**Eesti meistrivõistlused klassikalises jõutõstmises (Avatud klassile) 2024 – juhend**

**1. Võistluse eesmärk ja ülesanded**

 selgitada Eesti Vabariigi parimad jõutõstjad avatud klassis, individuaal- kui klubide arvestuses;

 selgitada välja jõutõstjad, kes saavad osaleda klassikalise jõutõstmise Euroopa MV-l, esindamaks Eesti jõutõstmise koondist.

**2. Võistluste organiseerimine, koht ja aeg**

 võistlusi organiseerib ja viib läbi Eesti Jõutõsteliit koostöös TÜASK-ga

 võistluste direktor: Peep Päll tel 5117144

 võistluste toimumiskoht: **Tartu, Tartu Ülikooli Spordihoone, Ujula 4**

 võistluste aeg: **28.-29. september 2024**

**3. Registreerimine**

**Eelregistreerimise tähtaeg on laupäev 7. september 2024 kell 23:00**

Pärast eelregistreerimise lõppu võistlejaid juurde ei registreerita!

**Lõpliku registreerimise tähtaeg on teisipäev** **17. september 2024 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.
* 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.

Eelregistreerimiseks tuleb saata järgmised võistleja andmed:

1. Eesnimi ja perekonnanimi

2. Sünnikuupäev

3. Spordiklubi või asutus (indiv. võistlejal)

4. Kaalukategooria

5. Kontakttelefon ja e-mail

**6. Sportlase TREENER(ID). Igal sportlasel on lubatud EMV-te soojendusruumi kaasata 1-3 pea- ja abitreenerit ning oote alasse 1-2 peatreenerit, kes täidavad juhendi punkt 12. kriteeriumid.**

7. **Parimad tulemused kükis, lamades surumises, jõutõmbes ja kogusummas, mis on sooritatud 2023 või 2024 a klassikalise jõutõstmise võistlustel (NB! Kui ei ole võistelnud, siis parimad tulemused, mis on sooritatud viimase aasta treeningutel).**

Võistleja andmed tuleb saata e-mailidele:

peep@sbdestonia.ee

kady.kampus@gmail.com,

alexander@powerlifting.ee (kõigile kolmele).

E-maili pealkiri: "EMV klassikalises jõutõstmises 2024".

**4. Osalemistasud**

**Eesti MV-te sportlase osalustasu on 40 €**

**Eesti MV-te treeneri osalustasu ühe päeva eest on 5€, kahe päeva eest 10€**

**NB! Avatud klassi EMV-l võivad osaleda ka noorte, juunioride ja veteranide klassi kuuluvad sportlased.**

2024.a. tuleb Eesti Jõutõsteliidu meistrivõistlusel osalejal tasuda sportlase ühekordne individuaalne aastamaks ehk sportlase litsents.

2024.a. EJTL sportlaste (vastavalt vanuseklassile) litsentsitasud on järgmised:

* Avatud klass (1985. - 2000.a sündinud): 15 €
* Noored (2006. – 2010. sündinud): 5 €
* Juuniorid (2005. - 2001. sündinud): 10 €
* M 1 (1975. - 1984. sündinud): 15 €
* M 2 (1965. - 1974. sündinud): 15 €
* M 3 (1955. - 1964. sündinud): 10 €
* M 4 (1954.a. ja varem sündinud): 5 €

2024.a. EMV-l juba osalenud ning litsentsi tasunud sportlased - ei pea teistkordselt litsentsi tasuma!

**Kui ei esindata EJTL-i kuuluvat spordiklubi, siis tuleb lisaks maksta EJTL spordiklubisse mitte kuulumise tasu (vastavalt vanuseklassile):**

* Avatud klass (1985. - 2000.a sündinud): 15 €
* Noored (2006. – 2010. sündinud): 5 €
* Juuniorid (2005. - 2001. sündinud): 10 €
* M 1 (1975. - 1984. sündinud): 15 €
* M 2 (1965. - 1974. sündinud): 15 €
* M 3 (1955. - 1964. sündinud): 10 €
* M 4 (1954.a. ja varem sündinud): 5 €

Võistleja peab maksma kõik osalemistasud Eesti Jõutõsteliidu arvele Swedbank a/a EE592200001120201788, märkides selgituse lahtrisse ees- ja perekonnanime ning „ **2024 EMV klassikalises jõutõstmises sportlase ja/või treeneri osalemistasu**“.

**Maksmise tähtaeg: 21.09.2024**

NB! Pärast lõplikult võistlustele registreerimist EJTL osavõtutasu ei tagasta.

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

**5. Ajakava ja grupid**

Esialgne ajakava

Laupäev 28. september 2024

8:00-9:30 – kaalumine (naised)

10:00 – võistluste algus

14:00-15:30 – kaalumine (mehed – 59, -66, -74 ja -83kg)

16:00 – võistluste algus

Pühapäev 29. september 2023

8:00-9:30 – kaalumine (mehed – 93 ja -105kg)

10:00 – võistluste algus

13:00-14:30 – kaalumine (mehed – 120 ja 120+kg)

15:00 – võistluste algus

Lõplikud võistlejate grupid ja ajakava selguvad pärast lõplikku registreerimist – 18. septembril!

**6. Autasustamine**

**Mehed**

* **Meeste kehakaaluklasside** -59 kg; -66 kg; -74 kg; -83 kg; -93 kg; -105 kg; -120 kg; +120 kg esikolmikut autasustatakse **Eesti meistrivõistluste medaliga**.
* **2024 a absoluutne meister** selgub IPF GL Formula punktide alusel, 3 parimat autasustatakse karikaga.

**Naised**

* **Naiste** kehakaaluklasside -47 kg; -52 kg; -57 kg; -63 kg; -69kg; -76 kg; -84 kg; -84+ kg; esikolmikut autasustatakse **Eesti meistrivõistluste medaliga.**
* **2024 a absoluutne meister** selgub IPF GL Formula punktide alusel, 3 parimat autasustatakse karikaga.

**7. Sportlaste osavõtt**

* Osalema on lubatud Eesti Vabariigi kodanikud, alates 14.-st eluaastast (2010. ja varem sündinud).
* Osalema on lubatud sportlased ja nende treenerid, kes on allkirjastatud EJTL ja sportlase vahelise lepingu, millega kinnitavad, et järgivad ainult IPF ja WADA võistlusreegleid.
* NB! Võistelda soovivad alaealised (-18 aastased), peavad esitama kaalumisel lapsevanema poolt allkirjastatud kirjaliku tõendi, millega lapsevanem annab loa oma lapsel võistelda jõutõstmise Eesti Meistrivõistlustel ja on teadlik oma lapse tervislikust seisundist.
* Kõik võistlejad kannavad personaalselt vastutust oma tervisliku seisundi eest.
* Võistelda ei saa sportlased, kellel kehtib EJTL-i võistluskeeld!

**8. Eesti võistkondlikud meistrivõistlused**

 EJTL klubidele on aastamaks 100 €. Klubid, kes soovivad liikmeks astuda, peavad maksma ühekordse liitumismaksu 75 € ja aastamaksu 100€ (Swedbank a/a EE592200001120201788).

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

 Naiskondade võistkonnamaks on 30 €

 Meeskondade võistkonnamaks on 40 €

 **Meeskonnad** järjestatakse IPF GL Formula punktide alusel (kuni **nelja (4)** parima võistleja IPF Formula punktid kokkuliidetult).

* **Naiskondade võistkonnad** järjestatakse IPF GL Formula punktide alusel (kuni **kolme (3)** parima võistleja IPF Formula punktid kokkuliidetult).

 Autasustamine.

Võistkondlikult autasutatakse kolme parima meeskonna ja kolme parima naiskonna igat liiget karikaga.

**9. Dopingukontroll**

Dopingukontrolli teostab Eesti Antidopingu Keskus koostöös Rahvusvahelise Jõutõsteliiduga (IPF). Iga registreerunud sportlane peab olema valmis dopingukontrolliks aastaringselt. 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-i poolt kuni 4-aastane võistluskeeld ja trahv kuni 2500 EUR. Trahvi määrab Eesti Jõutõsteliidu distsiplinaarkomisjon.

**10. Toetajad**

Eesti Jõutõsteliit, EOK, EAD, TÜASK

**11. 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.

**12. Treenerite osalemise kriteeriumid**

2024 a klassikalise jõutõstmise Eesti MV-l ametlikult treeneritena osaleda soovijad peavad järgima järgnevaid tingimusi:

* **Olema eelnevalt registreeritud (hiljemalt 17.09.2024)**
* **Peavad olema tasunud treeneri tasu (hiljemalt 21.09.2024)**
* **Allkirjastama eelnevalt Eesti Jõutõsteliidu ja treeneri vahelise lepingu (sportlase kaalumisel).**

**NB! Kui võistlev sportlane soovib olla treener teis(t)ele sportlas(t)ele teisel sessioonil või teisel päeval, siis peab ta samuti järgima treeneri osalemise kriteeriumid. (Samas võistlusgrupis võistlevad sportlased võivad üksteist abistada soojendusel.)**

* **Kui sportlane või spordiklubi soovib lisada juurde UUE treeneri veel vahetult enne võistlust (kes pole varasemalt registreeritud), siis on seda eritingimustel võimalus teha sportlase kaalumisel.**
* **UUE treeneri osalustasu ühe päeva eest on siis 10€ (tasumine kaalumisel sularahas).**

**13. Kõigile pealtvaatajatele on võistluste jälgimine TASUTA!**