



## **OHJE IPF:n teknisten sääntöjen tulkitsemisesta kansallisia kilpailuja järjestettäessä**

Suomen Voimanostoliiton kansallisissa kilpailuissa noudatetaan IPF:n kilpailusääntöjä. Tässä ohjeessa SVNL määrittää tarkennukset ja poikkeukset, joissa kansallisissa kilpailuissa voidaan poiketa IPF:n kilpailusäännöistä tai joita ei ole säännelty niissä. Mahdolliset seuraamukset, jotka johtuvat tämän ohjeen ja/tai kilpailusääntöjen vastaisesta toiminnasta on säännelty liiton kurinpitösäännöissä.

### **KILPAILIJAT**

Kilpailijoilla tulee olla voimassaoleva Voimanostoliiton antidopingsopimus allekirjoitettuna liitossa vähintään kolme (3) kuukautta ennen ensimmäistä kilpailuaan sekä lisenssi maksettuna viimeistään, kun kilpailuun ilmoittautuminen päättyy. Kilpailuun ilmoittautuvan nostajan ja kilpailut järjestävän seuran on tarkistettava kilpailijan sopimus ja lisenssitiedot ilmoittautumisen yhteydessä.

### **VAAKA**

Kilpailuvaa'an tulee olla riittävän tarkka huomioiden painoluokkaurheilun ja IPF:n kilpailusääntöjen asettamat vaatimukset sille. Kansallisissa kilpailuissa voidaan punnitus järjestää vaa'alla, joka näyttää kehonpainon vähintään 50 g:n askelvälillä 150 kg:n painoon asti ja sen ylimenevältä osalta 100 g:n tarkkuudella.

Vaa'an toiminnan tarkistuksesta saa olla kulunut enintään viisi vuotta kilpailupäivänä. IPF:n kilpailusäännöissä tarkoitettuna tarkastustodistuksena pidetään vakaustodistusta, kalibroitipöytäkirjaa tai tarkistuspöytäkirjaa.

Kilpailujen järjestäjä saa liitosta tarvittaessa vaa'an ja muut alla mainitut kilpailuvälineet lainaan. Kuluista vastaa kilpailujen järjestäjä.

### **PUNNITUS**

Kilpailuissa voidaan käyttää joko voimanostosäännöissä määrättyä 1,5 h punnitusta tai ns. lyhyttä punnitusta esim. 1 h ajan. Tästä tulee mainita kilpailukutsussa. Punnituksen tulee päättyä 0,5 tuntia ennen kilpailun alkua. Punnitus on suoritettava sitä varten järjestetyssä tilassa, johon punnituksen aikana on pääsy vain punnittavilla nostajilla sekä näiden huoltajalla, yksi kerrallaan, sekä punnitusta suorittavilla tuomareilla. Punnitustilan tulee olla samaa sukupuolta kuin punnittava nostaja. Naisnostajien punnituksen voi hoitaa naistoimitsija.

### **TANKO JA PAINOT**

Levypainojen tarkkuus tulee varmentaa punnitsemalla ne vaa'alla, jonka tarkkuus on kaksi desimaalia tuomareiden ja kilpailujen järjestäjän toimesta ennen kilpailun alkua, mikäli niiden painoa on syytä epäillä kilpailun tuomareiden mielestä.

**TUOMARIT** Tuomareiden tulee olla liiton rekisteröimiä virallisia tuomareita. Tuomareiden tulee olla sääntöjen mukaisesti pukeutuneina. Tuomareiden pukeutumista on täsmennetty oheessa pukeutumisesta voimanostokilpailuissa.

SE-nosto hyväksytään vain, mikäli kaikki kolme tuomaria ovat vähintään kansallisen I-luokan tuomareita ja heidät on ennen kilpailun alkua nimetty ko. kilpailun tuomari tehtäviin. Yleisön joukosta ei saa pyytää eikä tulla kesken kilpailua tuomariksi.

#### **KILPAILUTULOSTEN ILMOITTAMINEN**

Kilpailupöytäkirja on laadittava liiton hyväksymässä muodossa. Tulokset toimitetaan välittömästi kilpailun päättymisen jälkeen liitolle sähköpostitse [tulokset@svnl.fi](mailto:tulokset@svnl.fi), muutoin niitä ei julkaista eivätkä tulokset ole tilastokelpoisia.

#### **NÄIDEN OHJEIDEN VASTAISESTA TOIMINNASTA JOHTUVAT SEURAAMUKSET**

Näiden ohjeiden ja/tai IPF:n kilpailusääntöjen vastainen toiminta käsitellään liiton kurinpitösääntöjen mukaisesti.

#### **VOIMAANTULO**

Tämä ohje julkaistaan liiton verkkosivuilla ja on kaikkine vaikutuksineen voimassa 11.5.2016 alkaen. Samalla kumotaan liiton hallituksen 23.1.2016 antama ohje minimivaatimukset kansallisten kilpailuiden järjestämiseksi.

*Suomen Voimanostoliitto ry:n hallituksen päätös*

*11. syyskuuta 2018*