

**ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ФЕДЕРАЦИЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКИ РОССИИ»**



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Президент ООО**  
**«Федерация фитнес-аэробики России»**  
**Г.Г. Полухина**  
**«01» ноября 2025 г.**

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении II-го Спортивного реалити-конкурса**  
**«Пuls успеха»**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение определяет цель, условия, порядок организации и проведения II-го Спортивного реалити-конкурса «Пульс успеха» (далее – Положение).

1.2. Организатором II-го Спортивного реалити-конкурса «Пульс успеха» является Общероссийская общественная организация «Федерация фитнес-аэробики России» (далее – Федерация, организатор).

1.3. II-й Спортивный реалити-конкурс «Пульс успеха» (далее – Конкурс) проводится в соответствии с Правилами вида спорта «фитнес аэробика» (Приказ Миниспорта России от 26 января 2022 № 56).

1.4. Конкурс проводится по спортивным дисциплинам вида спорта «фитнес-аэробика»: «аэробика», «аэробика (5 человек)», «степ - аэробика», «хип - хоп», «хип - хоп - большая группа».

1.5. Организатор Конкурса имеет права вносить изменения и дополнения в Положение Конкурса.

1.6. Участие в Конкурсе бесплатное. Финансовое обеспечение проведения Конкурса осуществляется из внебюджетных средств Федерации и партнеров Конкурса.

## **2. Цели и задачи Конкурса**

2.1. Цель Конкурса: популяризация и развитие вида спорта «фитнес-аэробика» на территории Российской Федерации.

2.2. Задачи Конкурса:

- повышение уровня мотивации к занятиям фитнес-аэробикой среди детской и молодежной аудиторий в регионах России;
- поиск и распространение наиболее эффективных форм работы вовлечения детей и молодежи в соревновательную деятельность по виду спорта «фитнес-аэробика».

## **3. Этапы и место проведения Конкурса**

3.1. Конкурс проводится в 2 этапа:

1-й этап (заочный) – с 01.11.2025 – 25.11.2025: размещение конкурсных материалов (видеоролик) в официальном аккаунте Федерации на кроссплатформенном мессенджере Telegram.

2-й этап (заочный) – с 25.11.2025 – 1.12.2025: определение победителей и призеров Конкурса в возрастных группах в спортивных дисциплинах вида спорта «фитнес-аэробика».

#### 4. Требования к Участникам

4.1. В Конкурсе участвуют все желающие (далее – Участник) за исключением спортсменов, **принимающих очное участие** в финале Кубка России по фитнес-аэробике, Всероссийских соревнованиях по фитнес-аэробике, Московском международном фестивале по фитнес-аэробике «Мишка и Матрешка», которые состоятся 1-5 октября 2025 года в г. Москве по адресу: улица Нижние Мнёвники, 10А, Спортивно-развлекательный центр «Навка Арена».

4.2. Конкурс проводится по трем группам:

**1-я группа «Профи»:** спортсмены с опытом участия в международных, всероссийских соревнованиях (МС, КМС, I-II-й спортивные разряды);

**2-я группа «Новички»:** спортсмены с опытом участия в спортивных соревнованиях регионального, муниципального уровня (III-й спортивный разряд, I–III юношеские разряды);

**3-я группа «Любители»:** участвуют все желающие без спортивного разряда.

4.3. Возрастные группы Участников:

4.3.1. В спортивных дисциплинах «аэробика», «аэробика (5 человек)», «степ - аэробика» Конкурс проводится в возрастных группах:

мужчины и женщины (17 лет и старше);

юниоры и юниорки (14 – 16 лет);

юноши и девушки (11 – 13 лет);

мальчики и девочки (8 – 10 лет);

мальчики и девочки (до 6 лет).

4.3.2. В спортивной дисциплине «хип - хоп» Конкурс проводится в возрастных группах:

мужчины и женщины (17 лет и старше);

юниоры и юниорки (12 – 18 лет);

юноши и девушки (8 – 13 лет);

мальчики и девочки (до 6 лет).

4.3.3. В спортивной дисциплине «хип - хоп - большая группа» Конкурс проводится в возрастной группе:

мужчины и женщины (12 лет и старше);

мальчики и девочки (до 6 лет).

4.4. Участник Конкурса может принять участие только в одной спортивной дисциплине по виду спорта «фитнес-аэробика».

4.5. Конкурсные материалы (видеоролик, анкета) Участник самостоятельно размещает под закрепленным постом в официальном аккаунте Федерации на кроссплатформенном мессенджере Telegram [https://t.me/ffar\\_russia](https://t.me/ffar_russia).

4.6. Требования к конкурсным материалам: 1 видеоролик, в который входит видео-визитка команды (до 30 сек.) + выступление команды.

Хронометраж выступления команды:

- спортивные дисциплины «аэробика», «степ - аэробика», «аэробика (5 человек)» – 1 минута 45 секунд (+/- 5 сек.);
- спортивная дисциплина «хип - хоп» – 2 минуты (+/- 5 сек.);
- спортивная дисциплина «хип - хоп - большая группа» - 2 минуты 30 секунд(+/- 5 сек).

Требование к содержанию видео-визитки (до 30 сек.): команда презентует себя в свободной форме (до 30 сек.).

Обязательная информация видео-визитки: название команды, регион России, спортивная дисциплина, возрастная группа.

Видео-визитка Участника оценивается членами жюри отдельно.

4.7. Технические требования к съемке выступления: съемка неподвижной видеокамерой со штатива (или с рук). Выступление Участника должно полностью попадать в объектив без изменения положения камеры. Монтаж выступления не допускается. Формат видеоролика: mp3/mp4. Видеоролик должен быть подписан: название команды, регион России, спортивная дисциплина, № группы, возрастная категория.

**Не допускаются к участию в Конкурсе записи выступлений Участника, сделанные ранее на физкультурных мероприятиях, спортивных соревнованиях.**

4.8. Под видеороликом в официальном аккаунте Федерации в Telegram Участник указывает следующую информацию: название команды (группы), регион России, спортивная дисциплина, возрастная группа, ФИО тренера, ФИО участников команды.

Конкурсные материалы, поступившие позднее сроков проведения 1-го этапа Конкурса, не рассматриваются.

Время выступления, длительность, требования к музыкальному сопровождению, требования к костюму спортсмена, оборудованию (степ-платформа), программа выступления, элементы, хореография должны соответствовать Правилам вида спорта «фитнес-аэробика» <https://drive.google.com/file/d/1RlYBnZXzReerg8ZNXvYXFRdUKNZQypNg/view>.

4.9. Ответственность за содержание и достоверность информации, представленной в конкурсных материалах, возлагается на Участника. Размещая видеоролик на официальной коммуникационной платформе Федерации, Участник дает согласие на публикацию предоставленной информации в печатном виде, информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», официальных аккаунтах Федерации в социальных медиа в целях популяризации Конкурса и продвижения вида спорта «фитнес-аэробика» среди целевых аудиторий на территории Российской Федерации.

Принимая участие в Конкурсе, Участник дает свое согласие на обработку и использование персональных данных, включая фото/видеосъемку, публикацию материалов, согласно действующему законодательству Российской Федерации.

4.10. Организаторы Конкурса не несут ответственность за нарушение Участниками авторских прав.

4.11. Участники Конкурса самостоятельно следят за ходом и результатами проведения Конкурса.

## **5. Подведение итогов Конкурса и награждение**

5.1. Организатор формирует состав жюри Конкурса из тренеров, спортивных судей, ведущих спортсменов по виду спорта «фитнес-аэробика», сотрудников ФФАР, методистов, приглашенных лиц (лидеры общественного мнения, независимые эксперты, специалисты и другие – далее «приглашенные лица»).

Количество приглашенных лиц – не более 50% от состава жюри.

Организатор оставляет за собой право увеличить состав жюри в зависимости от количества участников. Состав жюри Конкурса, в том числе его председатель, утверждается Организатором отдельным решением.

5.2. Победители и призеры определяются по наименьшей сумме мест в возрастных группах спортивных дисциплин вида спорта «фитнес-аэробика». Жюри оценивает технику исполнения и артистизм. В случае равного количества мест голос председателя жюри является решающим.

Победители и призеры награждаются дипломами Конкурса.

5.3. Гран-при Конкурса присуждается отдельно в каждой спортивной дисциплине среди всех возрастных групп.

5.4. Приз зрительских симпатий присуждается Участнику по наибольшему количеству голосов в официальном аккаунте Федерации на кроссплатформенном мессенджере Telegram [https://t.me/ffar\\_russia](https://t.me/ffar_russia).

Голоса, набранные с использованием автоматизированных средств (боты, скрипты), а также голоса от фейковых аккаунтов аннулируются.

5.5. Специальный приз присуждается Участнику за самую креативную видео-визитку по наибольшей сумме баллов.

Организаторы Конкурса вправе учредить дополнительные поощрительные призы и номинации.

5.6. Результаты Конкурса публикуются в период с 1 – 7 декабря 2025 года в официальных аккаунтах Федерации в социальных медиа (ВКонтакте, Telegram), на официальном сайте Федерации [www.ffarsport.ru](http://www.ffarsport.ru).

5.7. Подача и рассмотрение апелляций к результатам Конкурса не предусмотрены.