



## OHJE

### Pukeutumisesta voimanoston kilpailutoiminnassa

Tämä ohje koskee pukeutumista Suomen Voimanostoliiton alaisessa kansallisessa kilpailutoiminnassa aina SM-kisoihin asti koskien niin varuste kuin klassisen voimanoston ja penkkipunnerruksen kilpailuja.

1. Nostajien, heidän huoltajien, tuomareiden pukeutumisen suhteen sovelletaan IPF:n sääntöjä myös kansallisessa kilpailutoiminnassa tässä ohjeessa kerrotulla tavalla.
2. SM- ja kansallisissa ml. seuran jäsenten väliset kilpailut tulee nostajien, huoltajien ja tuomareiden pukeutua voimanostosääntöjen mukaisesti.
3. Seurat voivat tehdä omia trikoita kilpailukäyttöön. Se on hyvää urheilu- ja voimanostokulttuuria. Mikäli trikoossa on mainoksia, niin se tulee hyväksyttäväksi liiton hallitukselle.
4. SM-kilpailuissa lavamiesten tulee olla yhdenmukaisesti pukeutuneena vähintäänkin t-paidan osalta. Lavamiesten on käytettävä urheiluhousuja – verryttelyhousuja tai urheilushortseja. Kenkien tulee olla käyttötarkoitukseen soveltuvat.
5. Palkintojenjaossa käytetään urheiluasua. Nostajat käyttävät seurojensa urheiluasuja kilpailtaessa ja palkintojenjaossa. SM- ja alemman tason kilpailuissa ei käytetä Suomen maajoukkuetrikoita nostettaessa eikä maajoukkueasua palkintojen jaossa.
6. Maajoukkueasua ja –trikoita käytetään edustettaessa Suomen Voimanostoliittoa kansainvälisissä kilpailuissa. Vain liiton virallisia asuja - vuonna 2018 käyttöön tullutta asua sekä vuoden 2020 loppuun aiempaa asua - saa käyttää maajoukkue-edustusten yhteydessä.
7. Nostajan huoltajan tulee pukeutua urheiluasuun, joksi katsotaan verryttelypuku sekä t-paita ja urheilushortsit. T-paidan tulee olla hyvän tavan mukainen. Maajoukkuehuoltajan tulee pukeutua maajoukkueen viralliseen urheiluasuun (verryttelyasu, t-paita). Myös maajoukkuehuoltaja voi käyttää urheilusortseja.
8. Kansainvälisten tuomareiden pukeutuminen on säännelty IPF:n teknisissä säännöissä.

Kansallisen tason tuomarit pukeutuvat valkoiseen kauluspaitaan. Paita voi olla kesällä lyhythihainen. Sen rintaosassa vasemmalla puolella tuomarista itsestään katsoen, on liiton tuomarimerkki kiinnitettynä paitaan siististi ompelemalla tai muulla ratkaisulla.

Tuomarit käyttävät SM-kisoissa suoria harmaita pukuhousuja sekä tummia yksivärisiä sukkiä sekä juhlakenkiä. Naistuumarit voivat käyttää harmaata hametta.

Kansallisen tason kilpailuissa voidaan käyttää harmaiden pukuhousujen sijasta myös siistejä farmarihousuja. Kesällä farkkujen sijaan voidaan käyttää siistejä shortseja. Ulkokilpailuissa tuomari voi käyttää asiallista päähinettä suojaamaan itseään auringon paisteelta.

9. SM-kilpailuissa henkilö voi olla eri rooleissa saman päivän aikana. Tällöin pukeutumisen tulee viestittää, missä tehtävässä henkilö kulloinkin esiintyy. Esim. tuomariasussa ei voi toimia huoltotehtävissä.

*Suomen Voimanostoliitto ry:n hallituksen päätös*

*11. syyskuuta 2018*