

POWERLIFTING ZVEZA SLOVENIJE -

ZVEZA TROBOJA MOČI

Hrušica 70b, 4276 Hrušica

E: info@powerlifting.si

W: www.powerlifting.si

T: 041 378 455 (Urban Mur, predsednik)



Powerlifting zveza Slovenije – zveza troboja moči vabi vse, ki se želite preizkusiti na tekmovanju v powerliftingu (troboju moči) na

Prednovoletno tekmovanje v klasičnem troboju moči in klasičnem potisku s prsi



Sobota, 18. december

Klub dviganja uteži Olimpija, Ob železnici 14, 1000 Ljubljana

Vse informacije v dokumentu so zgolj informativne narave, pred pričetkom tekmovanja lahko pride do sprememb.

Opomba: Zaradi jedrnatosti je povsod uporabljena moška sklanjatev. Vse navedene informacije veljajo za oba spola.

ORGANIZATOR: KDU Olimpija

VODJA TEKMOVANJA: Nuša Balen, nusa.balen@gmail.si, 040-356-432

PREDSEDNIK PLZS: Urban Mur, info@powerlifting.si, 041-378-455

URNIK:

TEKMOVANJE	KATEGORIJE	ČAS
Potisk s prsi	Vse kategorije	Zjutraj
Troboj moči	Članice do -69kg, člani do -83kg	Dopoldne
Troboj moči	Članice od -69kg do 84+kg, člani od -83kg do 120+kg	Popoldne

Urnik tekmovanja ni točno določen in je le informativne narave. Končen urnik bo objavljen po koncu prijav. Število prijavljenih tekmovalcev bo omejeno.

PRIJAVE NA TEKMOVANJE:

Prijave na tekmovanje bodo možne **do sobote, 11. 12.**, preko spletnega obrazca. Na tekmovanju lahko nastopijo le tekmovalci, ki so registrirani pri PLZS. Tekmovalci morajo biti tudi člani enega izmed društev, ki je včlanjeno v zvezo. Več informacij o registraciji je navedenih spodaj, v poglavju »Registracija tekmovalcev«. Prijavnina mora biti poravnana najkasneje do vključno ponedeljka, 13. 12., sicer je prijava neveljavna. Vsak tekmovalec mora plačati tudi proti-dopinško takso.

Število tekmovalcev je omejeno. Do vključno 28.11. bodo prijave mogoče le za tekmovalce, ki v koledarskem letu še niso tekmovali pod okriljem PLZS. Od 28.11. do 11.12. bodo prijave odprte za vse tekmovalce.

PRIJAVNINA:

Troboj moči (prijava do 11. 12., plačilo do vključno 13. 12.)	20€
Potisk s prsi (prijava do 11. 12., plačilo do vključno 13. 12.)	20€
Proti-dopinška taksa	10€

LETNA REGISTRACIJA TEKMOVALCEV:

- Plačilo do vključno 31.1. 10 €
- Plačilo med 1.2. in 30.9. 15 €
- Plačilo po 30.9. 15 € (velja še v naslednjem koledarskem letu)
- Kadeti, kadetinje 0 €

Tekmovalci, ki se registrirajo po 30. septembru, plačajo znesek v višini 15€, registracija pa se jim šteje tudi v prihajajoče koledarsko leto (torej letna registracija ob plačilu med 1.2.2021 in 30.9.2021 znaša 15 € in velja do konca leta 2021, registracija po 30.9.2021 prav tako znaša 15€, vendar velja do konca leta 2022). Kadeti so oproščeni plačila letne registracije.

PROTI-KORONSKI UKREPI:

Tekmovanje bo potekalo v skladu z aktualnimi proti-koronskimi ukrepi.

STAROSTNE IN TEŽNOSTNE KATEGORIJE (POWERLIFTING):

Tekmovalci se lahko prijavijo v vse težnostne kategorije, ki so navedene v pravilniku IPF. Tehtanje poteka 2 uri pred pričetkom nastopa. Menjava težnostne kategorije je možna do konca prijav.

Tekmovanje bo potekalo zgolj v članskih starostnih kategorijah. Kadeti, mladinci in veterani lahko kljub temu lahko postavite kadetske, mladinske in veteranske rekorde in izpolnite norme.

Tekma bo štela za **pokalno tekmovanje klubov PLZS** v troboju. Točkovanje za pokalno tekmovanje poteka podobno kot ekipno točkovanje na mednarodnih tekmah: zmagava v kategoriji prinese 12 točk, drugo mesto 10 točk itd. (glej tehnični pravilnik IPF). Štejejo rezultati najboljših 5 tekmovalcev v vsaki starostni skupini, ločeno po spolu. V primeru izenačenega rezultata zmagovalca določi večji seštevek IPF točk.

DOVOLJENA OPREMA (POWERLIFTING):

Na tekmovanju je dovoljena vsa oprema, ki ustreza tehničnemu pravilniku IPF. Pravila klasičnega powerlitinga dovoljujejo uporabo nakolenčnikov, pasov in povojev za zapestja, prepovedana pa je uporaba povojev za kolena in podloženih pasov ali velcro pasov (zapejnanje »na ježka«). **Za vse tekmovalce je obvezna uporaba nepodpornega dresa/singleta. Dovoljeni so le nakolenčniki, ki so navedeni na [seznamu dovoljene opreme IPF \(klik\)](#). Ostali kosi opreme morajo le ustrezati standardom, ki so navedeni v tehničnem pravilniku IPF.**

ZA TEKMOVALCE KI NASTOPAJO PRVIČ:

Na tekmovanjih PLZS lahko nastopajo tekmovalci, ki so registrirani pri PLZS in so včlanjeni v društva ali so člani registriranih tekmovalnih skupin. Postopek prijave na tekmovanje za tekmovalce, ki nastopajo prvič:

1. Tekmovalec se včlani v društvo (če ni član že od prej)
2. Tekmovalec se prijavi na tekmo in izpolni prijavnico
3. Tekmovalec odda vlogo za registracijo pri PLZS
4. Tekmovalec plača prijavnino, proti-dopinško takso in letno registracijo

Članice PLZS in kontakti za včlanitev (in [Povezava do vloge za registracijo tekmovalca.](#))

- [Društvo za naravni bodybuilding](#)
- [KDU Olimpija](#)
- [PLK Oskar&C.O. Postojna](#)
- [KDU Karantanija Kranj](#)
- [ŠD Thorium Maribor](#)
- [PLK Polzela](#)
- [ŠD Grom](#)
- [ŠD Samson Bled](#)
- [Discovery Athletics ASD](#)

NORME ZA MEDNARODNA TEKMOVANJA:

Rezultati s tekmovanja bodo, v skladu s pravilnikom PLZS, šteli za doseganje norm za vsa mednarodna tekmovanja, razen evropskih in svetovnih prvenstev v klasičnem troboju moči in klasičnem potisku s prsi, katerih prednominacije se zaključijo v obdobju med 18. 12. 2021 in 18. 12. 2022.

ANTI-DOPING:

Na tekmovanju bomo izvedli proti-dopinško testiranje. Vsi tekmovalci bodo morali podpisati izjavo o neuporabi dopinga in, v primeru, da bodo za to izbrani, opraviti test. Vsak tekmovalec bo podpisal izjavo, da **v primeru pozitivnega testa sam krije stroške testiranja** in da se strinja s kaznijo v obliki suspenza, ki ga v tem primeru doleti.

NAGRADE:

Vsi udeleženci prejmejo diplome. Najboljši 3 tekmovalci in tekmovalke v vsaki kategoriji prejmejo medalje.

Najboljši tekmovalci in tekmovalke v troboju moči na skupni seštevek IPF točk prejmejo pokale.

GLEDALCI:

Tekmovanje bo potekalo brez gledalcev.

PROSTOVOLJCI:

Ne boš tekmoval, pa bi vseeno rad bil del tekmovanja ali pomagal pri organizaciji? Pridruži se nam kot prostovoljec. Potrebovali bomo pomoč pri postavitvi platforme in prostora za gledalce, pri beleženju rezultatov, pri napovedovanju, pri nalaganju palice in varovanju tekmovalcev, pri merjenju časa in pri skrbi za gladek potek tekmovanja.