

LITHUANIAN FEDERATION OF KETTLEBELL LIFTING LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



V LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJOS ILGO CIKLO ČEMPIONATO NUOSTATAI

1. ČEMPIONATO TIKSLAS

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

2. ČEMPIONATO VYKDYMO VIETA IR LAIKAS

Čempionatas vyks: 2017-02-18 d. Pajstryje, Panevėžio raj., Įstros g. 1, Panevėžio raj. Pajstrio Juozo Zikaro gimnazijos sporto salėje.

Dalyvių registracija ir svėrimas: 2017-02-18 d. 08:30–10:00 val.

Varžybų pradžia: 11:00 val.

Dalyvių svėrimo metu visi sportininkai privalo pateikti med. pažymą, užpildytą dalyvio kortelę mandatinei komisijai, komandos 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 15 d. 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 VARŽYBŲ VYKDYMO TVARKA

Varžybos bus vykdomos šiose amžiaus grupėse:

- Jaunučių (2001 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunių (1999 m. gim. ir jaunesni);
- Jaunimo (1995 m. gim. ir jaunesni);
- Suaugusiųjų (be amžiaus apribojimų);
- Veteranų (40–50 metų amžiaus);
- Veteranų (50–60 metų amžiaus);

LITHUANIAN FEDERATION OF KETTLEBELL LIFTING LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



- Veteranų (virš 60 metų amžiaus);
- Mergaitės (1999 m. gim. ir jaunesnės);
- Merginos (1995 m. gim. ir jaunesnės);
- Moterys (be amžiaus apribojimų).

Mergaitės, merginos ir moterys ilgo ciklo veiksmą atlieka su vienu svarsčiu keičiant ranką (taškai skaičiuojami pagal ilgo ciklo taškų skaičiavimo lentelę).

Po ilgo ciklo veiksmo 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 bei iš vienos svorio kategorijos.

Svorio kategorijos atskirose amžiaus grupėse:

Svarsčio svoris:

- Jaunučių grupė: -58; -68; +68 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- Jaunių grupė: -53; -58; -63; -68; -73; -78; -85; +85 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- Jaunimo grupė: -63; -68; -73; -78; -85; -95; +95 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- Suaugusiųjų grupė: -68; -78; -95; +95 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- Veteranų grupė: svorio kat. po 3 žmones pagal amžių; 12 kg, 16 kg, 24 kg, 32 kg
- Mergaičių grupė: -63; +63 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg
- Merginų grupė: -63; +63 kg; 12 kg, 16 kg, 24 kg
- Moterų grupė: -68; +68; 12 kg, 16 kg, 24 kg

Ilgo ciklo rungties atlikimui skiriama 10 minučių.

Ilgo ciklo taškai skaičiuojami pagal šią lentelę:

Svarstis	12 kg	16 kg	24 kg	32 kg
Taškai	0.5	1	2	4

Kiekvienas dalyvis turės galimybę dalyvauti bet kurioje **auštesnėje** amžiaus grupėje savo svorio kategorijoje. Sportininkas kels savo grupei numatytą svarstį, o jo rezultatas aukštesnėje amžiaus

LITHUANIAN FEDERATION OF KETTLEBELL LIFTING LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



grupėje bus skaičiuojamas pagal ilgo ciklo taškų lentelę. Sportininkas, už dalyvavimą kiekvienoje aukštesnėje amžiaus grupėje turės susimokėti po 5 EUR.

STARTINIS MOKESTIS

- Jaunučiai – 3 EUR
- Jauniai – 3 EUR
- Jaunimas – 6 EUR
- Suaugusieji – 10 EUR
- Veteranai – 10 EUR
- Mergaitės, merginos ir moterys – 3 EUR
- Estafetė – 6 EUR (nuo komandos)

Pastaba

- Kiekvienas sportininkas turės sumokėti 1 € LSKF nario mokestį. Šie pinigai bus skirti sumokėti metinį LSKF nario mokestį Tarptautiniai svarsčių kilnojimo sąjungai (IUKL).
- Kiekvienas sportininkas, užsiregistravęs po vasario 15 d. arba varžybų dieną, turės 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 jaunučių, jaunių, jaunimo ir suaugusiųjų grupėse nustatomos pagal 6 vaikinių ir 1 merginos geriausių rezultatų.

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 apdovanojama taure ir diplomu, komandos prizininkės – taurėmis ir diplomais (komandinėje įskaitoje galės varžytis tik paraiškas pateikusios komandos). Nugalėtojai ir prizininkai atskirose amžiaus grupėse bei svorio kategorijose apdovanojami medaliais ir diplomais.

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

LITHUANIAN FEDERATION OF KETTLEBELL LIFTING LIETUVOS SVARŠČIŲ KILNOJIMO FEDERACIJA



6. PARAIŠKŲ PATEIKIMAS

Išankstinės registracijos metu (iki vasario 15 d.) paraiškos siunčiamos el. paštu modestas.talacka@svarstis.lt arba užpildoma asmeninė registracijos forma adresu: <https://goo.gl/forms/hJ7hVeQoJFy6N8HR2>

Komandinės paraiškos varžybų dieną pateikiamos varžybų vyr. teisėjui.

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

Informacija telefonu +37068613175 (Rolandas Kubilius).

ŠIE VARŽYBŲ NUOSTATAI YRA OFICIALUS KVIETIMAS Į ILGO CIKLO ČEMPIONATĄ