

Podnoszenie ciężarów

1. Organizator

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM.

Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Podnoszenia Ciężarów oraz OZPC na terenie którego organizowane są zawody.

2. Termin zawodów

Finały: kwiecień/maj

Eliminacje w strefach: w terminie nie później niż 3 tygodnie przed datą finału.

3. Program

Zawody rozegrane będą w następujących kategoriach wagowych:

K – 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 75 kg, +75 kg

M - 56 kg, 62 kg, 69 kg, 77 kg, 85 kg, 94 kg, 105 kg, +105 kg

4. Warunki uczestnictwa

W zawodach mogą brać udział zawodnicy i zawodniczki w wieku 17 - 18 lat.

Podział na strefy:

A – ZPM-POM-KPM

B – MAZ-WM

C – PDL-LUB

D – LBU-DŚL-OPO

E – WLP-ŁDZ-ŚWI

F – ŚL-MŁP-PKR

Do zawodów finałowych kwalifikuje się:

Chłopcy:

a) zawodnicy, którzy zajęli miejsca 1-2 poszczególnych kategorii wagowych w 6 strefach (8 wag x 2 zaw. x 6 stref = 96 zawodników)

b) dodatkowo 5-ciu zawodników w każdej wadze, którzy uzyskali najlepsze wyniki w 2-boju ze wszystkich stref (5 zaw. x 8 wag = 40 zawodników)

c) zawodnicy szkolenia centralnego wytypowani przez Trenera Kadry, maksymalnie 8 zawodników, którzy z ważnych powodów (kontuzja, choroba) nie mogli startować w Mistrzostwach Strefowych.

Łączna liczba startujących w OOM wynosi 144 zawodników.

Dziewczeta:

Zawodniczki wyłonione w eliminacjach strefowych::

a) po 6 najlepszych zawodniczek w dwuboju w poszczególnych kategoriach wagowych, tj. 42 zawodniczki,

b) 14 najlepszych zawodniczek wg tabeli Sinclaira ze wszystkich kategorii wagowych,

c) 4 zawodniczki z listy trenera kadry narodowej.

Łączna liczba startujących w OOM wynosi 60 zawodniczek.

Każdy zawodnik musi być zarejestrowany w PZPC (posiadać kartę zgłoszenia), legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna) oraz posiadać książeczkę sportowo - lekarską z aktualnym badaniem i wpisem formuły antydopingowej.

5. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zgodnie z przepisami IWF, PZPC oraz niniejszym regulaminem.

Zawodnicy, którzy nie zaliczą rwania nie mają prawa startu w podrzucie.

Weryfikacja zawodników przeprowadzona na konferencji technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników. Zawodnicy startują w kategoriach wagowych, w których uzyskali awans.

Istnieje możliwość zmiany kategorii wagowej na konferencji technicznej o jedną w górę lub w dół.

Po weryfikacji zawodnik może startować tylko w potwierdzonej na konferencji technicznej kategorii wagowej. W przypadku nie uzyskania limitu podczas ważenia, zawodnik-zawodniczka odpada z zawodów.

Program

przyjazd do kolacji, konferencja techniczna

I dzień - zawody

II dzień - zawody

III dzień - zawody, wyjazd po obiedzie

liczba uczestników: zawodników - 144/60, trenerów - 45, sędziów - 20, pzs - 2

6. Zgłoszenia

Zgłoszenie do zawodów należy nadsyłać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym Nr 1 dla danej imprezy.

7. Punktacja

K

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	37

M

Lok.	1	2	3	4-5	6-7	8-9	10-12	13-16	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	56

D. System ocen

Podnoszenie ciężarów

I. Młodzieżowe Mistrzostwa Polski

M - 21-23 lata

1. Program

M - 56 kg, 62 kg, 69 kg, 77 kg, 85 kg, 94 kg, 105 kg, +105 kg

2. Punktacja

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	25	21	18	16	14	12	10	8	124

1. Program

K – 21-23 lata

K - 53 kg, 63 kg, 69 kg, +69 kg

2. Punktacja

Lok.	1	2	3	4	5	6	
PKT	25	20	15	12	10	8	90

Limity wynikowe w dwuboju: (do punktacji w systemie)

53 kg – 100 kg

63 kg – 110 kg

69 kg – 130 kg

+69 kg – 140 kg

II. Mistrzostwa Polski Juniorów

19-20 lat

1. Program

K – 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 75 kg, +75 kg

M - 56 kg, 62 kg, 69 kg, 77 kg, 85 kg, 94 kg, 105 kg, +105 kg

2. Punktacja

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	15	12	10	8	6	4	3	2	60

Limity wynikowe w dwuboju K: (do punktacji w systemie)

48 kg – 80 kg

53 kg – 90 kg

58 kg – 100 kg

63 kg – 110 kg

69 kg – 115 kg

75 kg – 120 kg

+75 kg – 125 kg

III. Olimpiada Młodzieży - Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych 17-18 lat

1. Program

K – 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 75 kg, +75 kg

M - 56 kg, 62 kg, 69 kg, 77 kg, 85 kg, 94 kg, 105 kg, +105 kg

2. Punktacja

K

Lok.	1	2	3	4	5	6	7	8	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	37

M

Lok.	1	2	3	4-5	6-7	8-9	10-12	13-16	
PKT	9	7	6	5	4	3	2	1	56

Eliminacje do OOM

strefy

A – ZPM-POM-KPM

B – MAZ-WM

C – PDL-LUB

D – LBU-DŚL-OPO

E – WLP-ŁDZ-ŚWI

F – ŚL-MŁP-PKR

IV. Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików 13-16 lat

1. Program

K – 44 kg, 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, +69 kg

M - 45 kg, 50 kg, 56 kg, 62 kg, 69 kg, 77 kg, 85 kg, +85 kg

2. Punktacja

K

Lok.	1	2-3	4-8	
PKT	3	2	1	12

M

Lok.	1	2-3	4-12	
PKT	3	2	1	16

strefy

A – ZPM-POM-KPM

B – MAZ-WM

C – PDL-LUB

D – LBU-DŚL-OPO

E – WLP-ŁDZ-ŚWI

F – ŚL-MŁP-PKR

E. Roczni

młodzieżowcy	21-23 lata (w 2010 roku urodzeni 01.01.1987 – 31.12.1989)
juniorzy	19-20 lat (w 2010 roku urodzeni 01.01.1990 – 31.12.1991)
juniorzy młodsi	17-18 lat (w 2010 roku urodzeni 01.01.1992 – 31.12.1993)
młodzicy	13-16 lat (w 2010 roku urodzeni 01.01.1994 – 31.12.1997)

Przypominamy:

- w zawodach uczestniczą kluby posiadające licencję wydaną przez właściwy polski związek,
- zawodnicy muszą posiadać licencję wydaną przez właściwy związek,
- w przypadku braku licencji klubowej – punkty naliczane będą dla gminy,
- komunikat z zawodów powinien zawierać rok urodzenia zawodnika, numer licencji zawodnika oraz pełną nazwę klubu, wykaz członków komisji sędziowskiej wraz z ich nr licencji i być podpisany przez sędziego głównego z podaniem jego nr licencji
- komunikat z zawodów należy przesłać na adres Polskiej Federacji Sportu Młodzieżowego w ciągu 14 dni po zawodach,
- **prosimy o zapoznanie się z częścią ogólną regulaminu współzawodnictwa, gdzie podane są zasady uczestnictwa i oceny wyników we wszystkich dyscyplinach systemu,**
- na stronie internetowej PFSM (www.sportmlodziejowy.pl) umieszczane są średnio co dwa tygodnie wyniki współzawodnictwa,
- od 2010 roku w Młodzieżowych Mistrzostwach Polski w konkurencjach indywidualnych, gdzie liczba ostatecznie sklasyfikowanych zawodników jest mniejsza niż 8, zawodnicy będą otrzymywać połowę punktów.