

RAPLA MAAKONNA JA RAPLA SVK 2022.a. JÕUTÕSTMISE MEISTRIVÕISTLUSTE JUHEND

1. EESMÄRK

Edendada jõutõstmist (varustusega) Rapla maakonnas. Selgitada Rapla maakonna tugevamad jõutõstjad.

2. AEG JA KOHT

Võistlused toimuvad 5 november 2022. a. algusega kell 11.00 Märjamaa Spordikeskuses. Võistlejate kaalumine kohapeal ajavahemikus kella 9.00-10.00-ni.

3. JUHTIMINE

Võistluste üldjuhtimist teostab ja viib läbi Rapla Maakonna Spordiliit koos Rapla SVK ja Märjamaa Spordiklubiga.

4. OSAVÕTJAD

- Võistlustest võivad osa võtta kõik Rapla maakonna jõutõste sportlased. Teiste maakondade sportlased, kes kuuluvad mõnda Rapla maakonna klubisse, võistleva ei lasta. Samuti ei saa võistelda Raplamaa sportlased, kes esindavad teiste maakondade klubisid Eesti meistrivõistlustel (ehk esindavad teisi maakondi). Võistlus on ainult Raplamaal elavatele ja Rapla maakonda esindavatele sportlastele.
- Osalema on lubatud alates 14.-st eluaastast (2008. ja varem sündinud).
- NB! Võistelda soovivad alaealised (-18 aastased), peavad esitama kaalumisel lapsevanema poolt allkirjastatud kirjaliku tõendi, millega lapsevanem annab loa oma lapsel võistelda jõutõstmise Rapla Meistrivõistlustel ja on teadlik oma lapse tervislikust seisundist.
- Tervisliku seisundi eest võistlusel vastutab iga tõstja ise.

5. REGISTREERIMINE

NB! Kõik võistlejad peavad olema eelnevalt registreeritud 04.11.2022.a. kella 23.00-ks. Pärast eelregistreerimise lõppu võistlejaid juurde ei registreerita.

Võistleja andmed (nimi, sünnikuupäev, asula, kaaluklass, kontakttelefon) tuleb saata e-mailile kalev64@hotmail.ee. E-maili pealkirjaks panna "Rapla MV jõutõstmises 2022".

5. KEHAKAALUD

-53,0 (noored); - 59,0; - 66,0; - 74,0; - 83,0; - 93,0; - 105,0; - 120,0 ning üle 120,0 kg.
Naised – arvestus IPF[®] i GL punktide järgi

6. AUTASUSTAMINE

Rapla Maakonna Spordiliit autasustab medali ja diplomiga iga kaaluklassi kolme paremat. Kolme parimat noort noormeest ja parimat neidu autasustatakse IPF GL punktide järgi auhindadega. Rapla SVK autasustab paremaid veteranide arvestuses.

7. MAJANDAMINE

Osavõtjate lähetuskulud kannavad neid lähetavad organisatsioonid või võistlejad ise. Osavõtumaksu ei ole.

8. VÕISTLUSMÄÄRUSED

Võistlused viiakse läbi Rahvusvahelise Jõutõsteliidu (IPF) poolt tunnustatud võistlusmääruste alusel.

Võistlejal on kohustuslik kasutada kõigis tõsteviisides trikood (pehmest või liibuvast, venivast riidest) või lühikesi liibuvaid pükse, T-särki, jõutõmbes põlvikuid.

NB! Kõik võistlejad peavad olema valmis dopingukontrolliks!

9. ÜLDISELT

Juhendis märkimata küsimused lahendatakse kohapeal peakohtuniku poolt. Täiendav info Mihkel Laurits +372 53495824