



IX INTEGRACYJNE MISTRZOSTWA JUNIORÓW W WYCISKANIU SZTANGI LEŻĄC DO 19 LAT – 25.11.2022 ŁÓDŹ

1. Cel:

- propagowanie zdrowego stylu życia
- propagowanie sportów siłowych; wyciskania sztangi leżąc
- aktywne spędzanie wolnego czasu
- integracja młodzieży, w tym niedostosowanej społecznie
- profilaktyka uzależnień

2. Termin i miejsce:

25.11.2022 (piątek), godz. 10.00 (waga: od 7.00 do 10.00)

Łódź, al. Politechniki 37, Zespół Szkół Techniczno – Informatycznych im. Jana Nowaka-Jeziorańskiego

3. Imprezy towarzyszące:

- VII Integracyjne Mistrzostwa w Wielokrotnym Wyciskaniu Sztangi Leżąc
- Puchar Polski Juniorów do 23 lat

4. Dodatkowe atrakcje:

- goście specjalni

REGULAMIN

Warunki uczestnictwa:

1. wychowankowie **przyjeżdżają z wychowawcą!**
2. zgłoszenie z podaniem imienia i nazwiska, daty urodzenia i kategorii wagowej oraz imieniem i nazwiskiem opiekuna/trenera do dnia **18.11.2022** na adres tomek1978@poczta.onet.pl. **Liczba miejsc ograniczona - 100 osób łącznie we wszystkich zawodach, także zawodach towarzyszących.**
3. Każdy zawodnik zobowiązany jest do zapoznania się z niniejszym regulaminem zawodów. Zgłoszenie do udziału w zawodach jest równoznaczne z akceptacją postanowień regulaminu.
4. Zabrania się startu uczestnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.
5. W przypadku **młodzieży do lat 18:**
 - **podpisana przez rodzica lub opiekuna prawnego zgoda na start oraz oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do startu w zawodach sportowych (lub zaświadczenie lekarskie),**
 - **na wazeniu konieczne okazanie legitymacji szkolnej**
6. W przypadku uczestników pełnoletnich zgłoszenie udziału w zawodach, zawierające oświadczenie o stanie zdrowia
7. Rejestracja uczestników przy wejściu do budynku szkoły od strony boiska, po okazaniu ważnej legitymacji szkolnej, a w przypadku wychowawców dokumentu potwierdzającego tożsamość.
8. Podczas weryfikacji (ważenia), która odbędzie się w dniu zawodów 25 listopada 2022 r. w godz. 7:00-10:00 zawodnicy zobowiązani są złożyć oświadczenie potwierdzające brak przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zawodach wraz z dokumentami opisanymi w punkcie 5 regulaminu. W razie jakichkolwiek wątpliwości co do stanu zdrowia uczestnik jest zobowiązany we własnym zakresie przed startem do zasięgnięcia opinii lekarza.
9. Zawody mogą być transmitowane przez lokalne telewizje oraz relacjonowane przez prasę i media internetowe. Zgłoszenie do zawodów stanowi akceptację tego faktu.
10. Zawodnik, rodzic, prawny opiekun wyraża zgodę na przetwarzanie przez organizatora danych osobowych jak również publikacje jego wizerunku w Internecie, prasie, telewizji oraz radiu w postaci: zdjęć, nagrań filmowych, wywiadów, wyników osiągniętych w zawodach wraz z jego imieniem i nazwiskiem w celu promocji zawodów.
11. Strój:
 - a) koszulka sportowa odsłaniająca stawy łokciowe,
 - b) spodenki sportowe krótkie lub długie typu legginsy,
 - c) dozwolony pas, dozwolone taśmy na nadgarstki.
 - d) obuwie na zmianę
12. Kategorie
 - kategorie wagowe :
do 52 kg, do 56 kg, do 60 kg, do 67.5 kg, do 75 kg, do 82.5 kg, do 90 kg, 100 kg, 110 kg, 125 kg, 140 kg, +140 kg
 - kategorie wiekowe:

- do 13 lat, do 15 lat, do 17 lat oraz do 19 lat
- kategoria open mężczyzn
- kategoria open kobiet

13. Zasady zaliczenia boju

- zawodnik zdejmuje sztangę ze stojaków (sam lub przy pomocy asekurantów),
- ruch opuszczania sztangi zawodnik rozpoczyna z wyprostowanych ramion w stawach łokciowych, czeka na komendę sędziego głównego – **START**,
- zawodnik zatrzymuje sztangę na klatce i czeka na komendę sędziego głównego – **GÓRA**,
- zawodnik kończy wyciskanie sztangi w wyprostowanych stawach łokciowych,
- odkłada na stojak po komendzie sędziego – **STOJAK**,
- pośladki cały czas muszą mieć kontakt z ławką, głowa może być oderwana od ławki, stopy nie muszą być całe położone na ziemi, ale nie mogą dotykać konstrukcji ławki,
- każdy zawodnik ma trzy próby.

14. Nagrody:

- wszyscy uczestnicy otrzymują pamiątkowe dyplomy,
- we wszystkich kategoriach wagowych open za zajęcia miejsca 1-3 medale,

15. Komisja sędziowska

- Hovhannes Yazichyan – sędzia klasy międzynarodowej
- Tomasz Andrzejczak – sędzia klasy międzynarodowej
- Arkadiusz Herodowicz – prezes federacji GPA/IPO
- Arkadiusz Redzyna – sędzia klasy krajowej
- Adam Sławnikowski – sędzia klasy krajowej
- Patryk Zgliński – sędzia klasy krajowej
- Ryszard Wilczak – sędzia krajowej

16. Osoby odpowiedzialne za organizację:

- Urszula Szczepaniak
- Hovhannes Yazichyan
- Tomasz Andrzejczak
- Maciej Chrobot

17. Partnerzy:

- Federacją GPA/IPO
- Zespół Szkół Techniczno-Informatycznych w Łodzi,
- Pałac Młodzieży, MKS „Pałac Młodzieży – Łódź”

18. Integralną część niniejszego regulaminu stanowi informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych oraz wzory zgód i oświadczeń.

19. Postanowienia końcowe:

- wszystkie sprawy sporne rozstrzyga organizator,

- wszyscy uczestnicy biorący udział startują na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy,
- za rzeczy pozostawione w miejscu odbywania zawodów organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności
- zaakceptowanie regulaminu upoważnia do startu w zawodach,
- strona wydarzenia na Facebooku <https://fb.me/e/2eLoyFwl>.