

(*2019)

Podnoszenie ciężarów

1. Organizator

Organizatorem jest komitet organizacyjny na terenie, którego rozgrywana jest OOM. Kierownictwo Sportowe sprawuje Polski Związek Podnoszenia Ciężarów oraz Okręgowy Związek Podnoszenia Ciężarów na terenie, którego organizowane są zawody.

2. Termin zawodów

Finały: lipiec 2019

Eliminacje w strefach: w terminie nie później niż 3 tygodnie przed datą finału.

3. Program

Zawody rozegrane będą w następujących kategoriach wagowych:

Dziewczęta – 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. Punktacja w kategoriach

Dziewczęta

	kat. wag. PZPC	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii dziewcząt													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	49	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
2	55	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
3	59	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
4	64	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
5	71	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
6	76	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
7	81	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
8	+ 81	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
		340	72	56	48	40	36	28	24	16	12	8				

Chłopcy

	kat. wag. PZPC	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii chłopców																	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	55	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1				
2	61	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
3	67	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
4	73	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
5	81	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
6	89	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
7	96	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1				
8	102	47	9	7	6	6	5	4	3	2	2	1	1	1						
9	+ 102	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		

5. Warunki uczestnictwa

W zawodach mogą brać udział zawodnicy i zawodniczki zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej. w wieku 16 - 17 lat (w 2019 roku urodzeni w 2002-2003 roku).

Podział na strefy wg regulaminu Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów.

Strefa - A	Strefa - B	Strefa - C	Strefa - D
Pomorskie	Warmińsko-Mazurskie	Lubelski	Lubuskie
Zachodnio-Pomorskie	Mazowieckie	Świętokrzyskie	Dolnośląskie
Kujawsko-Pomorskie	Podlaskie	Podkarpackie	Opolskie
Wielkopolskie	Łódzkie	Małopolskie	Śląskie

Do zawodów finałowych kwalifikuje się:

1. Dziewczęta:

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**.

2. Chłopcy:

- 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. x9 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 **6zawodników**), **zatwierdzeni przez Kierownika Wyszkożenia**.

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

3. Dziewczęta i chłopcy którzy 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), która zostanie ogłoszona na 10 dni przed Finałem OOM. - podstawą do opracowania list będą wyniki uzyskane podczas zawodów rozegranych w danym roku do 14 dni przed Finałem 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 finaleOOM lecz uczestniczą w zawodach na koszt zgłaszającego.

Każdy zawodnik musi posiadać aktualną licencję zawodniczą PZPC, legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna) oraz posiadać książeczkę sportowo - lekarską z aktualnym badaniem i wpisem formuły antydopingowej.

6. Sposób przeprowadzenia zawodów

Zgodnie z przepisami IWF, PZPC 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 zawodnik może startować tylko w potwierdzonej na konferencji technicznej kategorii wagowej.

W przypadku nieuzyskania limitu podczas ważenia, zawodnik-zawodniczka zostaje skreślona z listy uczestników zawodów.

Program

przyjazd do kolacji, konferencja techniczna

I dzień - zawody

II dzień - zawody

III dzień – zawody, zakończenie OOM-MPJM, wyjazd po obiedzie

liczba uczestników: zawodników –192 (62 – dz i 130chl), trenerów - 45, sędziów - 20, pzs– 2 (opłaconych przez MSiT)

7. 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 na Finale OOM.

D. System oceny

Podnoszenie ciężarów

I. Młodzieżowe Mistrzostwa Polski U23 – kobiet i mężczyzn (21-23 lata)

1. Program

Kategorie i grupy startujące w zawodach

Kobiety – 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 76 kg, 87 kg +87 kg.

Mężczyźni - 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 96 kg, 109 kg, +109 kg

2. Punktacja w kategoriach

Kobiety

	kat. wag. PZPC	limit kg w kat	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet							
				1	2	3	4	5	6	7	8
1	49	87	90	25	20	15	12	10	8		
2	55	95	90	25	20	15	12	10	8		
3	59	100	90	25	20	15	12	10	8		
4	64	105	90	25	20	15	12	10	8		
5	76	114	90	25	20	15	12	10	8		
6	87	122	90	25	20	15	12	10	8		
7	plus 87	125	90	25	20	15	12	10	8		
			630	175	140	105	84	70	56		0

Mężczyźni

	kat. wag. PZPC	limit kg w kat	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii mężczyzn											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	61	135	124	25	21	18	16	14	12	10	8				
2	67	150	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
3	73	160	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
4	81	170	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
5	96	188	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
6	109	202	133	25	21	18	16	14	12	10	8	6	3		
7	plus 109	208	124	25	21	18	16	14	12	10	8				
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 przyznaje się mu pkt Systemu Sportu Młodzieżowego.

II. Mistrzostwa Polski Juniorów U20 – kobiet i mężczyzn (18-20 lat)

- Kategorie i grupy startujące w zawodach

Kobiety– 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, 81kg, 87kg, +87kg.
Mężczyźni - 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	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii kobiet									
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	49	72	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
2	55	80	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
3	59	90	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
4	64	95	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
5	71	100	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
6	76	110	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
7	81	115	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
8	87	120	64	15	12	10	8	7	6	4	2		
9	+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	il 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	19	20
1	55	110	60	15	12	10	8	6	4	3	2												
2	61	120	79	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1						
3	67	130	83	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1					
4	73	140	84	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	1				
5	81	150	84	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1	1				
6	89	160	83	15	12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1	1					
7	96	168	80	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1	1					
8	109	180	79	15	12	10	8	7	6	5	4	3	3	2	2	1	1						
9	+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	0	0	0	0

UWAGA! – jeżeli zawodnik zajmie punktowane miejsce a nie uzyska limitu kg w kategorii wagowej nie przyznaje się mu pkt Systemu Sportu Młodzieżowego.

III. Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży U17 - dziewcząt i chłopców (16-17 lat)

1. Program

Zawody rozegrane będą w następujących kategoriach wagowych:

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

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

2. Punktacja w kategoriach

Dziewczeta

	kat. wag. PZPC	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii dziewcząt													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	49	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
2	55	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
3	59	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
4	64	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
5	71	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
6	76	48	9	7	6	5	5	4	4	3	3	2				
7	81	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
8	+81	37	9	7	6	5	4	3	2	1						
		340	72	56	48	40	36	28	24	16	12	8				

Chłopcy

	kat. wag. PZPC	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii chłopców																	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	55	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1				
2	61	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
3	67	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
4	73	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
5	81	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
6	89	66	9	7	6	6	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1		
7	96	57	9	7	6	6	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1				
8	102	47	9	7	6	6	5	4	3	2	2	1	1	1						
9	+102	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		

IV. Mistrzostwa Polski Młodzików U15 - dziewcząt i chłopców (13-15 lat)

- Kategorie i grupy startujące w zawodach

Dziewczeta – 45 kg, 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, +76 kg.

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

- Punktacja w kategoriach

Dziewczęta

	kat. wag. PZPC	il pkt w kat	zajęte miejsca i zdobyte punkty w danej kategorii dziewcząt														
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	45	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	
2	49	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	
3	55	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	
4	59	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	
5	64	42	5	5	5	4	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	
6	71	35	5	5	5	4	4	3	3	3	2	1					
7	76	35	5	5	5	4	4	3	3	3	2	1					
8	+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	0

Chłopcy

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

E. Roczni

Młodzik	13-15 lat	w 2019 roku - (urodzeni w latach 01.01.2004 – 31.12.2006)
Junior Młodszy	16-17 lat	w 2019 roku - (urodzeni w latach 01.01.2002 – 31.12.2003)
Junior	18-20 lat	w 2019 roku - (urodzeni w latach 01.01.1999 – 31.12.2001)
Młodzieżowiec	21-23 lata	w 2019 roku - (urodzeni w latach 01.01.1996 – 31.12.1998)