

## Tartumaa 2012.a. klassikalise (varustuseta) JÕUTÕSTMISE MV

### Võistluste juhend

**Eesmärk:** Selgitada 2012. aasta Tartumaa parimad klassikalises jõutõstmises.

**Aeg ja koht:** Võistlused toimuvad laupäeval, **15. detsembril 2012.a.** Kõrveküla spordihoones algusega kell 11.00. Kaalumine ja registreerimine kell 9.00 - 10.30.

**Võistlejate eelregistreerimine:** Kõik võistlejad, kes soovivad võistelda, peavad ennast registreerima [peeppall@hotmail.com](mailto:peeppall@hotmail.com) , ajavahemikul 15.11.- 08.12.2012. Märkida tuleks nimi, sünnikuupäev, võistleja kaalukategooria ning kollektiiv.

**Osavõtjad ja tulemuste arvestamine:** Võistlused on individuaalsed. Võisteldakse ühes, senioride vanusekategorias (võistelda võivad ka noored ja juuniorid). Võistelda võivad Tartumaa elanikud (kes omavad sissekirjutust, õpivad või töötavad Tartumaal). Ülejäänud võistlejad väljaspool arvestust.

Võisteldakse kehakaalukategooriates -59; -66; -74; -83; -93; -105; -120; +120 kg.

Naised võistlevad ühes kategoorias, paremuse selgitamine Wilksi kehakaalu koefitsendi alusel.

Sportlaste jagunemine võistlusgruppidesse vastavalt võistlejate arvule.

**Osavõtumaks:** Tartumaa noortel (1994 ja hiljem sündinud) ja juunioridel (1989 -1993 sündinud) 1 euro ning senioridel (1988 ja varem sündinud) 2 eurot.

Väljaspool arvestust võistlejatele - noortele ja juunioridele 2 eurot ja senioridele 4 eurot. Osalustasu tuleb tasuda kohapeal, kaalumisel.

**Üldiselt:** Võisteldakse Rahvusvahelise Jõutõstmise (IPF), klassikalise jõutõstmise reeglite järgi.

- Lubatud on kasutada põlvesukkasid, randmesidemeid ja tõstevööd
- Kohustuslik on võistlejal kasutada kõigis tõsteviisides trikood (pehmest või liibuvast, venivast riidest); kükis ja surumisel T-särki; jõutõmbes põlvikuid!
- Spetsiaalvarustust: tugisärke, -trikoosid ja põlvesidemeid – kasutada ei tohi!
- Võistlema ei lubata võistlejaid kellel kehtib EJTL keeld
- Kõik käsitlemata küsimused lahendab kohtunikezürri kohapeal
- Võistlejad vastutavad ise oma tervise eest
- Võistlust organiseerib Tartumaa Spordiliit koos Kõrveküla ja TÜ ASK jõutõstmise aktivistidega.