

# Rocca al Mare Kooli kevadised lahtised võistlused lamades surumises



**EESMÄRK:** Populariseerida lamades surumist

**AEG JA KOHT:** 14. mai. 2019, Rocca al Mare Kooli spordikeskuses aadressil Vabaõhumuuseumi tee 8, kaalumine kell 15:00-15:45, **võistluste algus 16:00**

**KORRALDAJA:** Rocca al Mare Kool, Eesti Jõutõsteliit ja Haaberst Sport SK

**KAALUKATEGOORIAD:** vastavalt IPF määruste kohaselt

**AUTASUSTAMINE:** Iga kaalukategooria kolme esimest autasustatakse diplomiga ja absoluut võitjat karikaga. IPF koefitsiendi alusel

**REEGLID:** Kang peab puutuma rinda, tagumik peab olema pingil ja ülessurumisel peavad olema käed sirged. (lukustatud.)

**NB! Võistlejal peab olema seljas lühikeste varrukatega särk ja liibuvad püksid.**

**KORRALDUS:** Võistluste ajal tekkinud probleemid lahendatakse kohapeal, hilisemaid pretensioone ei arvestata.

**Peakohtunik:** Ants Rosenbaum tel. 5078407  
Iga sportlane peab esitama kaalumisel isikut tõendva dokumendi (õpilaspileti). Võistelda võivad kõikide **gümnaasiumite õpilased**. Iga võistleja vastutab isiklikult oma tervisliku seisukorra eest. Väljaspool arvestust võivad võistelda ka ülikooli, tehnikumide ja kutsekoolidest üliõpilased/õpilased ja õpetajad.

**REGISTREERIMINE kuni 13.05.2019**  
**sport@ramkool.edu.ee**

(Saata palume: ees- ja perekonnanime, sünniaeg (näit.1995) ja kool kus õpitakse)

**OSAVÕTUMAKS: 5.- EUR'i**

Autasustamist  
toetab !

