

RAPLA MAAKONNA MEISTRIVÕISTLUSED TÕSTMISES 2026.a. VÕISTLUSJUHEND

1. EESMÄRK

Populariseerida tõstesporti Rapla maakonnas. Selgitada välja Rapla maakonna tugevamad tõstjad.

2. AEG JA KOHT

Võistlused toimuvad 02 mai 2026. a. algusega kell 10.00 Rapla Sadolin Spordihoones.
Võistlejate kaalumine kohapeal ajavahemikus kella 8.00-9.00-ni.

3. JUHTIMINE

Võistluste üldjuhtimist teostab ja viib läbi Rapla Maakonna Spordiliit koos Rapla Raskejõustiku Spordiklubiga.

4. OSAVÕTJAD

- ✕ Rapla maakonnas elavad, õppivad ja töötavad kodanikud ning Rapla maakonna spordiklubide liikmeskonda kuuluvad sportlased.
Korraldav klubi võib lubada võistleva sportlasi väljaspool arvestust, kes ei lähe meistrivõistluste arvestusse.
- ✕ Osalema on lubatud alates 13.-st eluaastast (2013. ja varem sündinud).
- ✕ NB! Võistelda soovivad alaealised (-18 aastased), peavad esitama kaalumisel lapsevanema poolt allkirjastatud kirjaliku tõendi, millega lapsevanem annab loa oma lapsel võistelda tõstmise Rapla meistrivõistlustel ja on teadlik oma lapse tervislikust seisundist.
- ✕ Tervisliku seisundi eest võistlusel vastutab iga tõstja ise. Soovitav on omada kindlustust.

5. REGISTREERIMINE

NB! Kõik võistlejad peavad olema eelnevalt registreeritud 30.04.2026.a. kella 23.00-ks. Pärast eelregistreerimise lõppu võistlejaid juurde ei registreerita.

Võistleja andmed (nimi, sünnikuupäev, asula, kaaluklass, kontakttelefon) tuleb saata e-mailile raplarsk@gmail.com. E-maili pealkirjaks panna "Rapla MV tõstmises 2026".

5. KEHAKAALUD

Mehed; - 60 kg, - 65 kg, - 71 kg, - 79 kg, - 88 kg, - 94 kg, - 110 kg, +110 kg
Naised; - 58 kg, - 63 kg, - 69 kg, - 77 kg, + 77kg

6. AUTASUSTAMINE

Rapla Maakonna Spordiliit autasustab medali ja diplomiga iga kaaluklassi kolme paremat.

Lisaks kolme parimat noormeest:

U20 - sünniaastaga 2006 ja hiljem sündinud

U17 - sünniaastaga 2009 ja hiljem sündinud

U15 - sünniaastaga 2011 ja hiljem sündinud

ja kolme parimat neidu

U20 - sünniaastaga 2006 ja hiljem sündinud
autasustatakse Sinclair'i punktide järgi medaliga.

7. MAJANDAMINE

Osavõtjate lähetuskulud kannavad neid lähetavad organisatsioonid või võistlejad ise.
Osavõtutasu 5€.

8. VÕISTLUSMÄÄRUSED

Võistlused viiakse läbi Rahvusvahelise Tõsteliidu (IWF) poolt tunnustatud võistlusmääruste alusel.

NB! Kõik võistlejad peavad olema valmis dopingukontrolliks!

9. ÜLDISELT

Juhendis märkimata küsimused lahendatakse kohapeal peakohtuniku poolt.

Täiendav info;

Kalev Kotto +372 5149835

Martin Kask +372 53091009