POWERLIFTING KLUB LJUBLJANA
Šentvid pri Stični 26B, 1296 Šentvid pri Stični
E: nejcrus7@gmail.com ali info@powerliftingljubljana.
T: 041 889 869 (Nejc Rus, predsednik)

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

DRŽAVNO PRVENSTVO V POTISKU S PRSI



sobota, 19. december 2026

Športni Center Dolgi Most, Dolgi most 6C, 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: Powerlifting klub Ljubljana

VODJA TEKMOVANJA: Nejc Rus, nejcrus7@gmail.com , 041-889-869

DELEGAT TEKMOVANJA: Samo Železnik, samo.zeleznik@powerlifting.si

PREDVIDEN URNIK:

TERMIN	KATEGORIJE
Popoldne	vsi

Urnik je informativne narave.Tehtanje se prične 2 uri pred začetkom tekmovanja.

SPLOŠNE INFORMACIJE:

Tekmovanje bo potekalo v vseh starostnih kategorijah. Vsi tekmovalci pa se lahko odločijo tudi za nastop v zgolj članski kategoriji

Na tekmovanju se lahko postavlja tudi norme za evropsko ter svetovno prvenstvo v potisku s prsi.

PRIJAVE NA TEKMOVANJE:

Prijave na tekmovanje bodo možne **do ponedeljka, 30. novembra,** prek spletnega obrazca. Prijavnina mora biti poravnana najkasneje **do vključno petka, 4. decembra.**

PRIJAVNINA:

Prijavnina - Potisk s prsi	40€
Protidopinška taksa	10€
Prijavnina za trenerje	0€

Po plačilu vračilo prijavnine ni možno. Vsi tekmovalci morajo imeti veljavno tekmovalno licenco.

LETNA TEKMOVALNA LICENCA:

Letna taksa za tekmovalce	20€
Letna taksa za trenerje	20€

STAROSTNE IN TEŽNOSTNE KATEGORIJE (POTISK S PRSI):

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 5. 12. 2026).

Tekma bo štela za **pokalno tekmovanje klubov** PLZS v potisku s prsi. Točkovanje za pokalno tekmovanje poteka podobno kot ekipno točkovanje na mednarodnih tekmah: zmaga 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 (POTISK S PRSI):

Na tekmovanju so dovoljeni le kosi opreme, ki so navedeni na seznamu dovoljene opreme IPF (klik). Za tekmovalce je obvezna uporabna nepodpornega dresa/singleta in čevljev. Ostalo dovoljeno opremo lahko tekmovalec nosi po želji.

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, ki pri PLZS še ni regisriran, v prijavnici izpolni tudi vlogo za registracijo
4. Tekmovalec preko matičega kluba poravna prijavnino, proti-dopinško takso in letno registracijo pri zvezi

Članice PLZS in kontakti za včlanitev so na voljo na tej povezavi.

NORME ZA MEDNARODNA TEKMOVANJA:

Tekmovalci lahko na tem tekmovanju **izpolnijo normo za evropsko ali svetovno kadetsko, mladinsko ali veteransko prvenstvo** v potisku s prsi.

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.

DODATNA PONUDBA MEDIJSKIH PAKETOV:

V DOGOVARJANJU

NAGRADE:

Najboljši 3 tekmovalci in tekmovalke v vsaki kategoriji prejmejo medalje. Vsi tekmovalci prejmejo nagrade sponzorjev tekmovanja. Najboljša tekmovalka ter tekmovalec v vsaki starostni kategoriji po IPF točkah prejme tudi pokal.

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: nejcrus7@gmail.com