**NOLIKUMS**

**2019. gada Ozolkalna atklātais čempionāts klasiskajā spiešanā guļus**

**Vieta un laiks:** Sacensības notiks 2019.gada 19.oktobrī Gulbenes novada, Ozolkalnā, kultūras un sporta centrā “Zīļuks”.

9:30-10:30 dalībnieku svēršanās

11:00- sacensību sākums

**Mērķis un uzdevumi:**

* Spiešanas guļus popularizācija Latvijā;
* Ozolkalna čempionu spiešanā guļus noskaidrošana;
* Veselīga dzīvesveida popularizēšana;
* Jaunu interesentu piesaiste spiešanai guļus, pauerliftingam, aktīvākam dzīvesveidam;

**Sacensību vadība:** Sacensības organizē biedrība „OZgym” sadarbībā ar Beļavas pagasta domi un biedrību „Gulbenes K.S.P.”

 Sacensību direktors: Dzintars Lācis (25483339)

 Sacensību galvenais tiesnesis: Aigars Cīrulis (26430455)

**Sacensību noteikumi**

* Dalībniekiem ir atļauts izmantot IPF klasiskās trīscīņas noteikumos apstiprināto ekipējumu;
* Dalībnieki startē triko vai elastīgajās īsajās biksēs un vienkrāsainos T – kreklos;
* Sacensību atklāšanas parādē un uz apbalvošanu sportisti iziet sporta formās;
* Sacensības norisinās pēc IPF noteikumiem, vingrinājumu izpilde notiek atbilstoši šiem noteikumiem.;
* Sacensības norisinās sekojošā kārtībā: open -66kg, -83kg, -105kg, 105+kg.
* Juridiskā persona (organizācija), vai fiziska persona, kura deleģējusi sportistu uz sacensībām, uzņemas pilnīgu atbildību par startējošā sportista veselības stāvokli sacensību laikā.(Saskaņā ar MK Nr. Nr. 195 no 2006.g. 14 marta prasībām).

**Vērtēšana:**

Dalībnieki sacentīsies dažādās svara kategorijās: -66kg, -83kg, -105kg, 105kg+.

3 labākie sportisti tiks noteikti vērtējot pēc vilksa tabulas.

**Apbalvošana**

* 3 labākie sportisti katrā kategorijā tiks apbalvoti ar medaļām un diplomiem.
* Labākie sportisti absolūtajā vērtējumā tiks apbalvoti ar kausiem un balvām.

**Finansēšana:**

* Dalības maksa- 3eur.

**Pieteikšanās:**

Pieteikšanās sacensībām notiek sacensību dienā, līdz sacensību sākumam.

**Sacensības atbalsta:**



