

**TARPTAUTINIS SUNKIOSIOS ATLETIKOS TURNYRAS  
„NEPRIKLAUSOMYBĖS TAURĖ 2026“**

**REGLAMENTAS**

**I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

1. Ugdyti patriotinę atsakomybę paauglių, jaunių ir jaunimo tarpe, meilę Tėvynei.
2. Siekti aukštų sportinių rezultatų.
3. Palaikyti draugiškus ryšius su kitų miestų, rajonų ir valstybių sporto organizacijomis.

**II. VARŽYBŲ VIETA IR LAIKAS**

4. Turnyras vykdomas 2026 m. kovo 10 - 12 d. Telšių sporto ir rekreacijos centro sporto salėje Kęstučio g. 20 A, Telšiai. Turnyro pradžia kovo 10 dieną (antradienį) – 12.00 val., dalyvauja visų svarių kategorijų B grupių sportininkai, kovo 11 dieną (trečiadienį) dalyvauja A grupių sportininkai.

**III. VADOVAVIMAS**

5. Turnyrą organizuoja ir vykdo Telšių sunkiosios atletikos klubas „Gintarinė saulė“, kartu su Telšių rajono savivaldybe ir Lietuvos sunkiosios atletikos federacija.
6. Varžybų vyr. teisėjas — tarptautinės kategorijos teisėjas Modestas Šimkus.

**IV. FINANSAVIMAS**

7. Lietuvos komandų dalyvių keliones, nakvynes ir maitinimo išlaidas apmoka komandiruojanči organizacija. Užsienio komandų nakvynės ir maitinimo išlaidas dengia turyro organizatoriai.
8. Turnyro apdovanojimą ir teisėjavimo išlaidas apmoka Telšių s/a klubas „Gintarinė saulė“.

**V. DALYVIAI**

9. Į turnyrą kviečiamos dalyvauti Ludzos (Latvija), Daugpilio (Latvija), Balvi (Latvija), Albu (Estija) ir Lietuvos komandos. Komandai atstovauti gali ne daugiau nei 8 sportininkai.

**VI. VARŽYBŲ VYKDYMO TVARKA**

10. Varžybos individualios, be amžiaus ribojimų (**no age limit**):  
**vaikinų(men)** svorio kategorijose iki 28kg., 31 kg, 34 kg, 38 kg, 42 kg, 45 kg, 48 kg, 51 kg, 55kg, 60 kg, 65 kg, 70 kg, 75 kg, 80 kg, 85 kg, 90 kg, 95 kg, 102 kg, 110 kg, +110 kg.  
**merginų (women)** pagal Sinklerio lentelę (TOP 10);
11. Varžybos vykdomos pagal IWF patvirtintas sunkiosios atletikos taisykles.

**VII. APDOVANOJIMAS**

12. Kiekvienoje vaikinų svorio kategorijoje prizininkai bus apdovanojami medaliais, o 10 merginų pagal sinklerio lentelę bus apdovanotos specialiais prizais.

**Paraiškas dalyvauti turnyre pateikti iki 2026 m. kovo 04 d.**

**el. paštu: [gintarinesaule@gmail.com](mailto:gintarinesaule@gmail.com).** Tvarkaraštis bus atsiųstas kovo 06 d.

Visa informacija telefonu: +370 616 32721, varžybų vyr. teisėjas Modestas Šimkus.