

Додаток №____

ЗАТВЕРДЖЕНО
рішенням Виконавчого комітету
ГО «Федерація бодібілдингу України»
Протокол №__/2026 від
«__»____2026 року

**ПОЛОЖЕННЯ
ПРО ПРОВЕДЕННЯ КУБКУ УКРАЇНИ
З БОДІБІЛДИНГУ 2026 РОКУ У НАПРЯМКУ
FITNESS CHALLENGE**

1. Цілі та завдання

Кубок України з бодібілдингу у напрямку **Fitness Challenge** серед чоловіків та жінок проводиться з метою:

- подальшого розвитку виду спорту і його популяризації в державі;
- активізації навчально-тренувальної роботи в спортивних організаціях;
- підвищення рівня майстерності спортсменів;
- відбору сильніших спортсменів до складу збірної команди України для участі в міжнародних змаганнях на поточний рік;
- підведення підсумків роботи в спортивних організаціях;
- контроль підготовки спортсменів національної збірної команди перед Чемпіонатом Світу;
- залучення населення до занять фізичною культурою та спортом.

2. Строки і місце проведення змагань

Детальну інформацію про місце проведення заходу можете отримати у головного судді Кубку України з бодібілдингу у напрямку Fitness Challenge Михайла КИСЛЯКОВА, тел. +380934882204.

3. Організація та керівництво проведенням змагань

Керівництво проведенням змагань здійснюється Міністерством молоді

та спорту України (далі – Мінмолодьспорт) та Федерацією бодібільдингу України (далі – Федерація).

Відповідальність за підготовку та безпосереднє проведення змагань покладається на Управління у справах сім'ї, молоді та спорту Черкаської обласної державної адміністрації та суддівську колегію, яка рекомендована Федерацією, і склад якої затверджується Мінмолодьспортом.

Головний суддя змагань та відповідальна особа за дотримання учасниками умов безпеки під час проведення змагань: Кисляков Михайло Володимирович.

В умовах дії на території України воєнного стану у зв'язку із триваючою широкомасштабною збройною агресією Російської Федерації проти України відповідно до Указу Президента України від 24 лютого 2022 року № 64/2022 "Про введення воєнного стану в Україні" (зі змінами), затвердженого Законом України від 24 лютого 2022 року № 2102-ІХ.

Організація та проведення змагання здійснюється із дотриманням Закону України "Про забезпечення функціонування української мови як державної". Відповідальним за його виконання є головний суддя та учасники змагань.

Відповідальність за підготовку місця змагання, дотримання діючих вимог режимних, безпекових та протиепідемічних заходів покладається на управління у справах сім'ї, молоді та спорту Черкаської обласної державної адміністрації та Федерацію.

4. Учасники змагань

До участі в змаганнях Кубку України допускаються:

- збірні команди Автономної Республіки Крим, областей, м. Києва та Севастополя;
- спортсмени ФББУ, що не мають діючого обласного представництва (через комітет спортсменів) та спортсмени альтернативних федерацій.

КАТЕГОРІЇ:

ЗОЛОТИЙ РІВЕНЬ

- чоловіки (вікрита категорія);
- жінки (вікрита категорія).

СРІБНИЙ РІВЕНЬ

- чоловіки юніори(вікрита категорія);
- жінки юніори(вікрита категорія);

Вікові категорії учасників змагань:

дорослі – чоловіки від 23 до 40 років;

дорослі - жінки від 23 до 35 років;
юніори – чоловіки та жінки від 16 до 23 років (до 2003 р.н. включно).

Категорії:

Індивідуальні категорії:

- чоловічий фітнес челендж (спортсмени віком від 24 до 40 років);
- жіночий фітнес челендж (спортсменки віком від 24 до 35 років);
- чоловічий фітнес челендж юніори (спортсмени від 16 до 23 років);
- жіночий фітнес челендж юніори (спортсменки від 16 до 23 років).

Допускається проведення змагань за умови, що в спортивних змаганнях братимуть участь не менше 3 спортсмена у кожній спортивній дисципліні (віковій категорії).

До участі у змаганнях допускаються спортсмени, які за станом здоров'я допущені до змагань лікарем та мають страховий поліс.

Кожен спортсмен, несе моральну відповідальність за пропагування та рекламу виробів та товарів створених виробництвом недружніх країн та на цій підставі може бити не допущений до змагань.

- *Всі спортсмени та представники мають бути обов'язково ознайомлені з останньою редакцією правил змагань, що розміщена на офіційному сайті Національної Федерації бодібілдингу України.*
- *У разі не виходу на змагальну сцену у заявлену категорію спортсмен/ка дискваліфікується зі змагань.*

5. Характер заходу

Змагання проводяться за правилами Національної Федерації бодібілдингу України та міжнародними правилами бодібілдингу IFBB.

Змагання особисто-командні. Змагання проводяться відповідно до Правил у вікових категоріях.

КОРОТКИЙ ОПИС ЗМАГАНЬ

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗМАГАННЯ

- 6 станцій, на кожній з яких виконується інша вправа;
- загальний час на кожній станції становить 2 хвилини роботи + 2 хвилини на перехід між станціями;
- підсумкове місце визначається за сумою повторень у всіх 6 вправах

кругу.

Золотий рівень (GOLD LEVEL)

1. Підтягування на перекладині до грудей хватом зверху, строго.
2. Присідання з гирею та тяга до грудей (32 кг- чоловіки, 24 кг- жінки).
3. Віджимання на брусах.
4. Випади в ходьбі зі штангою (30 кг- жінки, 50 кг- чоловіки).
5. Підйом ніг до перекладини (строго, або розгойдуючись).
6. Бурпі + жим гантелей над головою (10 кг- жінки), 15 кг- чоловіки).

Срібний рівень (SILVER LEVEL)

1. Підтягування у горизонтальному положенні (упор ніг на лавку)
2. Треп-гриф тяга (40 кг- жінки, 60 кг- чоловіки)
3. Віджимання від лавки (упор рук ззаду на лавку, ноги вперед на лавку)
4. Випади на місці з гантелями (10 кг- жінки, 15 кг- чоловіки)
5. Підйоми тулуба з обтяженням на грудях (диск 10 кг)
6. Ривки гирі (8 кг- жінки, 12 кг- чоловіки).

6. Програма проведення змагань

У місці проведення урочистої частини змагання встановлюється Державний Прапор України з дотриманням вимог шанобливого ставлення до нього та символіка організатора змагання.

Урочиста частина змагання розпочинається виконанням Державного Гімну України. Ведення урочистої частини змагання відбувається державною мовою.

УВАГА!!! РЕЄСТРАЦІЯ ПРОВОДИТЬСЯ ЛИШЕ ЗА ПОПЕРЕДНЬОЮ ЗАЯВКОЮ!!!

Детальний розклад змагань буде завчасно переданий головам обласних осередків, які мають ознайомити з ним спортсменів.

7. Безпека та підготовка місць проведення змагань

Підготовка місць проведення змагань здійснюється відповідно до постанови Кабінету Міністрів України від 18 грудня 1998 року № 2025 "Про порядок підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно- видовищних

заходів" за згодою управління у справах сім'ї, молоді та спорту Черкаської обласної державної адміністрації на проведення такого заходу.

Підготовка спортивних споруд, у тому числі щодо дотримання діючих у цей період у зазначеному регіоні режимних, безпекових та протиепідемічних заходів, покладається на їх власників. Контроль за підготовкою спортивних споруд та забезпеченням заходів безпеки при проведенні заходу здійснює робоча комісія, утворена управлінням у справах сім'ї, молоді та спорту Черкаської обласної державної адміністрації. Власник спортивної споруди не менш ніж за чотири години до початку змагань зобов'язаний подати до робочої комісії акт про готовність до проведення змагання.

Забезпечення заходів безпеки при проведенні змагання покладається на головного суддю, затвердженого Мінмолодьспортом за поданням Федерації.

Під час організації та проведення змагання головний суддя забезпечує учасників заходу інформацією про найближче укриття, до якого необхідно слідувати під час повітряної тривоги. У разі оголошення повітряної тривоги в регіоні, в якому проводиться спортивний захід, відповідальний за безпеку проведення заходу приймає рішення щодо евакуації всіх учасників в укриття або споруду, яка може використовуватися як укриття та повинна знаходитися на відстані не більше ніж 500 м від спортивної споруди, де проводиться захід.

8. Умови визначення першості та нагородження переможців та призерів

Переможці визначаються у категоріях по сумі балів, здобутих у раундах змагань. Спортсмени, які посіли 1, 2, 3 місця на Кубку України, нагороджуються медалями відповідних ступенів Федерації та призами від партнерів.

Командний залік визначається за сумою набраних балів спортсменами від області та м. Києва (не більше двох спортсменів у категорії) які посіли з 1 по 10 місце:

1 місце - 16 балів, 2 місце - 12 балів, 3 місце - 9 балів, 4 місце - 7 балів, 5 місце - 6 балів, 6 місце - 5 балів, 7 місце - 4 бали, 8 місце - 3 бали, 9 місце - 2 бали, 10 місце - 1 бал.

У разі набрання однакової кількості балів, вище місце посідає команда з більшою кількістю золотих, срібних, бронзових медалей, або з

кращими місцями, що посіли спортсмени.

Присвоєння спортивних звань згідно затверджених Кваліфікаційних норм та вимог Єдиної спортивної класифікації України з неолімпійських видів спорту.

Майстер спорту України з бодібілдингу – посісти 1 місце на Кубку України серед чоловіків та жінок (за умови участі в офіційних всеукраїнських змаганнях у категорії спортсменів не менше ніж з 8 регіонів, з яких 2 спортсмени мають спортивне звання "Майстер спорту України", 5 - спортивний розряд "Кандидат у майстри спорту України");

Кандидат у майстри спорту України з бодібілдингу – посісти 2, 3 місце на Кубку України серед чоловіків та жінок.

9. Умови фінансування заходу та матеріального забезпечення

Витрати на організацію та проведення Кубку України (експлуатація площадки, харчування та проживання суддів, звукове, світлове та музичне оформлення) здійснюються за рахунок коштів залучених Федерацією та партнерів заходу.

10. Строки та порядок подання заявок на участь

Попередні заявки від обласних осередків на участь команди у змаганнях надсилаються до 20 серпня 2026 року на електронну адресу оргкомітету Федерації: fbbu.official@gmail.com з копією на kislyakov.m1@gmail.com.

Для участі у змаганні до мандатної комісії в день приїзду подаються: іменні заявки завірені печаткою та підписом керівництва структурних підрозділів Автономної Республіки Крим, областей України, м. Києва та Севастополя, лікарем, управлінням у справах сім'ї, молоді та спорту обласної військової адміністрації.

До участі у змаганнях допускаються команди та учасники, які підтвердили в установлений термін свою участь.

*Кожен спортсмен повинен мати при собі паспорт (або інший документ що засвідчує особу, або додаток «Дія»).

До участі у змаганнях допускаються команди та учасники, які підтвердили в установлений термін свою участь.

Звіт головного судді змагань, протоколи результатів змагань, заявки (іменні

та командні), надсилаються протягом 5-ти календарних днів листом від Федерації, у паперовому вигляді, до Мінмолодьспорту за адресою: вул. Еспланадна, 42, м. Київ, 01601, Україна, або в електронному вигляді на e-mail: correspond@mms.gov.ua.

Оперативна інформація про кількість учасників, регіонів та призові місця команд (з фотографіями) після закінчення змагань (не пізніше 8.00 наступного дня) надається Федерацією на електронну адресу: mariazav1976@ukr.net.

11. Медичне забезпечення змагань

Для медичного забезпечення змагання залучається кваліфікований медичний працівник. Лікар змагання входить до складу суддівської колегії на правах заступника головного судді. Усі його рішення в межах наданих йому повноважень обов'язкові для виконання учасниками, організаторами змагання.

З метою запобігання застосування заборонених фармакологічних препаратів та методів, у 2026 році проводиться антидопінгове тестування спортсменів. Антидопінговому тестуванню підлягають всі дорослі спортсмени незалежно від їх віку, статі, рівня кваліфікації та місця перебування під час змагань та навчально-тренувального процесу.

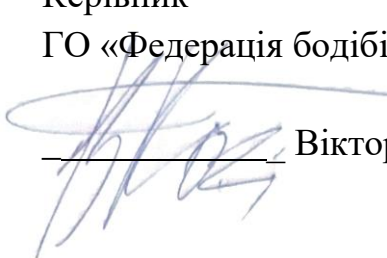
Федерація забезпечує безперешкодний доступ на територію проведення заходу допінг-офіцерам, уповноваженим Національним антидопінговим центром або будь-якою іншою антидопінговою організацією, визначеною відповідно до вимог Міжнародної конвенції про боротьбу з допінгом у спорті, ратифікованої Законом України від 03 серпня 2006 року No 68.

Федерація забезпечує облаштування пунктів для відбору допінг-офіцерами допінг-проб на визначення вживання заборонених речовин у спортсменів, які беруть участь у спортивному заході на об'єкті проведення спортивного заходу.

Це положення є офіційним викликом на змагання!

Керівник

ГО «Федерація бодібілдингу України»



Віктор Кожушко

