Правила проведения республиканского конкурса по поддержке спорта и здорового образа жизни «Дотянись до мечты»

- 1. Республиканский конкурс по поддержке спорта и здорового образа жизни «Дотянись до мечты» проводится в соответствии с решением председателя центрального совета республиканского государственно-общественного объединения «Президентский спортивный клуб».
- 2. Организатором Конкурса является республиканское государственнообщественное объединение «Президентский спортивный клуб» при содействии Министерства образования Республики Беларусь.
- 3. Конкурс является открытым и проводится в один этап.
- 4. Цель конкурса популяризация и пропаганда здорового образа жизни.
- 5. Задачи конкурса вовлечение детей в занятия спортом, организация их систематического досуга, создание условий для массовых и индивидуальных форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы путем популяризации физической культуры и массового спорта среди детей и подростков.
- 6. Участники конкурса граждане Республики Беларусь, которые делятся на четыре возрастные группы, раздельно мальчики (юноши, мужчины) и девочки (девушки, женщины):

I возрастная группа – 2013 года рождения и младше;

II возрастная группа – 2005 – 2012 годов рождения;

III возрастная группа – 1963 – 2004 годов рождения;

IV возрастная группа – 1962 года рождения и старше.

- 7. Участники конкурса выполняют упражнение «подтягивание на перекладине». Подтягивание на перекладине выполняется из виса на прямых руках хватом сверху, каждый раз из неподвижного положения (положение виса фиксируется в течение 1-2 с.). Участник, сгибая руки должен подтянуться, разгибая руки опуститься в неподвижный вис без рывков и маховых движений ногами. При подтягивании подбородок у него должен быть выше грифа перекладины. Выполнение упражнения засчитывается в тот момент, когда тело участника вернулось в положение виса.
- 8. Каждый участник с 08.11.2022 г. до 28.02.2023 г. должен опубликовать одно сюжетное видео с выполнением упражнения «подтягивание на перекладине» на максимальное количество повторений в виде поста в своем аккаунте «Instagram».

Обязательные условия Конкурса:

- быть подписанным на аккаунт Президентского спортивного клуба @sportclub.by в социальной сети «Instagram»;
- -в опубликованном посте отметить аккаунт @sportclub.by;
- -поставить хэштэг #дотянисьдомечты2023;
- подписать видео (например: Иванов Иван, 1990 г.р., г.Пинск, 40 подтягиваний).

На время проведения проекта аккаунт участника должен быть открытым.

- 9. Организатор конкурса определяет победителя конкурса посредством подсчёта максимального количества подтягиваний в каждой из четырёх возрастных групп среди мальчиков (юношей, мужчин) и девочек (девушек, женщин) раздельно.
- В случае равного количества подтягиваний у двух и более участников победитель определяется по более ранней дате публикации соответствующего видео.
- 10. Победитель конкурса в каждой возрастной группе награждается ценным призом 1 .

Для получения ценного приза победитель конкурса вправе обратиться к организаторам, с предъявлением документа, удостоверяющего личность.

Для получения ценного приза личная явка победителя обязательна.

Участники, уже однажды победившие в данном проекте, теряют право принимать участие в последующих ежегодных его этапах.

1 - В соответствии с действующим законодательством Республики Беларусь, у лица, ставшего победителем конкурса, по факту получения им приза возникает налоговое обязательство по уплате подоходного налога.