

## HEINO MAISTE NIMELISED JÕUTÕMBEVÕISTLUSED 2024.a.

### VÕISTLUSJUHEND

#### 1. EESMÄRK

Edendada jõutõstmist Rapla Maakonnas .Selgitada välja jõutõmbes kõige tugevam.

#### 2. AEG JA KOHT

Võistlused toimuvad 01.06 .2024. a. algusega kell 11.00 Märjamaa Valla Spordihoones.

Võistlejate kaalumine kohapeal ajavahemikus kella 10.00-10.30-ni.

#### 3. JUHTIMINE

Võistluste üldjuhtimist teostab ja viib läbi MTÜ Märjamaa Power koos Emiila Kalbusega (kooli praktilisetöö raames).

#### 4. OSAVÕTJAD

Rapla maakonnas elavad, õppivad ja töötavad kodanikud ning Rapla maakonna spordiklubide liikmeskonda kuuluvad sportlased.

Korraldav klubi võib lubada võistleva ka sportlasi väljaspool Raplamaakonda, kuni võistlejate arvu täitumiseni.

**Osalema on lubatud alates 13.-st eluaastast (2011. ja varem sündinud).**

**NB! Võistelda soovivad alaealised (-18 aastased), peavad esitama kaalumisel**

**lapsevanema poolt allkirjastatud kirjaliku tõendi, millega lapsevanem annab loa oma lapsel**

**võistelda Heino Maiste nimelisel jõutõmbe võistlusel ja on teadlik oma lapse tervislikust seisundist.**

**Tervisliku seisundi eest võistlusel vastutab iga tõstja ise. Soovitav on omada kindlustust.**

#### 5. REGISTREERIMINE

NB! Kõik võistlejad peavad olema eelnevalt registreeritud 17.05.2024.a. kella 23.00-ks. Pärast eelregistreerimise lõppu võistlejaid juurde ei registreerita.

Võistleja andmed (nimi, sünnikuupäev, asula, kaaluklass, kontakttelefon) tuleb saata e-mailile Emiilia.Kalbus@gmail.com. E-maili pealkirjaks panna " H.Maiste Jõutõmbe võistlus ".

#### 5. KEHAKAALUD

Mehed: - 59kg; - 66kg; - 74kg; - 83kg; - 93kg; - 105kg; - 120kg, +120kg

Naised:

-57kg, -63kg, -69kg, -76kg +76kg

## 6. AUTASUSTAMINE

MTÜ Märjamaa Power autasustab iga kaaluklassi kolme parimat medaliga. Autasustatakse ka IPF“GL punktide järgi meeste ja naiste absoluut paremikku.

## 7. MAJANDAMINE

Osavõtjate lähetuskulud kannavad neid lähetavad organisatsioonid või võistlejad ise.

Osavõtumaksu ei ole.

## 8. VÕISTLUSMÄÄRUSED

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

Võistlejal on kohustuslik kasutada Jõutõmbel trikood (pehmest või liibuvast, venivast riidest) või lühikesi liibuvaid pükse, T-särki, jõutõmbes põlvikuid.

Võistlustest ei tohi osa võtta EJTL võistluskeeldu või dopingukaristust kandvad sportlased.

**NB! Kõik võistlejad peavad olema valmis dopingukontrolliks!**

## 9. ÜLDISELT

Juhendis märkimata küsimused lahendatakse kohapeal peakohtuniku poolt. Täiendav info

[Marjamaapower@gmail.com](mailto:Marjamaapower@gmail.com) või Ketter Linna <tel:56254283>