



Eesti meistrivõistlused U20

VÕISTLUSJUHEND

1. Võistluse eesmärk

- 1.1 Eesti juunioride meistrivõistlused.
- 1.2 Populariseerida tõstesporti ja selgitada välja Eesti meistrid juunioride vanuseklassis kogusumma alusel.
- 1.3 Selgitada välja võistkondlikud võitjad.

2. Aeg ja koht

Laupäeval, 26.oktoobril 2024, Melliste Spordihoones (Aabitsa tee 1, Melliste, Kastre vald)

3. Ajakava

Täpne ajakava selgub peale lõplikku registreerimist. Ajakava avaldatakse ETL kodulehe kalendris hiljemalt 23.10.2024.

4. Osavõtjad ja tulemuste arvestamine

- 4.1 Võistlema on lubatud sportlased sünniaastaga **2004** 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 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

- 4.4 Klubidel võistlejate arvu ei piirata.
- 4.5 Võimalus osaleda ka individuaalvõistlejatel, s.t klubidesse mittekuuluvatel sportlastel.
- 4.6 Osaleda võivad kõik Eesti kodanikud või alalise elamisloaga inimesed.
- 4.7 Osaleda saavad ainult sportlased, kes omavad alaliidu kehtivat võistluslitsentsi, litsents peab olema soetatud hiljemalt võistlustele registreerimise päevaks.
- 4.8 Alaealiste sportlaste eest vastutab spordiklubi, kus konkreetne isik treenib.
- 4.9 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 neidu ja 3 paremat noormeest autasustatakse diplomi ja medaliga kogusumma alusel.
- 5.3 Absoluutarvestuses autasustatakse (Sinclairi punktide alusel) eriauhindadega 3 paremat tüdrukut ja 3 paremat poissi.
- 5.4 Parima mees- ja naiskonna väljaselgitamiseks liidetakse võistkonda kuulunud sportlaste



Sinclair'i punktitablei punktid, kusjuures arvesse lähevad iga klubi 5 parima noormehe ja 3 neiupunkti. Ühes tõsteviisis "nulli" teinud sportlast ei arvestata võistkonnaarvestuses, arvesse läheb rebimise ja tõukamise summana saavutatud punktisumma (summa peab olema sama või ületama sisenemise normi).

6. Võistlusele registreerimine

- 6.1 Iga klubi ja üksikvõistleja peab tegema registreerimise hiljemalt **14.10.2024**.
- 6.2 Registreerimiseks tuleb kasutada ainult ETL võistlustele registreerimise ankeeti (leitav kodulehelt www.tosteliit.ee);
- 6.3 Registreerimisvorm saata e-maili teel voistlused@etl.ee.
- 6.4 Lubatud registreerida ka reservvõistlejaid, kes asendavad vajadusel mitte osalevaid sama klubi teisi sportlasi.
- 6.5 Võistlusel ei saa osaleda sportlased, kes ei ole eelregistreerimist õigeaegselt esitanud.

7. Mandaat

- 7.1 Mandaat toimub üks päev enne võistluspäeva.
- 7.2 Mandaadis võib teha muudatusi võistlejate paigutuses kehakaalukategooriatesse ja asendada põhivõistleja reservvõistlejaga.
- 7.3 Mandaadis tehtavad muudatused peavad olema esitatud kirjalikus vormis ning edastatud e-maili teel voistlused@etl.ee hiljemalt 25.10.2024 kell 20:00.

8. Stardimaks

- 8.1 **20€ võistleja kohta**, mis tasutakse hiljemalt **14.10.2024** Eesti Tõstesportdiliit kontole: **EE561010052028320001** (SEB).
- 8.2 Hilisemal tasumisel, peale 14.10.2024, on stardimaks **25 €** võistleja kohta, va juhul kui hilinemine on kooskõlastatud ETL-iga.
- 8.3 Stardiraha tagastatakse neile klubidele ja individuaalvõistlejatele, kes teavitavad ETL-i võistleja(te) mitte osalemisest hiljemalt 21.10.2024 e-maili teel voistlused@etl.ee.
- 8.4 Klubid ja üksikisikud, kes soovivad stardimaksu eest arveid, peavad seda märkima registreerimisankeedis.

9. Võistluse organiseerimine ja juhtimine

- 9.1 Võistlust organiseerib, valmistab ette ning viib läbi Spordiklubi Mäksa koostöös ETL-iga.
- 9.2 Võistluse koordinaator: **Triin Põdersoo**, 56621936, info@etl.ee.
- 9.3 Võistluse direktor: **Reelika Põdersoo**.
- 9.4 Kohtunike registreerimine toimub aadressile voistlused@etl.ee.
- 9.5 ETL hüvitab kohtunike sõidukulud; spordiseaduse § 9²nõuetele vastavatele kohtunikele makstakse hüvitist kuni 20 € päevas.
- 9.6 Võistlused viiakse läbi vastavalt rahvusvahelistele reeglitele.

10. Muud

- 10.1 Iga registreerunud sportlane peab olema valmis dopingukontrolliks. Dopingukontrollist keeldumist või sellest kõrvalehoidmist käsitletakse dopingureegli



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

10.2 Toitlustatakse eelregistreerimise esitanud ja stardimaksu tasunud sportlasi, iga klubi ühte treenerit, kohtunikke, žüriid, assistente ja isikuid, keda võistluse korraldaja vajalikuks peab.

10.3 Lisa toitlustuse hind on 10 EUR/in. Tellimiseks: a) lisada sportlaste registreerimise ankeeti info, mitu lisa portsu soovitakse (eraldi lahter); b) kirjutada toitlustust soovivate inimeste arv e-maili teel voistlused@etl.ee hiljemalt 21.10.2024

10.4 Lisa toitlustuse eest tuleb tasuta hiljemalt 21.10.2024 ETL arveldusarvele, mis on näidatud punktis 8.1. Selgitusse märkida EMV U20 toitlustus.

10.5 Kes soovivad toitlustuse eest arvet, peavad sellest märku andma toitlustuse tellimisel kirjalikult esitatavas vormis.

10.6 Kõik võistlusega seotud küsimused esitada e-maili teel voistlused@etl.ee.

10.7 Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab võistluse korraldaja kohapeal.

Järgunormid:

Kehakaal	RMS	MS	MSK	MEHED					
				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			
Kehakaal	RMS	MS	MSK	NAISED					
				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			