**Eesti võistkondlikud meistrivõistlused tõstmises**

# V Õ I S T L U S J U H E N D

1. **Võistluse eesmärk**
   1. Populariseerida tõstesporti Eestis;
   2. Selgitada välja Eesti meistrid võistkondlikus arvestuses nii nais- kui meeskondade seas.

# Aeg ja koht

**Laupäeval, 17.detsembril 2022**, Melliste Spordihoones, Aabitsa tee 1, Kastre vald

# Ajakava

Täpsem ajakava selgub peale eelregistreerimist.   
Ajakava avaldatakse ETL kodulehe kalendris hiljemalt 13.12.2022.

|  |  |
| --- | --- |
| 09:00 – 10:00 | Mandaat ja I grupi võistlejate kaalumine |
| **10:45** | **Võistluse avamine** |
| **11:00** | **I grupi võistluse algus** |

# Osavõtjad ja tulemuste arvestamine

* 1. Võistlema on lubatud sportlased sünniaastaga **2007** ja varem sündinud.

# **Osavõtunormi ei ole;**

* 1. Võistlema on lubatud spordiklubide võistkonnad;
  2. Võimalus osaleda ka individuaalvõistlejatel, s.t klubisse mittekuuluvatel sportlastel.
  3. Võisteldakse Sinclairi punktitabeli alusel. Ühte võistlusgruppi saab kuuluda kuni kaks ühe klubi sportlast (kui ei ole kokku lepitud teisiti);
  4. Klubidel on võimalik registreerida võistkonda ka reservsportlasi. Neid saab võistluspäeva hommikul mandaadis vahetada sama võistkonna esialgselt võistlema registreeritud sportlaste vastu;
  5. Kui klubil on mitu võistkonda, siis peab registreerimisel ära näitama, kes on missuguse võistkonna varuvõistleja. Võistlejaid ühest võistkonnast teise vahetada ei tohi;
  6. Kõik sportlased vastutavad personaalselt oma tervisliku seisundi eest, soovitatav on omada kindlustust;

# Võistkondlik arvestus

# 5.1 Spordiklubide võistkonnad. Iga klubi saab välja panna piiramatu arvu mees- ja naiskondi;

# 5.2 Naiskond – kuni 3 võistlejat, kus kõik lähevad naiskonna arvestusse;

# 5.3 Meeskond – kuni 5 võistlejat, kus kõik lähevad meeskonna arvestusse;

# 5.4 Parimate nais- ja meeskondade väljaselgitamiseks liidetakse võistkonda kuulunud sportlaste võistluse lõpuks saavutatud Sinclair’i punktid;

# 5.5 Ühes tõsteviisis “nulli” teinud sportlast ei kõrvaldata võistkonnaarvestuses. Ta toob punkte ühe tõsteviisi tulemuse eest;

# **Autasustamine**

* 1. Kolme parima klubi nais- ja meeskonda autasustatakse diplomi ja karikaga;

# Võistlusele registreerimine ja mandaat võistluspaigas

* 1. **Iga klubi ja üksikvõistleja** peab tegema registreerimise **hiljemalt 05.12.2022**

e-postile: [**info@etl.ee**](mailto:info@etl.ee);

* 1. Registreerimiseks tuleb kasutada ainult ETL ankeeti (ETL-i veebilehel “Võistluse info - Blanketid”);

# Võistlusel ei saa osaleda sportlased, kes ei ole eelregistreerunud;

* 1. Lubatud registreerida ka reservvõistlejaid, kes asendavad vajadusel mitte osalevaid sama klubi teisi sportlasi.
  2. Mandaat toimub võistluspaigas sportlase või tema esindaja kohalolekuga;
  3. Mandaadis võib teha muudatusi võistlejate paigutuses kehakaalukategooriatesse ja asendada põhivõistleja reservvõistlejaga.
  4. Klubide esindajad ja sportlased, kes registreerimise andmetes muudatusi ei tee, ei pea mandaati ilmuma;

# Stardimaks

* 1. **20€ võistleja kohta**, mis tasutakse **hiljemalt 05.12.2022** Eesti Tõstespordiliit kontole:

# EE561010052028320001.

# 8.1.1 Täiskoosseis: **meeksond 100€, naiskond 60€.**

* 1. **Hilisemal tasumisel**, peale 05.12.2022, on **stardimaks 25€** võistleja kohta.
  2. Stardiraha tagastatakse neile klubidele ja individuaalvõistlejatele, kes teavitavad ETL-i võistleja mitte osalemisest hiljemalt 12.12.2022.

# Võistluse organiseerimine ja juhtimine

* 1. Võistlust organiseerib, valmistab ette ning viib läbi **Mäksa spordiklubi** koos ETL-ga;
  2. Võistluse koordinaator: **Triin Põdersoo**, 56621936, [info@etl.ee](mailto:info@etl.ee);
  3. Võistluse direktor: **Reelika Põdersoo**, 56613983, maksask@gmail.com;
  4. Kohtunike registreerimine toimub aadressile [info@etl.ee](mailto:info@etl.ee);
  5. ETL hüvitab kohtunike sõidukulud; spordiseaduse § 92nõuetele vastavatele kohtunikele makstakse hüvitist kuni 20 € päevas;
  6. Toitlustatakse võistlejaid, kohtunikke ja neid, keda võistluspaiga korraldaja on vajalikuks pidanud (treenerid, assistendid jt).

# Muud

Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab võistluse korraldaja kohapeal.