Приложение № 22
к общему Положению о проведении
Спартакиады ВФСО «Трудовые резервы» Воронежской области 2026 года

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ

Кубка по АРМРЕСТЛИНГУ среди предприятий Воронежской области
Спартакиады «Трудовые резервы» Воронежской области 2026 года

Ноябрь 2026 г.
г. Воронеж

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СОРЕВНОВАНИЯ

1.1. Корпоративный кубок по армрестлингу (далее «соревнования») – ежегодный турнир в рамках спартакиады ВФСО «Трудовые резервы» Воронежской области среди организаций всех отраслей, проводится **с целями**:
- укрепления здоровья и привлечения экономически активного населения Воронежской области к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- развития, пропаганды и популяризации плавания среди представителей предприятий и организаций, укрепления внутрикорпоративных и межкорпоративных связей;
- определения сильнейших команд среди коллективов предприятий региона;
- определения сильнейших представителей коллективов предприятий в отдельных дисциплинах;
- организации досуга сотрудников, поддержания здорового образа жизни;

1.2 **Задачами** соревнований являются:
- повышение внимания работодателей к созданию условий в коллективах для занятия физической культурой и спортом работников, созданию ФСК (физкультурно-спортивных клубов) на предприятиях;
- сплочение сотрудников компаний в условиях спортивной борьбы;
- формирование атмосферы доброжелательности и сотрудничества между участниками;

1.4 Корпоративные соревнования по **армрестлингу** носят статус ЛИЧНО-КОМАНДНЫХ.

1.5 В каждой весовой категории выявляются призеры (медалисты). При этом организация-победитель определяется по сумме очков, набранных лучшим участником от организации в каждой дисциплине (весовой категории).

2. ОРГАНИЗАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ И СУДЕЙСТВО

2.1 Общую организацию соревнований осуществляет Воронежское РО ВФСО «Трудовые резервы», ответственным за проведение, высшей инстанцией в части: утверждения Регламента турнира, согласования заявок команд и судей, подсчета баллов чемпионата является Оргкомитет соревнований.

2.2. Все участники соревнований обязуются выполнять требования данного Регламента и Оргкомитета.

2.3. При возникновении спорных ситуаций, не отображенных в Регламенте, Оргкомитет имеет право принимать решения, основываясь на международном и российском опыте проведения спортивных соревнований.

2.4. Кубок проводится в соответствии с правилами утвержденными WAF (Всемирной федерации Армрестлинга), адаптированными к корпоративным турнирам, и настоящим Положением.

2.5. Соревнования обслуживаются судейской коллегией, во главе с главным судьей (рефери)

3. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРАВИЛ И ТЕХНИКИ ПОЕДИНКОВ

3.1. Рука, на которой ведется поединок, до середины плеча должна быть обнажена. Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь любые кольца и перстни на пальцах. Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти подстрижены..

3.2. Участники поединка в любой момент по взаимной договоренности могут начать с применения связывания захвата или судейского захвата, или с того и другого.

3.3. В стартовой позиции спортсмены должны захватить руки таким образом, чтобы рефери видел суставы верхних фаланг больших пальцев и имел возможность к ним прикоснуться. Сначала спортсмены ставят локти на подлокотники, а уже потом

© Трудовые резервы Воронеж 2026 / www.ligabg.ru

берут захват. 11.4. Захват рук должен располагаться над центром стола. Локти могут устанавливаться в любом месте подлокотника, тыльная сторона кисти и предплечья должны составлять прямую линию.

3.4. Свободной рукой спортсмен должен держаться за штырь стола, при этом можно касаться или не касаться столешницы.

3.5. Плечи участников поединка должны быть параллельны краю стола и не выходить в стартовой позиции дальше 2/3 подлокотника. Между захватом и плечом спортсмена, между подбородком и захватом должно быть расстояние шириной в ладонь.

3.6. Каждый участник поединка может, при желании, упираться одной ногой в ближнюю к себе стойку стола. Можно упираться ногой в дальнюю от себя стойку стола, если это не вызывает возражений соперника. В случае возражений соперника ногу от дальней стойки стола необходимо убрать. Если участник не убирает ногу от дальней стойки или после начала поединка ставит ногу на дальнюю стойку – он получит предупреждение. Отрыв ноги (ног) от пола после начала поединка не является нарушением.

3.7. Не разрешается сильное давление на кисть соперника или ее чрезмерное натяжение, т.е. действия, мешающие выставлению захвата на центр стола.

3.8. Победа присуждается спортсмену:
- при любом соприкосновении любой части руки от запястья до кончиков пальцев, а так же предплечья соперника с валиком, либо прохождение любой части руки от запястья до кончиков пальцев проекции валика;
- если спортсмен получил второе предупреждение;
- если спортсмен не вышел на поединок в течение одной минуты;
- в случае умышленного разрыва захвата в проигрышной позиции (предплечье находилось ниже, чем 2/3 от расстояния до валика);
- поединок, в котором спортсмен получил травму, считается проигранным. Но спортсмен будет вызываться к столу, пока не проиграет дважды (на двух руках);
- в случае любого нарушения, полученного, когда предплечье спортсмена находилось на расстоянии более чем 2/3 амплитуды до валика.

Поединок может быть выигран спортсменом только с определенной стороны стола (сторона стола по внутреннему краю подлокотника победившего спортсмена).

3.9. В случае возникновения паузы в поединке (если кто-то из участников получил предупреждение) участники имеют право на отдых в течение не более 30 секунд.

3.10. После неумышленного разрыва захвата руки спортсменов должны увязываться специальным ремнем с пластмассовой или железной пряжкой. Если один из спортсменов умышленно разрывает захват, ему будет объявлено предупреждение и поединок будет продолжен без связывания рук участников. Рефери должен быть уверен в обстоятельствах, которые привели к разрыву, перед тем как объявить предупреждение. В случае если рефери не уверен в том, кто из соперников был виноват в разрыве, или произошел ли разрыв в результате действий обоих участников, предупреждение не объявляется и применяется связывание захвата.

3.11. Время отдыха спортсменов между поединками не должно быть менее 2 минут.

3.12. Разрыв захвата. Рефери объявляет предупреждение (фол) за умышленный разрыв захвата, если:
- спортсмен умышленно раскрыл пальцы;
- спортсмен складывает пальцы так, чтобы образовать кулак в руке соперника;
- кисть спортсмена во время разрыва захвата скользит по предплечью соперника вниз.

3.13 **Требования к участникам**. К моменту старта турнира все участники обязаны иметь допуск врача.

3.14 **Экипировка, форма**. Экипировку и форму участники используют по своему усмотрению, удобную для активных физических нагрузок. Обязательное требование: брюки (не шорты!), спортивная обувь, короткая футболка. Оргкомитет рекомендует участникам одной команды использовать одинаковую форму корпоративного образца.

4. ФОРМАТ СОРЕВНОВАНИЙ, ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

4.1. Корпоративный Кубок Воронежских Трудовых резервов проводятся в следующих дисциплинах (весовых категориях):

- МУЖЧИНЫ: 3 весовые категории: до 75 кг / 90 кг / свыше 90 кг
- ЖЕНЩИНЫ: без весовых категорий

4.1.1. *Возможно объединение двух смежных весовых категорий в одну, в случае недостаточного представительства участников в категории (менее трех)*.

4.2. Победитель в весовой категории определяется по наибольшей сумме набранных очков в борьбе как левой, так и правой рукой (то есть, в каждой весовой категории проводится два отдельных турнира – на левой и на правой руках, а победители и призеры внутри категории выявляются по сумме очков за оба турнира)
Матчи состоят из поединков до двух побед (2:0 или 2:1). Перерыв между поединками – не более 1 минуты.
4.2.1 Система зачета в личных соревнованиях: 1 место - 25 очков, 2 место - 17 очков, 3 место - 9 очков, 4 место - 5 очков, 5 место - 3 очка, 6 место – 2 очка, 7 место и ниже – 1 очко.

4.3. Если суммы набранных очков у двух спортсменов равны, то преимущество отдается спортсмену, имеющему более высокое место по сравнению с соперником в борьбе на одной из рук (ценность правой и

© Трудовые резервы Воронеж 2026 / www.ligabg.ru

левой рук одинакова). Если на одну из рук (на которой занято более низкое место), участники занимают места ниже шестого, то выше классифицируется спортсмен, прошедший большее количество туров борьбы данной рукой. Если и в этом случае спортсмены имеют одинаковые показатели, то преимущество отдается спортсмену с более легким весом

4.3.1. Если в одной дисциплине (весовой категории) участвуют не более 7 человек, то турнир между ними (на каждой из рук) проводится по круговой системе. Если внутри весовой категории участвуют 8 и более спортсменов, то определение победителей происходит по олимпийской или швейцарской системе (плей-офф), но с обязательным розыгрышем всех мест

4.4 Зачет соревнований лично-командный. В составе команды может быть представлено максимум по три участника в каждой дисциплине (весовой категории) (т.е., не более 12 человек от одной организации). К участию в соревнованиях допускаются команды в составе не менее двух человек любого пола и весовой категории.

4.5. ПРИНЦИП КОМАНДНОГО ЗАЧЕТА

Помимо личного (медального) зачета, определяются компании-победители в общекомандном зачете – по сумме баллов, полученных за выступление сотрудников в каждой из дисциплин по специально разработанной формуле;

В каждую дисциплину (весовую категорию) команда может заявить не более трех человек; но в общекомандный зачет идут показатели одного лучшего в этой дисциплине;

Система подсчетов очков в общекомандном зачете предусматривает прогрессивную шкалу, в зависимости от занятых мест **командой** в каждой из дисциплин;

Первое командное место в личных турнирах во всех дисциплинах оценивается 25 баллами.

Сам факт участия представителей компании в любой из дисциплин (даже при условии сотрудник занял последнее место) оценивается, минимум, 5 очками.

Поскольку в командную копилку идут показатели одного лучшего от организации, то личные места остальных представителей при подсчете суммы баллов не учитываются. Например, если представители команды «А» заняли все три первых места, то учитывается показатель 1-го места (25 очков), а за 2-е командное место – 20 очков – начисляется организации (команды «Б»), чей представитель занял 4-е место в личном зачете данной весовой категории.

Формула начисления очков

(в общекомандный зачет идут показатели лучшего из команды в каждой дисциплине)

Места	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Посл.
Дисциплины (вес.категории)	Баллы										
Мужчины до 75 кг	25	20	16	13	11	10	9	8	7	6	5
Мужчины до 90 кг	25	20	16	13	11	10	9	8	7	6	5
Мужчины свыше 90 кг	25	20	16	13	11	10	9	8	7	6	5
Женщины	25	20	16	13	11	10	9	8	7	6	5

4.10. АБСОЛЮТНАЯ ВЕСОВАЯ КАТЕГОРИЯ

Турнир по данной дисциплине (у мужчин) проводятся в отдельном порядке, на правой руке, его результаты не влияют на общекомандный зачет, при этом победители АВК награждаются специальными призами от организаторов и партнеров соревнований

4.11 **Окончательно структура проведения турнира принимается Оргкомитетом на судейской коллегии не позже, чем за неделю до соревнований**.

5. ДОКУМЕНТАЦИЯ И ОФОРМЛЕНИЕ ЗАЯВОК

5.1 Команды предоставляют в Оргкомитет заполненный заявочный бланк по установленной форме. К моменту судейской коллегии капитаны команд должны предоставить оригинал заявки или прислать скан-копию оригинала по электронной почте оргкомитета.

5.2 В заявочный лист от команды может быть включено не более 12 участников соревнований

5.3 В заявочном листе, должны быть указаны:

- *фамилия, имя, отчество каждого заявленного спортсмена;*
- *число, месяц и год его рождения;*
- *должность спортсмена в компании;*
- ***отметка о допуске врача**, отметка об отсутствии или наличии страховки;*
- *данные капитана: ФИО, контактный телефон, должность, адрес электронной почты*;

© Трудовые резервы Воронеж 2026 / www.ligabg.ru

5.4 Заявочный лист должен быть подписан капитаном команды, заверен печатью компании и подписью врача.

5.5. Все участники команд обязаны поставить свою подпись в заявочном бланке, свидетельствующую об отсутствии медицинских противопоказаний для участия в соревнованиях. Тем самым они подтверждают отсутствие претензий к организаторам, в случае обострения хронических заболеваний или рецидива старых травм во время соревнований. Сбор подписей организует капитан. Спортсмены, которые не успели расписаться в период сбора подписей, могут это сделать в день соревнований на оригинале заполненного заявочного листа своей команды, но не позже, чем за 15 минут до начала первого старта. Не расписавшиеся в заявочном бланке участники не допускаются до соревнований.

5.6 Срок утверждения Оргкомитетом заявок от команд-участниц наступает в момент проведения судейской коллегии и сбора капитанов. Подтвердить общий заявочный лист на соревнования необходимо в день соревнований, за полчаса до старта первой дисциплины.

6. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ, ИДЕНТИФИКАЦИЯ

6.1. Участниками соревнований могут быть только корпоративные команды (представляющие организацию с юридическим лицом), состоящие из сотрудников данной компании, в возрасте не младше 18 лет на день старта турнира, соблюдающими требования п. 3.1. настоящего Положения

6.2 **Идентификация участников**.

Капитан команды должен предоставить один из следующих идентифицирующих документов на запрашиваемого участника:

*- заверенная печатью компании ксерокопия соответствующей страницы **трудовой книжки** или **трудового договора**, заключенного с компанией не позже, чем за три месяца до начала соревнований (согласно п. 6.4.1 настоящего «Положения»);*

- Отчет по форме СЗВ-М (согласно п. 6.4.2 настоящего «Положения»);

Дополнительные атрибуты идентификации, подтверждающие убедительность документов:

- наличие корпоративной почты сотрудника на официальном домене организации;

- наличие персональной страницы сотрудника на внутреннем сайте организации (скриншот).

6.3. В заявку не допускается внесение «легионеров»

6.4 Понятия **«Легионер»** и **«Сотрудник»**.

6.4.1 «Сотрудником» признается игрок команды, работающий на момент соревнований в штате компании, о чем должна свидетельствовать трудовая книжка (или заверенная ксерокопия ТК);

6.4.2. «Сотрудником» признается внештатный сотрудник, оформленный по трудовому договору с компанией (или находящийся на испытательном сроке), при этом получающий зарплату в данной компании, о чем свидетельствует справка по форме СЗВ-М (сведения о застрахованных лицах);

6.4.3. Приравниваются к статусу «сотрудник» вышедшие на пенсию из данной организации.

6.4.4. Все остальные считаются легионерами.

7. ДОЗАЯВКИ

7.1. После подачи предварительной заявки (перед судейской коллегией), в течение недели до старта соревнований, можно дозаявить не более одного участника, соблюдая требования настоящего Положения.

8. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ УЧАСТНИКОВ, ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ САНЦКЦИИ, ПРОТЕСТЫ.

8.1 Спортсмены и руководители команд, принимающие участие в соревнованиях, обязуются выполнять все требования настоящего Положения, проявляя при этом уважение к соперникам, зрителям и обслуживающему персоналу. Руководители команд не имеют права вмешиваться в действия судей по ходу стартов. Команды несут ответственность за порядок и безопасность до, во время и после соревнований – пока они находятся на территории спортсооружения.

8.2 Все протесты относительно допуска спортсменов к участию принимаются в Оргкомитет **до начала** стартов.

8.3 Протесты относительно проведения соревнований или показанного результата должны подаваться в устном или письменном виде в течение 10 минут после официального объявления результатов. Оргкомитет несет ответственность за фиксирование времени объявления всех результатов.

8.4 Оргкомитет может отказать капитану команды в рассмотрении протеста, в случае злоупотребления его правом подавать протесты. Окончательные решения по протестам выносятся Оргкомитетом не позже 15 минут после завершения соревнований.

© Трудовые резервы Воронеж 2026 / www.ligabg.ru

9. НАГРАЖДЕНИЯ

9.1. Лауреаты соревнований награждаются медалями, дипломами и кубками от Оргкомитета.
КОМПАНИИ-лауреаты награждаются памятными корпоративными кубками, и дипломами в номинациях:
- 1, 2, 3 места в общекомандном зачете
СПОРТСМЕНЫ-лауреаты награждаются медалями в своих весовых категориях.
Специальными призами от организаторов и партнеров награждаются лауреаты личных номинаций

10. ФИНАНСИРОВАНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ, ОБЯЗАТЕЛЬСТВА ОРГКОМИТЕТА

10.1 Расходы по организации и проведению турнира (в части: аренды спортсооружения, судейства, обеспечения первой медицинской помощи, охраны, освещения мероприятия в профильных СМИ и других организационных расходов) производятся Оргкомитетом за счет собственных и привлеченных средств, в том числе, за счет организационных взносов участвующих команд.

10.2 Командам, отказавшимся от участия в соревнованиях после подачи заявки, проведения судейской коллегии и жеребьевки, вступительный взнос не возвращается.

10.3 Оргкомитет принимает на себя следующие обязательства:
- аренда спортсооружения;
- оплата работы обслуживающего персонала (судьи, фотографы, секретари, протоколисты, и т.п.);;
- медицинское обслуживание;
- обеспечение правопорядка в спорткомплексе;
- награждение лауреатов;
- освещение Соревнований в СМИ, Интернете;
- полное статистическое сопровождение Соревнований и размещение данной статистики в свободном доступе, в том числе и СМИ.

11. СТРАХОВАНИЕ И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЕ ЗДОРОВЬЕ

11.1. Согласно п. 5.5. настоящего Положения, все участники обязаны поставить свою подпись в заявочном бланке, свидетельствующую об отсутствии медицинских противопоказаний для участия в Кубке. Тем самым они подтверждают отсутствие претензий к организаторам, в случае обострения хронических заболеваний или рецидива старых травм во время соревнований. Сбор подписей организует капитан.

11.2 В связи с тем, что спорт является повышенным источником травм, оргкомитет турнира РЕКОМЕНДУЕТ участникам соревнований застраховаться от несчастных случаев, связанных с участием в соревнованиях, которые могут привести к потери трудоспособности.

11.3 Оргкомитет турнира не осуществляет страхование; страховую компанию участники выбирают по своему усмотрению. Ответственным за страхование игроков команды является её капитан (тренер, организатор).

11.4 При отсутствии страховки, ответственность за свое здоровье, в том числе – за возможные нарушения жизнедеятельности организма, связанные с физическими нагрузками и полученными травмами во время проведения соревнований, игроки команды возлагают на себя; подтверждением этому служит подпись капитана команды на бланке заявочного листа.

Оргкомитет соревнований

© Трудовые резервы Воронеж 2026 / www.ligabg.ru