

## Powerlifting klub Polzela

Cvetlična ulica 59, 3313 Polzela

samo@plk-polzela.si

<https://plk-polzela.si/>

070 817 155



*Powerlifting klub Polzela in Powerlifting zveza Slovenije – zveza troboja moči vabita vse, ki se želite preizkusiti na tekmovanju v potisku s prsi na*

## 9. državno prvenstvo PLZS v potisku s prsi

Powerlifting zveza Slovenija  
in  
PLK Polzela vabita na

**9. DRŽAVNO PRVENSTVO  
V POTISKU S PRSI**

**25.2.2023**  
**Polzela**  
**Prijave odprte do 12.2**

**Sobota, 25. februar 2023, Powerlifting klub Polzela,  
Cvetlična ulica 59, 3313 Polzela**

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:** Powerlifting klub Polzela in Powerlifting zveza Slovenije – zveza troboja moči

**VODJA TEKMOVANJA:** Samo Železnik, [samo@plk-polzela.si](mailto:samo@plk-polzela.si), 070 817 155

**PREDVIDEN URNIK:**

TERMIN	KATEGORIJE
SOBOTA DOPOLDNE	Ženske kategorije
SOBOTA POPOLDNE	Moške kategorije

*Urnik je informativne narave. Dan nastopa kategorije se lahko spremeni glede na število prijavljenih tekmovalcev.*

**SPLOŠNE INFORMACIJE:**

Tekmovanje bo potekalo le v članskih kategorijah. Hkrati bodo vsi tekmovalci rojeni v letu 2000 ali kasneje in rojeni v letu 1983 ali prej avtomatsko prijavljeni tudi v ustrezno starostno kategorijo (kadeti, mladinci, veterani), za katere bodo medalje podeljene posebej.

Tekmovanje bo potekalo v dveh disciplinah:

- klasični potisk s prsi
- potisk s prsi z opremo

Tekmovallec ne more tekrovati v obeh disciplinah hkrati.

**PRIJAVE NA TEKMOVANJE:**

Prijave na tekmovanje bodo možne **do 10. februarja 2023** prek spletnega obrazca. Prijavnina mora biti poravnana najkasnej **do vključno 13. februarja 2023**.

**PRIJAVNINA:**

Potisk s prsi	30€
Protidopinška taksa	10€

*Po plačilu vračilo prijavnine ni možno.*

*Vsi tekmovalci morajo imeti veljavno tekmovalno licenco.*

**LETNA TEKMOVALNA LICENCA:**

- Člani, mladinci, veterani 10€
  - Plačilo po 31.1 15€
- Kadeti, kadetinje 0 €

*Tekmovalci, ki se registrirajo po 31. januarju, plačajo znesek v višini 15€. Kadeti so oproščeni plačila letne registracije.*

## 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 na dan tekmovanja NI mogoča (po prijavi lahko vseeno spremenite težnostno kategorijo, vendar najkasneje 14 dni pred tekmovanjem, torej do vključno 11. februarja.).

Tekma bo štela za **pokalno tekmovanje klubov PLZS** v potisku s prsi. Točkovanje za pokalno tekmovanje poteka podobno kot ekipno točkovanje na mednarodnih tekmah: zmagaja 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 GL točk.

## DOVOLJENA OPREMA (POWERLIFTING):

Na tekmovanju je dovoljena vsa oprema, ki ustreza tehničnemu pravilniku IPF. Pravila klasičnega powerliftinga dovoljujejo uporabo nakolenčnikov, pasov in povojev za zapestja, prepovedana pa je uporaba povojev za kolena in podloženih pasov ali velcro pasov (zapejnanje »na ježka«). Pri powerliftingu z opremo je dovoljena uporaba vse opreme klasičnega powerliftinga, ter podpornih majic za potisk s prsi s seznama dovoljene opreme ipf. **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.](#))

- [KDU Olimpija](#)
- [PLK Oskar&C.O. Postojna](#)
- [ŠD Thorium Maribor](#)
- [PLK Polzela](#)
- [ŠD Grom](#)
- [Discovery Athletics ASD Trst](#)
- [ŠD Samson Bled](#)
- [ŠZD Kvihtarnica](#)
- [Atletsko gimnastični klub Breg, Središče ob Dravi](#)
- [Športno društvo Fit&Fun](#)

## **NORME ZA MEDNARODNA TEKMOVANJA:**

Rezultati s tekmovanja bodo, v skladu s pravilnikom PLZS, šteli za doseganje norm za vsa mednarodna tekmovanja v klasičnem potisku s prsi in potisku s prsi z opremo, katerih prednominacije se zaključijo v obdobju med 25.2.2023 in 25.2.2024.

## **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 digitalne diplome. Najboljši 3 tekmovalci in tekmovalke v vsaki kategoriji prejmejo medalje.

Najboljši tekmovalci in tekmovalke glede na skupni seštevek GL točk prejmejo pokale.

## **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.

## **SPONZORJI:**

Vsem interesentom ponujamo možnost sklenitve sponzorske pogodbe v obliki **glavnega** (denarni prispevek, možnost postavitve stojnice in prodaje izdelkov/storitev) ali **podpornega sponzorja** (prispevek v obliki nagrad za tekmovalce ali pomoči pri organizaciji, možnost oglaševanja prek socialnih omrežij in na tekmovanju). Kontakt: [eerazemm@gmail.com](mailto:eerazemm@gmail.com) ali 041599183 (Erazem Ivanc)