

**ATVIROS LIETUVOS KARIUOMENĖS 12 MIN. SVARSČIO ROVIMO VARŽYBOS
„LIETUVOS KARIUOMENĖS TAURĖ“**

NUOSTATAI

1. Tikslai ir uždaviniai

- Populiarinti svarsčių kilnojimo sportą Lietuvos kariuomenėje.
- Stiprinti draugystę tarp šalių ir skatinti konkurenciją.
- Išsiaiškinti stipriausius sportininkus skirtinguose daliniuose.

2. Vieta ir laikas

- Data: **2025 m. lapkričio 28 d.**
- Vieta: **Bastilijos sporto centras, Gaurės g. 27a, Tauragė, LT-72329**
- Varžybų pradžia: **11:00**
- Svorio kontrolė: **09:00–10:30** (2025-11-28)
- Komandų vadovų pasitarimas: **10:30–10:45**

3. Varžybų organizavimas

Varžybas organizuoja **Lietuvos kariuomenės sporto klubas** bendradarbiaudamas su **Lietuvos svarsčių kilnojimo federacija** ir **svarsčių kilnojimo sporto klubu „Bastilija“**.

- Vyriausiasis teisėjas: **Julius Optas** (tel. +37068190417)
- Vyriausiasis sekretorius: **Justas Optas** (tel. +37065558810)

4. Varžybų taisyklės

- Varžybos vyksta **rovimo rungtyje**, kontrolinis laikas – **12 minučių**.
- Leidžiama keisti rankas neribotą kiekį kartų, tačiau svarsčio negalima padėti ant žemės.
- Sportininkai, rungties metu, privalo vilkėti uniformines kelnes, marškinėlius trumpomis rankovėmis ir lauko uniformos batus.

5. Varžybų eiga

- Viena rungtis – **rovimas** (12 min).
- Neribotas rankų keitimas, svarstis negali liesti grindų.

6. Dalyviai

- Dalyviai varžosi **individualiai**.
- Pagal Lietuvos sporto įstatymą, už savo sveikatą atsako patys sportininkai, už dalyvius – komandų vadovai ar treneriai.

1 grupė: Vyrai (atvira amžiaus grupė)

Svorio kategorijos: –63 kg, –68 kg, –73 kg, –78 kg, –85 kg, –95 kg, –105 kg, +105 kg
Svarstis: **24/16 kg**

2 grupė: Vyrai veteranai (40–49 m.)

Svorio kategorijos: –85 kg, –95 kg, +95 kg
Svarstis: **24/16 kg**

3 grupė: Vyrai veteranai (50–59 m.)

Svorio kategorijos: –85 kg, –95 kg, +95 kg
Svarstis: **24/16 kg**

4 grupė: Moterys (atvira amžiaus grupė)

Svorio kategorijos: –58 kg, –63 kg, –68 kg, +68 kg
Svarstis: **16/12 kg**

5 grupė: Moterys veteranės (nuo 35 m.)

Absoliuti svorio kategorija
Svarstis: **12/8 kg**

6 grupė: Parolimpiečiai

Be amžiaus ir svorio kategorijų

7. Rezultatų vertinimas

- Nugalėtojas nustatomas pagal atliktų pakėlimų skaičių savo grupėje, svorio ir lyties kategorijoje.
- Taškų sistema:
 - **Vyrai:** 24 kg – 2 taškai, 16 kg – 1 taškas
 - **Moterys:** 16 kg – 2 taškai, 12 kg – 1 taškas
 - **Moterys veteranės:** 12 kg – 2 taškai, 8 kg – 1 taškas
- Komandos sudėtis: iki **10 sportininkų**.

Komandinių vietų taškai

Vieta	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVIII
Taškai	20	18	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

8. Apdovanojimai

- **Individualiai:** visų grupių ir svorio kategorijų 1–3 vietų laimėtojai apdovanojami medaliais.
- **Komandos:** 1–3 vietų laimėtojai apdovanojami taurėmis.

9. Paraiškos

- Registracijos terminas: **2025 m. lapkričio 27 d.**
- Paraiškas siųsti el. paštu: **justasoptas@gmail.com**
- Paraiška turi būti užpildyta pagal priede pateiktą pavyzdį. Privaloma užpildyti visus paraiškos laukus.

Šie nuostatai yra kvietimas į varžybas.

PARAIŠKA

Dalyvauti 12 min. svarsčio rovimu varžybose „Lietuvos kariuomenės taurė“

Komandos pavadinimas: _____

Nr.	Vardas, Pavardė	Gimimo metai	Grupė	Svorio kategorija	Pastabos
1.	Svarstis Giriūnas	1993	1	+95	
2.					
3.					
4.					
5.					

Komandos vadovas / treneris: _____
(Parašas, vardas, pavardė)