

EESTI MEISTRIVÕISTLUSED

KLASSIKALISES LAMADES SURUMISES

NOORED, JUUNIORID JA SEENIORID 2026

Aeg	Laupäev, 7. november 2026
Koht	Märjamaa Valla Spordikeskus, Staadioni tn 3, Märjamaa alev, 78304 Rapla maakond
Korraldaja	Eesti Jõutõsteliit koostöös Märjamaa Power spordiklubiga

1. Võistluse eesmärk ja ülesanded

- Selgitada välja Eesti Vabariigi parimad lamades surujad noorte, juunioride ja seenioride vanuseklassides.
- Populariseerida klassikalist jõutõstmist ja lamades surumist.

2. Võistluse organiseerimine, koht ja aeg

- Võistluse korraldab ja viib läbi Eesti Jõutõsteliit koostöös Märjamaa Power spordiklubiga.
- Võistluste direktor: Ketter Linna, tel 5625 4283.
- Toimumiskoht: Märjamaa Valla Spordikeskus, Staadioni tn 3, Märjamaa alev, 78304 Rapla maakond.
- Aeg: laupäev, 7. november 2026.

3. Registreerimine

Etap	Periood	Tähtaeg
Eelregistreerimine	17. september – 17. oktoober 2026	17.10.2026 kell 23:00
Lõplik registreerimine	18. oktoober – 27. oktoober 2026	27.10.2026 kell 23:00

Oluline info

- Pärast eelregistreerimise lõppu uusi võistlejaid juurde ei lisata.
- Lõplikku registreerimist ei pea tegema sportlased, kes ei muuda kaaluklassi.
- Pärast lõplikku registreerimist kaaluklassi enam muuta ei saa.
- Kui sportlane ei mahu kaalumisel registreeritud kaaluklassi, lubatakse ta võistleva väljaspool arvestust. IPF GL punktid lähevad siiski võistkondlikus arvestuses kirja.
- Lõplikult registreeritud sportlased on kohustatud tasuma kõik osalustasud sõltumata osalemisest.
- Võistlemiseks on eelregistreerimine kohustuslik – registreerimata sportlasi võistleva ei lubata.

Kehakaalukategooriad

- Naised: –43 kg (ainult noored ja juuniorid), –47 kg, –52 kg, –57 kg, –63 kg, –69 kg, –76 kg, –84 kg ja 84+ kg.
- Mehed: –53 kg (ainult noored ja juuniorid), –59 kg, –66 kg, –74 kg, –83 kg, –93 kg, –105 kg, –120 kg ja 120+ kg.

Eelregistreerimiseks tuleb esitada järgmised andmed:

- Ees- ja perekonnanimi
- Sünnikuupäev
- Spordiklubi või asutus (või märges „individuaalvõistleja“)
- Kehakaaluklass
- Kontakttelefon
- Treener(id) – soojendusruumis võib sportlasel olla 1 peatreener ja 1–2 abitreenerit; ootealal 1 peatreener ja 1 abitreener.

Andmed saata kõigile järgmistele e-posti aadressidele:

- peep@sbdstonia.ee
- kady.kampus@gmail.com
- alexander@powerlifting.ee

E-kirja pealkiri: „EMV klassikalises lamades surumises 2026“

4. Osalemistasud

Klass	Sünniaastad	Osalemistasu
Noored	2008–2012	25 €
Juuniorid	2003–2007	30 €
M1 (seenior)	1977–1986	50 €
M2	1967–1976	50 €
M3	1957–1966	30 €
M4	1956 ja varem	25 €

NB! Litsentsitasu on 2026. aastal kõigile vanuseklassidele 25 €. Litsentsitasu makstakse kalendriaastas ühe korra.

Klass	Sünniaastad	Litsentsitasu
Noored	2008–2012	25 €
Juuniorid	2003–2007	25 €
M1 (seenior)	1977–1986	25 €
M2	1967–1976	25 €
M3	1957–1966	25 €
M4	1956 ja varem	25 €

EJTL-i litsentseeritud sportlased 2026: powerlifting.ee/litsentseeritud-sportlased/

Kui sportlane ei esinda EJTL-i kuuluvat spordiklubi, lisandub järgmine tasu:

Klass	Sünniaastad	Lisatasu
Noored	2008–2012	5 €
Juuniorid	2003–2007	10 €
M1 (seenior)	1977–1986	15 €
M2	1967–1976	15 €
M3	1957–1966	10 €
M4	1956 ja varem	5 €

- Treeneri osalustasu: 10 €.

Makseinfo

- Saaja: Eesti Jõutõsteliit
- Swedbank: EE592200001120201788
- Selgitus: „[Ees- ja perekonnanimi] – EMV klassikalises lamades surumises 2026 osalustasu“
- Tasumise tähtaeg: 31. oktoober 2026

5. Ajakava (esialgne)

Laupäev, 7. november 2026

Kellaeg	Tegevus
09:00–10:30	Kaalumine: kõik naised ja noored mehed (–18 a)
11:00	I sessiooni võistluse algus
12:00–13:30	Kaalumine: mehed (juuniorid ja seeniorid)
14:00	II sessiooni võistluse algus

NB! Lõplik ajakava ja võistlejate grupid avalikustatakse hiljemalt 31.10.2026 EJTL-i kodulehel www.powerlifting.ee.

6. Autasustamine

Mehed

- Noormehed (–18 a) ja juuniorid (–23 a): medalid kõikides kehakaaluklassides.
- Seeniorid M1-M4: medalid kõikides kehakaaluklassides.
- Absoluutarvestus: noorte, juunioride ja M1-M4 meeste Eesti meister selgub IPF GL punktide alusel; iga vanuseklassi kolm parimat autasustatakse karikaga.

Naised

- Noored (–18 a) ja juuniorid (–23 a): medalid kõikides kehakaaluklassides.
- Seeniorid M1-M4: medalid kõikides kehakaaluklassides.
- Absoluutarvestus: noorte, juunioride ja M1-M4 meeste Eesti meister selgub IPF GL punktide alusel; iga vanuseklassi kolm parimat autasustatakse karikaga.

7. Sportlaste osavõtt

- Osaleda võivad Eesti Vabariigi kodanikud alates 14. eluaastast.
- Võistluskeeldu omavad sportlased ei saa osaleda.
- Sportlased ja treenerid peavad allkirjastama EJTL-i lepingu ning järgima IPF-i ja EJTL-i reegleid.
- Alaeadised (alla 18 a) peavad kaalumisel esitama lapsevanema või seadusliku eestkostja kirjaliku nõusoleku.
- Iga sportlane vastutab oma tervisliku seisundi eest.

8. Võistkondlik arvestus

- EJTL-i liikmesklubide aastamaks: 100 € (uued klubid: 75 € liitumistasu + 100 € aastamaks).
- Noorte ja juunioride võistkondlik osalustasu: 25 €.
- Arvestusse lähevad kuni kolme parima sportlase IPF GL punktid; võistkonnas võivad olla nii noormehed kui neid.
- Autasustatakse kolme parimat võistkonda; kõik arvestusse kuuluvad liikmed saavad medali.
- Võistkondlikku arvestust ei toimu, kui registreerub alla kahe võistkonna.

9. Dopingukontroll

- Võistlustel võib dopingukontrolli läbi viia Eesti Antidoping ja Spordieetika Sihtasutus (EADSE) vastavalt kehtivatele antidopingureeglitele.
- Kõik sportlased peavad olema valmis nii võistlussiseseks kui ka võistlusväliseks testimiseks.
- Dopingukontrollist keeldumine, sellest kõrvalehoidumine või dopingukontrollipersonali juhiste mitteallumine on dopinguvastaste reeglite rikkumine ja võib kaasa tuua sanktsiooni.

- Dopinguvastaste reeglite rikkumise korral kohaldatakse tagajärgi vastavalt kehtivale maailma dopinguvastasele koodeksile, rahvusvahelistele standarditele ning asjakohaste organisatsioonide reeglitele.

10. Toetajad

- Eesti Jõutõsteliit, Eesti Olümpiakomitee (EOK), Eesti Antidopingu ja Spordieetika Sihtasutus (EADSE), Märjamaa Power spordiklubi ja Märjamaa vald.

11. Võistlusmäärused

- Võistlused viiakse läbi IPF-i kehtivate võistlusmääruste alusel.
- Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab kohtunikekogu koostöös EJTL-i juhatusega kohapeal.

IPF Technical Rules 2026: [powerlifting.sport – Technical Rules](https://www.powerlifting.sport/TechnicalRules)

12. Treenerite osalemine

Treener peab:

- olema registreeritud hiljemalt 27.10.2026;
- olema tasunud osalustasu hiljemalt 31.10.2026;
- allkirjastama EJTL-i lepingu digiallkirjaga või paberkandjal kaalumisel.
- Kui sportlane soovib tegutseda treenerina teisel sessioonil, peab ta samuti järgima eeltoodud kriteeriume. Sama sessiooni sportlased võivad üksteist abistada.

Hilinenud treeneri registreerimine (28.10–07.11.2026 või kohapeal kaalumisel):

- Võimalik ainult erandkorras.
- Osalustasu: 20 € (sularahas).

13. Pealtvaatajatele

- Kõigile pealtvaatajatele on võistluste jälgimine tasuta.

Eesti Jõutõsteliit
www.powerlifting.ee