

LITHUANIAN KETTLEBELL LIFTING FEDERATION LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



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 ištvermingiausius svarsčių kilnotojus atskirose amžiaus grupėse ir svorio kategorijose.

2. VARŽYBŲ VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

Varžybos vyks: 2021 m. kovo 4–21 dienomis.

Varžybos bus vykdomas nuotoliniu būdu. Sportininko vaizdo įrašas (toliau – įrašas) bus peržiūrėtas ir įvertintas, o rezultatas įrašomas į varžybų rezultatų lentelę.

Vaizdo įrašų reikalavimai.

Įrašas turi būti vientisas (nepertraukiamas), vaizdo montažai, efektai ar bet kokie kiti įrašo koregavimai yra draudžiami (išskyrus, kai įrašė yra įmontuotas rungties laikas). Vientiso įrašo metu pirmiausia turi pasisverti pats sportininkas, po to pasverti varžybinį svarstį (įrašė turi aiškiai matytis svarstyklių rodmenys) ir po svėrimo su tuo pačiu svarsčiu sportininkas turi pradėti varžybinį veiksmą. Po svarsčio svėrimo, svarstis negali būti patrauktas iš kameros matymo lauko. Įrašo metu turi matytis visas sportininko kūnas (įskaitant iškeltą svarstį), o įrašas turi būti filmuojamas iš priekio. Vienaime įrašė vienu metu gali matytis ir keli sportininkai, dalyvaujantys čempionate. Įrašo metu prieš kamerą negali vaikščioti dalyvio asistentai ar kiti asmenys ir trukdyti teisėjui vykdyti rungties vertinimą.

Vaizdo įrašų įkėlimas.

Nufilmuotas įrašas turi būti įkeltas į duomenų siuntimo platformą „WeTransfer“ (wetransfer.com) ir per ją išsiųstas adresu andrius.kubilius@svarstis.lt iki kovo 21 d. 24.00 val. (įrašai, atsiųsti po nurodyto laiko nebus vertinami). Įrašą taip pat galima įkelti į „Youtube“, „Facebook“, „Instagram“ ar kitą soc. tinklą, o įrašo nuorodą atsiųsti aukščiau paminėtu el. paštu. Įrašo pavadinime / priedaše turi būti įrašytas sportininko vardas, pavardė, komanda / miestas, gimimo metai ir amžiaus grupė. Sportininkų įrašai bus persiųsti teisėjams, kurie peržiūrėję ir įvertinę, rezultatus įrašys į varžybų rezultatų lentelę (protokolas LSKF internetiniame puslapyje bus paskelbtas iki kovo 28 d.).

Vaizdo įrašų viešinimas.

LITHUANIAN KETTLEBELL LIFTING FEDERATION LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



Sportininkas, atsiųsdamas įrašą sutinka, kad jo įrašas gali būti viešinamas LSKF internetiniuose puslapiuose arba naudojamas LSKF mokomaisiais / sporto šakos populiarinimo tikslais.

3. DALYVIAI IR VARŽYBŲ VYKDYMO TVARKA

Varžybos bus vykdomos šiose amžiaus grupėse ir svorio kategorijose:

- > Jaunių (2003 m. gimimo ir jaunesni) grupė - iki 68 kg ir virš 68 kg;
- > 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;
- > Merginų (2003 m. gimimo ir jaunesnės) grupė – be svorio kategorijų;
- > Moterų (be amžiaus apribojimų) grupė - iki 68 kg ir virš 68 kg.

Visi varžybų dalyviai gali pasirinkti pageidaujamą svarsčių svorį.

Vyrai atlieka trikovės veiksmą (ilgas ciklas, stūmimas ir rovimas). Po komandos „startas“ sportininkas 2 min. atlieka ilgo ciklo veiksmą, tuomet nepadėdamas svarsčių ant pakylės 2 min. atlieka stūmimo veiksmą. Po stūmimo veiksmo abu svarsčiai pastatomi ant pakylės 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 pakylės 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 trikovės veiksmą (vienos rankos ilgas ciklas, vienos rankos stūmimas ir rovimas). Po komandos „startas“ sportininkė 2 min. atlieka vienos rankos ilgo ciklo veiksmą, tuomet nepadėdama svarsčių ant pakylės 2 min. atlieka vienos rankos stūmimo veiksmą ir po stūmimo 2 min. atlieka rovimą. Abiejų veiksmų metu galima keisti ranką po vieną kartą. Trikovės metu svarsčio padėti ant žemės negalima. Padėjus svarstį ant žemės ar dėl kitų pažeidimų sustabdžius rungčių sportininkei užskaitomas iki tol surinktas rezultatas. Už ilgo ciklo veiksmą skiriami 3 tšk., už stūmimo veiksmą - 2 tšk., o už rovimą veiksmą - 1 tšk.

Kiekvienas veiksmas atliekamas pagal galiojančias LSKF taisykles.

Trikovės rungčiai skiriamos 6 minutės.

STARTINIS MOKESTIS

Varžybų startinis mokestis: 10 EUR.

LITHUANIAN KETTLEBELL LIFTING FEDERATION LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



Startinį mokestį į LSKF banko sąskaitą, pavedimo paskirtyje nurodant už kokį sportininką yra mokamas startinis mokestis. Sportininkų įrašai, nesumokėjus startinio mokesčio, nebus vertinami.

LSKF rekvizitai

Lietuvos svarsčių kilnojimo federacija

LT117044060002874495

Pavedimo paskirtis: LSKF Paltaroko varžybų startinis mokestis už Vardenį Pavardenį (įrašomas sportininko (ar kelių) vardas ir pavardė, už kurį (kuriuos) mokamas startinis mokestis).

4. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

Nugalėtojai ir prizininkai nustatomi padauginus faktinį svorsčio svorį iš iškeltų kartų skaičiaus. Nugali sportininkas rungties metu iškėlęs daugiausia kilogramų. Dalyviams surinkus vienodą taškų sumą aukštesnę vietą užima lengvesnis sportininkas.

5. APDOVANOJIMAS

Nugalėtojai ir prizininkai atskirose svorio kategorijose bus apdovanojami medaliais (medaliai bus įteikiami artimiausių varžybų metu arba siunčiami dalyviui, susimokėjus už siuntimo paslaugą) ir e. diplomais (pagal pareikalavimą).

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

ŠIE NUOSTATAI YRA OFICIALUS KVIETIMAS Į VARŽYBAS