

ЗАТВЕРДЖЕНО

«25» Жовтня 2018  
Президент ФПУ RAW 100  
Третяк С.А.



## ФЕДЕРАЦІЯ ПАУЕРЛІФТИНГУ УКРАЇНИ RAW 100%

### ПОЛОЖЕННЯ

### UKRAINE 2018 NATIONAL CUP RAW 100% З ЖИМУ ЛЕЖАЧИ, ТЯГИ ТА ПІДЙОМУ НА БІЦЕПС

#### 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 України для участі у міжнародних змаганнях;
- формування корпусу суддів Федерації пауерліфтингу України RAW 100%;
- пропаганда здорового способу життя, профілактика негативних явищ у молодіжному середовищі.

#### 2. ТЕРМІНИ І МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ

Змагання відбудуться **16 грудня 2018 року**. Зважування учасників відбудеться **15 грудня 2018 року** (на зважування мати паспорт, довідку від лікаря). Місто проведення змагань Київ, точні координати будуть надані пізніше ближче до дати змагання.

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

Організатором змагань є Федерація пауерліфтингу України RAW 100%. Загальне керівництво підготовкою і проведенням змагань покладається на оргкомітет, затверджений Президентом Федерації пауерліфтингу України RAW 100%. Безпосереднє проведення змагань покладається на колегію суддів та організатора Купчишина Олександра. Змагання проводяться за діючими Правилами Федерації пауерліфтингу України RAW 100%.

#### 4. ІНФОРМАЦІЙНА ПІДТРИМКА ЗМАГАНЬ

Інформаційна підтримка змагань здійснюється на сайтах:

1. <http://rawpowerlifting.com.ua>
2. <https://www.facebook.com/groups/1941579172728057/>

Тут будуть розміщені номінація учасників, розклад змагань та усі інші важливі питання щодо 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 RAW 100% (додатково надаємо посилання на правила <http://rawpowerlifting.com.ua/pravila/>), які нададуть іменні заявки на участь у змаганнях, а також зроблять внески відповідно до цього Положення. Змагання полягають у проведенні чемпіонату з 2-х дисциплін: жим лежачи та підйом на біцепс. **Кожний спортсмен повинен мати спортивну форму (трико) відповідно до Правил Федерації пауерліфтингу України RAW 100%.**

## 6. ВАГОВІ ТА ВІКОВІ КАТЕГОРІЇ

### Вагові категорії:

На цих змаганнях учасники змагаються у наступних вагових категоріях:

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

### Вікові категорії:

1. Відкрита: 25-34 років та автоматично всі спортсмени від 12 років.
2. Підлітки: до 13, 13-15, 16-17, 18-19 років.
3. Юніори: віком 20-24 років.
4. Саб-ветерани: віком 35-39 років.
5. Ветерани: 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74 та 75+ років

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

На змаганнях можна виконати нормативи КМС, МС, МСМК.

## 7. ПОРЯДОК ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ

Чемпіонат є особистою першістю, що визначається у кожній ваговій та віковій категорії за кращим результатом в кожній дисципліні окремо. Абсолютні переможці та призери у підйомі на біцепс, жимі лежачи та становій тязі визначаються за формулою Шварца та Малоне.

## 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/Малоне нагороджуються медалями, дипломами та призами від спонсорів.

## 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.

Розмір стартового внеску з кожного учасника-громадянина країн СНД за участь в змаганнях становить: **450 грн**. Участь у будь-якій наступній дисципліні **350 грн**. Учасники, які не сплатили внески **до 03-12-2018** не будуть допущені до змагань. Сплата внесків на картковий рахунок Приват Банку: 5168757316024381. Витрати, пов'язані з відрядженням учасників, тренерів та представників команд несуть організації, що відряджають спортсменів.

## 10. ЗАЯВКИ

Останній термін подання попередніх заявок **01-12-2018**.

Заявки на сайті федерації: <http://rawpowerlifting.com.ua/priem-zayavok/> або за телефоном +38(063)01-01-736 Олександр Купчишин.

Заявки від національних команд та команд України подаються представниками команд. Спортсмени, які проживають у регіонах, де тимчасово відсутні представники Федерації пауерліфтингу України RAW 100% можуть подавати свої особисті заявки безпосередньо за вказаним номером телефону.

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.