



Федерация
фитнес-аэробики
России

**ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ЧЕМПИОНАТ И ПЕРВЕНСТВО ЦФО, ФЕСТИВАЛЬ ФФАР
ПО ФИТНЕС-АЭРОБИКЕ**

16-19 марта 2026 г

Московская область, город Раменское, ул.Махова дом 18/1, многофункциональный
спортивно-физкультурный комплекс «Борисоглебский»

16 марта, понедельник		
Приезд команд		
Регистрация команд с 18.00 до 20.00		
17 марта, вторник		
08.00-11.00	Регистрация	Чемпионат и Первенство фитнес-дисциплины
10.00 – 11.00	Судейский брифинг	Чемпионат и Первенство фитнес-дисциплины, фестиваль Аэробика, Аэробика (5 чел), Степ-аэробика
10.00 – 10.45	Опробование площадки	Чемпионат и Первенство фитнес-дисциплины
11.00 – 12.00	Полуфинальный тур Чемпионат и Первенство	Аэробика 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
12.00 – 13.00	Полуфинальный тур Чемпионат и Первенство	Аэробика (5 чел.) 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
13.00 – 14.00	Полуфинальный тур Чемпионат и Первенство	Степ-аэробика 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
14.00 – 14.30	Торжественное открытие	
14.30 – 15.30	Опробование фестиваль	Аэробика, Аэробика (5 чел.), Степ-аэробика
14.30 – 15.30	Судейский брифинг	Чемпионат и Первенство фитнес-дисциплины
15.30- 16.30	Финальный тур Чемпионат и Первенство, награждение	Аэробика 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
16.30 – 17.30	Финальный тур Чемпионат и Первенство, награждение	Аэробика (5 чел.) 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
17.30 – 18.30	Финальный тур Чемпионат и Первенство, награждение	Степ-аэробика 7-9 лет, 10-13 лет, 14-17 лет, 18+
18.30 – 19.00	Финальный тур Фестиваль награждение	Аэробика 7-9 лет, 10-13 лет, Аэробика (5 чел.) 10-13, 14-17 лет, Степ-аэробика 7-9 лет, 10-13 лет
19.00 – 19.30	Регистрация	Фестиваль Силовая аэробика, Степ БГ, Танцевальная аэробика БГ, Хип-хоп
19.00 – 19.30	Фидбек для тренеров	
18 марта, среда		
08.00- 10.00	Регистрация	Фестиваль Силовая аэробика, Степ БГ, Танцевальная аэробика БГ, Хип-хоп
09.00 – 10.00	Опробование площадки	Танцевальная аэробика – БГ все возрастные группы, Степ-аэробика БГ все возрастные группы, Степ-МГ, Степ- дуэт, Силовая аэробика соло, дуэт, МГ
09.30 – 10.00	Судейский брифинг	Фестиваль фитнес-дисциплины
10.00 – 10.30	Финальный тур Фестиваль	Танцевальная аэробика - БГ 5-8 лет, ,7-13 лет, 14+

10.30 – 11.00	Финальный тур Фестиваль	Степ-аэробика БГ 5-8 лет, ,7-13 лет, 14+
11.00 – 11.30	Финальный тур Фестиваль	Степ-аэробика МГ, Степ-аэробика дуэт
11.30 – 13.00	Полуфинальный тур	Силовая аэробика соло
13.00 – 13.30	Финальный тур Фестиваль	Силовая аэробика МГ, Силовая аэробика – дуэт, соло
13.30 – 14.00	Фестиваль награждение	Фитнес-дисциплины
13.00 – 14.30	Регистрация хип-хоп. Чемпионат, Первенство, Фестиваль	Хип-хоп дисциплины: Чемпионат, Первенство, Фестиваль
14.30 – 15.30	Опробование	Чемпионат и Первенство хип-хоп дисциплины, Фестиваль
14.30 – 15.30	Судейский брифинг	Чемпионат и Первенство, Фестиваль хип-хоп
15.30 – 16.30	Полуфинальный тур Чемпионат и Первенство	Хип-хоп 7-13 лет, 12-18 лет, 16+ Хип-хоп – БГ 16+
16.30 – 17.15	Судейский брифинг	Чемпионат и Первенство хип-хоп
17.15 – 18.15	Финальный тур Чемпионат и Первенство	Хип-хоп 7-13 лет, 12-18 лет, 16+
18.15 – 19.00	Финальный тур Фестиваль	Хип-хоп 7-13 лет
		Хип-хоп – БГ7-13 лет, 12-18 лет,
		Дуэты
19.00 – 19.30	Торжественное закрытие. Награждение хип-хоп дисциплины. Чемпионат, Первенство, Фестиваль	
19.30 – 20.00	Фидбек для тренеров	

ВНИМАНИЕ!!! В программе могут произойти изменения!