**Заочные соревнования проводятся среди спортсменов следующих возрастных групп:**

Ю/Д 15-16 лет 2008-2009 г.р.

Ю/Д 13-14 лет 2010-2011 г.р.

Ю/Д 11-12 лет 2012-2013 г.р.

Ю/Д 10 лет 2014-2015 г.р.

Соревнования представляют собой сдачу нескольких нормативов один раз в течение одного дня. Исключение – стрельба, которую можно провести в течение трёх дней до или после сдачи норм.

Дата проведения соревнований определяется тренером или представителем спортсмена в течение сентября 2024 года.

Сдача нормативов фиксируется на видео и присылается в оргкомитет соревнований. Видео со спортсменами, которые по итогам одной или всех дисциплин претендуют на призовые места (I-III) просматривается жюри соревнований. Результаты присылаются не позже, чем следующий день после сдачи нормативов.

Принимают нормативы тренеры, учителя физкультуры.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| дата | возраст | дисциплины |
| 1-30  IX.24 | Ю 15-16 | кросс 4 км / бег 100м / подтягивание на перекладине / 10-ной прыжок / стрельба 5Л+5С+5Л+5С |
| Д 15-16 | кросс 3 км / бег 100м / сгибание рук в упоре лёжа/ 10-ной прыжок / стрельба 5Л+5С+5Л+5С |
| Ю 13-14 | кросс 3 км / бег 100м / подтягивание на перекладине / 10-ной прыжок / стрельба 5Л+5Л+5Л |
| Д 13-14 | кросс 2.5 км / бег 100 м / сгибание рук в упоре лёжа/ 10-ной прыжок / стрельба 5Л+5Л+5Л |
| Ю 11-12 | кросс 2 км / бег 60м / подтягивание на перекладине / 10-ной прыжок / стрельба c упора 5Л+5Л+5Л |
| Д 11-12 | кросс 2 км / бег 60 м / сгибание рук в упоре лёжа/ 10-ной прыжок / стрельба с упора 5Л+5Л+5Л |
| Ю 9-10 | кросс 1 км / бег 60м / подтягивание на перекладине / 3-ной прыжок / стрельба c упора 5Л+5Л |
| Д 9-10 | кросс 1 км / бег 60 м / сгибание рук в упоре лёжа/ 3-ной прыжок / стрельба с упора 5Л+5Л |

Соревнования по биатлону проводятся с применением пневматического оружия. Но в ОФП-соревнованиях возможно использовать и малокалиберную винтовку со стрельбой на 50 м.