

## EESTI ÜLIÕPILASTE 2019 a LAHTISED MEISTRIVÕISTLUSED KLASSIKALISES LAMADES SURUMISES

### J u h e n d

**1. EESMÄRK.** Selgitada Eesti üliõpilaste parimad **klassikalises lamades surumises**. Propageerida jõutõstmise üksikala – lamades surumist- Eesti kõrgkoolides ja mujal.

**2. AEG JA KOHT.** Võistlused toimuvad **laupäeval, 9. novembril 2019** algusega **kell 11.15 Tartumaal, Kõrveküla Spordihoones. Kaalumine 10.00-10.45.**

**3. KORRALDAMINE.** Võistlused organiseerib Eesti Akadeemiline Spordiliit koostöös Tartu Ülikooli Akadeemilise Spordiklubiga ja Tartumaa Spordiliiduga. Võistluse raames selgitatakse eraldi välja ka Tartu Ülikooli ning Tartumaa noorte ja juunioride meistrid klassikalises lamades surumises. Peakorraldaja on Peep Päll (51 17 144).

**4. OSAVÕTJAD.** Võistlustest saavad osa võtta nii EASL-i liikmesõppeasutuste ja teiste Eesti kõrgkoolide üliõpilased (k.a. kadetid, magistrandid, doktorandid), kellel on kehtiv üliõpilaspilet (vanusepiiranguid ei ole) ning vilistlased, kes on lõpetanud õppeasutuse 2019. a., aga ka kõik teised soovijad. (v.a. sportlased, kellel kehtib EJTL-i võistluskeeld). **Liikmeskoolide üliõpilastele on osalemine tasuta.**

Osalemistasu EASL-i **liikmeskonda mittekuuluvate** kõrgkoolide üliõpilastele ja töötajatele on 10 eurot, mida saab tasuda EASL-i pangaarvele (a/k EE462200221011374025) või sularahas kohapeal.

### **5. VÕISTLUSTE SÜSTEEM.**

- Võisteldakse **klassikalises lamades surumises (ilma tugisärgita).**
- Võistlused viiakse läbi Rahvusvahelise Jõutõsteliidu (IPF) poolt tunnustatud võistlusmääruste alusel.
- Lubatud varustus: **randmesidemed ning tõsterihm.**
- **Kõik võistlejad peavad kasutama lühikest sportliku riietust: TRIKOOD, sportlikke sisejalatseid, T-särki.**
- Võistleja on kohustatud kaalumisel ette näitama oma **võistlusvarustuse.**

### VÕISTLUSKORRALDUS:

- Võisteldakse ringsüsteemis (iga võistleja sooritab esimese katse, siis kõik võistlejad teise katse jne).
- Esialgne võistlejate jaotamine gruppidesse selgub pärast eelregistreerimist.
- Korraldajatel on õigus võistlejate gruppide muutmiseks ka võistluspäeval, s.t. pärast kaalumise lõppu.
- Kõik käesolevas juhendis määratlemata küsimused lahendab kohtunike kogu koos EASL esindajaga võistlustel kohapeal. Hilisemaid pretensioone ei arvestata.
- Võistluste ajakava  
10.00– 10.45 kaalumine, 11.15 võistluste algus

## **6. PAREMUSJÄRJESTUSE SELGITAMINE.**

- Mehed võistlevad kehakaalu kategooriates: kuni 74 kg; -83 kg; -93 kg; -105 kg; ja üle 105 kg, absoluutvõitja selgub IPF`i kehakaalu koefitsendi punktide alusel.
- Naised võistlevad kehakaalukategooriates -63 kg ja +63 kg.
- NB! juhul kui naisvõistlejaid on alla 5-e võistleja, selgitatakse paremus ainult IPF`i kehakaalu koefitsendi punktide alusel
- Võistkondlikku arvestusse läheb iga kooli 3 parema võistleja (s.h. üks naine) tulemus - IPF`i punktide kokku liitmisel.

**7. AUTASUSTAMINE.** Meeste ja naiste võitjat üliõpilaste hulgas autasustatakse medali, diplomi ja auhinnaga, teist ja kolmandat kohta autasustatakse medali, diplomi ja meenega. Kui antud kaalukategoorias on osalejaid üks või kaks, siis meistritiitlit ja auhindu välja ei anta, osalejad saavad diplomi. Peetakse kõrgkoolidevahelist arvestust: 3 parima (s.h. üks naine) kogutud punktide summana. Võitja kõrgkool saab karika ja diplomi. Ühel koolil võib olla mitu võistkonda.

**8. MAJANDAMINE.** EASL tasub võistluste tehnilise korraldamisega seotud kulud. Osavõtjate sõidu- ja kõik muud kulud kannavad lähetavad õppeasutused (klubid) või osavõtjad.

**9. REGISTREERIMINE.** Kõik võistlejad peavad olema eelnevalt registreeritud, vastasel juhul võistlema ei lubata.

Võistleja andmed (nimi, sünnikuupäev, kõrgkool, kaaluklass, kontakttelefon) tuleb saata [peep.pall@ut.ee](mailto:peep.pall@ut.ee) ja [peep@joudjavaim.ee](mailto:peep@joudjavaim.ee) e-mailidele. Registreerimine toimub ajavahemikul 1. oktoober - 4. november 2019.

**NB! Kui registreeritud võistleja soovib muuta oma kaalukategooriat, siis peab ta saatma selleks uue teavituse hiljemalt 31.10. 2019.**

Esialgelt registreeritud võistlejad, kes ei soovi muuta kaalukategooriat, ei ole kohustatud saatma teistkordset võistlemise kinnitust, vaid on automaatselt lisatud võistlejate lõpliku nimekirja.

**Eelregistreeritud ja lõplikult registreeritud võistlejad avalikustatakse jooksvalt:**

[www.easl.ee](http://www.easl.ee),

[www.joudjavaim.ee/uudised/](http://www.joudjavaim.ee/uudised/)



KINNITAN .....

“3.” oktoobril 2019.a,

Ants Veetõusme,

EASL-i president