**Tartumaa 2020 a klassikalise jõutõstmise meistrivõistluste juhend**

**Eesmärk:**

Selgitada välja 2020 a Tartumaa meistrid klassikalises jõutõstmises

**Aeg ja koht:**

* Võistlused toimuvad **laupäeval, 5. detsembril Elva Gümnaasiumis (Puiestee 2)**
* algusega kell 10.15
* kaalumine 8.30 - 9.45

**Osavõtjad:**

* Osaleda Tartumaa meistrivõistlustel on lubatud kõigil (v.a. sportlastel, kellel kehtib EJTL-i võistluskeeld).
* Tartu maakonna MV-te arvestuses osalevad vaid Tartumaal elavad, õppivad või töötavad sportlased.
* Tartumaa meistrid selguvad noorte, juuniorite ja avatud klassis.
* Mehed võistlevad kehakaalukategooriates: -59, -66, -74, -83, -93, -105, 105+ kg
* Naised võistlevad kehakaalukategooriates: -52, -57, -63, -72, 72+ kg
* Absoluutvõitjad selgitatakse IPF GL punktitabeli alusel
* Kõik võistlejad vastutavad personaalselt oma tervise eest.

**Registreerimine:**

* **Võistlustest soovijatel tuleb varasemalt registreerida!**
* **Saata e-mail:** **peep@joudjavaim.ee** **ja** **info.jousport@gmail.com** **(mõlemale e-mailile!)**
* **E-mail pealkiri „Tartumaa MV 2020”, Nimi, sünniaeg, tel number, kaaluklass, klubi/asutus/kool**
* **Eelregistreerimise tähtaeg 29. november 2020**

**Registreeritud võistlejaid on võimalik jälgida: http://joudjavaim.ee/uudised/**

**Osalemistasud:**

* **Tartumaa noortel ja juunioritel on võistluste osalemistasu 1 €.**
* **Avatud klassi võistlejatel 2 €.**
* **Väljaspool arvestust võistlejatel 10 €.**
* **Osalustasu tuleb tasuda kaalumisel.**
* **NB! Võistlejatel, kes pole eelnevalt registreeritud, on osalemistasu 15 €**

**Autasustamine:**

* Iga kehakaalu 3-me paremat autasustatakse diplomiga. Esikohale meistri- medal.
* Absoluutarvestuse parimatele (IPF GLpunktide järjestuse alusel) eriauhinnad.

**Üldiselt:**

* Võisteldakse Rahv. Jõutõsteliidu (IPF) klassikalise jõutõstmise reeglistiku alusel.
* Lubatud on kasutada põlvetugisukkasid, randmesidemeid ja tõstevööd.
* Võistlejal peab olema T-särk, ühes tükis TRIKOO, sportlikud sisejalatsid ning jõutõmbes põlvikud!
* NB! Kõik võistlejad peavad olema valmis dopingukontrolliks!

Kõik käesolevas juhendis käsitlemata küsimused lahendab võistluste kohtunikekogu kohapeal.

Läbiviijaks on Tartumaa Spordiliit koostöös Elva valla ja SK Jõuspordiga.

NB! Soovituslikult palume kõigil pealtvaatajatel ja abilistel kasutada kaitsemaske.

Tartumaa Spordiliit