

## **Trójbój siłowy**

### *REGULAMIN TECHNICZNY*

#### **I. System rozgrywek**

- 1) Mistrzostwa zostaną przeprowadzone w ramach 1 edycji zawodów.
- 2) Mistrzostwa zostaną rozegrane w następujących konkurencjach:
  - a) przysiad,
  - b) wyciskanie sztangi leżąc,
  - c) martwy ciąg.
- 3) Konkurencje odbędą się w następujących kategoriach:
  - kobiety – w kategorii open według formuły IPF,
  - mężczyźni – w kategoriach wagowych: 59 kg, 66 kg, 74 kg, 83 kg, 93 kg, 105 kg, 120 kg, +120 kg.

#### **II. Warunki uczestnictwa**

- 1) Każdy klub ma prawo zgłosić maksymalnie 8 zawodników i 2 zawodniczki.
- 2) Zgłoszenia do zawodów będą przyjmowane wyłącznie poprzez formularz elektroniczny. W dniu zawodów możliwe będą jedynie wykreślenia i podmiany uczestników (liczba podmian zgodnie z komunikatem zawodów).
- 3) Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest przedłożenie organizatorowi zaświadczenia lekarskiego, stwierdzającego zdolność zawodnika/czki do udziału w zawodach. Zaświadczenie lekarskie powinno zawierać klauzulę „Zdolny do zawodów trójbój siłowego”, podpisaną przez lekarza. Obowiązują wyłącznie indywidualne badania lekarskie. Nie będą honorowane zbiorowe badania lekarskie, wydane dla dwóch lub więcej osób, a osoby legitymujące się zbiorowymi badaniami nie będą dopuszczone do zawodów.
- 4) Zawodnicy startujący jako PK zobowiązani są do wpisania tego na swoich kartach startowych. Zostaną oni sklasyfikowani na końcu listy wyników, za wszystkimi zawodnikami startującymi wg norm regulaminowych w klasyfikacji Open.

#### **III. Sposób przeprowadzenia zawodów**

- 1) Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z obowiązującymi przepisami International Powerlifting Federation i Polskiego Związku Kulturystyki, Fitnessu i Trójbój Siłowego.

#### **IV. Punktacja**

- 1) Klasyfikacja indywidualna kobiet zostanie sporządzona w kategorii open według wyniku formuły IPF.
- 2) Klasyfikacja indywidualna mężczyzn zostanie sporządzona we wskazanych kategoriach wagowych na podstawie uzyskanego wyniku w kilogramach.

#### **Koordynator**



- 3) Klasyfikacja Najlepszego Zawodnika zostanie sporządzona w kategorii open według formuły IPF.
- 4) Za zajęcie pierwszego miejsca zawodnik/czka otrzymuje  $n+1$  pkt., drugiego  $n-1$  pkt., trzeciego  $n-2$  pkt., itd., gdzie „ $n$ ” oznacza liczbę zawodników/czek startujących w najliczniejszej kategorii.
- 5) Klasyfikacja drużynowa sporządzona zostanie na podstawie sumy punktów zdobytych przez 5 najlepszych zawodników oraz 1 zawodniczki danego klubu.
- 6) W przypadku równej liczby punktów w klasyfikacji drużynowej, o kolejności decyduje większa liczba pierwszych miejsc, następnie drugich, trzecich, itd., w klasyfikacjach wszystkich kategorii.

#### **V. Uwagi końcowe**

- 1) Pozostałe przepisy określa Regulamin Ogólny Akademickich Mistrzostw Śląska.

#### **Koordynator**



**Akademicki Związek Sportowy Katowice**

ul. Dworcowa 15, 40-012 Katowice

tel. 32 25 38 946, 601 868 008

e-mail: [katowice@azs.pl](mailto:katowice@azs.pl)

[www.azs.katowice.pl](http://www.azs.katowice.pl)