

WRPF /WEPF Európa-bajnokság 2020 Moszkva

erőemelés, push&pull, fekvenyomás, felhúzás; és fekvenyomás maximális ismétléssel

World RAW Powerlifting Federation (WRPF)/World Equipped Powerlifting Federation (WEPF)

Időpont: 2020. augusztus 6-9.

Helyszín: Russia, Moszkva, street 5-Luchevoy prosek 5A, building 4. pavilion 2. Exhibition and Convention center Sokolniki

A mérlegelés és a verseny részletes leírása július 23-tól lesz elérhető a WRPF hivatalos weboldalán:

<http://wrpf.pro/en/reglament> és <http://eu-powerlifting.ru/en/>

A verseny a WRPF/WEPF szabályai szerint lesz lebonyolítva. A szabályzat itt olvasható:

<http://wrpf.pro/en/pravila/>

Ha a versenyző felszerelése és ruházata nem felel meg az előírásoknak, nem vehet részt a versenyen.

A **DrogTeszt** kategóriában nevezett versenyzők 10 %-át fogják vizsgálni. A versenyzés után 30 percen belül választják ki vizsgálatra a versenyzőket.

Az Anti-dopping szabályzat megtekinthető: **<http://wrpf.pro/doping-kontrol/>**

Ha egy versenyző nincs tesztre kijelölve, de mégis szeretne részt venni a doppingvizsgálaton, annak ki kell fizetnie a vizsgálat díját: 8500 RUR/130 USD/117 EUR..

A versenyszámokat RAW, Single Ply (SP) és Multi Ply (MP) kategóriában bonyolítják.

Erőemelés: RAW és térdbandázzsal (WRPF)

Erőemelés: SP és MP (WEPF)

Push&pull: RAW (WRPF) (fekvenyomás+felhúzás)

Push&pull: equipment (WEPF) (fekvenyomás+felhúzás)

Fekvenyomás : RAW (WRPF)

Fekvenyomás: SP és MP “Standard” és “Ultra” soft equipment (WEPF)

Fekvenyomás mozgássérültek részére: RAW (WRPF)

Folk Benchpress: RAW (fekvenyomás maximális ismétléssel) WRPF

Strict biceps curl: RAW (WRPF)

Felhúzás: RAW (WRPF)

Felhúzás: equipment (WEPF)

Valamennyi fogásnemben lehet nevezni.

**A versenyen 14 évnél idősebb versenyzők vehetnek részt.
Mindenki saját felelősségére versenyez. A rendezők nem vállalnak felelősséget az esetleges balesetek, sérülések, egészségkárosodás bekövetkeztéért.**

A bajnokság résztvevői a következő kategóriákban indulhatnak:

➤ Amatőrök, doppingteszt kategóriában; Amatőrök doppingteszt nélküli kategóriában

Korcsoportok: ifjúsági, junior, open, masters

Díjazás: Az első három helyezett minden súly- és korcsoportban exkluzív érmet és oklevelet kap.

Az abszolút értékelés a Wilks formula szerint történik {ifjúsági (14-19), junior (20-23), open (24-39) és masters (40 felett)}, ha a korcsoportban 7 vagy annál több induló van. A győztesek oklevelet, medált vagy kupát kapnak. Pénzdíjazás is lehetséges, ha ezt a szponzorok lehetővé teszik.

Csapatverseny

A csapatkapitányoknak **július 20-ig** kell elküldeniük a csapat nevezését erre a címre dluzhnevskiy@russia-powerlifting.ru. A nevezési formula itt található: <http://wrpf.pro/en/dokumenty/>

A csapatok létszáma nincs meghatározva, de minimum 7 főnek kell lennie.

Július 20. után már semmilyen változtatást nem fogadnak el!

Függetlenül attól, hogy a versenyző a csapatban vagy egyénileg indul, egyéneként kell leadni az online nevezést a szövetség hivatalos honlapján: <http://wrpf.pro/en/zavavka-na-sorevnovanie/>. A "Team" oszlopnál be kell írni a csapat nevét, az egyéni versenyző pedig jelölje be: «Personally».

Csapatok díjazása

A csapatok pontszáma a legjobb 10 versenyző pontszámából tevődik össze.

Csak egy kategóriában elért eredmény számít bele

Minden korcsoport 1. helyezettje 12 pontot, 2. helyezettje 9 pontot, 3. helyezettje 8 pontot, 4. helyezettje 7 pontot, 5. helyezettje 6 pontot, 6. helyezettje 5 pontot kap... és így tovább. A 10. és minden további helyezett 1 pontot kap.

Nemzetközi Master eredmény 18 pont; Master eredmény 12 pont.

A győztes csapatok és versenyzőik kupát és oklevelet kapnak, valamint pénzdíjat a szponzorok segítségével.

Nevezési lehetőség, nevezési díjak és díjfizetés

Előzetes nevezés szükséges!!!

Nevezési határidő: 2020. július 20. az online nevezési oldal

segítségével, amely a hivatalos weboldalon található: <http://eu-powerlifting.ru/en/apply>

Első nevezés: 3600 RUR/55 USD/50 EUR

Dupla nevezés: 6200 RUR/95 USD/86 EUR

A harmadik vagy negyedik nevezés: 1600 RUR/25 USD/22 EUR nevezésenként.

Az ifjúsági kategória (14-16 évesek), valamint a masters (60 éves vagy idősebb) versenyzők

első nevezése: 3300 RUR/50 USD/45 EUR; dupla nevezése: 5900 RUR/87 USD/82 EUR.
Harmadik vagy negyedik nevezés: 1600 RUR/25 USD/22 EUR nevezésenként.
A Drog Teszt kategória nevezési díjai megegyeznek, + 850 RUR/13 USD/12 EUR-t kell fizetni a vizsgálatért.

A 70 év feletti, valamint a mozgássérült versenyzőknek (1. 2. sérülési formában) egy nevezés esetén díjtalan; a 3. sérülési formában a nevezési díj 50 %-át kell fizetni, ha egy kategóriában neveznek.

A nevezési díjat vissza nem fizetik, és nem lehet másra átruházni.

A nevezési díjat a helyszínen, a mérlegeléskor kell kifizetni!! **RUR, USD, EURO – csak készpénz!!!!**

Az eredményszintek táblázatai itt találhatóak: <http://wrpf.pro/pravila-i-normativy/>

Európa- és világrekord regisztráció

Ezen a versenyen WRPF/WEPF nemzeti, Európa- és világrekordokat lehet felállítani. Aki oklevelet szeretne a rekordjáról, annak ki kell töltenie egy online formulát a hivatalos weboldalon: <http://wrpf.pro/en/zayavka-na-sertifikat/>

A rekordok listája itt található: <http://wrpf.pro/en/rekordy/>

World Raw Powerlifting Federation /WRPF és World Equipped Powerlifting Federation - tagság

**Minden RAW versenyzőnek a WRPF tagjának és minden Equip versenyzőnek a WEPF tagjának kell lennie a verseny napján.
Az éves tagsági díj 900 RUR/14 USD/13 EUR.
A tagság érvényessége a befizetéstől és az adatbázisban való rögzítéstől számít, és 1 évig érvényes.**

A mérlegeléskor minden versenyzőnek alá kell írnia egy nyomtatványt, amelyben elfogadja a WRPF/WEPF szabályzatát.

Információ

Sergei Dluzhnevsky – rendező, +7 (911) 545-55-30

Hivatalos weboldal: <http://wrpf.pro/en> vagy <https://www.facebook.com/WorldRawPL>
<http://eu-champ.ru/en/> <http://wrpf.pro/en/dokumenty>

e-mail.cím: dluzhnevskiy@russia-powerlifting.ru kuznetsova@russia-powerlifting.ru

WRPF szabályokról (World RAW Powerlifting Federation)

RAW Erőemelés, fekvenyomás, felhúzás, push&pull - amatőr kategória.

Az amatőr kategóriában az összes korcsoport és súlycsoport szerint is.

Női, férfi korcsoportok:

ifjúsági (a 14. betöltött évtől) 14-16; 17-19;

junior 20-23 (az egész naptári év, amelyben eléri a korhatárt)

open 14. évtől felső korhatár nélkül

masters M1 40-49; M2 50-59; M3 60-69; M4 70-79; M5 80-tól felső korhatár nélkül

Az abszolút kategória kiszámítása a WILKS pontszámok szerint történik.

Női súlycsoportok: 48, 52, 56, 60, 67,5, 75, 82,5, 90, 90+

Férfi súlycsoportok: 56, 60, 67,6, 75, 82,5, 90, 100, 110, 125, 140, 140+

A bírók a gyakorlat után a hibajelzésre piros, kék és sárga kártyákat használnak.

Guggolásnál és felhúzásnál térdbandázs használható.

A felhúzásnál térdzokni használata kötelező!!!

A csuklóbandázs 1 méter hosszú és 8 cm széles lehet.

A térdbandázs 2 méter vagy 2,5 m hosszú és 8 cm széles lehet.

2 méter hosszú térdbandázst használhatnak: férfiak 52-100 kg-os kategóriákban; nők 48-82,5 kg-os kategóriákban.

2,5 méter hosszú térdbandázst használhatnak: férfiak 110-140+ kg-os kategóriákban; nők 90, 90+ kg-os kategóriákban.

A ruházat bemutatása bármikor történhet (a technikai értekezlet szerint) de legkésőbb a verseny megkezdése előtt 20 perccel.

A fekvenyomásnál „START”, „PRESS” és „RACK” vezényszó van.

WEPF szabályokról (ruhás)

A korcsoportok megegyeznek. A súlycsoportok kibővülnek: férfiaknál 52 kg-os, nőknél 44 kg-os csoporttal. A ruházatot be kell mutatni, legkésőbb 20 perccel a csoport kezdése előtt. **Térdzokni használata kötelező!**

Fekvenyomásnál start, press, rack jelzés!!!!

A fekvenyomó ruha lehet 1 vagy 2 rétegű “Standard”; és lehet 3 rétegű “Ultra”.