

**РЕГЛАМЕНТ ОТКРЫТОГО ВИРТУАЛЬНОГО ТУРНИРА
ПО ГРЕБЛЕ НА ТРЕНАЖЕРАХ CONCEPT2
«Кубок Великой Победы 2019»**

1. Общие положения

- 1.1** Открытый Виртуальный Турнир по гребле на тренажерах Concept2 (далее Турнир) проводится на гребных тренажерах Concept2 моделей D и E с мониторами PM3, PM4 или PM5 в личном зачете и среди команд, сформированных по клубному или территориальному принципу.
- 1.2** Сроки проведения турнира: с 25 марта по 9 мая 2019 года.
- 1.3** К участию в личном зачете допускаются мужчины и женщины в возрасте не моложе 18 лет на момент начала Турнира. К участию в командном зачете допускаются команды, состоящие из 2 мужчин и 1 женщины в возрасте не моложе 18 лет на момент начала Турнира.
- 1.4** Соревнования в личном зачете проводятся в следующих категориях:
- Женщины 18-34 года (W18+)
 - Женщины 35 лет и старше (W35+)
 - Мужчины 18-34 года (M18+)
 - Мужчины 35 лет и старше (M35+)
- Команды соревнуются в открытой категории, без разделения по возрасту
- 1.5** Каждый участник должен самостоятельно убедиться в том, что его физическое состояние позволяет ему участвовать в Турнире без угрозы для его здоровья.
- 1.6** Каждому участнику Турнира в личном зачете необходимо заполнить форму регистрации на сайте: <https://go2row.ru/reg>
- 1.7** Каждой команде необходимо заполнить форму регистрации на странице: <https://go2row.ru/reg-team>
- 1.8** Участникам, планирующим выступать и в личном, и в командном зачете, необходимо пройти процедуру регистрации дважды в соответствующих разделах.
- 1.9** При корректном заполнении электронной заявки команда получит уведомление об успешной регистрации и индивидуальный номер на email, указанный в заявке команды, в течение 24 часов, либо информацию о причине отказа в регистрации.
- 1.10** При корректном заполнении электронной заявки участник индивидуального зачета получит уведомление об успешной регистрации на email, указанный в заявке, в течение 24 часов, либо информацию о

причине отказа в регистрации. Индивидуальный номер участник получит на электронную почту не позднее, чем за 24 часа до начала первого этапа соревнований.

1.11 Срок окончания регистрации – 23 марта 2019 г.

1.12 Каждый участник Турнира в личном зачете может пропустить любой из этапов в случае болезни или иных причин без уведомления Оргкомитета соревнований.

1.13 Любая команда имеет право совершить две замены на протяжении Турнира, в случае, если травма, болезнь или иные обстоятельства не позволяют одному из членов команды продолжить участие в Турнире. Допускается «обратная» замена выбывшего участника, при этом лимит замен команды считается исчерпанным.

Для совершения замены необходимо заполнить соответствующую форму на сайте <https://go2row.ru/sub>

Замена должна быть произведена не позднее, чем за 48 часов до окончания этапа, в котором будет выступать новый участник команды.

1.14 Участники, по тем или иным причинам прекратившие участие в Турнире, не имеют права дозаявиться в какую-либо другую команду.

1.15 Дистанции и сроки проведения этапов Турнира в личном зачете:

1-й этап - дистанция 10 000 м (25 марта – 31 марта)

2-й этап - дистанция 2 000 м (1 апреля – 7 апреля)

3-й этап – дистанция 6 000 м (8 апреля – 14 апреля)

4-й этап - дистанция 500 м (15 апреля - 21 апреля)

5-й этап – дистанция 1 000 м (22 апреля - 28 апреля)

6-й этап - 100 м (29 апреля - 5 мая)

1.16 Дистанции и сроки проведения этапов Турнира в командном зачете:

1-й этап - эстафета 6 x 1 мин. (25 марта – 31 марта)

2-й этап - дистанция 2 000 м (1 апреля – 7 апреля)

3-й этап - командная гонка 10 мин. (8 апреля – 14 апреля)

4-й этап - дистанция 500 м (15 апреля - 21 апреля)

5-й этап - эстафета 9 x 30 с. (22 апреля - 28 апреля)

6-й этап – дистанция 100 м (29 апреля - 5 мая)

2. Общие правила прохождения этапов

2.1 Каждый участник Турнира может установить произвольное положение заслонки маховика (демпфера) в диапазоне от 1 до 10.

2.2 Индивидуальный номер участника должен быть нанесен на любую часть тела, с условием, что он будет виден на протяжении всей дистанции.

- 2.3 Отснятая видеозапись должна быть в качестве, позволяющем четко видеть весь процесс прохождения этапа от начала и до конца съемки.
- 2.4 Монтаж видеозаписи не допускается. При обнаружении признаков монтажа участник и/или команда дисквалифицируются.
- 2.5 Видеозапись пройденного этапа необходимо отправить в Оргкомитет соревнований следующим способом:
- разместить видеозапись в YouTube (<https://www.youtube.com>)
 - прислать ссылку на видеозапись в Оргкомитет турнира на email: **event@go2row.ru**
 - в случае невозможности размещения видео на сайте [youtube.com](https://www.youtube.com) необходимо связаться с Оргкомитетом турнира по email: event@go2row.ru или отправить сообщение любому из администраторов группы <https://vk.com/concept2> для согласования альтернативного способа отправки видеозаписи
 - ссылки на видеозаписи всех участников команды на каждом этапе Турнира необходимо отправлять в Оргкомитет одним письмом.
- 2.6 В процессе прохождения дистанции на этапах Турнира не разрешается использование ремней, резинок или иных удерживающих приспособлений для крепления тела к подвижному сиденью (банке).
- 2.7 В процессе прохождения дистанции на этапах Турнира не допускается любая посторонняя помощь участнику со стороны других участников или посторонних лиц, в том числе: удержание тренажера, изменение настроек заслонки маховика, передача еды или напитков, помощь в выполнении гребка и пр.

3. Правила прохождения и съемки индивидуальных этапов

- 3.1 В начале видеозаписи индивидуального этапа участнику необходимо назвать свою Фамилию, Имя и продемонстрировать индивидуальный номер, нанесенный в соответствии с пунктом 2.2. настоящего регламента.
- 3.2 Для прохождения дистанции или временного отрезка этапа необходимо выбрать в меню монитора:
- **Select Workout**
 - **New Workout**
 - **Single Distance**
 - Кнопкой **Set Distance** установить дистанцию либо временной отрезок этапа
 - зафиксировать выбранный режим командной гонки нажатием кнопки **V**

- последовательным нажатием кнопки **Display** перевести монитор в режим крупных цифр
 - последовательным нажатием кнопки **Units** перевести монитор в режим отображения времени, либо пройденных метров в третьей сверху строке дисплея.
- 3.3 Сфокусировать камеру и показать монитор таким образом, чтобы можно было четко увидеть выбранную дистанцию в течение не менее 3 секунд.
- 3.4 Расположить камеру таким образом, чтобы участник и тренажер полностью находились в кадре на протяжении всего этапа. Номер участника должен быть виден на протяжении всей дистанции.
- 3.5 Запись должна быть непрерывной, без смены ракурса съемки.
- 3.6 После завершения дистанции необходимо сфокусировать камеру и крупно показать экран монитора в течение не менее 5 секунд так, чтобы можно было четко увидеть результат.
- 3.7 При несоблюдении условий п. 2.7 и п. 3.1, видеозапись прохождения дистанции соответствующего этапа не будет принята к рассмотрению.
- 3.8 Распределение мест по результатам индивидуального этапа - по лучшему времени прохождения дистанции на соответствующем этапе.
- 3.9 Установленный формат маркировки видеозаписи индивидуального этапа: **время прохождения/дистанция/номер участника**.
Пример: **6:40.5/2000м/120**

4. Правила прохождения и съемки командной гонки

- 4.1 В начале видеозаписи командной гонки необходимо снять всех участников команды, продемонстрировать индивидуальные номера, нанесенные в соответствии с пунктом 2.2. настоящего регламента, и назвать команду.
- 4.2 Для прохождения командной гонки необходимо выбрать в меню монитора:
- **Select Workout**
 - **New Workout**
 - **Single Time**
 - **Set Time** и установить время командной гонки - 10 минут
 - зафиксировать выбранный режим командной гонки нажатием кнопки **V**
 - последовательным нажатием кнопки **Display** перевести монитор в режим крупных цифр

- последовательным нажатием кнопки **Units** перевести монитор в режим отображения пройденных метров в третьей сверху строке дисплея
- 4.3 Сфокусировать камеру и показать монитор таким образом, чтобы можно было четко увидеть выбранный режим командной гонки в течение не менее 3 секунд.
 - 4.4 Расположить камеру таким образом, чтобы на каждом этапе командной гонки гребущий участник команды, его номер и тренажер полностью находились в кадре.
 - 4.5 Запись должна быть непрерывной, без смены ракурса съемки.
 - 4.6 Начинает прохождение командной гонки любой из участников команды. В процессе прохождения дистанции команда имеет право производить смену гребущего участника на любого другого в произвольном порядке. При этом каждый из участников должен преодолеть не менее 1/5 части от общего времени, предусмотренного условиями командного этапа соревнований. Отсчет времени прохождения каждого этапа участником команды производится с момента взятия рукоятки и до момента фиксации ее в стопоре после окончания прохождения текущего отрезка.
 - 4.7 При несоблюдении условий п. 4.6 команда наказывается штрафом - 10 метров за каждую секунду, недостающую до установленного обязательного лимита времени для каждого участника команды.
 - 4.8 Любая помощь участнику во время прохождения отрезка командной гонки и в момент передачи эстафеты со стороны других участников команды не допускается.
 - 4.9 При несоблюдении условий п. 4.1 и п. 4.8 видеозапись командной гонки не будет принята к рассмотрению.
 - 4.10 Смена этапа командной гонки происходит только после фиксации рукоятки в стопоре на раме тренажера и касания пола обеими ногами участником предыдущего этапа.
 - 4.11 При несоблюдении любого из условий п. 4.10 команда наказывается штрафом -50 метров за каждое подобное нарушение в ходе эстафеты.
 - 4.12 После завершения командной гонки необходимо сфокусировать камеру и крупно показать экран монитора в течение не менее 5 секунд так, чтобы можно было четко увидеть результат командной гонки в метрах.
 - 4.13 Распределение мест по результатам командной гонки - по наибольшему количеству пройденных метров.
 - 4.14 Установленный формат маркировки видеозаписи командной гонки: пройденная дистанция в метрах /время гонки/название команды.
Пример: **2500/10мин/RowTeam**

5. Правила прохождения и съемки эстафеты

- 5.1 В начале видеозаписи эстафеты необходимо снять всех участников команды, продемонстрировать индивидуальные номера, нанесенные в соответствии с пунктом 2.2. настоящего регламента, и назвать команду.
- 5.2 Для установки виртуальной эстафеты необходимо выбрать в меню монитора поочередно:
- **Select Workout**
 - **New Workout**
 - **Intervals Variable**
 - **Time** (установить **Set Time**, в соответствии с продолжительностью этапа эстафеты - 1 минута или 30 секунд),
 - установить **Set Rest Time** - 10 секунд
 - зафиксировать первый этап нажатием кнопки **V**
 - нажать **Time**
 - зафиксировать второй этап нажатием кнопки **V**
 - нажать **Time**
 - зафиксировать третий этап нажатием кнопки **V** и так далее всего 6 или 9 раз, в зависимости от количества этапов эстафеты
 - после фиксации последнего этапа нажать **No More Intervals**
 - последовательным нажатием кнопки **Display** перевести монитор в режим крупных цифр
- 5.3 Сфокусировать камеру и показать монитор таким образом, чтобы можно было четко увидеть выбранный режим эстафеты в течение не менее 3 секунд.
- 5.4 Расположить камеру таким образом, чтобы на каждом этапе эстафеты гребущий участник команды, его номер и тренажер полностью находились в кадре.
- 5.5 Запись должна быть непрерывной, без смены ракурса съемки.
- 5.6 Очередность по этапам эстафеты: Девушка – Мужчина1 – Мужчина2
- 5.7 Любая помощь гребущему участнику во время прохождения эстафетного этапа и в момент передачи эстафеты со стороны других участников команды не допускается.
- 5.8 При несоблюдении условий п. 5.1 и п.5.7 видеозапись эстафеты не будет принята к рассмотрению.
- 5.9 Смена этапа эстафеты происходит только после фиксации рукоятки в стопоре на раме тренажера и касания пола обеими ногами участником предыдущего этапа.
- 5.10 При несоблюдении любого из условий п. 5.9 команда наказывается штрафом -50 метров за каждое подобное нарушение в ходе эстафеты.

5.11 После завершения последнего этапа эстафеты необходимо нажать:

- **Menu**
- **More Option** (только для мониторов PM3 и PM4)
- **Memory**
- **List by Date**
- Выбрать верхнюю запись и нажать значок лупы
- Сфокусировать камеру и крупно показать экран монитора в течение не менее 5 секунд так, чтобы можно было четко увидеть результат эстафеты.

5.12 Распределение мест по результатам эстафеты - по наибольшему количеству пройденных метров.

5.13 Установленный формат маркировки видеозаписи эстафеты: пройденная дистанция в метрах /формат эстафеты/название команды.
Пример: **1900/6x1мин/RowTeam**

6. Правила начисления и подсчета очков

6.1 В целях обеспечения равных условий для участников Турнира в возрасте 36 лет и старше применяется Гандикап к показанному результату на каждой из дистанций Турнира. Таблицы Гандикапа для каждой дистанции Турнира – в приложении к Регламенту.

6.2 Подсчет очков на Турнире производится по рейтинговой системе.

6.3 Лучший результат показанный в индивидуальных гонках среди мужчин и женщин в каждой из возрастных категорий, а также на индивидуальных этапах командных соревнований оценивается в 100 очков, прочие результаты вычисляются процентным соотношением результата каждого участника к лучшему результату с присвоением баллов, в соответствии с формулой:

$$R = \left(1 - \frac{T - B}{B}\right) * 100$$

R – рейтинговое количество очков участника

T – время прохождения дистанции участником

B – время прохождения дистанции лидером этапа (лучший результат этапа)

Пример: Лучший результат на дистанции 2000 м. – 6.20,0 (100 очков) Результат участника 6.33,0 – это 96,58% от лучшего результата, соответственно – 96,58 очков

Сумма очков, набранных членами одной команды на индивидуальных этапах командных соревнований, является результатом команды на соответствующем этапе.

6.4 Лучший результат в эстафетах и командной гонке оценивается в 300 очков, прочие результаты вычисляются процентным соотношением

результата каждой команды к лучшему результату этапа, с присвоением баллов, в соответствии с формулой:

$$R = \frac{D}{B} * 300$$

R – рейтинговое количество очков команды

D – количество метров, пройденное командой

B – количество метров, пройденное командой-лидером этапа (лучший результат этапа)

Пример: Лучший результат в эстафете 6х1мин. – 1900 метров (300 очков) Результат команды 1860 метров – это 97,89% от лучшего результата, соответственно – 293,69 очков.

- 6.5 Рейтинги по результатам индивидуальных этапов Турнира в командном и личном зачете составляются отдельно. Участникам, соревнующимся одновременно в команде и в личном зачете, результаты, показанные на этапе, зачитываются в оба рейтинга.
- 6.6 Опубликование итогов очередного этапа Турнира осуществляется в течение 48 часов после окончания этапа на странице соревнований сайта <https://go2row.ru> и в группе ВКонтакте: <https://vk.com/concept2>

7. Подведение итогов и награждение победителей

- 7.1 Победителями в личном зачете, в каждой из возрастных категорий, становятся участник и участница, набравшие наибольшее количество очков по сумме всех этапов Турнира.
- 7.2 При равенстве очков по сумме всех этапов Турнира у двух и более участников личного зачета, распределение мест между ними производится по результатам гонки на 2000 м. В случае равного результата, расстановка в рейтинге производится по лучшему результату на дистанции 500 м., далее на дистанции 6000 м., 1000 м., 10000 м. и 100 м. соответственно.
- 7.3 Победителем в командном зачете становится команда, набравшая наибольшее количество очков по сумме всех этапов Турнира.
- 7.4 При равенстве очков по сумме всех этапов Турнира у двух и более команд, распределение мест между ними производится по результатам командной гонки на 10 мин. В случае равного результата в командной гонке, расстановка в рейтинге производится по лучшему результату в эстафете 6х1 мин., далее в эстафете 9х30 с., далее на дистанции 2000 м., 500 м. и 100 м. соответственно.
- 7.5 Победители и призеры личного и командного зачета будут награждены памятными призами от GO2ROW и партнеров турнира.

7.6 Каждому участнику индивидуальных соревнований и каждой команде, принявшим участие в Турнире будут отправлены электронные сертификаты, с указанием результатов на каждой дистанции и занятого места.

8. Заключительные положения

8.1 Решение спорных вопросов, касающихся проведения Турнира, является прерогативой Оргкомитета соревнований.

8.2 При принятии решений Оргкомитет Турнира будет руководствоваться настоящим регламентом и принципами fairplay.

**Приложение №1 к
РЕГЛАМЕНТУ ОТКРЫТОГО ВИРТУАЛЬНОГО ТУРНИРА
ПО ГРЕБЛЕ НА ТРЕНАЖЕРАХ CONCERT2
«Кубок Великой Победы 2019»**

Таблицы Гандикапов для возрастных категорий W35+ и M35+

100 м.		500 м.		1000 м.		2000 м.		6000 м.		10000 м.	
возраст	гандикап	возраст	гандикап	возраст	гандикап	возраст	гандикап	возраст	гандикап	возраст	гандикап
35	00:00,0	35	00:00,0	35	00:00,0	35	00:00,0	35	00:00,0	35	00:00,0
36	00:00,1	36	00:00,3	36	00:00,4	36	00:01,1	36	00:03,7	36	00:06,6
37	00:00,1	37	00:00,6	37	00:00,8	37	00:02,2	37	00:07,3	37	00:13,2
38	00:00,2	38	00:01,0	38	00:01,1	38	00:03,4	38	00:11,0	38	00:19,8
39	00:00,2	39	00:01,3	39	00:01,5	39	00:04,5	39	00:14,6	39	00:26,4
40	00:00,3	40	00:01,6	40	00:01,9	40	00:05,6	40	00:18,3	40	00:33,0
41	00:00,3	41	00:01,9	41	00:02,5	41	00:07,0	41	00:21,9	41	00:39,6
42	00:00,4	42	00:02,2	42	00:03,1	42	00:08,4	42	00:25,6	42	00:46,2
43	00:00,4	43	00:02,6	43	00:03,7	43	00:09,8	43	00:29,2	43	00:52,8
44	00:00,5	44	00:02,9	44	00:04,3	44	00:11,2	44	00:32,9	44	00:59,4
45	00:00,5	45	00:03,2	45	00:04,9	45	00:12,6	45	00:36,6	45	01:06,0
46	00:00,6	46	00:03,5	46	00:05,4	46	00:13,9	46	00:40,2	46	01:12,6
47	00:00,6	47	00:03,8	47	00:06,0	47	00:15,3	47	00:43,9	47	01:19,2
48	00:00,7	48	00:04,2	48	00:06,6	48	00:16,7	48	00:47,5	48	01:25,8
49	00:00,7	49	00:04,5	49	00:07,2	49	00:18,1	49	00:51,2	49	01:32,4
50	00:00,8	50	00:04,8	50	00:07,8	50	00:19,5	50	00:54,8	50	01:39,0
51	00:00,8	51	00:05,3	51	00:08,9	51	00:21,7	51	01:01,2	51	01:48,7
52	00:00,9	52	00:05,8	52	00:09,9	52	00:23,9	52	01:07,6	52	01:58,4
53	00:00,9	53	00:06,3	53	00:11,0	53	00:26,0	53	01:14,0	53	02:08,1
54	00:01,0	54	00:06,8	54	00:12,1	54	00:28,2	54	01:20,4	54	02:17,8
55	00:01,0	55	00:07,3	55	00:13,2	55	00:30,4	55	01:26,8	55	02:27,5
56	00:01,1	56	00:07,8	56	00:14,2	56	00:32,8	56	01:33,2	56	02:37,2
57	00:01,1	57	00:08,3	57	00:15,3	57	00:35,2	57	01:39,6	57	02:46,9
58	00:01,2	58	00:08,8	58	00:16,4	58	00:37,5	58	01:45,9	58	02:56,6
59	00:01,2	59	00:09,3	59	00:17,5	59	00:39,9	59	01:52,3	59	03:06,3
60	00:01,3	60	00:09,8	60	00:18,5	60	00:42,3	60	01:58,7	60	03:16,0
61	00:01,4	61	00:10,4	61	00:19,9	61	00:45,3	61	02:06,0	61	03:28,0
62	00:01,5	62	00:11,0	62	00:21,3	62	00:48,3	62	02:13,3	62	03:40,0
63	00:01,6	63	00:11,6	63	00:22,6	63	00:51,3	63	02:20,7	63	03:52,0
64	00:01,7	64	00:12,2	64	00:24,0	64	00:54,3	64	02:28,0	64	04:04,0
65	00:01,8	65	00:12,8	65	00:25,3	65	00:57,3	65	02:35,3	65	04:16,0
66	00:01,9	66	00:13,4	66	00:26,7	66	00:59,8	66	02:42,6	66	04:28,0
67	00:02,0	67	00:14,0	67	00:28,1	67	01:02,3	67	02:49,9	67	04:40,0
68	00:02,1	68	00:14,6	68	00:29,4	68	01:04,9	68	02:57,2	68	04:52,0
69	00:02,2	69	00:15,2	69	00:30,8	69	01:07,4	69	03:04,5	69	05:04,0
70	00:02,3	70	00:15,8	70	00:32,1	70	01:09,9	70	03:11,8	70	05:16,0
71	00:02,4	71	00:17,0	71	00:34,6	71	01:14,3	71	03:32,5	71	05:39,6
72	00:02,5	72	00:18,3	72	00:37,0	72	01:18,7	72	03:53,1	72	06:03,2
73	00:02,6	73	00:19,6	73	00:39,4	73	01:23,0	73	04:13,7	73	06:26,8
74	00:02,7	74	00:20,8	74	00:41,9	74	01:27,4	74	04:34,4	74	06:50,4
75	00:02,8	75	00:22,1	75	00:44,3	75	01:31,8	75	04:55,0	75	07:14,0
76	00:02,9	76	00:23,4	76	00:46,7	76	01:35,8	76	05:15,7	76	07:37,6
77	00:03,0	77	00:24,7	77	00:49,2	77	01:39,8	77	05:36,3	77	08:01,2
78	00:03,2	78	00:25,9	78	00:51,6	78	01:43,8	78	05:56,9	78	08:24,8
79	00:03,3	79	00:27,2	79	00:54,0	79	01:47,8	79	06:17,6	79	08:48,4
80	00:03,5	80	00:28,5	80	00:56,4	80	01:51,8	80	06:38,2	80	09:12,0
81	00:03,9	81	00:30,0	81	00:59,4	81	01:59,1	81	07:00,7	81	10:00,0
82	00:04,3	82	00:31,5	82	01:02,5	82	02:06,4	82	07:23,2	82	10:48,0
83	00:04,7	83	00:33,0	83	01:05,4	83	02:13,7	83	07:45,7	83	11:36,0
84	00:05,1	84	00:34,5	84	01:08,4	84	02:21,0	84	08:08,2	84	12:24,0
85	00:05,5	85	00:36,0	85	01:11,4	85	02:28,3	85	08:30,7	85	13:12,0
86	00:05,9	86	00:37,5	86	01:14,4	86	02:35,6	86	08:53,2	86	14:00,0
87	00:06,3	87	00:39,0	87	01:17,4	87	02:42,9	87	09:15,7	87	14:48,0
88	00:06,7	88	00:40,5	88	01:20,4	88	02:50,2	88	09:38,2	88	15:36,0
89	00:07,1	89	00:42,0	89	01:23,4	89	02:57,5	89	10:00,7	89	16:24,0