



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

*Президент Кіровоградського осередку RAW 100% Powerlifting Federation Ukraine*

\_\_\_\_\_ *Германович І.М.*

*19 .11.2012 року*

## **ПОЛОЖЕННЯ**

### **Про II-й Відкритий Чемпіонат Кіровоградської області з жиму лежачи та підйому на біцепс. RAW 100% Powerlifting Federation 2012 року**

#### **1. МЕТА І ЗАВДАННЯ**

Змагання проводяться у відповідності з календарним планом з метою популяризації пауерліфтингу та сприяння його масовому розвитку. У процесі змагань вирішуються наступні завдання:

- підвищення мотивації для подальших тренувань, а також спортивної майстерності атлетів;
- здобуття атлетами досвіду участі у змаганнях;
- формування збірної команди Кіровоградської області для участі у національних змаганнях RAW 100% Powerlifting Federation Ukraine;
- формування корпусу суддів RAW 100% Powerlifting Federation Ukraine;
- пропаганда здорового способу життя, профілактика негативних явищ у молодіжному середовищі.

#### **2. ТЕРМІНИ І МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ**

Змагання відбудуться 16 грудня 2012 року за адресою: м. Кіровоград , пер. Центральний, 3/1  
**Фітнес-центр "Атлетіко"**

#### **ОРГАНІЗАТОРИ, КЕРІВНИЦТВО І ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ**

Організатором змагань є Кіровоградський осередок RAW 100% Powerlifting Federation . Загальне керівництво підготовкою і проведенням змагань покладається на оргкомітет, затверджений президентом Кіровоградського осередка. Безпосереднє проведення змагань покладається на колегію суддів та секретаріат. Змагання проводяться за діючими Правилами RAW 100% Powerlifting Federation

#### **4. ІНФОРМАЦІЙНА ПІДТРИМКА ЗМАГАНЬ**

Інформаційна підтримка змагань здійснюється на сайтах – <http://rawpowerlifting.com.ua> , <http://vk.com/raw100> , де будуть розміщені номінація учасників, розклад змагань та усі інші важливі питання змагань.

#### **5. ОРГАНІЗАЦІЇ ТА СПОРТСМЕНИ, ЯКІ БЕРУТЬ УЧАСТЬ У ЗМАГАННЯХ**

До змагань допускаються спортсмени, члени RAW 100% Powerlifting Federation, що знають техніку виконання змагальних вправ і Правила RAW 100% Powerlifting Federation, які нададуть іменні заявки на участь у змаганнях, а також зроблять внески відповідно до цього Положення.

- першості із жиму лежачи.
- першості із підйому на біцепс

Кожний спортсмен-учасник змагань може взяти участь у кожному з цих першостей або в одному з них. Кожний спортсмен повинен мати спортивну форму відповідно до Правил.

## **6. ВАГОВІ ТА ВІКОВІ КАТЕГОРІЇ**

На цих змаганнях учасники змагаються у наступних вагових категоріях:

### **жиму лежачи**

- Жінки (одна вагова категорія)
- Чоловіки (-60, -67,5, -75, -82,5, -90, -100, -100+)

### **підйом на біцепс**

- Жінки (одна вагова категорія)
- Чоловіки (-75, -90, 90+)

На змаганнях всі учасники змагаються у двох віковій категоріях : Юноши до 18 років , та OPEN ,Присвоєння спортивних звань (майстра спорту, кандидат у майстри спорту) та розрядів відбуватиметься за правилами RAW 100% Powerlifting Federation (у всіх вікових та вагових категоріях).

Вагові та вікові категорії на чемпіонаті можуть буди зміненими організаторами після отримання попередніх заявок (10-го грудня). У такому випадку оргкомітет змагань повідомить учасників про зміни через надані контакти .

## **ПОРЯДОК ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ**

Ці змагання є особистою першістю, що визначається у кожній ваговій та віковій категорії за кращим результатом у окремії вправі або сумі триборства. Абсолютні переможці та призери у окремих вправах або сумі триборства визначаються за формулою Шварца/Малона. Переможці серед жінок визначатимуться за формулою Шварца/Малона.

## **6. НАГОРОДЖЕННЯ**

Переможці та призери цих змагань у кожній ваговій та віковій категоріях нагороджуються медалями і дипломами. Абсолютні переможці та призери у категорії OPEN за формулою Шварца/Малона нагороджуються медалями і дипломами та цінними подарунками

## **7. МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗМАГАНЬ**

За організацію, підготовку та проведення чемпіонату, забезпечення необхідним інвентарем та обладнанням, відповідальність несе оргкомітет змагань.

Призовий фонд складається із заявочних внесків учасників змагань. Кожний учасник зобов'язаний сплатити стартовий внесок за участь у змаганнях. Внески вносяться представниками команд чи особисто учасниками змагань до 10.12.2012 року. Розмір стартового внеску після 10.12.2012. збільшується на 50%. Розмір стартового внеску за одну номінацію з кожного учасника змагань становить: OPEN -100 грн., Юноши до 18 років 75 гр , OPEN + Ю18 – 150 гр

Два змагання OPEN 150 гр. OPEN + Ю18 – 200 гр

**Витрати, пов'язані з відрядженням учасників, тренерів та представників команд несуть організації, що відряджають спортсменів.**

## **8. ЗАЯВКИ**

Попередні заявки від атлетів та команд приймаються за телефоном :

**095 89 29 646** або безпосередньо на електронну адресу: [atlet1488@mail.ru](mailto:atlet1488@mail.ru) .

Атлети, які проживають у регіонах, де тимчасово відсутні представники RAW 100% Powerlifting Federation Ukraine, можуть подавати свої особисті попередні заявки безпосередньо на вищезазначену електронну адресу або безпосередньо на форум сайту. Останній термін подання попередніх заявок 10 грудня 2012 р.

Іменні заявки, приймаються у день змагань. Всі учасники змагань повинні мати дозвіл лікаря на участь у змаганнях, завірений печаткою, або діючий страховий поліс від нещасних випадків а також паспорт або посвідчення особи.

**Це Положення є офіційним викликом на змагання**