

SYSTEM SPORTU MŁODZIEŻOWEGO REGULAMIN WSPÓŁZAWODNICTWA SPORTOWEGO MŁODZIEŻY UZDOLNIONEJ

CZĘŚĆ C PODNOSENIE CIĘŻARÓW

ROCZNIKI:		
Młodzieżowcy	21-23 lata	w 2020 roku urodzeni 01.01.1997-31.12.1999
Juniorzy	18-20 lat	w 2020 roku urodzeni 01.01.2000-31.12.2002
Juniorzy młodsi	16-17 lat	w 2020 roku urodzeni 01.01.2003-31.12.2004
Młodzicy	13-15 lat	w 2020 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2007

SYSTEM OCEN

PODNOSENIE CIĘŻARÓW		
Młodzieżowe Mistrzostwa Polski wiek U23 Kobiety; Mężczyźni 21-23 lata		
K	49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 76 kg, 87 kg, +87 kg.	
M	61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 96 kg, 109 kg, +109 kg	

Punktacja w kategoriach:

Kobiety

kat. wag. PZPC	limit kg w kat	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet							
			1	2	3	4	5	6	7	8
49	87	90	25	20	15	12	10	8		
55	95	90	25	20	15	12	10	8		
59	100	90	25	20	15	12	10	8		
64	105	90	25	20	15	12	10	8		
76	114	90	25	20	15	12	10	8		
87	122	90	25	20	15	12	10	8		
plus 87	125	90	25	20	15	12	10	8		
		630	175	140	105	84	70	56		

Mężczyźni

kat. wag. PZPC	limit kg w kat	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii mężczyzn											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
61	135	124	25	21	18	16	14	12	10	8				
67	150	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
73	160	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
81	170	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
96	188	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
109	202	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
plus 109	208	124	25	21	18	16	14	12	10	8				
		913	175	147	126	112	98	84	70	56	30	15		

UWAGA: – jeżeli zawodnik zajmie punktowane miejsce a nie uzyska limitu kg w kategorii wagowej nie zostaną przyznane punkty Systemu Sportu Młodzieżowego.

Mistrzostwa Polski Juniorów - U20

wiek 18-20 lat

K	49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, 81kg, 87kg, +87kg
M	55 kg, 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 89 kg, 96 kg, 109 kg, +109 kg.

Punktacja w kategoriach:

Kobiety

kat. wag. PZPC	limit kg w kat	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet							
			1	2	3	4	5	6	7	8
49	72	64	15	12	10	8	7	6	4	2
55	80	64	15	12	10	8	7	6	4	2
59	90	64	15	12	10	8	7	6	4	2
64	95	64	15	12	10	8	7	6	4	2
71	100	64	15	12	10	8	7	6	4	2
76	110	64	15	12	10	8	7	6	4	2
81	115	64	15	12	10	8	7	6	4	2
87	120	64	15	12	10	8	7	6	4	2
+87	125	64	15	12	10	8	7	6	4	2
		576	135	108	90	72	63	54	36	18

Mężczyźni

kat. wag. PZPC	limit kg w kat	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii mężczyzn															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
55	110	60	15	12	10	8	6	4	3	2								
61	120	79	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1		
67	130	83	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	
73	140	84	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	1
81	150	84	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	1
89	160	83	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	
96	168	80	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1	1	
109	180	79	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1		
+109	185	76	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	1				
		708	135	108	90	72	62	52	43	34	28	24	20	15	11	7	5	2

UWAGA: – jeżeli zawodnik zajmie punktowane miejsce a nie uzyska limitu kg w kategorii wagowej nie zostaną przyznane punkty Systemu Sportu Młodzieżowego.

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży U17 **wiek 16-17 lat**

K 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, 81 kg, +81kg

M 55 kg, 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 89 kg, 96 kg, 102 kg, +102 kg.

Punktacja w kategoriach:

Kobiety

kat. wag. PZPC	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
49	37	9	7	6	5	4	3	2	1		
55	37	9	7	6	5	4	3	2	1		
59	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2
64	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2
71	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2
76	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2
87	37	9	7	6	5	4	3	2	1		
+87	37	9	7	6	5	4	3	2	1		
	340	72	56	48	40	36	28	24	16	12	8

Mężczyźni

kat. wag. PZPC	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii mężczyzn															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
55	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1		
61	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1
67	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1
73	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1
81	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1
89	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1
96	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1		
109	47	9	7	6	6	5	4	3	2	2	1	1	1				
+109	47	9	7	6	6	5	4	3	2	2	1	1	1				
	538	81	63	54	54	45	41	34	32	30	23	21	21	12	12	10	5

Mistrzostwa Polski Młodzików U15

wiek 13-15 lat

K 45 kg, 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, +76 kg.

M 45 kg, 49 kg, 55 kg, 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 89 kg, 96 kg, +96 kg.

Dziewczęta

kat. wag. PZPC	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
45	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1
49	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1
55	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1
59	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1
64	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1
71	35	5	5	5	4	4	3	3	3	2	1				
76	35	5	5	5	4	4	3	3	3	2	1				
+76	35	5	5	5	4	4	3	3	3	2	1				
	315	40	40	40	32	32	24	24	24	16	13	10	10	5	5

Chłopcy

kat. wag. PZPC	liczba pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii mężczyzn																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
45	50	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	
49	51	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1
55	52	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1
61	52	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1
67	52	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1
73	51	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1
81	51	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1
89	42	5	5	5	4	4	4	3	3	2	2	2	1	1	1				
96	41	5	5	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1	1	1				
+96	41	5	5	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1	1	1				
	483	50	50	50	40	40	40	30	30	27	27	18	17	17	17	10	7	7	6

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

Podnoszenie ciężarów

1. Organizator.

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM. W 2020 roku organizatorem OOM w sportach letnich będzie Łódzka Federacja Sportu. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Podnoszenia Ciężarów.

2. Termin i miejsce zawodów.

Finały: 02-05.07.2020r.

Miejsce: Dobryczyce

Eliminacje w strefach według regulaminu i kalendarza PZPC.

3. Program.

Zawody rozegrane będą w następujących kategoriach wagowych:

Dziewczeta – 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, 81kg, +81kg

Chłopcy – 55 kg, 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 89 kg, 96 kg, 102kg, +102kg.

4. Warunki uczestnictwa.

W zawodach mogą brać udział zawodnicy i zawodniczki zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej:

- posiadać aktualną licencję zawodniczą PZPC,
- legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna),
- być zarejestrowani w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej i indywidualny i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze,
- posiadać aktualne orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do szkolenia i współzawodnictwa oraz wpis formuły antydingowej.

Podział na strefy zawodów eliminacyjnych do OOM zgodnie z regulaminem Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów:

strefa	2020
A – ZPM, POM, KPM, WLP	06-07.06.2020 - Bydgoszcz
B – MAZ, WM, PDL, ŁDZ	06-07.06.2020 - Siedlce
C – LUB, MŁP, PKR ŚWI	06-07.06.2020 - Biłgoraj
D – LBU, DŚL, OPO, ŚL	06-07.06.2020 - Wierzbno

Zawodnicy danego klubu muszą startować w eliminacjach tylko w okręgu w którym klub posiada swoją siedzibę.

Do zawodów finałowych zostaną zakwalifikowani:

- W kategorii dziewcząt:

zawodniczki wyłonione w eliminacjach strefowych:

- a) po 5 najlepszych zawodniczek w dwuboju w poszczególnych kategoriach wagowych (8 kat x 5 zaw. = 40 zawodniczek)
- b) 16 najlepsze zawodniczki wg tabeli Sinclaira ze wszystkich kategorii wagowych,
- c) zawodniczki kadry narodowej — reprezentantki kraju, wytypowane przez Trenera Kadry (maksymalnie 6 zawodniczek), zatwierdzone przez Kierownika Wyszkożenia

Łączna liczba startujących dziewcząt w OOM wynosi **62** zawodniczek.

- W kategorii chłopców:

zawodnicy wyłonieni w eliminacjach strefowych:

- a) zawodnicy, którzy zajęli miejsca pierwsze w poszczególnych kategoriach wagowych w 4 strefach (9 kat x 1zaw. x 4 strefy = 36 zawodników)
- b) dodatkowo 8 zawodników w każdej wadze, którzy uzyskali najlepsze wyniki w 2-boju ze wszystkich stref (8 zaw. x 9 kat = 72 zawodników)
- c) 16 najlepszych zawodników wg tabeli Sinclaira ze wszystkich kategorii wagowych,
- d) zawodnicy kadry narodowej — reprezentanci kraju wytypowani przez Trenera Kadry (maksymalnie 6 zawodników), zatwierdzeni przez Kierownika Wyszkożenia.

Łączna liczba startujących chłopców w OOM wynosi **130** zawodników.

- Dziewczęta i chłopcy którzy nie startowali lub nie awansowali z eliminacji strefowych zostaną umieszczeni na liście uzupełniającej wg punktacji Sinclaira (ranking do 20 osób w grupie dziewcząt i do 20 w grupie chłopców). Lista zostanie ogłoszona na 10 dni przed zawodami finałowymi OOM - podstawą do jej opracowania będą wyniki uzyskane podczas zawodów rozegranych w danym roku do 14 dni przed finałami OOM. Zawody muszą znajdować się w kalendarzu PZPC w danym roku, a sędziowie byli wytypowani przez Komisję Sędziowską przy PZPC.

Tylko osoby umieszczone na liście uzupełniającej (ranking do 20 osób w grupie dziewcząt i do 20 w grupie chłopców) mogą dodatkowo startować w finale OOM na koszt zgłaszającego.

Łączna liczba uczestników zawodów finałowych OOM wynosi :

- 192 zawodników (62 dziewczęta i 130 chłopców),
- 45 trenerów,
- 20 sędziów,
- 2 delegatów PZPC.

5.Sposób przeprowadzania zawodów.

Zgodnie z przepisami IWF i Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów oraz niniejszym regulaminem.

Zawodnicy, którzy nie zaliczą rwania nie mają prawa startu w podrzucie.

Weryfikacja zawodników przeprowadzona na konferencji technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników.

Zawodnicy startują w kategoriach wagowych, w których uzyskali awans. Istnieje możliwość zmiany kategorii wagowej na konferencji technicznej o jedną kategorię wagową w wyżej lub niżej.

Po weryfikacji zawodniczka/zawodnik może startować tylko w potwierdzonej na konferencji technicznej kategorii wagowej.

W przypadku nieuzyskania limitu podczas ważenia, zawodnik/zawodniczka zostanie skreślony z listy uczestników zawodów.

6. Zgłoszenia

Zgłoszenie według regulaminu Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów.

Zgłoszenie do zawodów należy nadsyłać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym Nr 1 dla danej imprezy, nie później jak na 5 dni przed konferencją techniczną zawodów finałowych OOM.

7. Program zawodów:

Program zawodów	
I dzień	przyjazd do kolacji, konferencja techniczna
II dzień	zawody
III dzień	zawody
IV dzień	zawody, zakończenie OOM-MPJM, wyjazd po obiedzie

**Regulamin szczegółowy (część C) jest nieodłączną częścią
Regulaminu ogólnego SSM (część A)**

Korespondencję dotyczącą regulaminów
i naliczania punktów prosimy przysyłać na adres:

wyniki-ssm@insp.waw.pl

Data:

17.01.2020

Zatwierdzono: Zespół Metodyczny

Polski Związek Podnoszenia Ciężarów

Karol

SPECJALISTA ds. SZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Monika Stępnik