

ATSIST ETSIKS 2019

Algajast tõstesportlasest edukaks tõstesportlaseks

VÕISTLUSJUHEND

Võistluse eesmärk on populariseerida tõstesporti ning anda noorsportlastele võimalus võistelda enda vanuste lastega üle Eesti nii tõstmises kui muudel aladel.

o **Aeg ja koht:**

04.-06. jaanuar 2019, Abja Spordi- ja Tervisekeskus, Abja tee 15, Abja-Paluoja, Viljandmaa

o **Ajakava:**

04.01.19 (reede)	15.00-16.30 – 30m jooks, paigalt kaugushüpe
	16.00-18.00 – turjalkükk
	20.30-21.30 - ujumine
05.01.19 (laupäev)	10.00-12.30 – rebimine
	15.30-17.30 – tõukamine
	20.30-21.30 - ujumine
06.01.19 (pühapäev)	10.00-11.00 – kätekõverdused
	11.00-12.00 – istesetõusud (kõhulihas)

o **Osavõtjad ja tulemuste arvestamine:**

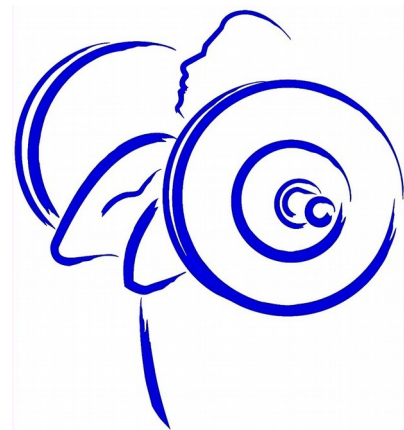
Tulemuste arvestamine toimub neljas erinevas vanusegrupis. Tulemuste arvutamisel kasutatakse kohapunkte ning kõik samas vanuseklassis võistlevad poisid ja tüdrukud järjestatakse ühte pingerritta, mille põhjal jagatakse kohti.

Eesti Tõstesport OÜ

Saarepeedi Viljandimaa 70201

Tel.+372 521 4994 gustav@boesberg.ee

SEB Pank a/a EE051010220248126228



Vanusegrupid:

U-10 sünd. 2009 ja nooremad

U-11 sünd. 2008

U-12 sünd. 2007

U-13 sünd. 2006

o **Autasustamine:**

Kõigile võistlejatele on diplom. Iga vanuseklassi iga ala parimale on autasu.

o **Võistlustele registreerimine:**

Iga klubi peab tegema registreerimise hiljemalt **27. detsembriks 2016** e-mailile: ain@etl.ee

Registreerimisel peavad olema näidatud lapse nimi ja sünniaeg (päev, kuu, aasta).

NB! Iga klubi treener vastutab sportlase tervisliku seisundi eest.

o **Osavõtt ja majutus:**

Osavõtumaks ei ole ja igast klubist on oodatud kuni 2 treenerit.

Majutuse ja toitlustuse eest tasub korraldaja.

o **Võistluste organiseerimine ja juhtimine:**

Võistlust organiseerib, valmistab ette ning viib läbi Eesti Tõstesport OÜ koos Eesti Tõstesportdiliiduga.

o **Muu:**

Kaasa sisejalanõud ja ujumisriided

Korraldaja jätab endale õiguse teha muudatusi ajakavas.

Lisainfo: Ain Pöder - ain@etl.ee, tel. 5214994;

Eesti Tõstesport OÜ

Saarepeedi Viljandimaa 70201

Tel.+372 521 4994 gustav@boesberg.ee

SEB Pank a/a EE051010220248126228

