



Eesti meistrivõistlused U20

VÕISTLUSJUHEND

1. Võistluse eesmärk

- 1.1 Eesti juunioride meistrivõistlused.
- 1.2 Popolariseerida tõstesporti ja selgitada välja Eesti meistrid juunioride vanuseklassis kogusumma alusel.
- 1.3 Selgitada välja võistkondlikud võitjad.
- 1.4 Võistlus on pühendatud ETL 90 ja EOK 100 juubelile.

2. Aeg ja koht

Laupäeval, 4.novembril 2023 Valga Spordihoones, J. Kuperjanovi 36, Valga linn

3. Ajakava

Täpne ajakava selgub peale eelregistreerimist.

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

4. Osavõtjad ja tulemuste arvestamine

- 4.1 Võistlema on lubatud sportlased sünniaastaga **2003** ja hiljem sündinud.
- 4.2 **Osavõtunormiks on noorte I järk.** Kui kaalumisel esitatud algraskused ei anna osavõtunormiks vajalikku summat, siis sportlane ei pääse võistlema.
- 4.3 Võistlema pääsevad sportlased, kes omavad ETL litsentsi.
- 4.4 Võistluse kaalukategooriad:

| | | | | | | | | | | |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|
| Mehed | 55 kg | 61 kg | 67 kg | 73 kg | 81 kg | 89 kg | 96 kg | 102 kg | 109 kg | +109 kg |
| Naised | 45 kg | 49 kg | 55 kg | 59 kg | 64 kg | 71 kg | 76 kg | 81 kg | 87 kg | +87 kg |

- 4.5 Klubidel võistlejate arvu ei piirata. Võimalus osaleda ka individuaalvõistlejatel, s.t klubidesse mittekuuluvatel sportlastel.
- 4.6 Kõik sportlased vastutavad personaalselt oma tervisliku seisundi eest. Soovitav on omada kindlustust.

5. Autasustamine

- 5.1 Iga kaalukategooria võistluse järel toimub koheselt autasustamine;
- 5.2 Kõikide kaalukategooriate 3 paremat tüdrukut ja 3 paremat poissi autasustatakse diplomi ja medaliga.
- 5.3 Parima mees- ja naiskonna väljaselgitamiseks liidetakse võistkonda kuulunud sportlaste



Sinclair'i punktitablei punktid, kusjuures arvesse lähevad iga klubi 5 parima noormehe ja 3 neiu punktid. Ühes tõsteviisis "nulli" teinud sportlast ei arvestata võistkonnaarvestuses, arvesse läheb rebimise ja tõukamise summamana saavutatud punktisumma.

6. Võistlusele registreerimine ja mandaat võistluspaigas

- 6.1 Iga klubi ja üksikvõistleja peab tegema registreerimise hiljemalt **23.oktoobriks 2023** e-postile: info@etl.ee;
- 6.2 Registreerimiseks tuleb kasutada ainult ETL ankeeti (ETL-i veebilehel);
- 6.3 **Võistlusel ei saa osaleda sportlased, kes ei ole eelregistreerunud;**
- 6.4 Lubatud registreerida ka reservvõistlejaid, kes asendavad vajadusel mitte osalevaid sama klubi teisi sportlasi.
- 6.5 Mandaat toimub võistluspaigas sportlase või tema esindaja kohalolekuga;
- 6.6 Mandaadis saab teha muudatusi võistlejate paigutuses kehakaalukategooriatesse ja asendada põhivõistleja reservvõistlejaga.
- 6.7 **Mandaadis tehtavad muudatused peavad olema esitatud kirjalikus vormis.**
- 6.8 Klubide esindajad ja sportlased, kes registreerimise andmetes muudatusi ei tee, ei pea mandaati ilmuma;

7. Stardimaks

- 7.1 **15€ võistleja kohta**, mis tasutakse **hiljemalt 23.oktoobriks 2023** Eesti Tõstesportdiliit kontole: **EE561010052028320001**.
- 7.2 **Hilisemal tasumisel**, peale 23.oktoobrit, on **stardimaks 20€** võistleja kohta.
- 7.3 Stardiraha tagastatakse neile klubidele ja individuaalvõistlejatele, kes teavitavad ETL-i võistleja mitte osalemisest hiljemalt 30.oktoobril 2023.

8. Võistluse organiseerimine ja juhtimine

- 8.1 Võistlust organiseerib, valmistab ette ning viib läbi SK Jõud Junior koostöös ETL-iga.
- 8.2 Võistluse koordinaator: **Triin Põdersoo**, 56621936, info@etl.ee;
- 8.3 Võistluse direktor: **Triin Põdersoo**
- 8.4 Kohtunike registreerimine toimub aadressile info@etl.ee;
- 8.5 ETL hüvitab kohtunike sõidukulud; spordiseaduse § 9²nõuetele vastavatele kohtunikele makstakse hüvitist kuni 20 € päevas;
- 8.6 Toitlustatakse kõiki võistlejaid, kohtunikke ja neid keda võistluspaiga korraldaja on vajalikuks pidanud (treenerid, assistendid jt). **Toitlustatakse iga klubi ühte treenerit. Kui on rohkem isikuid, kes soovivad toitlustust, tuleb sellest teada anda hiljemalt 30.10.2023.a (info@etl.ee), toitlustuse hind 7€/inimene, mis tuleb tasuda ETL arveldusarvele (näidatud punktis 7.1).**

9. Muud

- 9.1 Iga registreerunud sportlane peab olema valmis dopingukontrolliks. Dopingkontrollist keeldumist või dopingukontrollist kõrvalehoidmist käsitletakse dopingureegli rikkumisena.



Sportlane on kohustatud järgima ausa mängu, spordivõistluste manipuleerimise vastaseid ja sporditurvalisuse reegleid.

9.2 Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab võistluse korraldaja kohapeal.

Järgunormid:

| MEHED | | | | | | | | | |
|-----------------|------------|-----------|------------|-------------------|-----------|------------|--------------------------|-----------|------------|
| Kehakaal | RMS | MS | MSK | Spordijärk | | | Noorte spordijärk | | |
| | | | | I | II | III | I | II | III |
| 34 kg | | | | 84 | 78 | 72 | 66 | 60 | 54 |
| 39 kg | | | | 105 | 96 | 87 | 78 | 69 | 60 |
| 44 kg | | | | 115 | 105 | 95 | 85 | 75 | 64 |
| 49 kg | | 175 | 145 | 132 | 119 | 106 | 93 | 80 | 68 |
| 55 kg | 240 | 195 | 165 | 150 | 135 | 120 | 105 | 90 | 74 |
| 61 kg | 270 | 220 | 185 | 167 | 150 | 132 | 115 | 97 | 80 |
| 67 kg | 295 | 240 | 200 | 181 | 162 | 143 | 124 | 105 | 86 |
| 73 kg | 315 | 255 | 220 | 198 | 176 | 155 | 134 | 113 | 92 |
| 81 kg | 340 | 270 | 240 | 216 | 192 | 169 | 146 | 123 | 100 |
| 89 kg | 360 | 285 | 245 | 222 | 199 | 176 | 153 | 130 | 108 |
| 96 kg | 370 | 295 | 255 | 231 | 207 | 184 | 161 | 138 | 115 |
| 102kg | 380 | 305 | 260 | 236 | 213 | 190 | 167 | 144 | 121 |
| +102 kg | | 310 | 265 | 241 | 218 | 195 | 172 | 149 | 125 |
| 109 kg | 390 | 310 | 270 | 246 | 223 | 200 | | | |
| +109 kg | 405 | 320 | 275 | 251 | 228 | 205 | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| NAISED | | | | | | | | | |
| Kehakaal | RMS | MS | MSK | Spordijärk | | | Noorte spordijärk | | |
| | | | | I | II | III | I | II | III |
| 31 kg | | | | 72 | 66 | 61 | 56 | 50 | 45 |
| 35 kg | | | | 80 | 74 | 68 | 62 | 56 | 50 |
| 40 kg | | | | 83 | 77 | 71 | 65 | 59 | 53 |
| 45 kg | 150 | 120 | 100 | 93 | 86 | 79 | 72 | 65 | 58 |
| 49 kg | 160 | 130 | 105 | 97 | 90 | 83 | 76 | 69 | 62 |
| 55 kg | 175 | 140 | 115 | 107 | 99 | 91 | 83 | 75 | 68 |
| 59 kg | 190 | 150 | 125 | 116 | 107 | 98 | 89 | 80 | 72 |
| 64 kg | 205 | 160 | 135 | 125 | 115 | 105 | 95 | 86 | 77 |
| 71 kg | 215 | 170 | 145 | 135 | 125 | 115 | 105 | 95 | 84 |
| 76 kg | 225 | 180 | 150 | 140 | 130 | 120 | 110 | 100 | 89 |
| 81 kg | 230 | 185 | 155 | 145 | 135 | 125 | 115 | 105 | 94 |
| +81 kg | | 190 | 158 | 148 | 138 | 128 | 118 | 108 | 98 |
| 87 kg | 235 | 190 | 160 | 150 | 140 | 130 | | | |
| +87 kg | 240 | 195 | 165 | 155 | 145 | 135 | | | |