

JÕUSTRUKTUURIDE 2023. AASTA KLASSIKALISE JÕUTÕSTMISE AUHINNAVÕISTLUSTE ÜLDJUHEND

1. Eesmärk

1. Populariseerida jõutõstmist jõustruktuurides.
2. Selgitada välja jõustruktuuride parimad jõutõstjad ja vanglateenistuse parimad lamades surujad.

2. Võistluste organiseerimine, aeg ja koht

1. Võistlust organiseerib ja viib läbi Vanglateenistus koostöös spordiklubiga M&M Strength.
2. Võistlused toimuvad reedel, 05. mai Elva spordihoones (Tartu mnt 3) algusega kell 10.30, kaalumine 8.30 - 10.00.

3. Osavõtjad

1. Võistlustest võivad osa võtta Siseministeeriumi, Justiitsministeeriumi, Kaitseministeeriumi, Kaitsealiidu, Politsei- ja Piirivalveameti, Sisekaitseakadeemia, Kaitsepolitsei ameti, Maksu- ja Tolliameti, Kaitseväe, Päästeameti, Siseministeeriumi infotehnoloogia- ja arenduskeskuse asutuste täis- ja osalise tööajaga töötavad teenistujad (k.a. kaitsealised ja kaitsevälased), pensionile läinud ametnikud ja teenistujad ning Sisekaitseakadeemia teenistujad ja üliõpilased.
2. Osavõtumaks 15 EUR inimene. Arve saadetakse pärast võistlusi vastava võistleja asutusele. Osavõtumaksu ei pea maksma Vanglateenistuse ja Sisekaitseakadeemia täis- ja osalise tööajaga töötavad teenistujad, üliõpilased, pensionile läinud ametnikud ja teenistujad.
3. Kõik võistlejad vastutavad personaalselt oma tervise eest.
4. **Kõik võistlejad peavad valmis olema dopingukontrolliks!**

4. Kategooriad

1. Mehed võistlevad kehakaalukategooriates: -66 kg, -74 kg, -83 kg, -93kg, -105 kg ja 105+ kg. Absoluutvõitjad selgitatakse IPF GL punktitalabeli alusel.
2. Naised võistlevad kehakaalukategooriates: -63 kg, -69 kg ja 69+ kg. Absoluutvõitjad selgitatakse IPF GL punktitalabeli alusel.
3. Eraldi arvestust peetakse vanglateenistuse lamades surujate seas (võivad tulla tegema ainult lamades surumist). Mehed võistlevad kehakaalukategooriates: - 74 kg, -83 kg, -93kg ja 93+ kg. Absoluutvõitjad selgitatakse IPF GL punktitalabeli alusel. Naised võistlevad IPF GL punktide alusel.

5. Registreerimine

1. Eelregistreerimine teha hiljemalt 01.05.2023 e-posti teel: jaanika.kurgjarv@just.ee.
2. Registreerimisel saata järgmised andmed:
 1. Ees- ja perekonnanimi
 2. Sünnikuupäev
 3. Kaalukategooria
 4. Esindatav kollektiiv

6. Võistlusmäärused

1. Võisteldakse Rahvusvahelise Jõutõsteliidu (IPF) poolt tunnustatud võistlusmääruste alusel.
2. Iga võistleja kohustub võistleva Eesti Jõutõsteliidus võistlemise kehtiva korra järgi. Kõik käesolevas juhendis käsitlemata küsimused lahendab võistluste kohtunike kogu kohapeal.

3. Võistlejatel on õigus kasutada tõstevööd, randmesidemeid ja (neopreenist) põlve tugisidemeid.
4. Võistlejatel on kohustus kasutada jõutõmbes põlvikuid.
5. Klassikalises jõutõstmises ei tohi kasutada surumissärki, tugitrikood ja põlvesidemeid.

6.1 Võistlusmääruste erisused

1. Võistlustrikoo puudumisel on lubatud kasutada lühikesi liibuvaid pükse ja T-särki.

7. Autasustamine

1. Iga meeste ja naiste kaalukategooria kolme paremat autasustatakse medaliga. Vanglateenistuse mehi ka kinkekaardiga. Absoluutarvestuse kolme paremat meest ja naist meenega IPF GL punktide alusel.
2. Vanglateenistuse lamades surujate iga meeste kaalukategooria kolme paremat autasustatakse medali ja kinkekaardiga. Absoluutarvestuse kolme paremat kinkekaardiga IPF GL punktide alusel.
3. Kolme parimat vanglateenistuse lamades surujat naist autasustatakse IPF GL punktide alusel medali ja kinkekaardiga.
4. Teenistuste vahelisse võistkondliku arvestusse kuulub 3 liiget, kelle IPF GL punktid liidetakse kokku, mille alusel selgub paremusjärjestus. Võitja võistkonda autasustatakse rändkarikaga.

8. Info

1. Täpsemat informatsiooni võistluste kohta saab: Jaanika Kurgjärv tel: 5645 7374 või e-post: jaanika.kurgjarv@just.ee