

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



X LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJOS ILGO CIKLO ČEMPIONATO NUOSTATAI

1. ČEMPIONATO TIKSLAI

- Išaiškinti stipriausius svarsčių kilnotojus jaunučių, jaunių, jaunimo, suaugusiųjų, veteranų ir kilnotojas mergaičių, merginų ir moterų amžiaus grupėse;
- Populiarinti ilgo ciklo rungtį Lietuvoje;
- Nustatyti komandą nugalėtoją ir prizinininkes komandinėje įskaitoje;
- Užmegzti ir palaikyti draugiškus ryšius su kitų miestų svarsčių kilnotojais.

2. ČEMPIONATO VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

Čempionatas vyks: 2022 m. kovo 5 d. Pajstryje (Panevėžio r.) Pajstrio Juozo Zikaro gimnazijos sporto salėje.

Dalyvių registracija ir svėrimas: 2022 m. kovo 5 d. 09:00–10:00 val.

Varžybų pradžia: 11:00 val.

Dalyvių svėrimo metu visi sportininkai privalo pateikti med. pažymą, būti užsiregistravus į čempionatą išankstinės registracijos metu, komandos vadovas privalo pateikti komandinę paraišką. Būtina pateikti asmens dokumentą įrodantį dalyvio amžių (pasas, asmens tapatybės kortelė arba vairuotojo pažymėjimas).

Būtina išankstinė asmeninė ir komandinė registracija iki kovo 2 d. (imtinai). Registracijos metu būtina nurodyti sportininko:

1. vardą ir pavardę;
2. gimimo metus;
3. atstovaujamą komandą;
4. planuojama(-s) amžiaus grupę(-es) ir svorio kategorija(-s) (kurioje(-se) sportininkas varžysis);
5. keliamo svarsčio svoris.

3. DALYVIAI IR ČEMPIONATO VYKDYMO TVARKA

Čempionatas bus vykdomas šiose amžiaus grupėse:

- Jaunučių (2006 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (2004 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (pradedantieji (iki 18 m.));
- Jaunimo (2000 m. gim. ir jaunesni);
- Suaugusiųjų (be amžiaus apribojimų);
- Suaugusiųjų (pradedantieji (iki 40 m.));
- Veteranų (40–49 metų amžiaus);
- Veteranų (50–59 metų amžiaus);
- Veteranų (60–69 metų amžiaus);
- Veteranų (70 metų amžiaus ir vyresni);

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



- Mergaitės (2004 m. gim. ir jaunesnės);
- Merginos (2000 m. gim. ir jaunesnės);
- Moterys (be amžiaus apribojimų).

Pradedantieji – asmenys, anksčiau nedalyvavę panašaus tipo varžybose / svarsčių kilnojimo varžybose dalyvauja pirmą kartą (neįskaitant nuotolinio tipo svarsčių kilnojimo varžybų).

Jaunučiai, jaunieji, jaunimas, suaugusieji ir veteranai atlieka tradicinį ilgo ciklo veiksmą su dvejais svarsčiais. Mergaitės, merginos ir moterys ilgo ciklo veiksmą atlieka su vienu svarsčiu (ranką galima pakeisti tik vieną kartą). Mergaitėms, merginoms ir moterims atliekant ilgo ciklo rungtį su dvejais svarsčiais galutiniam rezultatui bus taikomas koef. x2.

Po ilgo ciklo veiksmų vyks estafetės rungtis jaunių, jaunimo ir suaugusiųjų amžiaus grupėse.

- ✓ Jaunių komandą sudaro 3 sportininkai (gali dalyvauti ir jaunučiai), kurie iš eilės vienas po kito atlieka ilgo ciklo veiksmą po 3 min. (iš viso 9 min.) su 16 kg svarsčiais (keliant 24 kg svarsčius koef. x2);
- ✓ Jaunimo komandą sudaro 3 sportininkai, kurie iš eilės vienas po kito atlieka ilgo ciklo veiksmą po 3 min. (iš viso 9 min.) su 24 kg svarsčiais (keliant 32 kg svarsčius koef. x2).
- ✓ Suaugusiųjų komandą sudaro 3 sportininkai (gali dalyvauti ir veteranai), kurie iš eilės vienas po kito atlieka ilgo ciklo veiksmą po 3 min. (iš viso 9 min.) su 24 kg svarsčiais (keliant 32 kg svarsčius koef. x2).

Estafetės komanda sudaroma varžybų dieną. Estafetės komandoje gali būti sportininkai iš įvairių komandų, bet iš skirtingų svorio kategorijų.

Pastaba. Asmuo, dalyvaujantis tik estafetės rungtyje privalo svertis bendro svėrimo metu.

Svorio kategorijos atskirose amžiaus grupėse:

Svarsčio svoris:

- | | |
|--|----------------------------|
| ➤ Jaunučių grupė: -53; -58; -63; -68; +68 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Jaunių grupė: -58; -63; -68; -73; -78; +78 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Jaunimo grupė: -68; -78; -85; -95; +95 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Suaugusiųjų grupė: -63; -68; -73; -78; -85; -95; +95 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Veteranų grupės: -85; +85 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Mergaičių grupė: -58; -63; +63 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg |
| ➤ Merginų grupė: -63; +63 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg |
| ➤ Moterų grupė: -68; +68 kg; | 12 kg, 16 kg, 24 kg |

Pradedančiųjų grupėse asmenys galės kelti pasirinktus svarčius (papildomai galima rinktis 4 kg ir 8 kg svarsčius). Taškai bus skaičiuojami pagal taškų lentelę (į komandinę įskaita taškai nebus skaičiuojami), o grupėje sportininkai varžysis be svorio kat. (bus viena – absoliuti kat.).

Ilgos ciklo rungties atlikimui skiriama 10 minučių.

LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



Ilgo ciklo taškai skaičiuojami pagal šią lentelę:

Svarstis	4 kg	8 kg	12 kg	16 kg	24 kg	32 kg
Taškai	0.25	0.5	0.75	1	2	4

Kiekvienas dalyvis turės galimybę dalyvauti **vienoje aukštesnėje** amžiaus grupėje savo svorio kategorijoje. Sportininkas kels savo grupei numatytą svarstį, o jo rezultatas aukštesnėje amžiaus grupėje bus skaičiuojamas pagal ilgo ciklo taškų lentelę. Sportininkas, už dalyvavimą aukštesnėje amžiaus grupėje turės susimokėti 5 EUR mokestį.

STARTINIS MOKESTIS

- Jaunučiai – 10 EUR
- Jauniai – 10 EUR
- Jaunimas – 10 EUR
- Suaugusieji – 10 EUR
- Veteranai – 10 EUR
- Mergaitės, merginos ir moterys – 10 EUR
- Estafetė – 10 EUR (nuo komandos)

Pastaba

- Dalyviai, užsiregistravę po kovo 2 d. privalės mokėti dvigubą startinį mokestį.

4. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

Nugalėtojai ir prizininkai atskirose svorio kategorijose bei amžiaus grupėse nustatomi pagal ilgo ciklo rungtyje surinktus taškus. Nugali sportininkas surinkęs daugiausiai taškų. Estafetės rungtyje nugali komanda surinkusi daugiausiai taškų.

Komanda nugalėtoja ir prizininkės nustatomos pagal 8 vaikinų ir 2 merginų geriausių rezultatus (neatsižvelgiant kokiose amžiaus grupėse dalyvauja sportininkai).

Komandinėje įskaitoje dalyvauja tik komandinę paraišką pateikusios komandos.

Taškai skiriami:

Užimta vieta	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
Taškai komandai	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

5. APDOVANOJIMAS

Komanda nugalėtoja ir komandos prizininkės apdovanojamos prizinėmis taurėmis. Nugalėtojai ir prizininkai atskirose amžiaus grupėse bei svorio kategorijose apdovanojami medaliais ir diplomais.

Estafetės rungties komanda nugalėtoja bei komandos prizininkės apdovanojamos taurėmis ir medaliais.

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



6. PARAIŠKŲ PATEIKIMAS

Išankstinės registracijos metu (iki kovo 2 d. (imtinai)) paraiškos (pagal 2 punkte pateiktus reikalavimus) siunčiamos el. paštu andrius.kubilius@svarstis.lt arba užpildoma asmeninė registracijos forma www.svarstis.lt puslapyje.

Komandinės paraiškos varžybų dieną pateikiamos varžybų vyr. teisėjui.

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

Informacija telefonu +37068613175 (Rolandas Kubilius).

Pastaba. Federacijos prezidiumas pasilieka teisę varžybų dieną keisti čempionato nuostatus.

ŠIE NUOSTATAI YRA OFICIALUS KVIETIMAS Į ILGO CIKLO ČEMPIONATĄ