

ATVIRŲ SVARSČIŲ KILNOJIMO VARŽYBŲ LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJOS ĮKŪRĖJO KAZIMIERO PALTAROKO TAUREI LAIMĖTI NUOSTATAI

1. VARŽYBŲ TIKSLAI

- Pagerbti Lietuvos svarsčių kilnojimo federacijos įkūrėją K. Paltaroką;
- Populiarinti netradicines svarsčių kilnojimo varžybas Lietuvoje;
- Išaiškinti stipriausius ir išvermingiausius svarsčių kilnotojus atskirose amžiaus grupėse ir svorio kategorijose;
- Užmegzti ir palaikyti draugiškus ryšius su kitų šalių bei miestų svarsčių kilnotojais.

2. VARŽYBŲ VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

Varžybos vyks: 2020 m kovo 7 d., Pajstrio Juozo Zikaro gimnazijos sporto salėje, Pajstryje, Panevėžio r.

Dalyvių registracija ir svėrimas: 2020-03-07 d. 10:00–11:00 val.

Varžybų pradžia: 12:00 val.

Dalyvių svėrimo metu visi sportininkai privalo pateikti med. pažymą ir dokumentą, įrodantį dalyvio amžių (pasas, asmens tapatybės kortelė arba vairuotojo pažymėjimas).

3. DALYVIAI IR VARŽYBŲ VYKDYMO TVARKA

Varžybos bus vykdomos šiose amžiaus grupėse ir svorio kategorijose:

- Suaugusiųjų (be amžiaus apribojimų) grupė – iki 68 kg, iki 78 kg, iki 95 kg ir virš 95 kg;
- Veteranų (40–49 metų) grupė – iki 95 kg ir virš 95 kg;
- Veteranų (50–59 metų) grupė – iki 85 kg ir virš 85 kg;
- Veteranų (60 metų ir vyresni) grupė – iki 85 kg ir virš 85 kg;
- Moterys (be amžiaus apribojimų) grupė – iki 68 kg ir virš 68 kg.

Suaugusieji ir veteranai (40–49 metų) kelia 24 kg svarsčius, o veteranai (50–59 ir 60 metų ir vyresni) ir moterys kelia 16 kg svarsčius.

Suaugusieji ir veteranai atlieka trikovės veiksmą (ilgas ciklas, stūmimas ir rovimas). Po komandos „startas“ sportininkas 2 min. atlieka ilgo ciklo veiksmą, tuomet nepadėdamas svarsčių ant pakyls 2 min. atlieka stūmimo veiksmą. Po stūmimo veiksmo abu svarsčiai pastatomi ant pakyls ir nedelsiant pradėdamas rovimą, kurio trukmė – 2 min. Ilgo ciklo bei stūmimo rungčių metu svarsčių pastatyti ant žemės negalima, išskyrus tą atvejį, kai svarsčiai ant pakyls pastatomi atlikus stūmimo veiksmą, prieš rovimą. Rovimo metu galima vieną kartą keisti ranką. Padėjus svarsčius ant žemės ar dėl kitų pažeidimų sustabdžius rungčių sportininkui užskaitomas iki tol surinktas rezultatas. Už ilgo ciklo veiksmą skiriami 3 tšk., už stūmimo veiksmą – 2 tšk., o už rovimą veiksmą – 1 tšk.

Moterys atlieka dvikovės veiksmą (vienos rankos ilgas ciklas ir rovimas). Po komandos „startas“ sportininkė 3 min. atlieka vienos rankos ilgo ciklo veiksmą, tuomet likusias 3 min. atlieka rovimą. Abiejų veiksmų metu galima keisti ranką po vieną kartą. Dvikovės metu svarsčio padėti ant žemės negalima. Padėjus svarstį ant žemės ar dėl kitų pažeidimų sustabdžius rungčių sportininkei užskaitomas iki tol surinktas rezultatas. Už vienos rankos ilgo ciklo veiksmą skiriami 2 tšk., o už rovimą veiksmą – 1 tšk.

Kiekvienas veiksmas atliekamas pagal galiojančias LSKF taisykles.

Trikovės ir dvikovės rungčiai skiriamos 6 minutės.

4. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

Nugalėtojai ir prizininkai atskirose amžiaus grupėse bei svorio kategorijose nustatomi pagal trikovės ar dvikovės metu surinktus taškus. Nugali sportininkas surinkęs daugiausiai taškų. Dalyviams surinkus vienodą taškų sumą aukštesnę vietą užima lengvesnis sportininkas.

5. APDOVANOJIMAS

Nugalėtojai ir prizininkai atskirose svorio kategorijose bei amžiaus grupėse apdovanojami medaliais ir diplomais.

K. Paltaroko taurė bus įteikima geriausiaam sportininkui kiekvienoje amžiaus (suaugusiųjų, veteranų ir moterų) grupėje. Geriausias sportininkas bus nustatomas pagal koeficientą (trikovės suma dalijama iš sportininko svorio).

6. KITA SVARBI INFORMACIJA

Komandinės paraiškos varžybų dieną pateikiamos varžybų vyr. teisėjui.

Kelionės, maitinimo, dalyvio mokesčio, nakvynės išlaidas apmoka komandiruojančios organizacijos.

Informacija telefonu +37068613175 (Rolandas Kubilius).

**ŠIE NUOSTATAI YRA OFICIALUS KVIETIMAS Į
VARŽYBAS K. PALTAROKO TAUREI LAIMĖTI**