

**УТВЕРЖДЁН**

**Решением Президента ОФСОО «ВФЦ»**

**Приказ № 1 от 25.03.2024**



## **РЕГЛАМЕНТ**

**Первого Весеннего Регионального Онлайн-Чемпионата и Первенства  
Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации  
«Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и  
Тайцзицюань» по Оздоровительному Цигун.**



**г. Москва 2024 г.**

## **I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Первый Весенний Региональный Онлайн-Чемпионат и Первенство по Оздоровительному Цигун (далее – Чемпионат) проводится в целях:

- популяризации, развития, пропаганды, укрепление позиций и повышение престижа Цигун, Оздоровительного и Спортивного Цигун, Даоинь, и Тайцзицюань в Российской Федерации;
- качественное повышение квалификации специалистов;
- формирования Сборной команды Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» для участия во всероссийских и 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 Первого Весеннего Регионального Онлайн-Чемпионата и Первенства по Оздоровительному Цигун (далее по тексту - Регламент) утвержден решением Президента 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**

Чемпионат проводится в онлайн режиме.

Место проведения:

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

Сроки проведения Турнира: с 25 апреля по 30 апреля 2024 года.

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

- подача заявок – с 15 апреля 2024 года по 25 апреля 2024 года;
- дни предоставления видеоматериалов – с 15 апреля 2024 года по 25 апреля 2024 года;
- дни соревнований, работа судейской коллегии – с 25 апреля по 30 апреля 2024 года;
- подведение итогов, награждение победителей, закрытие – 30 апреля 2024 года.

## **III. ОРГАНИЗАТОРЫ ЧЕМПИОНАТА**

Организаторами Чемпионата 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).

- Московское отделение Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации "Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань".
- Отделение Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации "Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань" по Московской области.
- Санкт-Петербургское отделение Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации "Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань".
- Отделение Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации "Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань" по Краснодарскому краю.

#### **IV. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ**

В состав судейской коллегии входят:

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

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

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

К участию в Чемпионате допускаются члены региональных отделений Москвы, Московской области, Санкт-Петербурга и Краснодарского края Общероссийской физкультурно-спортивной общественной организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» и их ученики, при соблюдении следующих условий:

- уплачены годовые членские взносы за 2024 год (за исключением учеников).
- заявка на участие в Чемпионате подана в установленный срок;
- в установленные сроки полностью внесён добровольный взнос (пожертвование) участника Чемпионата.

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

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

Главный судья имеет право принять решение о недопуске к Чемпионату 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 Чемпионата в срок до 25 апреля 2024 г.
- любые нарушения законодательства Российской Федерации.

#### Форма.

На Чемпионате участники выступают в специальной форме (ифу) или в футболке со спортивными брюками от ифу одного цвета и спортивной сменной обуви одного цвета. Не допускается выступление на Чемпионате 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 ФЕСТИВАЛЯ**

**15 апреля – 25 апреля 2024 года** – подача заявок, загрузка видеозаписей.

**25 апреля 2024 года** - комиссия по допуску к участию в Чемпионате.

**С 25 апреля по 30 апреля 2024 года** — Судейская коллегия оценивает выступления участников.

**30 апреля 2024 года** – 21:00 – завершение Чемпионата, подведение итогов, награждение победителей и призёров.

Первый Весенний Региональный Онлайн-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 Цинь 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 возвращивания внутренней жизненности;
6. Оздоровительный Цигун. Мавандуй Дао Инь Шу - Цигун для женщин;
7. Оздоровительный Цигун. Лю Цзи Цзые - 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, 9 - стандартную короткую версию в привязке к музыке;
- по 8 комплексу - 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.

Чемпионат проводится в следующих возрастных категориях:

- Дети от 6 до 7 лет;
- Дети от 8 до 9 лет;
- Дети от 10 до 11 лет;
- Дети от 12 до 14 лет;
- Дети от 15 до 17 лет;
- Женщины от 18 до 39 лет ;
- Мужчины от 18 до 39 лет;
- Женщины от 40 до 64 лет;
- Мужчины от 40 до 64 лет
- Женщины 65 лет и старше;
- Мужчины 65 лет и старше.

Чемпионат проводится в индивидуальном и групповом зачёте.

В групповом зачёте Чемпионат проводится:

- среди команд-участниц.

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

В групповом зачёте среди команд-участниц Чемпионат проводится в 2-х возрастных номинациях:

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

Участники онлайн Чемпионата 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 переводится в следующую возрастную категорию.

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

Очередность выступлений как в индивидуальном, так и групповом зачётах определяется судейской коллегией, утверждается Главным судьей Чемпионата.

Все видеозаписи онлайн выступлений хранятся в архиве Федерации.

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

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

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

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

Апелляционная комиссия с учетом видеоматериалов Чемпионата, 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 Чемпионата в каждом виде соревновательной деятельности награждаются:

- Победитель - дипломом 1-ой степени;
- за 2-е место - дипломом 2-ой степени;
- за 3-е место - дипломом 3-ей степени.

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

## **XI. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ**

Расходы по подготовке и проведению Фестиваля, осуществляется за счет Федерации, а также средств участвующих организаций, региональных отделений Федерации.

## **XII. ПРОЧИЕ УСЛОВИЯ**

В соответствии с решением Президента ОФСОО «Всероссийская Федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань» установлены следующие благотворительные взносы для участия в Чемпионате (в каждой дисциплине):

Добровольный взнос за участие в Чемпионате:

Индивидуальный зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение Чемпионата устанавливается в сумме 500 (пятьсот) рублей с каждого взрослого участника Чемпионата за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает участник.

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

Групповой зачёт (от 18 лет): взнос (пожертвование) на уставные цели, подготовку и проведение Чемпионата устанавливается в сумме 300 (триста) 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 Чемпионата устанавливается в сумме 200 (двести) рублей с каждого члена команды за участие в 1 виде соревновательной деятельности, в котором выступает команда.

Добровольные взносы расходуются на проведение Чемпионата.

### **XIII. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ**

**Онлайн-Чемпионат** 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.

### **XIV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ**

Данный Регламент является официальным приглашением принять участие в Первом Весеннем Региональном Онлайн-Чемпионате и Первенстве по Оздоровительному Цигун Общероссийской Физкультурно-Спортивной Общественной Организации «Всероссийская федерация Цигун, Оздоровительного Цигун, Даоинь и Тайцзицюань»

Организаторы оставляют за собой право внесения изменений в данный Регламент.