

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



XI LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJOS ILGO CIKLO ČEMPIONATO NUOSTATAI

1. ČEMPIONATO TIKSLAI

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

2. ČEMPIONATO VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

Čempionatas vyks: 2023 m. vasario 25 d. Birutės g. 48, Trakai, Trakų Vytauto Didžiojo gimnazijoje.

Dalyvių registracija ir svėrimas: 2023 m. vasario 25 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 vasario 22 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 (2007 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (2005 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 (2005 m. gim. ir jaunesnės);
- Merginos (2000 m. gim. ir jaunesnės);
- Moterys (be amžiaus apribojimų);
- Moterys (pradedančiosios (be amžiaus apribojimų)).

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

Pradedantieji, jaunučiai, jauniausi, jaunimas, suaugusieji ir veteranai atlieka tradicinį ilgo ciklo veiksmą su dvejais svarsčiais.

Pradedančiosios, mergaitės, merginos ir moterys ilgo ciklo veiksmą atlieka su vienu svarsčiu (ranką galima pakeisti tik vieną kartą). 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; | 8 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 grupė: -85; +85 kg; | 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg |
| ➤ Mergaičių grupė: -58; -63; +63 kg; | 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg |
| ➤ Merginų grupė: -63; +68 kg; | 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg |
| ➤ Moterų grupė: -68; +68 kg; | 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg |

Pradedančiųjų grupėse asmenys galės kelti pasirinktus svarčius (tik pradedantieji 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.).

LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



Pastaba. Pradedančiųjų grupėse gali dalyvauti tik tie asmenys, kurie anksčiau nėra dalyvavę LSKF organizuojamose (neįskaitant nuotolinio tipo svarsčių kilnojimo varžybų) svarsčių kilnojimo varžybose (pradedančiųjų grupėje asmuo gali dalyvauti ne ilgiau, nei iki einamųjų metų pabaigos).

Ilgos ciklo rungties atlikimui skiriama 10 minučių.

Ilgos 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 (veteranai papildomai gali dalyvauti tik suaugusiųjų amžiaus grupėje). Sportininkas kels svarsčius savo amžiaus grupėje, o surinkta taškų suma bus tiesiog perkelta į papildomą (aukštesnę) amžiaus grupę. Sportininkas, už dalyvavimą aukštesnėje amžiaus grupėje, turės papildomai sumokėti 10 EUR mokesį.

STARTINIS MOKESTIS

- Jaunučiai – 15 EUR
- Jauniai – 15 EUR
- Jaunimas – 15 EUR
- Suaugusieji – 15 EUR
- Veteranai – 15 EUR
- Mergaitės, merginos ir moterys – 15 EUR
- Estafetė – 15 EUR (nuo komandos)
- Pradedantieji – 5 EUR

Pastaba

- Dalyviai, užsiregistravę po vasario 22 d. privalės mokėti dvigubą startinį mokesį.

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 vaikinių ir 2 merginų geriausių rezultatus (neatsižvelgiant kokiose amžiaus grupėse dalyvauja sportininkai).

Komandinėje įskaitoje dalyvauja tik komandinę paraišką pateikusios komandos.

LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



Taškai skiriami:

Sportininko užimta vieta	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	...	XIX
Taškai komandai	20	18	16	15	14	13	12	11	...	0

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.

6. PARAIŠKŲ PATEIKIMAS

Išankstinės registracijos metu (iki vasario 22 d. (imtinai)) paraiškos (pagal 2 punkte pateiktus reikalavimus) siunčiamos el. paštu andrius.kubilius@svarstis.lt arba užpildoma asmeninė registracijos forma www.svarstis.lt puslapyje.

Dalyviai, užsiregistravę po laiko arba varžybų dieną turės sumokėti dvigubą startinį mokestį.

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