



ПОЛОЖЕННЯ

Про Відкритий Чемпіонат Волинської області з жиму та багатоповторного жиму лежачи серед чоловіків 2016 р.

1. МЕТА І ЗАВДАННЯ

1.1. Змагання проводяться з метою популяризації бездопінгового пауерліфтингу та сприяння його масовому розвитку в Луцьку та регіоні.

1.2. В процесі змагань вирішуються такі завдання:

- підвищення спортивної майстерності атлетів;
- пропаганда здорового способу життя;
- здобуття атлетами досвіду участі у змаганнях;
- визначення рівня тренерської роботи в клубах, секціях, населених пунктах, визначення ефективних методик тренувань;
- присвоєння спортивних розрядів та звань;
- формування суддівського корпусу Федерації Пауерліфтингу RAW100%.

2. СТРОКИ І МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ

2.1. Змагання проводяться 24 квітня 2016 р. за адресою: м. Луцьк вул.Бойка 1, тренажерний зал METAL GYM

2.2. Початок змагань об 11.00, зважування та реєстрація 23 квітня 2016 р. з 15.00 до 19.00.

3. КЕРІВНИЦТВО І ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ

3.1. Загальне керівництво проведенням змагань покладається на представників Федерації Пауерліфтингу RAW100% у Волинській області. Безпосереднє проведення змагань покладається на оргкомітет у складі секретаря, колегії суддів.

3.2. Змагання проводяться за діючими Правилами RAW100% (Міжнародної Федерації Пауерліфтингу).

4. УЧАСТЬ У ЗМАГАННЯХ

4.1. Відкритий Чемпіонат Волинської Області є особистою першістю. У змаганнях беруть участь спортсмени спортивних клубів міста, а також особи з попередніми результатами не нижчими 3 розряду.

Вагові категорії:

Чоловіки (-52, -56, -60, -67,5, -75, -82,5, -90, -100, -100, -110, -125, 125+)

Вікова категорія: OPEN

4.2. Кожний спортсмен повинен мати форму, визначену правилами федерації RAW100% (Спортивне трико).

5. ПОРЯДОК ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ

5.1. Переможці визначаються в жимі лежачи, становій тязі та підйомі на біцепс в особистому заліку.

5.2. Особиста першість визначається у кожній ваговій категоріях за кращим результатом у жимі та багато повторному жимі лежачи.

6. НАГОРОДЖЕННЯ

6.1. Переможці і призери в кожній ваговій категорії нагороджуються медалями, дипломами.

7.МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗМАГАНЬ

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

Внесок за участь в змагання для чоловіків складає

200 гривень за участь в змаганнях з жиму лежачі

та **200** грн за участь в змаганнях з багато повторного жиму. Оплата проводиться в день зважування та реєстрації 23.04.2016.

8. ЗАЯВКИ

8.1. Останній термін подання попередніх заявок 28.03.2015р. Попередні заявки подаються на адресу : <https://vk.com/id251484498>

http://rawpowerlifting.com.ua/index.php?option=com_rsform&formId=3 або за номерами 0994338886 ,0979212993

8.2. Всі учасники змагань повинні мати паспорт або інше посвідчення особи.

9.ІНФОРМАЦІЙНА ПІДТРИМКА ЗМАГАНЬ

Інформаційна підтримка змагань здійснюється на сайтах –

<http://rawpowerlifting.com.ua> , <https://vk.com/raw100>