

Додаток №__

ЗАТВЕРДЖЕНО
рішенням Виконавчого комітету
ГО «Федерація бодібілдингу України»
Протокол №_/2026 від
«__»_____2026 року

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

1. Цілі та завдання

Чемпіонат 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 Європи;
- залучення населення до занять фізичною культурою та спортом.

2. Строки і місце проведення змагань

Чемпіонат України проводиться 11 квітня 2026 року

День приїзду та реєстрація учасників 10 квітня 2026 року.

День від'їзду 12 квітня 2026 року.

Детальну інформацію про місце проведення заходу можете отримати у головного тренера України з бодібілдингу у напрямку Fitness Challenge Федіра ХАШАЛОВА, тел. +380666509766.

3. Організація та керівництво проведенням змагань

Керівництво проведенням змагань здійснюється Міністерством молоді та спорту України (далі – Мінмолодьспорт) та Федерацією бодіблінгу України (далі – Федерація).

Відповідальність за підготовку та безпосереднє проведення змагань покладається на управління у справах сім'ї, молоді та спорту Івано-Франківської обласної військової 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: Хашалов Федір Магомедович.

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 змагань 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 змагань, дотримання діючих вимог режимних, безпекових та протиепідемічних заходів покладається на управління у справах сім'ї, молоді та спорту Івано-Франківської обласної військової адміністрації та Федерацію.

4. Учасники змагань

- До участі в змаганнях Чемпіонату 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 (вікрита категорія);
- жінки (вікрита категорія);
- змішані пари.

SPEED FITNESS CHALLENGE

Золотий рівень:

- чоловіки x5;
- жінки x5.

Срібний рівень

- чоловіки x20;
- жінки x20.

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 Національно Федерації бодібілдингу України.*
- *У разі не виходу на змагальну сцену у заявлену категорію спортсмен/ка дискваліфікується зі змагань.*

5. Характер заходу

Змагання особисто-командні.

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

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 колу.

Золотий рівень (GOLD LEVEL)

1. Підтягування пронірованим хватом, 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).

ЗМАГАННЯ СЕРЕД ЗМІШАНИХ ПАР

- 6 станцій у тому ж порядку, що й в індивідуальних змаганнях;
- обидва спортсмени виконують одну й ту ж вправу на кожній станції, по чергово змінюючи один одного, щоб досягти максимальної кількості повторень за 2 хвилини;

SPEED FIT - індивідуальний челендж

- 5 коректних повторень (GOLD рівня), або 20 коректних повторень (SILVER рівня) на кожній із 6 станцій безперервно за найкоротший можливий час.

6. Програма проведення змагань

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 Івано-Франківської обласної військової 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 Івано-Франківської обласної військової 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 Чемпіонаті України, нагороджуються медалями та дипломами відповідних ступенів Федерації; спортсмени, які посіли 4, 5, 6 місця, нагороджуються медалями та дипломами Федерації відповідних ступенів.

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 бодібіддингу – посісти 1-2 місце на Чемпіонаті 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 бодібіддингу – посісти 3 місце на Чемпіонаті України серед чоловіків та жінок; 1-2 місце у Чемпіонаті України серед юніорів.

9. Умови фінансування заходу та матеріального забезпечення

Витрати на організацію та проведення Чемпіонату України (експлуатація приміщення розташованого за адресою: Івано-Франківськ, харчування та проживання суддів, звукове, світлове та музичне оформлення, експлуатація конференц-залу готелю для реєстрації) здійснюються за рахунок коштів Державного бюджету України передбачених Міністерством молоді та спорту України відповідно до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України на 2026 рік, у межах затвердженого кошторису, а також за рахунок коштів залучених Федерацією.

10. Строки та порядок подання заявок на участь

Попередні заявки від обласних осередків на участь команди у змаганнях надсилаються до 4 квітня 2026 року на електронну адресу оргкомітету Федерації: fbu.official@gmail.com з копією на fedir111281@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 установленій термін свою участь.

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

11. Медичне забезпечення змагань

Медичне забезпечення змагання здійснюється відповідно до наказу Мінмолодьспорту і МОЗ від 15.07.2020 № 603/1608 "Про медичне забезпечення проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів", зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 31 липня 2020 року за № 731/35014. Організатор зобов'язаний забезпечити медичний супровід під час проведення змагань. Обов'язкова присутність лікаря, здатного надати першу медичну допомогу або бригади екстреної допомоги.

Це положення є офіційним викликом на змагання!

Керівник
ГО «Федерація бодіблінгу України»

_____ Віктор Кожушко