

Программа
Чемпионата и первенства
Приволжского федерального округа
по фитнес-аэробике,
Соревнований ФФАР по фитнес - аэробике

5-8 марта 2026 г.

г. Чебоксары, Многофункциональный спортивный комплекс БУ ДО «СШОР № 8 им.
 Е.Николаевой»
 ул. Коллективная зд.3

5 марта (четверг)

	Прибытие спортивных команд. Размещение. Весь день
15.30-18.00	ВОРКШОП
18.00-20.00 Регистрация спортивных команд – холл 1 этаж	Чемпионат и Первенство ПФО Соревнования ФФАР все фитнес дисциплины

6 марта (пятница)

г. Чебоксары, Многофункциональный спортивный комплекс БУ ДО «СШОР № 8 им. Е.Николаевой», ул.
 Коллективная зд.3

8.00-10.00	Регистрация спортивных команд – холл 1 этаж	Чемпионат и Первенство ПФО Соревнования ФФАР Все фитнес дисциплины
8.00-8.30	Судейский брифинг	Судьи Первенство ПФО. Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет. Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет Хип-хоп - 12-18 лет
8.00-8.20	Опробование площадки	Первенство ПФО. Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет. Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет Хип-хоп - 12-18 лет
08.30-09.10	Судейский брифинг	Чемпионат ПФО. Хип-хоп. хип-хоп - большая группа, Соревнования ФФАР Хип-хоп - дуэт, хип-хоп - малая группа
08.30-09.00	Полуфинальный тур Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет.	Первенство ПФО. Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет.

09.00-09.20	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет Хип-хоп Юниоры и юниорки 12-18 лет	Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет Хип-хоп Юниоры и юниорки 12-18 лет
09.20-09.30	Опробование площадки	Чемпионат ПФО. Хип-хоп. Мужчины и женщины 16 лет и старше, Хип-хоп - большая группа. Мужчины и женщины 16 лет и старше. Соревнования ФФАР Хип-хоп - дуэт, хип-хоп - малая группа.
09.20-10.00	Судейский брифинг	Судьи Первенство ПФО. Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет. Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет Хип-хоп - большая группа 12-18 лет
09.30-09.45	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР	Соревнования ФФАР Хип-хоп - дуэт Хип-хоп - малая группа
09.45-10.15	Полуфинальный тур Мужчины и женщины 16 лет и старше, Мужчины и женщины 16 лет и старше.	Чемпионат ПФО. Хип-хоп. Мужчины и женщины 16 лет и старше Хип-хоп - большая группа. Мужчины и женщины 16 лет и старше.
10.15-10.40	Судейский брифинг	Судьи Чемпионат ПФО. Хип-хоп. Мужчины и женщины 16 лет и старше Хип-хоп - большая группа. Мужчины и женщины 16 лет и старше. Соревнования ФФАР Хип-хоп - дуэт Хип-хоп - малая группа
10.15-10.45	Финальный тур Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет.	Первенство ПФО Юноши и девушки 7-13 лет; Юниоры и юниорки 12-18 лет.
10.45-11.15	Финальный тур Соревнования ФФАР	Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет. Хип-хоп - большая группа 12-18 лет Хип-хоп - дуэт Хип-хоп - малая группа
11.15-11.45	Финальный тур Мужчины и женщины 16 лет и старше, Мужчины и женщины 16 лет и старше.	Чемпионат ПФО Хип-хоп. Мужчины и женщины 16 лет и старше Хип-хоп - большая группа. Мужчины и женщины 16 лет и старше.
10.45-11. 45	Судейский брифинг	Судьи Первенство ПФО. степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
11.45-12.00	Опробование площадки Мальчики/девочки 7-9 лет Юноши, девушки -10-13 лет	Первенство ПФО. степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
12.00-12.25	Полуфинальный тур Мальчики/девочки 7-9 лет	Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)

12.25-13.05	Судейский брифинг	Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
12.25-13.05	Отборочный тур Юноши, девушки -10-13 лет	Первенство ПФО степ-аэробика
13.05-13.30	Финальный тур Мальчики/девочки 7-9 лет	Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
13.00-13.55	Судейский брифинг	Судьи Первенство ПФО. степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
13.05-13.45	Опробование площадки Юноши, девушки -10-13 лет Юниоры, юниорки 14-17 лет	Первенство ПФО степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)
14.00-14.40	Открытие чемпионата и первенства Приволжского федерального округа ПАРАД	Обязательное присутствие всех команд дисциплины хип-хоп, фитнес дисциплины и соревнований ФФАР (хип-хоп дисциплины)
	Награждение	Чемпионат и Первенство ПФО. Соревнования ФФАР Хип-хоп. Хип-хоп – большая группа. Соревнования ФФАР Хип-хоп - большая группа 7-13 лет. Хип-хоп - 12-18 лет Хип-хоп - дуэт Хип-хоп - малая группа Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек) Мальчики/девочки 7-9 лет
14.40-15.40	ФИДБЭК ДЛЯ ХИП-ХОП ДИСЦИПЛИН	
14.40-16.00	Полуфинальный тур Юноши, девушки -10-13 лет	Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
16.00-16.20	Судейский брифинг	Первенство ПФО степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
15.00-16.00	Судейский брифинг	Чемпионат ПФО.
16.00-16.20	Опробование площадки Мужчины/женщины 18 лет и старше	Чемпионат ПФО. степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
16.20-17.30	Полуфинальный тур Юниоры, юниорки 14-17 лет	Первенство ПФО степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)
17.30-18.15	Полуфинальный тур Мужчины/женщины 18 лет и старше	Чемпионат ПФО. степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)

17.30-18.15	Судейский брифинг	Первенство ПФО степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)
18.15-19.15	Судейский брифинг	Чемпионат ПФО. степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)
18.15-20.15	Финальный тур Юноши, девушки -10-13 лет Юниоры, юниорки 14-17 лет	Первенство ПФО. степ-аэробика, аэробика, аэробика (5 человек)
20.15-21.00	Финальный тур Мужчины/женщины 18 лет и старше	Чемпионат и первенство ПФО. степ-аэробика аэробика аэробика (5 человек)
21.00-21.40	Награждение	Чемпионат и первенство ПФО.
18.00-20.00	Регистрация спортивных команд – холл 1 этаж	Соревнования ФФАР аэробика (5 человек) танцевальная аэробика аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт степ-аэробика степ-малая группа степ-дуэт силовая аэробика – соло фитнес мастер
21.40-22.00	ФИДБЭК	

7 марта (суббота)

г. Чебоксары, Многофункциональный спортивный комплекс БУ ДО «СШОР № 8 им. Е.Николаевой», ул. Коллективная зд.3

8.00-9.00	Регистрация команд – холл 1 этажа	Соревнования ФФАР аэробика (5 человек) танцевальная аэробика аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт степ-аэробика степ-малая группа степ-дуэт силовая аэробика – соло фитнес мастер
8.00-8.30	Судейский брифинг	Судьи Соревнования ФФАР
	Все судейские брифинги проводятся после полуфинальных туров	

8.15 – 9.00	Опробование площадки	Соревнования ФФАР аэробика (5 человек) танцевальная аэробика аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт степ-аэробика степ-малая группа степ-дуэт
9.00 – 10.00	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-9 лет Юноши/девушки -10-12 лет	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло
10.00 – 10.15	Финальный тур Соревнования ФФАР Дети 5-8 лет	Соревнования ФФАР танцевальная аэробика степ-аэробика - большая группа
10.15 – 10.35	Финальный тур Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-9 лет	Соревнования ФФАР аэробика (5 человек) степ-малая группа силовая аэробика – дуэт силовая аэробика – малая группа
10.35 – 11.20	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-13 лет Мальчики/девочки 7-9 лет	Соревнования ФФАР танцевальная аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт
11.20 – 11.35	Судейский брифинг	
11.20 – 11.35	Награждение Соревнования ФФАР Дети 5-8 лет Мальчики/девочки 7-9 лет	Соревнования ФФАР танцевальная аэробика степ-аэробика – большая группа аэробика (5 человек) степ-малая группа силовая аэробика – дуэт силовая аэробика – малая группа
11.35 – 12.15	Финальный тур Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-9 лет Юноши/девушки -10-12 лет	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло
12.15 – 13.00	Финальный тур Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-13 лет Мальчики/девочки 7-9 лет	Соревнования ФФАР танцевальная аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт
13.00 – 13.30	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Юниоры, юниорки 13-15 лет	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло

13.30 – 13.50	Финальный тур Соревнования ФФАР Юноши/девушки -10-13 лет	Соревнования ФФАР степ-аэробика степ-дуэт аэробика (5 человек)
13.50 – 14.25	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Юноши/девушки -10-13 лет	Соревнования ФФАР аэробика степ-малая группа
14.25 – 14.45	Судейский брифинг	
14.25 – 14.45	Награждение Соревнования ФФАР Мальчики/девочки 7-13 лет Мальчики/девочки 7-9 лет Юноши/девушки -10-12 лет	Соревнования ФФАР танцевальная аэробика степ-аэробика - большая группа степ-дуэт степ-аэробика аэробика (5 человек) Силовая аэробика – соло
14.45 – 15.00	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Юноши/девушки -10-12 лет	Соревнования ФФАР силовая аэробика – малая группа
15.00 – 15.25	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Молодежь 16 -18	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло
15.25 – 15.45	Финальный тур Соревнования ФФАР Юниоры, юниорки 13-15 лет	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло
15.45 – 16.20	Финальный тур Соревнования ФФАР Юноши/девушки -10-13 лет	Соревнования ФФАР аэробика степ-малая группа
16.20 – 16.40	Полуфинальный тур Соревнования ФФАР Юниоры, юниорки 14-17 лет	Соревнования ФФАР степ-дуэт степ-малая группа
16.40 – 16.55	Финальный тур Соревнования ФФАР Юниоры, юниорки 14-17 лет	Соревнования ФФАР аэробика (5 человек) аэробика
16.55 – 17.00	Финальный тур Соревнования ФФАР Молодежь 16 -18	Соревнования ФФАР силовая аэробика – дуэт
17.00 – 17.40	Финальный тур Соревнования ФФАР Юноши/девушки -10-12 лет Юниоры, юниорки 13-15 лет	Соревнования ФФАР силовая аэробика – дуэт силовая аэробика – малая группа

17.40 – 18.00	Финальный тур Соревнования ФФАР Молодежь 16 -18 Мужчины и женщины 19 -20	Соревнования ФФАР Силовая аэробика – соло
18.00 – 18.15	Финальный тур Соревнования ФФАР	Соревнования ФФАР фитнес мастер танцевальная аэробика аэробика
18.00 – 18.45	Награждение ЗАКРЫТИЕ СОРЕВНОВАНИЙ	
18.45	ФИДБЭК	

Внимание! В программе возможны изменения!!!