

**УТВЕРЖДЁН**

**Решением Совета ОФСОО «ВФЦ»**

**Протокол № 3 от 08.09.2022**



## **РЕГЛАМЕНТ**

### **VII ОТКРЫТОГО ЧЕМПИОНАТА И ПЕРВЕНСТВА**

**Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации  
«Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и  
Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун**



**г. Москва 2022 г.**

## **I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

VII Открытый Чемпионат и Первенство Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун (далее – Соревнования) проводятся в целях:

- популяризации, развития, пропаганды, укрепление позиций и повышение престижа Цигун, Оздоровительного и Спортивного Цигун, Даоинь, и Тайцзицюань в Российской Федерации;
- определения лучших участников во всех дисциплинах;
- повышения квалификации специалистов;
- формирования Сборной команды Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» для участия в международных соревнованиях, в том числе на Чемпионатах мира и Европы, Кубках мира и Европы по Оздоровительному и Спортивному Цигун, Даоинь, и Тайцзицюань;
- расширения роли физической культуры и спорта в жизни общества;
- всестороннего и гармоничного развития личности;
- пропаганды здорового образа жизни.

Данный Регламент о проведении VII Открытого Чемпионата и Первенства Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун (далее по тексту - Регламент) утвержден решением Совета Федерации.

Настоящий Регламент является общедоступным и размещен для ознакомления:

<https://www.qigongrf.ru/>

<http://school.tsygun.ru/dokumenty>

<https://vk.com/instruktorsygun>

## **II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнования проводятся в комбинированном формате в оффлайн и в онлайн режимах.

Место проведения:

Очный режим: Московская область, г. Красногорск, мкр. Опалиха, ул. Есенинская, 13, СОК «Опалиха»

Онлайн режим: <http://school.tsygun.ru/>

Сроки проведения Соревнований: с 2 декабря по 15 декабря 2022 года.

Сроки приема заявок, видеоматериалов, проведения соревнований, подведения итогов:

- подача заявок – с 2 ноября 2022 года по 20 ноября 2022 года;
- дни предоставления видеоматериалов – с 2 ноября 2022 года по 27 ноября 2022 года;
- дни соревнований, работа судейской коллегии – с 4 декабря по 15 декабря 2022 года;
- подведение итогов, награждение победителей, закрытие – 15 декабря 2022 года.

## **III. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ**

Организаторами Соревнований являются:

- Общероссийская физкультурно-спортивная общественная организация "Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань" (далее по тексту – Федерация);
- Межрегиональная общественная организация «Ассоциация Оздоровительного Цигун» (далее по тексту – Ассоциация).

Непосредственное проведение Соревнований возлагается на судейскую коллегию, назначаемую Федерацией.

#### **IV. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ**

В состав судейской коллегии входят:

- Главный судья - руководит работой комиссии на этапах подготовки, проведения, подведения итогов Соревнований. Имеет решающий голос.
- 2 линейных судьи – оценивают участников Соревнований, в том числе по предоставленным видеозаписям. Имеют совещательный голос.
- судейская бригада, назначаемая главным судьей.
- главный секретарь Соревнований – обеспечивает документационное сопровождение Соревнований. Не имеет голоса в оценке участников Соревнований.

Судейская коллегия формируется Советом Федерации и Главным судьей Соревнований, в том числе, с учётом наличия у линейных судей международных Дуань сертификатов по Оздоровительному и Спортивному Цигун соответствующего уровня.

#### **V. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И УСЛОВИЯ ДОПУСКА**

К участию в Соревнованиях допускаются члены спортивных команд региональных отделений Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань», а также члены других спортивных организаций при соблюдении следующих условий:

- заявка на участие в Соревнованиях подана в установленный срок;
- в установленные сроки полностью внесён добровольный взнос (пожертвование) участника Соревнований.

Для несовершеннолетних спортсменов обязательно наличие согласия родителей (законных представителей) на участие детей в соревнованиях.

У всех участников соревнований должен быть медицинский допуск (медицинская справка (заключение) о допуске к участию в соревнованиях).

Главный судья имеет право принять решение о недопуске к Соревнованиям заявленного к участию в случае, если присутствует одна или более причин:

- не предоставлены необходимые документы, перечисленные в настоящем Регламенте;
- нарушена процедура подачи заявки;
- не уплачен добровольный взнос (пожертвование) участника Соревнований в срок до 20 ноября 2022 г.

- любые нарушения законодательства Российской Федерации.

#### Форма.

На Соревнованиях участники выступают в специальной форме (ифу) или в футболке со спортивными ифуобразными брюками одного цвета и спортивной сменной обуви одного цвета. Не допускается выступление на Соревнованиях без обуви.

## **VI. ТРЕБОВАНИЯ К ВИДЕОЗАПИСИ**

Для участников Соревнований в онлайн режиме устанавливаются следующие требования к видеозаписи:

- выполнена на любое видеозаписывающее устройство, закрепленное на неподвижной поверхности или штативе: смартфон/видеокамеру/фотокамеру;
- под соответствующее музыкальное сопровождение;
- качество Full Hd 1920x1080 или HD 1280x720;
- для лучшего качества видеозаписи на телефоне лучше использовать основную камеру, расположенную на задней панели;
- не допускается применение ускорения, видеомонтажа, видеоэффектов;
- участник должен попадать в кадр целиком. Не допускается выпадение из кадра/обрезание рук, ног;
- не допускается съемка с источником света, находящимся сзади (например, на фоне яркого окна);
- не допускается съемка под видео исполнения комплекса;
- расположение кадра: горизонтальное (телефон расположить горизонтально).
- нормальное (незеркальное) выполнение /видеозапись.

## **VII. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

**2 ноября – 20 ноября 2022 года** – подача заявок, загрузка видеозаписей.

**3 декабря 2022 года** - комиссия по допуску к участию в Соревнованиях.

**4 – 15 декабря 2022 года** – с 9:00 до 18:00 – соревнования, в том числе,

**4 декабря 2022 года** – очные /оффлайн выступления.

Судейская коллегия оценивает выступления участников.

**15 декабря 2022 года** – 19:00 – завершение Соревнований, подведение итогов, награждение победителей и призёров.

VII Открытый Чемпионат и Первенство Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун проводится по следующим видам соревновательной деятельности (номинации):

1. Оздоровительный Цигун. Ба Дуань Цзин - 8 отрезков парчи;
2. Оздоровительный Цигун. У Цинь Си - Игры 5 зверей;
3. Оздоровительный Цигун. И Цзинь Цзин – Основной канон укрепления мышц и сухожилий;
4. Оздоровительный Цигун. Да Ву – Великий танец;
5. Оздоровительный Цигун. Дао Инь Ян Шен Гун Ши Ар Фа – 12 методов ведения и привлечения для возвращения внутренней жизненности;
6. Оздоровительный Цигун. Мавандуй Дао Инь Шу - Цигун для женщин;

7. Оздоровительный Цигун. Лю Цзи Цзье - Шесть целебных звуков;
8. Оздоровительный Цигун. Ши Ар Дуань Цзин – 12 отрезков парчи в положении сидя;
9. Оздоровительный Цигун. Тайцзи Ян Шен Чжан - Комплекс упражнений Тайцзи с тростью.

Участники выполняют нормальную (незеркальную) форму:

- по комплексам 1-7 - стандартную короткую версию в привязке к музыке;
- по комплексам 8-9 - стандартную полную версию в привязке к музыке;

Специальная музыка для короткой и полной версии комплексов 1-9 используется в соответствии с правилами Международной Федерации Оздоровительного Цигун.

Соревнования проводятся в следующих возрастных категориях:

- Дети от 6 до 10 лет;
- Дети от 10 до 14 лет;
- Мужчины от 18 до 45 лет;
- Женщины от 18 до 45 лет;
- Мужчины от 45 лет до 65 лет;
- Женщины от 45 лет до 65 лет;
- Мужчины от 65 лет и старше;
- Женщины от 65 лет и старше.

Соревнования проводятся в индивидуальном и групповом зачёте.

В групповом зачёте Соревнования проводятся:  
- среди команд-участниц.

Для участия в групповом зачёте численность команды составляет от 4 до 10 человек.

В групповом зачёте среди команд-участниц Соревнования проводятся в 2-х возрастных номинациях:

- Дети до 18 лет
- Взрослые от 18 лет и старше

Участники онлайн Соревнований предоставляют отдельную видеозапись по каждому комплексу.

В случае, если в какой-либо возрастной категории по какому-либо виду соревновательной деятельности заявлен 1 участник, в целях соблюдения принципа соревновательности, данный участник выступает в следующей возрастной категории.

В целях развития Оздоровительного Цигун для детей допускается участие в соревнованиях даже 1 команды.

Очередность выступлений как в индивидуальном, так и групповом зачётах определяется судейской коллегией, утверждается Главным судьей соревнований. Жеребьевка не проводится.

Во время Соревнований в очном / оффлайн режиме производится видеозапись. Все видеозаписи очных/оффлайн и онлайн выступлений хранятся в архиве Федерации.

Присутствие зрителей, болельщиков на очных/оффлайн Соревнованиях допускается и приветствуется.

## **VIII. ОЦЕНКА ВЫСТУПЛЕНИЙ, ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

При оценке выступлений участников Соревнований судейская коллегия во главе с Главным судьей руководствуются принципами открытости, справедливости и беспристрастности.

В ходе Соревнований судьи оценивают участников по следующим критериям:

1. Техника исполнения (практические навыки), которая включает в себя правильность движений, равновесие тела, синхронизацию с музыкой.
2. Наполненность, которая включает в себя оценку координации разных частей тела, темп движений, применение внутренней силы, плавность дыхания, направление внимания, состояние (спокойствие, умиротворенность, степенность, устойчивость и энергичность), выражение лица и выражение глаз, направленность взгляда, стиль выполнения.

Шкала оценок – десятибалльная, где 1 – самая низкая оценка (неудовлетворительно), 10 – самая высокая оценка (отлично).

Победитель в индивидуальном и групповом зачёте среди команд-участниц определяется по сумме баллов, поставленных каждым членом судейской коллегии.

В случае, если в индивидуальном и/или групповом зачёте среди команд-участниц участники набрали равное количество баллов, победа присуждается участнику, получившему более высокие оценки по критерию техника исполнения.

Если и в этом случае результат равный, для определения победителя Главный судья может воспользоваться правом решающего голоса.

## **IX. АПЕЛЛЯЦИЯ**

В случае, если участник Соревнований не согласен с оценкой своего выступления, им в течение 24 часов после окончания Соревнований может быть подана письменная апелляция на имя Главного судьи Соревнований на электронный адрес: [info@tsygun.ru](mailto:info@tsygun.ru).

Главный судья доводит поступившую апелляцию до сведения Совета Федерации, который в свою очередь принимает решение о созыве Апелляционной комиссии.

Апелляционная комиссия с учетом видеоматериалов Соревнований, мнения привлеченных независимых экспертов Оздоровительного /Спортивного Цигун в течение 1 месяца с даты получения апелляции принимает решение в этом вопросе.

## **X. НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры личных зачётов Соревнований в каждом виде соревновательной деятельности награждаются:

- Победитель - дипломом 1-ой степени, медаль (при участии в очном формате);
- за 2-е место - дипломом 2-ой степени, медаль (при участии в очном формате);
- за 3-е место - дипломом 3-ей степени, медаль (при участии в очном формате).

Все остальные участники индивидуального и группового зачёта получают "Сертификат участника".

## **XI. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

В соответствии с решением Совета Федерации финансовое обеспечение, связанное с организационными расходами по подготовке и проведению Соревнований, осуществляется за счет Федерации, а также средств участвующих организаций, региональных отделений Федерации.

Очный/оффлайн формат.

Индивидуальный зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 1500 (одна тысяча пятьсот) рублей с каждого взрослого участника Соревнований за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает участник.

Индивидуальный зачёт (до 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 600 (шестьсот) рублей с каждого взрослого участника Соревнований за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает участник.

Групповой зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 600 (шестьсот) рублей с каждого члена команды за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает команда.

Групповой зачёт (до 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 350 (трехсот пятидесяти) рублей с каждого члена команды за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает команда.

Онлайн формат.

Индивидуальный зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 750 (семьсот пятьдесят) рублей с каждого взрослого участника Соревнований за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает участник.

Индивидуальный зачёт (до 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 300 (трехсот) рублей с каждого взрослого участника Соревнований за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает участник.

Групповой зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 300 (трехсот) рублей с каждого члена команды за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает команда.

Групповой зачёт (до 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение соревнований устанавливается в сумме 200 (двухсот) рублей с каждого члена команды за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает команда.

Соревнования проводятся в рамках XIII Всероссийского Фестиваля Оздоровительного Цигун.

Добровольные взносы (пожертвования) подлежат уплате на расчётный счёт по следующим банковским реквизитам:

Наименование получателя:

ОФСОО «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань».

ИНН 7736323194 / КПП 773601001

ОГРН 1197700010540

Банк получателя: АО "СМП БАНК"

р/с: 40703810600000004807

к/с: 30101810545250000503

БИК: 044525503

Назначение платежа: «Добровольный взнос (пожертвование) участника на уставные цели, организацию и проведение VII Чемпионата и Первенства ВФЦ».

## **ХII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ**

**Очные/оффлайн Соревнования** проводятся на объектах, отвечающих требованиям, установленным законодательством Российской Федерации, а также при наличии утвержденного акта готовности объекта к проведению соревнований.

На Очных/оффлайн Соревнованиях присутствует врач.

**Онлайн Соревнования** проводятся на основании предоставленных участниками видеоматериалов с выполнением соответствующего комплекса Оздоровительного Цигун.

Видеозапись производится участниками дома, в спортивном зале или на открытой площадке по выбору участника с соблюдением техники безопасности, норм санитарно-гигиенических требований, установленных местными органами.

В случае наличия заболеваний необходимо предварительно проконсультироваться со своим лечащим врачом.

Если при выполнении видеозаписи комплекса, участник травмируется, необходимо обратиться в скорую помощь.

Все участники Соревнований должны получить медицинский допуск (медицинская справка (заключение) о допуске к участию в соревнованиях).

Оказание скорой медицинской помощи осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 01.03.2016 г. № 134н «О Порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных 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».

## **ХIII. СТРАХОВАНИЕ УЧАСТНИКОВ**



Допуск к участию в Соревнованиях осуществляется при наличии полиса обязательного медицинского страхования и полиса страхования жизни и здоровья от несчастных случаев, которые представляются в комиссию по допуску участников на каждого участника.

#### **XIV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ**

**На Очных/оффлайн Соревнованиях** вход на площадку для выступлений в верхней одежде категорически запрещен.

Выход участников, тренеров, преподавателей, представителей команд и иных специалистов на площадки для выступлений и разминки в уличной обуви и/или обуви на каблуках (шпильках), которые могут повредить покрытие, категорически запрещен.

Подготовка костюма к выступлению проводится только в специально отведенных местах (раздевалках), предоставленных организаторами соревнований.

Данный Регламент является официальным приглашением принять участие в Открытом Чемпионате и Первенстве Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун.

Организаторы оставляют за собой право внесения изменений в данный Регламент.