

**Tartumaa noorte ja juunioride 2012.a. lamades surumise
meistrivõistluste
juhend**

Eesmärk:

Selgitada välja 2012.a. noorte (kuni 18.a.) ja juunioride (-23.a.) meistrid

Aeg ja koht:

Võistlus toimub reedel 09.novembril 2012.a. Kõrveküla spordihoones

algusega kell 11.00

kaalumine 9.30 - 10.30

Osavõtjad:

Osa võivad võtta kõik Tartu linna ja maakonna koolide sportlased.

Võisteldakse kahes vanusegrupis: noored - 18.a. (1994.a. ja hiljem sündinud) ja juuniorid -23.a. (1989-1993.a. sündinud).

Tütarlaster selgitatakse parimad kehakaalu Wilksi koefitsendi alusel.

Noormehed võistlevad kehakaaludes: -59, -66, -74, -83, -93, -105, +105 kg

Võistkondlikku arvestusse läheb 4 paremat tulemust punktitali alusel.

Kõik võistlejad vastutavad personaalselt oma tervise eest.

Autasustamine:

Iga kehakaalu 3-me paremat autasustatakse diplomiga. Esikohale meistri-medal.

Parimale koolile karikas Wilksi tabeli alusel.

Üldiselt:

Võisteldakse Rahv. Jõutõsteliidu (IPF) reeglistiku alusel.

NB! Lubatud on kasutada randmesidemeid ning tõstevööd.

Spetsiaalset varustust- surumissärki - kasutada ei tohi!

Võistlejal peab olema T-särk, lühikesed liibuvad püksid (soovituslikult ühes tükis TRIKOO), sportlikud sisejalatsid!

Kõik käesolevas juhendis käsitlemata küsimused lahendab võistluste kohtunikekogu kohapeal.

Läbiviijaks on Kõrveküla Spordihall koostöös Tartumaa Spordiliiduga.