**Eesti meistrivõistlused jõutõstmises 2020 – juhend**

1. Võistluse eesmärk ja ülesanded:

 selgitada Eesti Vabariigi parimad jõutõstjad noorte, juuniorite, avatud klassi ja veteranide nii individuaal- kui klubide arvestuses;

 populariseerida jõutõstmist;

 tugevdada sportlikke sidemeid

2. Võistluste organiseerimine, koht ja aeg:

 võistlusi organiseerib ja viib läbi Eesti Jõutõsteliit koostöös SK Saarde ja Kimberi Klubiga

 võistluste direktor: Tanel Buström tel 56493596

 võistluste toimumiskoht: **Kilingi-Nõmme Spordihoones, Pargi 3, Pärnumaal**

 võistluste aeg: **12. detsember 2020**

3. Registreerimine:

**Eelregistreerimise tähtaeg on pühapäev, 29. november 2020**

Pärast eelregistreerimise lõppu võistlejaid juurde ei registreerita!

**Lõpliku registreerimise tähtaeg on** pühapäev, 6**. detsember 2020**

* Lõplikku registreerimist ei pea tegema need sportlased, kes soovivad võistlustel võistelda ning kes ei soovi muuta kaalukategooriat.
* Pärast lõplikku registreerimist ei saa enam muuta valitud kehakaaluklassi.
* Eelregistreeritud sportlased, kes ei saada lõplikku kinnitust – registreeritakse ametlikult lõplikult registreeritud võistlejate nimekirja.
* Lõplikult registreeritud võistlejad on kohustatud tasuma kõik võistluste osalustasud (sõltumata sellest, kas ta võistlustel osaleb või mitte).

NB! Kõik võistlejad peavad olema eelnevalt registreeritud, vastasel juhul võistlema ei lubata. Võistleja andmed (nimi, sünnikuupäev, klubi või asula, kaaluklass, kontakttelefon) tuleb saata e-mailidele: peep@joudjavaim.ee, kaidoleesmann@gmail.com, andresklaviir@gmail.com (kõigile kolmele).

E-maili pealkiri: "EMV varustusega jõutõstmises 2020".

4. Osalemistasud**:**

Võistleja peab maksma kõik osalemistasud Eesti Jõutõsteliidu arvele Swedbank a/a EE592200001120201788, märkides selgituse lahtrisse ees- ja perekonnanime ning „ EMV jõutõstmises osalemistasu“.

**Maksmise tähtaeg: 05.12.2020**

NB! Pärast võistlustele registreerimist EJTL osavõtutasu ei tagasta.

 **Noored (2002.a. sündinud ja nooremad): 25€**

 Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 5€

** Juuniorid (2001- 1997.a. sündinud): 30€** Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 10€

 A**vatud klass** (1996.a sündinud ja vanemad): **35€**

Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 15€

** Veteranid:**

* **M 1 (1971 - 1980.a. sündinud) 35€**

Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 15€

* **M 2 (1961 - 1970.a. sündinud) 35€**

Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 15€

* **M 3 (1951 - 1960.a. sündinud) 25€**

Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 10€

* **M 4 (1950.a. ja varem sündinud) 20€** Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta 5€

**NB! 2020.a. EJTL individuaalset aastamaksu ei ole! Eesti MV-l on ainult osalustasu.**

Võistleja peab esitama kaalumisel isikut tõendava dokumendi (pass, ID-kaart).

5. Ajakava ja grupid:

Lõplikud võistlejate grupid ja ajakava selguvad pärast lõplikku registreerimist !

*Eeldatav esialgne ajakava:*

Laupäev, 12. detsember 2020

8:00-9:30 – kaalumine (kõik Naised ja Mehed -53, -59, -66, -74, - 83 kg)

10:00 – võistluste algus

14:00-15:30 – kaalumine (mehed -93, -105, -120 ja 120+ kg)

16:00 – võistluste algus

6. Autasustamine:

**Mehed**

* **Mehed (avatud klasss) kehakaaluklasside** -59 kg; -66 kg; -74 kg; -83 kg; -93 kg; -105 kg; -120 kg; +120 kg esikolmikut autasustatakse **Eesti meistrivõistluste medaliga**.
* **2020.a. Avatud klass meeste absoluutne meister selgub IPF GL punktide alusel, 3 parimat autasustatakse karikaga.**
* **Noormeeste (-18a) ja meesjuuniorite (-23a) võitjad selguvad IPF GL punktide ausel, 6 parimat autasustatakse IPF GL punktide alusel igas vanuserühmas.**

**Naised**

* **Naised** (**avatud klass**): kehakaaluklasside -47 kg; -52 kg; -57 kg; -63 kg; -72 kg; -84 kg; -84+ kg; esikolmikut autasustatakse **Eesti meistrivõistluste medaliga.**
* **2020.a. Avatud klass naiste absoluutne meister selgub IPF GL punktide alusel, 3 parimat autasustatakse karikaga.**
* **Noorte tütarlaste (-18a) ja naisjuunioridte (-23a)** **võitjad selguvad IPF GL punktide ausel, 6 parimat autasustatakse IPF GL punktide alusel igas vanuserühmas.**

**Veteranid**

* Veteranid (mehed, naised) - M1, M2, M3, M4 vanusekategooriate parimad selguvad IPF GL punktide alusel, esikolmikut autasustatakse meistrivõistluste medaliga ja meistreid karikaga.

7. Kõik võistlejad kannavad personaalselt vastutust oma tervisliku seisundi eest.

8. Osavõtt Eesti meistrivõistlustest on lubatud kõigile (v.a. sportlased, kellel kehtib EJTL-i võistluskeeld ja käesolevas juhendis 9. punkti 5. alapunktis kirjeldatud juhul).

9. Eesti võistkondlikud meistrivõistlused:

 EJTL klubidele on aastamaks 80€. Klubid, kes soovivad liikmeks astuda, peavad maksma ühekordse liitumismaksu 75€ ja aastamaksu 80€ (Swedbank a/a EE592200001120201788).

 Iga klubi saab välja panna piiramatu arvu võistkondi nii meeste kui ka naiste arvestuses.

 Võistkonnamaks noortel ja juunioritel ning naiskondadel 10€.

 Võistkonnamaks avatud klassi meeskondadel 15€.

 Avatud klassi meeskonnad järjestatakse IPF GL punktide alusel (kuni **nelja (4)** parima võistleja IPF GL punktid kokkuliidetult).

* **Naiskondade, noormeeste ja juuniorite võistkonnad** järjestatakse IPF GL punktide alusel (kuni **kolme (3)** parima võistleja IPF GL punktid kokkuliidetult).

 Autasustamine.

Võistkondlikult autasutatakse (avatud klassi, juuniorite ja noormeeste) kolme parima meeskonna igat liiget karikaga.

10. Dopingukontroll:

Dopingukontrolli teostab Eesti Antidopingu Keskus koostöös Rahvusvahelise Jõutõsteliiduga (IPF). Iga registreerunud sportlane peab olema valmis dopingukontrolliks ajavahemikus 11. november – 31.detsember 2020. Dopingkontrollist keeldumist või dopingukontrollist kõrvalehoidmist võrdsustatakse positiivse dopinguprooviga ja sportlast võistlustele ei lubata. Võistlustel või võistlusvälisel testimisel antud positiivse dopinguproovi korral tuleb sportlasel tagastada EJTL-le karikad, medalid ja muud auhinnad. Võistlusväliselt või võistlustel antud positiivse dopinguproovi korral määratakse sportlasele IPF-i ja EJTL poolt võistluskeeld kuni 4 aastat ning trahv kuni 2000 EUR. Trahvi määrab Eesti Jõutõsteliidu distsiplinaarkomisjon.

11. Toetajad:

Eesti Jõutõsteliit, EOK, EAD, fit360, Kärevere Ristmiku Steakhouse & Motell, OÜ Jõud ja vaim, Meon, SK Saarde, Kimberi Klubi

12. Võistlusmäärused:

 Võistlused viiakse läbi Rahvusvahelise Jõutõsteliidu (IPF) poolt tunnustatud võistlusmääruste alusel.

 Iga registreeritud võistleja kohustub võistlema Eesti Jõutõsteliidus võistlemise kehtiva korra järgi.

 Kõik käesolevas juhendis määratlemata küsimused lahendab kohtunikekogu koos EJTL juhatusega võistlustel kohapeal.