

Программа
X Спартакиады национально-культурных объединений
и землячеств города Москвы

10:30 - Церемония открытия X Спартакиады: построение команд на парад, выступление официальных лиц.

11:00 - начало соревнований по всем видам спортивных дисциплин.

Соревнования по видам спорта Спартакиады:

- **стритбол** (мужские команды): команда 6 человек, игровой состав на поле 3 человека;
- **волейбол** (мужские команды): команда 8 человек, игровой состав 6 человек, в состав команды могут быть включены женщины, также не более 2 «легионеров»;
- **гиревой спорт** (весовые категории до 70 кг, до 80 кг, свыше 80 кг): в каждой весовой категории могут принимать по 3 спортсмена;
- **армрестлинг** (мужчины, весовые категории до 70 кг, до 80 кг и свыше 80 кг): число участников менее или равно 8 (2 подгруппы по 4 человека);
- **мас-рестлинг** (мужчины, весовые категории до 70 кг, до 80 кг и свыше 80 кг): в каждой весовой категории могут участвовать 3 спортсмена;
- **настольный теннис** (женщины): по 1 спортсмену на соревновании;
- **настольный теннис** (мужчины) по 1 спортсмену на соревновании;
- **стрельба из лука** (мастер класс);
- **традиционные виды борьбы народов России** (не менее 3 видов борьбы) (весовые категории до 70 кг, до 80 кг, свыше 80 кг): борьба на поясах, борьба народов Сибири и Дальнего Востока (по правилам бурятской борьбы бухэ барилдаан) и др - по 2 борца на каждый вид борьбы;
- **футбол (мини-футбол)** (мужские команды): команда 8 человек, Состав команды на поле – 5 человек (4+1);
- **мини-волейбол** (мужчины, женщины): команда 6 человек: 4 человека основного состава и 2 запасных игрока;
- **шахматы** (мужчины): могут принимать участие по 2 спортсмена;
- **шахматы** (женщины): могут принимать участие по 2 спортсмена;
- **нарды** (мужчины): могут принимать участие по 2 спортсмена;
- **нарды** (женщины): могут принимать участие по 2 спортсмена.

13:30 - 15:30 – обед для участников соревнований (по графику - по видам спорта).

15:30 - 17: 30 - завершение соревнований, подведение итогов.

17:30 - 18:15 – концертная программа.

18:15 – церемония награждения и закрытия X Спартакиады.

18:45 - окончание мероприятия.