



MŁODOŚĆ PEŁNA PASJI

Najlepszy czas na rozwój

Regulamin

XI Akademickich Mistrzostw Śląska w wyciskaniu sztangi leżąc

Regulamin zawodów

I Cel:

1. Popularyzacja trójboju siłowego i wyciskania sztangi leżąc w środowisku akademickim.

II. Organizatorzy:

1. Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach
2. Akademicki Związek Sportowy AWF Katowice
3. Polski Związek Kulturystyki, Fitness i trójboju Siłowego w Warszawie

III. Termin i miejsce

1. Termin: **19.12.2008 (piątek).**
2. Miejsce: **Hala AWF Katowice Ul. Mikołowska 72 w Katowicach.**

IV. Warunki uczestnictwa:

1. W zawodach uczestniczyć mogą:
 - reprezentanci akademickich klubów sportowych
2. Każda uczelnia ma prawo zgłosić do rywalizacji 10 zawodników oraz dwóch rezerwowych i 10 zawodniczek oraz dwie rezerwowe.
3. Zawodnicy i zawodniczki muszą spełniać następujące warunki:
 - a. posiadać aktualna legitymacje członkowską AZS
 - b. posiadać aktualna legitymacje studencką lub pracowniczą
 - c. posiadać ważne badania lekarskie:
 - Zaświadczenie lekarskie z klauzulą „*Zdolny do zawodów trójboju siłowego*” podpisaną przez lekarza.
4. Zawodniczki i zawodnicy zgłoszeni do rywalizacji sklasyfikowani będą po uzyskaniu minimum wyznaczonego limitu dla poszczególnych kategorii wagowych (Normy Klas Sportowych Polskiego Związku Kulturystyki i Trójboju Siłowego – klasa młodzieżowa B).
5. Drużyna gospodarzy ma prawo do wystawienie dwóch drużyn (A i B) kobiet i dwóch drużyn (A i B) mężczyzn, które będą sklasyfikowane oddzielnie.

V. Sposób rywalizacji

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi przepisami IPF i PZKFiTS.

Klasyfikacja indywidualna zostanie przeprowadzona:

- Kobiety: w kat. open,
- Mężczyźni: w kat. wagowych:
56; 60; 67,5; 75; 82,5; 90; 100; 110; 125; +125 kg

VI. Klasyfikacja:

- Zawodniczki sklasyfikowane będą w kategorii open według formuły Wilks'a.
- Zawodnicy sklasyfikowani będą według zajętych miejsc w kategoriach wagowych.

Uwaga! Sklasyfikowani zostaną tylko zawodnicy i zawodniczki, którzy uzyskają wynik minimum młodzieżowej klasy sportowej B.

Nie spełnienie tego warunku nie wyklucza ze startu w zawodach, lecz ze wszelkich klasyfikacji na tych zawodach.

Do klasyfikacji drużynowej mężczyzn liczy się 6 najlepszych z zajętych miejsc przez zawodników.

Do klasyfikacji drużynowej kobiet liczy się 6 najlepszych z zajętych miejsc przez zawodniczki.

Punkty do klasyfikacji drużynowej obliczane są wg następującego klucza:

I-12pkt., II-9pkt., III-8pkt., IV-7pkt., V-6pkt., VI-5pkt., itd. Miejsce X i niższe otrzymują po jednym punkcie.

Najlepszą Zawodniczką wśród zawodniczek i Najlepszym Zawodnikiem wśród zawodników zostanie uznany zawodniczka/zawodnik z największą liczbą punktów Wilks'a.

Oficjalny komunikat zawodów zostanie sporządzony po weryfikacji uzyskanych wyników.

VII. Nagrody

1. Pierwsze 3 miejsca w kategorii open mężczyzn zostanie nagrodzone pucharami i nagrodami rzeczowymi.
2. Pierwsze 3 miejsca w każdej kategorii wagowej mężczyzn zostaną nagrodzone medalami.
3. Pierwsze 3 miejsca w kategorii open kobiet zostaną nagrodzone pucharami, medalami i nagrodami rzeczowymi.
4. Wszyscy zawodnicy i zawodniczki, którzy uzyskali lub przewyższyli odpowiedni dla danej kategorii wagowej limit otrzymają dyplomy.
5. Pierwsze 3 miejsca w kategorii drużynowej mężczyzn zostaną nagrodzone pucharami.
6. Pierwsze 3 miejsca w kategorii drużynowej kobiet zostaną nagrodzone pucharami

VIII. Zgłoszenia

Należy przysyłać w odpowiednim formularzu do 17.12.08 na adres email:

wilmichal@wp.pl

Zgłoszenie powinno zawierać:

- Nazwę uczelni zgłaszającej
- Imię i nazwisko zawodników/czek
- kategorię wagową
- wynik jaki zawodniczka/k uzyskał w ciągu ostatnich 6-ciu miesięcy

Uwaga!

Zawodnicy których zgłoszenia nie zostaną nadesłane w terminie na podany adres email nie będą mogli brać udziału w zawodach.

IX. Program zawodów

Proponowany program zawodów:

- 19.12.2008r. piątek
- | | |
|---------------------|--|
| godz. 14.00 – 15.30 | ważenie wszystkich zawodniczek i wszystkich zawodników |
| godz. 16.00 | oficjalne otwarcie zawodów |
| godz. 16.15 | początek startu według kolejności ustalonej po ważeniu |

Program zawodów może ulec zmianie w zależności od ilości zgłoszeń – potwierdzenie godzin ważenia dnia 18.12.2008r. pod nr tel. kom. tel.604655355 (Piotr Krawczyk).

X. Informacje

- **Krawczyk Piotr tel. 604655355**
- **AZS AWF ul.Mikołowska 72a
40-065 Katowice
Tel. 32-2519583
32-2516176**

XI. Postanowienia końcowe

Prawo interpretacji niniejszego regulaminu należy do organizatorów.

Kluby i uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Wszystkie sprawy sporne nie objęte regulaminem rozstrzygać będzie organizator.

Chorzów, 29.11.2008r.

ORGANIZATORZY

AWF- Katowice
AZS AWF Katowice
Uczelniana Rada Samorządu Studenckiego
Krawczyk Piotr