не имеющим нужного снаряжения, организаторы предоставляют специальные палки для северной ходьбы. Залоговая стоимость – 500 рублей. Аренда – бесплатно.

Правила техники передвижения, обгоны

Участники соревнований передвигаются по дистанции, используя технику северной ходьбы, соответствующую лыжному попеременному двухшажному ходу. Движению левой ноги вперёд соответствует движение вперёд правой руки с палкой и наоборот. Движения рук в стороны должны быть ограничены.

Одна нога во время движения должна всегда сохранять контакт с опорной поверхностью. Бег и прыжки запрещены.

На каждый шаг должно производиться отталкивание палкой от опорной поверхности. Допускаются пропуски отталкивания с одной из сторон при перестроениях, поворотах, обходе препятствий. Пропуски отталкивания, перенос палок в руках и волочение палок запрещены.

Обгоны разрешены в любом месте трассы за исключением опасных участков. Ответственность за безопасный манёвр лежит на обгоняющем участнике. Обгоняемому участнику запрещается мешать обгоняющему.

Контроль на дистанции, штрафы и дисквалификация

Контроль на дистанции осуществляет судейская коллегия. Предусмотрено наказание в виде замечания, штрафа или дисквалификации. Наказанию подлежат только те нарушения, которые могут повлиять на результаты или безопасность соревнований.

Штрафом наказываются следующие нарушения:

1. Соблюдение техники ходьбы: запрет на бег и прыжки на дистанциях.
2. Соблюдение техники работы руками: запрет на перенос и волочение палок.
3. Соблюдение правил обгона и корректного поведения на дистанции.

Таблица временных штрафов за нарушения для соревнований
(значения в минутах и секундах):

Пункт правил	3 км, 5 км, 15 км	
	первое	повторное
1	0:15	0:15
2	0:15	0:15
3	0:15	0:15

Дисквалификацией наказываются 3 и более нарушения одного из пунктов Правил.

Решение о дисквалификации участников принимает главный судья соревнований. Главный судья обязан незамедлительно оповещать судей-контролёров о дисквалификации участников. Участник, которому предъявлена красная карточка, должен прекратить движение по дистанции. Отказ участника от прекращения движения не может служить основанием для отмены дисквалификации как таковой.

6. Условия подведения итогов

Соревнования проводятся в соответствии с Правилами спортивной дисциплины «Северная ходьба», утвержденными Министерством спорта Российской Федерации. Итоги подводятся в личном и командном зачете.

Победители и призеры определяются по наименьшему времени, затраченному на преодоление выбранной дистанции, с учетом возможного штрафного времени за допущенные нарушения на дистанции.

7. Награждение

Участники соревнований, занявшие первое, второе и третье место на дистанциях 3, 5 и 15 км в каждой возрастной категории, награждаются медалями Федерации и ценными подарками.

Организаторы оставляют за собой право проведения дополнительного награждения и вручения специальных призов от спонсоров и других организаций.

Участник, не явившийся на церемонию награждения – не награждается. Неявка победителя или призера на церемонию награждения оставляет за организаторами право распорядиться призами по своему усмотрению.

8. Условия финансирования

Расходы, связанные с организацией и проведением Фестиваля (оплата работы судейского корпуса, изготовление полиграфической продукции, обеспечение электронным автохронометражем (чиповая система), изготовление сувенирной продукции, питание участников и волонтеров, обеспечение питьевого режима) осуществляются за счет средств бюджета Федерации северной ходьбы Удмуртии.

Расходы, связанные с приобретением медалей, аренды звукового оборудования осуществляются за счет бюджета УР в рамках исполнения государственного задания АУ УР ЦСП в соответствии с утвержденной сметой расходов.

Сумма, полученная от стартовых взносов участников, расходуется на организацию и проведение Соревнований.

Финансовые расходы, связанные с экипировкой команд, командированием участников на соревнования осуществляются за счет командирующих организаций и личных средств участников.

9. Обеспечение безопасности участников и зрителей

Обеспечение безопасности участников и зрителей **Фестиваля** осуществляется в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- постановление Правительства РФ от 18.04.2014 № 353 «Об утверждении Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований» (Федерация северной ходьбы Удмуртии обеспечивает подготовку и исполнение Плана мероприятий по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности);

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся

(Федерация северной ходьбы Удмуртии обеспечивает подготовку и исполнение Плана мероприятий по обеспечению общественного порядка и общественной безопасности);

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Ответственность за жизнь и здоровье участников в пути следования к месту проведения соревнований, выполнением участниками правил техники безопасности, соблюдения дисциплины и порядка во время проведения соревнований несут участники самостоятельно, руководители команд и командирующие организации.

Соревнования проводятся с соблюдением положения статьи 26.2. ФЗ от 04.12.2007 №329-ФЗ (ред. от 26.07.2017) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» о предотвращении противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и борьбе с ним.

10. Страхование участников

Участие в Фестивале осуществляется только при наличии полиса (оригинала) страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, который представляется в комиссию по допуску участников в день проведения соревнований. Без договора о страховании участники команд к участию не допускаются.

11. Подача заявок на участие

Подача заявок на участие в Фестивале осуществляется путем предварительной регистрации участников соревнований и регистрации в день проведения соревнований.

Предварительная регистрация участников осуществляется на сайте Федерации северной ходьбы Удмуртии <http://udfesca.ru/>.

Сроки регистрации участников:

Сроки	Регистрация	Оплата регистрации
I этап По 14 августа 2026 года	Онлайн на сайте https://севернаяходьба18.рф/	Онлайн банковскими картами МИР
II этап С 15 по 27 августа 2026 года		

Примечание:

Заявки на участие в соревнованиях, оформленные на сайте в режиме онлайн, принимаются и обрабатываются только после оплаты регистрационного взноса. Сроки подачи заявки на участие при предварительной регистрации – до 16:00 часов 27 августа 2026 года.

Стоимость регистрации:

Дисциплина	Стоимость регистрации (руб.)	
	I этап	II этап
3 км	300	300
5 км	600	700
15 км	1200	1300

Участие в мероприятии является бесплатным на дистанции 3 км для официальных членов Федерации северной ходьбы Удмуртии, вступивших на основании личного заявления в период до настоящего Фестиваля и в день его проведения и уплатившие членский взнос.

Бесплатное участие в соревнованиях также допускается для школьников и студентов (при предъявлении копии или фото студенческого билета, либо при участии в составе организованной группы от СУЗа, ВУЗа). Льготы по оплате имеют также инвалиды всех групп (50% стоимости).

Лица, выполнившие условия настоящего Положения и допущенные к участию в Марафоне, получают пакет участника со следующей атрибутикой и набором услуг:

Состав пакета участника	Дистанции северной ходьбы (км)		
	3	5	15
Нагрудный номер, соответствующий выбранному виду дистанции	+	+	+
Индивидуальный чип автоматической электронной системы хронометража	-	-	+
Питание на финише	+	+	+
Питание на спортивной трассе	-	-	+
Питьевая вода	+	+	+
Купон на участие в розыгрыше призов	+	+	+
Повязка на голову	-	-	+

Выдача пакетов участника производится в день проведения Фестиваля во время регистрации.

Данное Положение является официальным приглашением всех любителей для участия в Фестивале по северной ходьбе.