



XI Aleksander Rudolf Laane mälestusvõistlused tõstmises.

Järvamaa 2024.a meistrivõistlused tõstmises.

Võistluste juhend.

Eesmärk: Mälestada 90 aasta taguseid A.R. Laane mehetegusid tõstepõrandal, kui Järvamaa esimest Eesti meistrit tõstmises, aastast 1934. Valgustada Järvamaa tõstmise ajalugu ja populariseerida tõstesporti.

Selgitada välja 2024 aasta Järvamaa meistrid tõstmises.

Aeg ja koht: 23. märts 2024. aastal Albu rahvamajas, Järva vald, Järvamaa.

Avamise algusega kell 11.00.

Kaalumine kell 9.30 – 10.30. I grupp, võimaluse korral ka kõigile.

Osavõtjad ja tulemuste arvestamine: Võisteldakse vanusegruppides:

Mehed ja naised kuues vanusegrupis: **U13** (2011 ja hiljem), **U15** (2009-2010), **U17** (2008-2007), **U20** (2006-2004), **mehed, naised** (2003-1990) ja **veteranid**, sünd. 1989 ja varem.

Võistlus on individuaalne Sinclair'i tabeli alusel.

Autasustamine: Iga vanusegrupi kolme parimat, Sinclair'i tabeli alusel autasustatakse medalitega ja võitjaid karikatega. Igale võistlejale mälestusdiplom ja meene. Absoluutarvestuses 8 paremale meestõstjale ja 6 naistõstjale auhinnad.

Kehakaalu -75kg võitjale karikas ja eriauhind, kui võitja tõstab rohkem, kui olid seda A.R. Laane isiklikud rekordid omal ajal **227,5kg (97,5+130)**. **Tulemus tuleb ületada mõlemas tõsteviisis!** Autasustatakse teda lisaks rahalise auhinnaga, 200 EUR!

Järvamaa meistrivõistlustest saavad osa võtta Järvamaa elanikud, õppivad noored ja Järvamaal registreeritud spordiklubides osalevad sportlased. Võisteldakse järgmistes kehakaaludes.

Mehed: -55kg; -67kg; -73kg; -81kg; -89kg; -96kg; -102kg; -109kg; +109kg.

Naised: kk-49kg; -64kg; -76kg ja +76kg

Järvamaa meistrivõistluste autasustamine: Kehakaalu võitjaile medal ja igale osavõtjale diplom.
Kui kehakaalus on kolm ja enam võistlejat, siis kolmele esimesele medal.

Registreerimine: tehakse hiljemalt **17. märts**, korraldaja Ahti Uppini meilile ahtiuppin09@gmail.com.

Osalustasu 10 €, mis sisaldab ka lõunasööki. Tasuda koos registreerimisega MTÜ SK Vargamäe a/a EE642200221014945338

Üldist:

Kaalumisel esitada isikut tõendav dokument.

Võistlejate jagunemine gruppidesse ja kaalumise täpsema ajakava teeb korraldaja teatavaks peale eelregistreerimist, millest korraldaja teavitab osavõtvaid klubisid ja saadab info ETL kodulehel hiljemalt **19. märtsiks.**

Kõik käsitlemata küsimused lahendab žürii ja kohtunikekogu kohapeal.

Võistlejad vastutavad ise oma tervisliku seisundi ja lähetuskulude eest.

Kohtunikele, abilistele ja kõigile osavõtumaksu tasunutele on tagatud lõuna.

Kõik tulemused ja pildid on avalikud ning avaldatakse www.jarvasport.ee ja ETL kodulehel <http://www.tosteliit.ee/Kalender>

Võistlust organiseerib ja viib läbi spordiklubi Vargamäe koos Järvamaa Spordiliiduga.

Autasustamist aitavad läbi viia A.R. Laane tütar Merike Poljakov.

Kontakt : Ahti Uppin, tel: 52 14 271, e-mail : ahtiuppin09@gmail.com