



## ПОЛОЖЕННЯ

### Про 3й Міжнародний турнір з підйому на біцепс, станової тяги та багатоповторного жиму «Gym4Fit Cup 2016» Федерації пауерліфтингу України RAW100%

#### 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 високого рівня;
- формування збірної команди України для участі у міжнародних змаганнях;
- формування корпусу суддів Федерації пауерліфтингу України RAW100%;
- пропаганда здорового способу життя, профілактика негативних явищ у молодіжному середовищі.

#### 2. ТЕРМІНИ І МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ

Змагання відбудуться **26 червня 2016 року** за адресою: **пр. Гагарина, 181, ТРЦ Sun Mall, фітнес центр «Gym4Fit»**

#### 3. ОРГАНІЗАТОРИ, КЕРІВНИЦТВО І ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ

Організатором змагань є Федерація пауерліфтингу України RAW100%. Загальне керівництво підготовкою і проведенням змагань покладається на оргкомітет, затверджений Президентом Федерації пауерліфтингу України RAW100%. Безпосереднє проведення змагань покладається на колегію суддів.

Змагання проводяться за діючими Правилами Федерації пауерліфтингу України RAW100%.

#### 4. ІНФОРМАЦІЙНА ПІДТРИМКА ЗМАГАНЬ

Інформаційна підтримка змагань здійснюється на сайтах – <http://rawpowerlifting.com.ua>, [www.4sport.ua](http://www.4sport.ua), <http://www.forum.powerlifting.org.ua>, де будуть розміщені номінація учасників, розклад змагань та усі інші важливі питання що до змагань.

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

До змагань допускаються спортсмени, що знають техніку виконання змагальних вправ і Правила Федерації пауерліфтингу України RAW100%, які нададуть іменні заявки на участь у змаганнях, а також зроблять внески відповідно до цього Положення.

Змагання полягають в проведенні Міжнародного турніру з підйому на біцепс, станової тяги та багатоповторного жиму Федерації пауерліфтингу України RAW100%.

Кожен спортсмен повинен мати спортивну форму відповідно до Правил Федерації пауерліфтингу України RAW100%.

#### 6. ВАГОВІ ТА ВІКОВІ КАТЕГОРІЇ

- Жінки (-44, -48, -52, -60, -67.5, -75, -82.5, 82,5+)
- Чоловіки (-52, -56, -60, -67,5, -75, -82,5, -90, -100, -100, -110, -125, 125+)

#### Вікові категорії:

1. Відкрита: 25-34 років та автоматично всі спортсмени від 12 років
2. Хлопці/дівчата : Спортсмени та спортсменки наступних вікових груп: до 13 років, 13-15, 16-17, 18-19 років

3. Юніори/юніорки: Спортсмени та спортсменки віком 20-24 років.
4. Саб-ветерани: Спортсмени та спортсменки віком 35-39 років.
5. Ветерани: Спортсмени та спортсменки наступних вікових груп: 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74 та 75+ років

**Учасники змагань з багатоповторного жиму змагаються лише в абсолютній віковій категорії.**

Вагові та вікові категорії можуть бути зміненими організаторами після отримання попередніх заявок. У такому випадку оргкомітет повідомить учасників про це через офіційний сайт - <http://rawpowerlifting.com.ua>

## **7. ПОРЯДОК ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ**

Міжнародний турнір з підйому на біцепс, станової тяги та багатоповторного жиму «Gym4Fit Cup» є особистою першістю, що визначається у кожній ваговій та віковій категорії за кращим результатом в кожній дисципліні окремо. Абсолютні переможці та призери у підйомі штанги на біцепс та станової тязі визначаються за формулою Шварца/Маллона. Абсолютні переможці та призери у багатоповторному жимі визначаються за максимальною кількістю разів вижатої штанги в незалежності від вагової категорії.

## **8. НАГОРОДЖЕННЯ**

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

## **9. 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 та, за наявності, спонсорських внесків. Кожний учасник зобов'язаний сплатити стартовий внесок за участь у змаганнях. Внески вносяться представниками команд чи особисто учасниками змагань безпосередньо під час зважування. Розмір стартового внеску з кожного учасника за участь в одних змаганнях становить: **350 грн.** Ті учасники, які додатково бажають виступити ще в будь-якій дисципліні додатково сплачують **200 грн.** стартового внеску. Участь у трьох дисциплінах становить **700 грн.** Участь у змаганнях окремо в багатоповторному жимі становить **200 грн.**

Спортсмени, які не є представниками країн СНД сплачують **50 EUR** стартового внеску за участь в одних змаганнях, **80 EUR**, якщо виступатимуть і в жимі, і в триборстві. **100 EUR** за участь у змаганнях в трьох дисциплінах та **30 EUR** за участь у змаганнях окремо з багатоповторного жиму.

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

## **10. ЗАЯВКИ**

**Останній термін подання попередніх заявок 05.06.2015 р. на сайті федерації:** [http://rawpowerlifting.com.ua/index.php?option=com\\_rsform&formId=3](http://rawpowerlifting.com.ua/index.php?option=com_rsform&formId=3) або за телефонами +380 93 663 53 91, +380 67 988 61 77 та +380 66 374 82 19. Попередні заявки від національних команд та команд України подаються представниками команд. Атлети, які проживають у регіонах, де тимчасово відсутні представники Федерації пауерліфтингу України RAW100% можуть подавати свої особисті попередні заявки безпосередньо на вищезазначену електронну адресу або за вказаними номерами телефонів.

Іменні заявки, приймаються у день змагань.

**Всі учасники змагань повинні мати дозвіл лікаря на участь у змаганнях, завірений печаткою, та діючий страховий поліс з вказанням страхового випадку-пауерліфтинг, а також паспорт або посвідчення особи.**

**Це Положення є офіційним викликом на змагання.**