



**ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ  
ПО АРМРЕСТЛИНГУ**



## **Правила проведения соревнований по армрестлингу**

### **I. Описание.**

Армрестлинг – вид борьбы на руках между двумя участниками. В армрестлинге спортсмены борются стоя за специальным столом. Их локти упираются в подушки. Побеждает тот, кто первым дотянет руку (кисть) соперника к подушке. Состязания проходят как на правой, так и на левой руке.

Является древнейшим видом спорта, который был возрождён в 1960-е годы XX века.

### **II. Системы проведения соревнований.**

Соревнования по армрестлингу по характеру проведения делят на личные, командные и лично-командные:

- в личных соревнованиях определяют места, занятые участниками в каждой весовой категории и в абсолютном первенстве;
- в командных соревнованиях определяют места команд;
- в лично-командных соревнованиях определяют места, занятые участниками и командами.

Победитель в весовой категории определяется по наибольшей сумме набранных очков.

Система зачета:

- при личной борьбе - 1 место–10 очков, второе–7 очков, 3–5 очков, 4–4, 5–3, 6–2 очка и за 7 – 1 очко.
- при командной борьбе - 1 место- 25 очков; 2 место-17; 3 место-9; 4 место-5; 5 место-3; 6 место-2 очка.

### **III. Порядок определения победителя в весовой категории.**

Соревнования проводятся в двоеборье с общим зачётом по результатам выступлений на левой и правой руках. В случае равенства очков более высокое место занимает спортсмен, который на предварительном стартовом взвешивании был легче. Если стартовый вес у обоих спортсменов одинаковый, то проводится дополнительное взвешивание сразу по окончании их финального поединка и выигрывает тот, который будет меньше весить.

В случае отсутствия одного из спортсменов, в заранее определенном и утвержденном на совещании официальных представителей месте повторного взвешивания, преимущество отдается присутствующему спортсмену. В случае отсутствия обоих спортсменов на месте повторного взвешивания их вес признается одинаковым.

В случае равенства всех показателей оба спортсмена получают одинаковое высокое место, а следующий за ними спортсмен будет на два



места ниже. Состав команд не ограничен.

#### **IV. Участники соревнований.**

В официальных соревнованиях Кыргызской национальной федерации армспорта могут принять участие спортсмены, занимающиеся армрестлингом не менее 6 месяцев, прошедшие мандатную комиссию, взвешивание и жеребьевку. Спортсмен обязан знать и строго соблюдать настоящие правила, положение о соревнованиях, в которых он принимает участие, и их программу. Спортсмен, фамилию которого судья-информатор назвал первой при вызове на поединок, должен занять место за красным подлокотником. Спортсмен не имеет право требовать отстранения рефери от судейства поединка, в котором он принимает участие. Однако он может сделать это через официального представителя своей команды. Спортсмен имеет право до начала взвешивания проводить контроль своего веса на всех весах официального взвешивания. Спортсмен имеет право обращаться в Судейскую коллегия по любому вопросу только через официального представителя своей команды.

#### **V. Взвешивание.**

Взвешивание участников проводится накануне соревнований для всех весовых категорий.

Взвешивание должно осуществляться в специально отведенном для этого помещении. В помещении должны быть места для переодевания спортсменов - отдельно для мужчин и женщин. Взвешивание проводится судейской бригадой в составе: заместителя главного судьи; 2-3 технических секретарей; 3-4 рефери; 1-2 официальных представителей команд-участниц; врача. В составе бригады обязательно должна быть хотя бы одна женщина. Перед взвешиванием, спортсмены обязаны предъявить секретарю документ с фотографией, удостоверяющий их личность, и заявку на участие по существующей форме. На весы спортсмены должны вставать в одних плавках, женщины в купальниках или в футболке. При необходимости спортсмены имеют право взвешиваться обнаженными. Спортсмены, не прошедшие процедуру взвешивания, к соревнованиям не допускаются. Ответственность за чистоту результатов взвешивания несет заместитель главного судьи соревнования.

#### **VI. Жеребьевка.**

Жеребьевка проводится во время взвешивания для всех участников без исключения.

Спортсмен обязан вытянуть номера жребия для каждой руки отдельно. Он имеет право удостовериться о занесении секретарем этих номеров в его личную анкету. Спортсмены, не прошедшие процедуру жеребьевки, к соревнованиям не допускаются. Ответственность за чистоту результатов



жеребьевки несет главный секретарь соревнования.

### **VII. Судейская коллегия.**

Судейские коллегии для обслуживания спартакиад, чемпионатов и международных турниров, проводимых КНФА, назначаются председателем Судейской коллегии КНФА и утверждаются исполкомом КНФА. Судейские коллегии для обслуживания других внутренних соревнований назначаются председателями. Судейских коллегий региональных (городских) федераций армспорта утверждаются руководящими органами этих федераций. В состав судейской коллегии входят: главный судья, заместитель, главный секретарь, технический секретарь, рефери, боковые судьи, судьи-информаторы, врач и комендант соревнований. Запрещается работать в составе судейской коллегии, в любом качестве, участникам соревнований. Члены Судейской коллегии не имеют право выполнять свои обязанности, если они, находятся в состоянии алкогольного (наркотического) опьянения.

Главный судья.

Главный судья несет ответственность за проведение соревнований перед организацией, проводящей их, и соответствующей федерацией (ассоциацией) армспорта.

Главный судья обязан: проверить пригодность помещения, оборудования, инвентаря, необходимую документацию, соответствие их настоящим Правилам. Руководить проведением соревнований в соответствии с настоящими Правилами и Положением о данных соревнованиях. Проводить заседания Судейской коллегии перед началом соревнований и по их окончании для подведения итогов и утверждения результатов, а также в тех случаях, когда это необходимо - по ходу соревнований. Утвердить оценку работы каждого члена Судейской коллегии. Сдать отчет за своей подписью и подписью главного секретаря в организацию, проводящую соревнования, не позднее 3-х дней после их окончания.

Главный судья имеет право: отменить соревнования, если к их началу место проведения, оборудование или инвентарь окажутся непригодными; прекратить соревнования или сделать временный перерыв в случае неблагоприятных условий, мешающих нормальному проведению соревнований; внести изменения в программу соревнований, если в этом возникла необходимость; отстранить от работы судей, совершивших грубые ошибки или не справляющихся с исполнением возложенных на них обязанностей (об этом главный судья должен сообщить в соответствующую Судейскую коллегия федерации (ассоциации)); не допускать к соревнованиям участников, которые по спортивной квалификации и другим качествам не отвечают требованиям настоящих Правил или положения о данных соревнованиях; снять с соревнований участников, технически не





подготовленных, допустивших грубые нарушения настоящих Правил и некорректное отношение к соперникам, зрителям или судьям; задержать объявление результатов и вынести окончательное решение после дополнительного обсуждения, если мнения судей расходятся.

Главному судье запрещается: судить поединки в качестве рефери или бокового судьи.

Костюм главного судьи. Главный судья официальных соревнований должен быть одет в классический костюм темного цвета с галстуком, светлую рубашку. Значок с указанием судейской категории должен быть приколот к лацкану пиджака на левой стороне груди.

Заместитель главного судьи.

Заместитель главного судьи вместе с главным судьей руководит соревнованиями и несет ответственность за их проведение. При отсутствии главного судьи его функции выполняет заместитель.

Главный секретарь.

Главный секретарь обязан: подготовить всю необходимую документацию для проведения соревнования; составить программу соревнований; вывесить стартовые протоколы не позднее, чем за 20 минут до начала соревнований; контролировать работу технических секретарей, судей-информаторов; принимать от официальных представителей команд апелляции и своевременно передавать их председателю Апелляционной комиссии; предоставить главному судье необходимые данные для отчета о соревнованиях.

Рефери.

Рефери назначается из числа наиболее подготовленных судей. Он следит за ходом поединка, оценивает действия спортсменов и объявляет победителя поединка. Рефери запрещается устанавливать стартовое положение спортсменов с помощью ударов по рукам или плечам, а также с применением силы. Если в течение 30 секунд спортсмены не заняли правильной стартовой позиции, то рефери устанавливает захват следующими жестами и командами. Если в процессе установки стартового положения спортсмен не выполняет команды, то рефери имеет право объявить ему замечание. Спортсмену, получившему два замечания, объявляется первое предупреждение. Поединок останавливается при победе одного из спортсменов или при получении предупреждения только по команде рефери "Стоп" ("Stop"). Команда рефери "Стоп" сопровождается ударом ладони по поверхности стола. Все команды рефери должен выполнять отрывисто, громко и четко, жесты - энергично и уверенно.

Костюм рефери (бокового судьи). К обслуживанию официальных





соревнований КНФА допускаются рефери (боковые судьи) только в единой судейской форме международного образца. Судейская форма включает в себя судейскую майку, черные брюки (джинсы запрещены), черный ремень, черные носки, черные туфли. Значок с указанием судейской категории должен быть приколот к судейской майке на левой стороне груди.

#### Боковой судья.

Боковой судья является помощником рефери. Он занимает позицию напротив рефери сбоку. Принимает участие в установлении стартового положения спортсменов. Жестами оценивает правильность стартовой постановки руки спортсмена, находящегося слева от него (при борьбе правой рукой). После начала поединка приседает на одно колено.

Боковой судья обязан: дублировать жесты рефери (если согласен с его оценкой); своевременно сообщать рефери о нарушении Правил; в случае ошибки рефери в результате поединка апеллировать к главному судье соревнований.

#### Комендант соревнований.

Комендант соревнований отвечает за подготовку места проведения соревнования. Согласно техническим заданиям главного судьи и главного секретаря он обязан обеспечить:

- радиофикацию места проведения соревнования;
- доставку, установку, армстолов с подставками для ног и порядковыми номерами;
- магнезию и подставку для него;
- столы и стулья для секретариата, врача, судей;
- - весы;
- компьютер, принтер, ксерокс, телефон;
- комнату для судей;
- помещения для проведения мандатной комиссии, взвешивания;
- места для зрителей;
- места для жюри и гостей;
- места для врачей;
- ограждение места проведения соревнования.

#### Технический секретарь.

Технический секретарь ведет протокол поединков. В соответствии с решением рефери фиксирует победу или поражение участников и представляет протокол главному секретарю.

#### Судья-информатор





Судья-информатор объявляет программу и порядок проведения соревнований, сообщает зрителям о ходе борьбы, объявляет результаты каждого поединка, состав очередных пар, поясняет отдельные положения Правил соревнований, дает спортивные характеристики участникам. Вся информация о ходе соревнований и результатах поединков дается только с разрешения главного судьи или его заместителя.

**Врач соревнований.**

Врач несет ответственность за медицинское обслуживание соревнований.

Врач соревнований обязан: проверять в заявках участников наличие визы врача о допуске к соревнованиям и правильность медицинского оформления заявок, индивидуальных справок о допуске к соревнованиям; осуществлять медицинское наблюдение за участниками в ходе соревнований; осматривать спортсменов при взвешивании и в случае необходимости по согласованию с главным судьей и представителем организации, проводящей соревнования, давать письменное заключение о не допуске участников к соревнованиям; оказывать медицинскую помощь в случае травмы или заболевания участника во время соревнований; следить за соблюдением санитарно-гигиенических требований при размещении и питании участников соревнований; предоставлять главному судье отчет (с соответствующими выводами и предложениями) о медико-санитарном обеспечении соревнований, о случаях заболевания и травм участников.

### **VIII. Правила соревнований.**

К участию в поединке спортсмены допускаются только в спортивной одежде и спортивной обуви. Руки до середины плеча и кисти рук должны быть обнажены. Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь обручальные кольца и перстни на пальцах. Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти коротко подстрижены. Бейсбольные кепки должны сниматься или поворачиваться козырьком назад. Допускается использование обуви на утолщенной подошве, высота подошвы не ограничивается. Во рту не должно быть жевательной резинки. На чемпионатах и спартакиадах Кыргызстана каждая команда-участница должна выступать в собственной, единой спортивной форме, отражающей название региона (города), который она представляет. Использовать на одежде и обуви эмблемы и товарные знаки коммерческих фирм и организаций допускается только с разрешения организаторов соревнований.

Время, отведенное для выхода спортсмена на поединок после объявления его фамилии судьей-информатором, не должно превышать 2-х





минут. В противном случае спортсмену будет засчитано поражение.

В стартовой позиции спортсмены должны захватить руки таким образом, чтобы рефери видел суставы больших пальцев и имел возможность контролировать правильность захвата прикосновением к ним своим пальцем. Захват рук должен располагаться над центром стола (в вертикальном положении). Локти могут устанавливаться в любом месте подлокотника, кисть и предплечье должны составлять прямую линию. Свободной рукой спортсмен должен захватить штырь стола. Плечи участников поединка должны быть параллельны краю стола и не выходить за контрольную линию. Каждый участник поединка может при желании упираться одной ногой в ближнюю к себе стойку стола. Можно упираться ногой в дальнюю от себя стойку стола, если это не вызывает возражений соперника. В случае возражений соперника ногу от дальней стойки стола необходимо убрать. Поединок начинается по команде "Внимание! Марш!" ("Ready! Go!") и заканчивается по команде "Стоп!" ("Stop!").

Победа присуждается спортсмену при любом соприкосновении пальцев, кисти или предплечья соперника с валиком, либо при пересечении ими условной горизонтали между верхними краями валиков. В случае срыва захвата или объявления предупреждения участники имеют право на отдых в течение 30 секунд. После первого разрыва захвата руки спортсменов должны увязываться специальным ремнем. Время отдыха спортсменов перед повторным поединком финала не должно превышать 3-х минут.

Нарушения правил соревнований (предупреждение «фол»). К ним относятся:

- невыполнение команд рефери (три раза);
- преждевременный старт (два раза или один раз при судейском захвате);
- отрыв локтя от подлокотника;
- соскальзывание локтя с подлокотника;
- пересечение средней линии стола головой, плечами (два раза);
- касание головой или плечом своего предплечья или захвата рук;
- умышленный разрыв захвата в некритическом для себя положении. (два раза);
- использование положения, которое может повлечь за собой травму собственной руки (два раза);
- провоцирование ситуации, при которой рука соперника может быть повреждена (два раза);
- потеря контакта свободной руки со штырем стола и касание ею другого места стола.

За указанные нарушения правил спортсмену объявляется предупреждение. Спортсмену, получившему два предупреждения,





засчитывается поражение. Если спортсмен нарушает правила в критическом для себя положении, то ему засчитывается поражение. Критическим положением считается отклонение руки спортсмена от вертикали на 45 градусов и больше. Спортсмен не может быть допущен к поединку, если он находится в состоянии алкогольного (наркотического) опьянения. Запрещается пользоваться стимуляторами, наркотиками.

За угрозу, оскорбление или нанесение телесных повреждений члену Судейской коллегии или участнику соревнования спортсмен снимается с соревнований, место ему не определяется, очки команде не начисляются. На Федерацию (спортивную организацию), в составе делегации которой числится спортсмен-нарушитель, налагается штраф.

### **IX. Апелляция.**

Порядок подачи апелляции.

В случае несогласия с результатом поединка, официальный представитель команды должен до начала следующего поединка за данным столом сделать главному судье устное заявление о том, что будет подаваться письменная апелляция. Судьи, обслуживавшие спорный поединок, выводятся на время решения спорной ситуации из судейства. В течение 10 минут с момента устного заявления, официальный представитель команды должен подать в Судейскую коллегию через главного секретаря апелляцию в письменном виде с четким обоснованием причины несогласия с результатом поединка со ссылкой на пункты правил, а также оплатить услуги за рассмотрение апелляции, стоимость которых оговаривается до начала соревнований. В случае удовлетворения апелляции деньги возвращаются.

Порядок рассмотрения апелляции: Главный судья создает своим решением Апелляционную комиссию (жюри) из нейтральных судей в составе председателя и двух членов. Апелляционная комиссия может быть также утверждена до начала соревнования на совещании судей и представителей. В течение 10 минут Апелляционная комиссия должна принять и объявить решение. Во время рассмотрения апелляции, Апелляционной комиссией могут быть использованы (по решению председателя) видео материалы, опрошены представители, спортсмены, судьи. Главный судья не может опрашиваться Апелляционной комиссией. Никто не имеет права вмешиваться в работу Апелляционной комиссии. Решение Апелляционной комиссии является окончательным, изменениям и обжалованию не подлежит. Решению Апелляционной комиссии обязаны подчиниться все: Судейская коллегия, официальные представители команд, спортсмены. Устные заявления и письменные апелляции принимаются только от официальных представителей команд.





## **X. Особенности судейства.**

В случае обоюдного разрыва захвата поединок останавливается, однако спортсмены не наказываются, и поединок возобновляется после увязывания их рук специальным ремнем.

В положении рук, поединок не останавливается и продолжается до касания хотя бы одним пальцем атакуемым спортсменом валика или пересечения условной горизонтали между верхними краями валиков.

## **XI. Оборудование мест соревнований.**

Столы для проведения квалификационных соревнований должны удовлетворять стандартам определенным Всемирной федерацией армспорта и иметь официальный сертификат. При проведении соревнований столы располагаются так, чтобы участники находились боком к зрителям.

Весы для взвешивания участников должны быть исправны, выверены. Вес на них должен фиксироваться с точностью до 50 грамм.

Требования к местам соревнований:

- стол должен освещаться сверху светильниками отраженного или рассеянного света;

- светильники рассеянного света должны иметь защитную сетку;

При проведении соревнований в помещении температура воздуха должна быть не ниже +18С, а влажность - 60%. Вентиляция должна обеспечивать трехкратный обмен воздуха за час.

Обязательным условием для проведения Чемпионатов, Кубков и Международных турниров является наличие ограждения места проведения соревнования, а также присутствие лиц, осуществляющих контроль за соблюдением общественного порядка.

Если поединки проходят на сцене, то расстояние между ограждением и сценой должно быть не менее 2 метров.

Непосредственно в месте проведения соревнования могут находиться: судьи, врач, секретари, спортсмены, вызванные на поединки, а также официальные представители в момент подачи апелляции.

Также для проведения в месте проведения соревнований требуется наличие 2х экранов или мониторов для показа фамилий следующих спортсменов.

В случае несанкционированного проникновения на сцену (площадку) спортсменов, тренеров, официальных представителей на них может быть наложен штраф.

