

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



XXVIII LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJOS STŪMIMO RUNGTIES ČEMPIONATO NUOSTATAI

1. ČEMPIONATO TIKSLAI

1. Populiarinti svarsčių kilnojimo sportą ir išsiaiškinti stipriausius svarsčių kilnotojus ir kilnotojas Lietuvoje.
2. Nustatyti skirtingų svorio kategorijų – jaunučių, jaunių, jaunimo, suaugusiųjų, veteranų, mergaičių, merginų ir moterų amžiaus grupių – čempionus ir prizininikus.
3. Nustatyti komandą nugalėtoją ir komandas prizininikes stūmimo čempionate ir estafetės rungtyse.
4. Užmegzti ir palaikyti draugiškus ryšius su kitų miestų, rajonų ir klubų svarsčių kilnotojais.

2. ČEMPIONATO VYKDYMO VIETA IR LAIKAS, DALYVIŲ REGISTRACIJA

Čempionatas vyks: 2026 m. balandžio 25 d. Bastilijos sporto komplekse (adresu Televizijos g. 2, Tauragė).

Dalyvių svėrimas: 2026 m. balandžio 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 individuali ir komandinė registracija iki balandžio 22 d. (imtinai).

1. Individuali registracija: užpildoma individualios registracijos forma, kurią rasite LSKF internetinėje svetainėje www.svarstis.lt.

2. Komandinė registracija: užpildoma komandinės paraiškos forma, kurią rasite LSKF internetinėje svetainėje www.svarstis.lt ir atsiunčiama el. paštu andrius.kubilius@svarstis.lt.

3. DALYVIAI IR ČEMPIONATO VYKDYMO TVARKA

Varžybos vykdomos pagal LSKF patvirtintas taisykles.

Vykdomos asmeninės ir komandinės varžybos, dalyvių skaičius neribojamas.

Čempionatas bus vykdomos šiose amžiaus grupėse:

- Jaunučių (2010 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (2008 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (pradedantieji (iki 18 m.));
- Jaunimo (2003 m. gim. ir jaunesni);
- Suaugusiųjų (be amžiaus apribojimų);
- Suaugusiųjų (pradedantieji (iki 40 m.));

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



- Veteranų (40–49 metų amžiaus);
- Veteranų (50–59 metų amžiaus);
- Veteranų (60–69 metų amžiaus);
- Veteranų (70 metų amžiaus ir vyresni);
- Mergaitės (2008 m. gim. ir jaunesnės);
- Merginos (2003 m. gim. ir jaunesnės);
- Moterys (be amžiaus apribojimų);
- Moterys (pradedančiosios (be amžiaus apribojimų)).

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

Pradedantieji, jaunučiai, jaunieji, jaunimas, suaugusieji ir veteranai atlieka tradicinį stūmimo veiksmą su dvejais svarsčiais.

Pradedančiosios, mergaitės, merginos ir moterys stūmimo veiksmą atlieka su vienu svarsčiu (ranką galima pakeisti tik vieną kartą). Atliekant stūmimo veiksmą su dvejais svarsčiais galutinis rezultatas bus dvigubinamas.

Po stūmimo rungties vyks estafetės rungtis jaunių, jaunimo ir suaugusiųjų amžiaus grupėse.

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

Estafetės komanda sudaroma varžybų dieną. Komandoje gali būti sportininkai iš įvairių komandų, tačiau visi sportininkai turi būti iš skirtingų svorio kategorijų.

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

Svorio kategorijos atskirose amžiaus grupėse:

- Jaunučių grupė: -53; -58; -63; -68; -73; -78; +78 kg;
- Jaunių grupė: -58; -63; -68; -73; -78; -85; +85 kg;
- Jaunimo grupė: -63; -68; -73; -78; -85; -95; +95 kg;
- Suaugusiųjų grupė: -63; -68; -73; -78; -85; -95; +95 kg;
- Veteranų (40–49 m.) grupė: -85; -95; +95 kg;
- Veteranų (50–59 m.) grupė: -85; +85 kg;
- Veteranų (60–69 m.) grupė: -85; +85 kg;
- Veteranų (70 m. ir vyresni) grupė: absoliuti (viena) grupė;
- Mergaičių grupė: -53; -58; -63; +63 kg;
- Merginų grupė: -58; -63; -68; +68 kg;
- Moterų grupė: -58; -63; -68; +68 kg

Svarsčio svoris:

- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg
- 8 kg, 12 kg, 16 kg, 24 kg

LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



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

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

Stūmimo veiksmui atlikti skiriama 10 minučių.

Stūmimo 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 turi galimybę dalyvauti **vienoje aukštesnėje** amžiaus grupėje savo svorio kategorijoje (veteranai papildomai gali dalyvauti tik suaugusiųjų amžiaus grupėje). Sportininkas kels svarščius savo amžiaus grupėje, o surinkta taškų suma bus perkelta į papildomą (aukštesnę) amžiaus grupę. Sportininkas, už dalyvavimą aukštesnėje amžiaus grupėje, turės papildomai sumokėti 10 EUR mokestį.

STARTINIS MOKESTIS

- Jaunučiai – 20 EUR
- Jauniai – 20 EUR
- Jaunimas – 20 EUR
- Suaugusieji – 20 EUR
- Veteranai – 20 EUR
- Mergaitės, merginos ir moterys – 20 EUR
- Estafetė – 20 EUR (nuo komandos)
- Pradedantieji – 10 EUR

Pastaba.

- Dalyviai, užsiregistravę po balandžio 22 d. privalės mokėti dvigubą startinį mokestį.

4. VARŽYBŲ VADOVAVIMAS IR FINANSAVIMAS

Varžyboms vadovauja LSKF teisėjų brigada.

Varžybų organizacines išlaidas apmoka Lietuvos svarščių kilnojimo federacija, rėmėjai.

LIETUVOS SVARSČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



5. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

1. Čempionato nugalėtojai ir prizinininkai atskirose svorio kategorijose bei amžiaus grupėse nustatomi pagal stūmimo rungtyje surinktus taškus. Nugali sportininkas surinkęs daugiausiai taškų.
2. Čempionato estafetės rungtyje nugali komanda surinkusi daugiausiai taškų.
3. Čempionato komanda nugalėtoja ir prizinininkės nustatomos pagal 8 vyrų ir 2 moterų geriausius rezultatus (neatsižvelgiant kokiose amžiaus grupėse dalyvauja sportininkai).

Čempionato komandinėje iskaitoje dalyvauja tik komandinę paraišką pateikusių komandos

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 |

6. APDOVANOJIMAS

1. Komanda nugalėtoja ir komandos prizinininkės apdovanojamos prizinėmis taurėmis.
2. Nugalėtojai ir prizinininkai atskirose amžiaus grupėse bei svorio kategorijose apdovanojami medaliais ir diplomais.
3. Estafetės rungties komanda nugalėtoja bei komandos prizinininkės apdovanojamos taurėmis ir medaliais.

7. PARAIŠKŲ PATEIKIMAS

Išankstinės registracijos metu (iki balandžio 22 d. (imtina)) komandinės paraiškos siunčiamos el. paštu andrius.kubilius@svarstis.lt, o individualios registracijos metu užpildoma registracijos forma www.svarstis.lt puslapyje.

Dalyviai, užsiregistravę po balandžio 22 d. arba čempionato dieną turės sumokėti **dviguba** 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 LSKF
STŪMIMO RUNGTIES ČEMPIONATĄ**