Lahtised Tallinna MV tõstmises 2026

5 detsember 2026 a. **Tallinn**

1. **VÕISTLUSTE EESMÄRK**
   Populariseerida tõstesporti Tallinnas ja selgitada välja parimad tõstesportlased.

2. **AEG**
   5 detsember 2026 a. Võistluste algus kell 11.00

3. **KOHT:** Pärnu mnt 139C, Tallinn, Harjumaa
   Sparta spordiklubi

4. **VÕISTLUSTE ORGANISEERIMINE JA JUHTIMINE**
   Võistlusi organiseerib, valmistab ette ning viib läbi SK SPARTA ja SK+35.

5. **KAALUD**
   Naised: -49kg; -53kg; -57kg; -61kg; -69kg; -77kg; -86kg; +86kg
   Mehed: -60kg; -65kg; -70kg; -75kg; -85kg; -95kg; -110kg; +110kg
   Kaalumisel esitada isikut tõendav dokument. Kaaluma ja võistlema lubatakse sportlased ainult võistlustrikoodes (T-särk ja lühikesed või pikad püksid trikoo asemel ei ole lubatud).

6. **AJAKAVA**

9.00-10.00	I grupi võistlejate kaalumine
11.00	**Võistluste avamine**
	I grupi võistlejate tutvustus
10.05-11.05	II grupi võistlejate kaalumine
11.15	**I grupi võistluse algus**
12.00-13.00	III grupi võistlejate kaalumine
12.50	II grupi võistlejate tutvustus
13.00	**II grupi võistluse algus**
14.00-15.00	IV grupi võistlejate kaalumine
15.00	III grupi võistlejate tutvustus
15.15	**III grupi võistluse algus**
17.15	IV grupi võistlejate tutvustus
17.30	**IV grupi võistluse algus**
19.30	Võistlejate autasustamine
	Võistluste lõpetamine

   Täpsustatud gruppide koosseis ja võistlejate arvust tulenevalt tehtavad muudatused tehakse pärast nimelist eelregistreerimist **27.11.2026 a.**

7. **VÕISTLUSTELE EELREGISTREERIMINE**
   Iga klubi ja üksikvõistleja peab tegema nimelise eelregistreerimise võistlejate paigutusest kaalukategooriatesse hiljemalt **27.11.2026**
   e-maili aadressile tostesport@gmail.com, küsimuste korral helistada Erik Kuningas tel:+372 55598487

   Võistlejatel klubilisi ja vanuselisi piiranguid seatud ei ole.

8. **STARDIRAHA**

Stardiraha on 15€ võistleja kohta **(Kes ei võistle Eesti võistkondlikel meistrivõistlustel)**, mis tuleb tasuda hiljemalt **27.11.2026** korraldaja, **SPARTA Spordiselts pangakontole: EE267700771002684559 selgitusse panna „nimi + stardiraha“, hilisemal tasumisel peale 27.11.2026 on stardiraha 20€ võistleja kohta!**

9. **REEGLID**

Võistlused viiakse läbi vastavalt rahvusvahelistele reeglitele.

10. **AUTASUSTAMINE**

I –III koht medal

11. **MUUD**

a) Osavõtjate lähetuskulud kannavad lähetajad. Kõik juhendis määratlemata küsimused lahendab korraldaja.

b) Korraldaja on kohustatud teatama klubidele ja üksikvõistlejatele võistlusest osavõtjate nimekirja ja jaotuse gruppidesse hiljemalt **2.12.2026 a. tosteliit.ee** kaudu.

c) Korraldaja on kohustatud peale võistluste lõppemist saatma kõigile esindajatele protokollid e-mailile.