

Оборудование и инвентарь для мест тренировки и соревнований по боксу

К помещениям для проведения международных и всероссийских соревнований, а также тренировок, предъявляется ряд серьезных требований. Так, существуют определенные стандартные размеры ринга, помоста, утвержденные международной и Всероссийской Федерациями бокса.

При проектировании помещений и залов для бокса необходимо учитывать, что по требованиям Международной Федерации бокса ринг представляет собой площадку квадратной формы с размерами сторон от 4,9 м (16 футов) до 6,1 м (20 футов), ограниченную 3 или 4 канатами.

Размеры ринга по правилам, утвержденным Федерацией бокса РФ, должны быть 6 х 6 м., а его стороны — иметь размер от 6,5 м (18 футов) до 7,3 м (24 футов).

Если ринг ограничен тремя канатами, они крепятся к угловым столбам на высоте (от пола) 40, 80 и 130 см, а если 4 канатами — они крепятся на высоте 40,4 см, 71,1 см, 101,6 см, 121 см.

Типичным примером боксерского тренировочного ринга является ринг без помоста (напольный) с боевой зоной 5х5 м. В этом случае, столбы угловые выполняются отдельностоящими, с креплением к полу с помощью стаканов или саморезов, настил - ПВХ плотностью 180-200 кг/куб.м., укладывается непосредственно на пол и накрывается покрытием из сварного армированного ПВХ. Натяжение 3 или 4 ряда канатов осуществляется с помощью цепно-механической системы натяжения. Чехлы на канаты и угловые подушки выполняются из того же ПВХ материала.

Толщина канатов может быть от 3 до 5 см. Они покрываются мягким и гладким материалом и с каждой стороны соединяются между собой двумя лентами шириной 3 — 4 см, которые не должны скользить по канатам.

Профессиональный ринг устанавливается на помосте на высоте от земли 91—122 см. Размеры помоста должны быть такими, чтобы его края выступали за линию канатов не менее, чем на 50 см. По Правилам РФ помост необходим по габаритам не менее, чем 8 х 8 м. Пол помоста покрывается войлоком, фетром, резиной или др. аналогичным материалом толщиной от 1,3 до 1,9 см. Толщина покрытия помоста должна быть не менее 4 см.

Поверх покрытия натягивается специальный прочный брезент. По углам ринга (от верхнего до нижнего каната) крепятся мягкие валики толщиной 5, шириной 20 см.

Валик ближнего, левого угла, обтягивается чехлом красного цвета, валик противоположного по диагонали угла, обтягивается чехлом синего цвета.

Валики остальных двух углов обтягиваются чехлами белого цвета. Растяжки, соединяющие канаты ринга с угловыми столбами, должны быть покрыты мягким материалом.

С трех сторон помоста, у красного, синего и одного белого углов, устанавливаются ступенчатые лестницы для участников, их секундантов, рефери и врача.

В двух нейтральных углах с внешней стороны ринга крепятся два небольших пластмассовых пакета, в которые рефери может бросить тампоны и салфетки, использованные им для остановки кровотечения у боксеров. При проведении соревнований в закрытом помещении, расстояние от стен или других предметов до канатов профессионального ринга должно быть не менее 2 метров.

При проектировании помещений для проведения соревнований по боксу важно учитывать тот факт, что места для зрителей должны располагаться не ближе 3 метров от канатов. Степень освещенности ринга должна быть не менее 1000 люксов. Освещение должно быть только верхним. Боковое — не допускается.

Необходимо учитывать и специфику оснащения боксерского ринга.

Оборудование для бокса подразделяется на две категории

Первая предназначена непосредственно для тренировок спортсменов и проведения соревнований по боксу и включает в себя различные виды рингов – тренировочные и соревновательные.

Вторая объединяет в себе вспомогательное оборудование и инвентарь, используемые в процессе соревнований судьями или необходимое для отображения информации о ходе поединков: табло и судейские гонги.

Основное оборудование включает в себя: два сиденья для секундантов, два поворотных сиденья или две табуретки для боксеров. Возле ринга устанавливаются столы и стулья для судей и жюри. В распоряжении хронометриста должны быть гонг или колокол с молоточком.

При проектировании помещений для тренировок боксеров, размер ринга может быть минимальным: наименьшая высота выступающих конструкций потолка — 3,9 м; длина/ширина — 15/12 м; пропускная способность — 15 человек.

Поскольку в зданиях спортивных корпусов предусматривается помещение для индивидуальной силовой подготовки в залах для бокса и борьбы, размещение тренажеров и другого вспомогательного оборудования для физической подготовки не рекомендуется. В этих случаях размер зала бокса уменьшается до 15/12 м, а пропускная способность — до 14 человек за смену.

Комнаты инструкторского и тренерского составов предусматриваются, как правило, отдельно для мужчин и женщин, но при числе одновременно работающих 5 и менее. Может предусматриваться одна общая комната с размещением в ней 1—2 кабин для переодевания площадью не менее 1 м² каждая.

Обязательное оборудование ринга для проведения международных соревнований:

- два неглубоких подноса с толченой канифолью;
- два сиденья - два вращающихся сиденья, на которых боксеры могут сидеть в перерывах между раундами;
- столы и стулья для судей;

- гонг (с молотком) или колокол;
- одни (лучше два) секундомера с остановом;
- одна аптечка для первой помощи;
- один микрофон, подключенный к системе громкоговорителей;
- полный комплект судейской машины, соответствующий требованиям АИБА;
- достаточное количество судейских ручных калькуляторов для использования членами жюри (при сбоях работы судейских машин).

Виды боксерского инвентаря

В состав боксерского инвентаря входят специальные приспособления, предназначенные для обучения и тренировки боксеров направленных на совершенствование техники ударов и защитных приемов.

Могут быть фиксированными, качающимися, вращающимися, со сложной траекторией движения, а также снаряды, оборудованные специальными информационными установками.

В состав неподвижных снаряжений входят:

- подушка, прикрепленная к стене;
- манекены;
- настенные силуэты;

Качающиеся и вращающиеся снаряды также имеют подвиды:

- груши насыпные;
- груши пневматические;
- груши подвесные;
- груши на растяжках, вертикальных или горизонтальных пружинах;
- боксерские мешки разного веса и формы с разным наполнением;
- водоналивные манекены (так называемые «Ваньки-встаньки»).

Снаряды со сложным комплексом движений бывают следующими:

- группа снарядов, смонтированных на «карусели»;
- снаряды на продольном тросе;
- снаряды на конструкциях, позволяющих воссоздавать ударные действия с утяжелениями;
- боксерский батут;
- тяжелоатлетический станок;
- боксеры-роботы.

К установкам со срочной информацией относятся боксерские снаряды с смонтированными в них датчиками, позволяющими сиюминутно оценивать определенные показатели, фиксировать различные переменные, касающиеся физической и технической подготовки боксера.