**Tartumaa 2023 a klassikalise jõutõstmise MV-te ja Elva valla koolidevahelise MV-te juhend**

**Eesmärk:**

Selgitada välja 2023 a Tartumaa meistrid klassikalises jõutõstmises ja Elva valla parimad koolid lamades surumises.

**Aeg ja koht:**

* Võistlused toimuvad **laupäeval, 16. detsembril Rõngu Keskkoolis (Puiestee 19)**
* Algus: kell 12.00
* Kaalumine: 10.00-11.30

**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 avatud klassis alljärgnevates kaalukategooriates:

◦ **Mehed** : -66, -74, -83, -93, -105, 105+ kg

◦ **Naised** : -52, -57, -63, -69, 76, 76+ kg

* **Naiste ja meeste** meistrid selguvad absoluutarvestuses (Absoluutvõitjad selgitatakse IPF GL punktitabeli alusel).
* Kõik võistlejad vastutavad personaalselt oma tervise eest.

**Registreerimine:**

* **Võistlustest soovijatel tuleb varasemalt registreerida!**
* **Saata e-mail:** [**peep@sbdestonia.ee**](mailto:peep@sbdestonia.ee)**,** [**kady.kampus@gmail.com**](mailto:kadykampus@gmail.com)
* **ja** [**info.jousport@gmail.com**](mailto:info.jousport@gmail.com) **(kõikidele e-mailidele!)**
* **E-mail pealkiri „Tartumaa MV 2023 ja Elva valla koolidevaheline MV”, Nimi, sünniaeg, tel number, kaaluklass, klubi/asutus/kool**
* **Eelregistreerimise tähtaeg on laupäev, 02. detsember 2023 kell 23:00**

Lõplik registreerimine lõpeb laupäeval, 9. detsembril kell 23:00

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.

**Osalemistasud:**

* **Tartumaa avatud klassi võistlejatel on võistluste osalustasu 5 €.**
* **Väljaspool arvestust võistlejatel 15 €.**
* **Osalustasu tuleb tasuda kaalumisel.**
* **NB! Võistlejatel, kes pole eelnevalt registreeritud, on osalemistasu 20 €**

**Autasustamine:**

* Iga kehakaalu 3-me paremat autasustatakse diplomiga. Esikohale meistri- medal.
* Absoluutarvestuse parimatele (IPF GL punktide järjestuse alusel) eriauhinnad.
* Elva valla koolinoorte arvestuses autasustakse absoluutarvestuse 3-me parimat neiut ja noormeest medaliga. Võistkondlikult 3-me parimat võistkonda karikaga (ühte võistkonda kuulub 3 noort). Arvestus toimub IPF GL punktide järjestuse alusel.

**Üldiselt:**

* Võisteldakse Rahvusvahelise Jõutõsteliidu (IPF) klassikalise jõutõstmise reeglistiku alusel.
* Lubatud on kasutada põlve tugisukkasid, randmesidemeid ja tõstevööd.
* Võistlejal peab olema ühes tükis TRIKOO (Trikoo puudumisel .- T-särk ja lühikesed retuusid või lühikesed püksid, sportlikud sisejalatsid ning jõutõmbes põlvikud!
* Kõik võistlejad peavad olema valmis dopingukontrolliks!
* Tartumaa klassikalise jõutõstmise MV toimuvad koos (samaaegselt) Elva valla koolinoorte MV-ga.

Kõik käesolevas juhendis käsitlemata küsimused lahendab võistluste kohtunikekogu kohapeal.

Läbiviijaks on SK Jõusport koostöös Tartumaa Spordiliidu, Elva valla ja Eesti Jõutõsteliiduga.

SK Jõusport

Peeter Aan

5202842

info.jousport@gmail.com