**Положение**

**о проведении соревнований по скандинавской ходьбе,**

**посвященных 50-летию города Вилючинска**

**1. Цели и задачи:**

- Привлечение жителей города к регулярным занятиям физической культурой;

- популяризация скандинавской ходьбы среди граждан;

- пропаганда двигательной активности и здорового образа среди жителей города;

**2.      Место и сроки проведения**:

Соревнования проводятся **23 сентября 2018 года** в районе гражданского пирса жилого района Приморский. Старт участников в 14.30. Регистрация участников с 14.00.

**3.      Организаторы соревнований**

Общее руководство осуществляет отдел физической культуры, спорта и молодежной политики администрации Вилючинского городского округа. Непосредственная организация и проведение возлагается на МБУ «Центр физической культуры и спорта».

**4.      Программа соревнований**:

К участию в соревнованиях допускаются все желающие при наличии лыжных палок или палок для скандинавской ходьбы. Маршрут дистанции: гражданский пирс – озеро Зеркалка – гражданский пирс. Старт участников одновременный. Скорость прохождения дистанции не учитывается.

**5. Правила прохождения дистанции:**

- как минимум одна нога должна всегда сохранять контакт с землей (опорой);

- «прыжки», «скачки» и пр. не допускаются;

- работа рук и ног осуществляется попеременно, как в попеременном двухшажном лыжном ходе;

- темляки палок должны быть застегнуты на запястье участника;

**6.      Награждение**

Участники соревнований награждаются памятными подарками с атрибутикой 50-летия города.