

VERSENYKIÍRÁS

XIV. CSÁRDASZÁLLÁS KUPA

2010. MÁRCIUS 15.

CSÁRDASZÁLLÁS

A verseny célja:

A fekvenyomás és az erőemelés népszerűsítése, valamint a sportkapcsolatok ill. sportbarátságok szorosabbá tétele.

A verseny rendezője:

Csárdaszállási Szabadidősport Klub
Erőemelő Szakosztálya

Információ:

Fülöp Mihály (Suta): **30/429-24-79**
E-mail: csardapower@gmail.com
Internet: <http://csardapower.uw.hu>

A verseny helyszíne:

Csárdaszállás (Békés megye),
Községi Művelődési Otthon, Kossuth u. 4-6.

A verseny időpontja:

2010. március 15.

A verseny résztvevői:

A verseny nyílt minősítésű, azaz bárki elindulhat, aki betöltötte a 14. életévét. Szövetségi tagság nem feltétel!
Anyagi okokból kifolyólag csak férfi versenyzők nevezését várjuk!

Versenyszabály:

Az erőemelés általános szabályai alapján történik a versenyzés.

Kor- és súlycsoportok:

- Junior [1987-ben, és azután születettek] fekvenyomás 90 kg alatt.
- Junior [1987-ben, és azután születettek] fekvenyomás 90 kg felett.
- Felnőtt [1986-ban, és azelőtt születettek] fekvenyomás 90 kg alatt.
- Felnőtt [1986-ban, és azelőtt születettek] fekvenyomás 90 kg felett.
- Junior [1987-ben, és azután születettek] erőemelés 90 kg alatt.
- Junior [1987-ben, és azután születettek] erőemelés 90 kg felett.
- Felnőtt [1986-ban, és azelőtt születettek] erőemelés 90 kg alatt.
- Felnőtt [1986-ban, és azelőtt születettek] erőemelés 90 kg felett.

A súlycsoportok határai a nevezések függvényében akár korcsoportonként is változhatnak!

A végeredmény megállapítása minden kategóriában a Wilks táblázat alapján történik!

Mindenki csak a saját korcsoportjában indulhat!

A korcsoport megállapítása végett minden versenyző rendelkezzen valamilyen fényképes személyazonosító okmánnyal!

Ennek hiánya a versenyen való indulás meghiúsulásához vezethet!

Díjazás:

- Minden induló részére oklevél!
- Minden kor- és súlycsoport I. – III. helyezettje érem díjazásban részesül!
- Minden kor- és súlycsoport I. helyezettje kupát kap!

Nevezés:

A versenyre **előzetes** és **helyszíni nevezés** is lehetséges!
Azt a nevezést lehet előzetes nevezésként elfogadni, mely **2010.03.14. 14:00**-ig beérkezik.

Nevezni lehet a **csardapower@gmail.com** e-mail címen, vagy a **30/429-24-79**-es telefonszámon!

Elsősorban e-mailben várjuk a nevezéseket!

A nevezés akkor tekinthető teljesnek, ha az alábbi adatok hiánytalanul szerepelnek benne:

- Név.
- Egyesület (ha van) + település neve.
- Születési dátum.
- Várható versenysúly.
- Várható kezdőfogás(ok).
-

A beérkezett nevezéseket folyamatosan megjelenítjük és frissítjük a Csárdaszállási SZSK – Erőemelő szakosztályának honlapján, a <http://csardapower.uw.hu> oldalon.

Nevezési Díj:

Előzetes nevezés: **500** Ft / fő

Helyszíni nevezés: **1000** Ft / fő

Öltözet:

- A versenyen guggoló-, felhúzó-, és fekvenyomó ruha használata engedélyezett!

A verseny tervezett időrendje

2010.03.15.

Mérlegelés

8:00 – 9:30

Versenyezdés:

10:00

Eredményhirdetés

A verseny legvégén

Egyebek:

- A versenyzők saját érdekében (sérülés, orvosi ellátás miatt) tartsák maguknál a TAJ kártyát vagy annak másolatát!

A versenyen mindenki saját felelősségére indul!

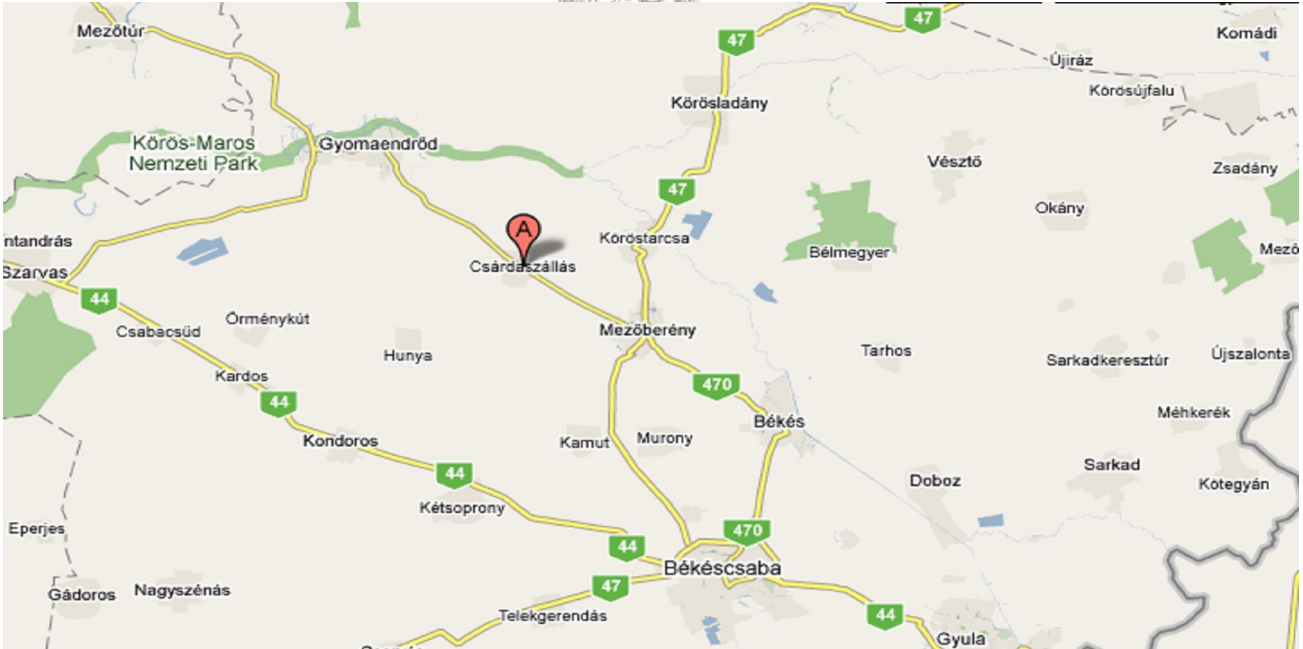
Eredményes felkészülést kívánunk!

Fülöp Mihály (Suta)

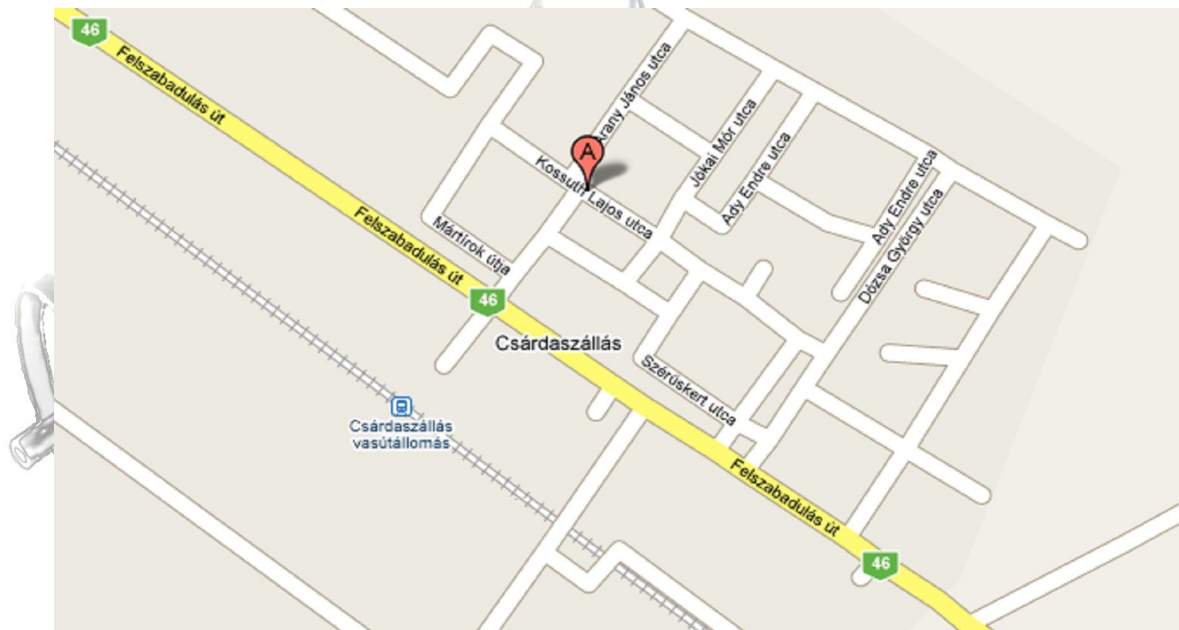
Csárdaszállási SZSK – Erőemelő Szakosztály
Szakosztályvezető

TÉRKÉPEK

Csárdaszállás elhelyezkedése Békés megyében:



Csárdaszállás térképe:



Az „A” pont jelzi a verseny helyszínét!