



OHJE IPF:n teknisten sääntöjen tulkitsemisesta **Suomessa** 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 vastaisesta toiminnasta on säännelty liiton kurinpitösäännöissä.

YLEISTÄ Liiton kevät- ja syyskokousten kanssa samana päivänä ei saa järjestää kisoja. Myöskään SM-kisojen kanssa samaan aikaan ei samalla alueella saa järjestää kilpailuja. Aluejako löytyy liiton toimintasuunnitelmasta.

KILPAILIJAT

Kilpailijoilla tulee olla voimassa oleva Voimanostoliiton antidopingsopimus allekirjoitettuna liitossa vähintään kolme (3) kuukautta ennen ensimmäistä kilpailuaan sekä lisenssi maksettuna viimeistään, kun kilpailuun ilmoittautuminen päättyy. Kilpailuun ilmoittautuvan nostajan osalta kilpailut järjestävän seuran on tarkistettava kilpailijan antidopingsopimus ja lisenssitiedot viimeistään punnituksen yhteydessä nostajan kilpailuoikeuden toteamiseksi joko nostajan esittämän Suomisportin Appista näkyvän kilpailulisenssin ja antidopingsopimuksen kautta tai kilpailijan Suomisportista tulostamien dokumenttien kautta.

Mikäli tuomarit eivät punnituksessa tunne nostajaa, niin tämän tunnistaminen tehdään joko passin, henkilön sähköisen tunnistekortin tai vuoden 1991 jälkeen myönnetyn ajokortin avulla.

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 tarkistuspyytäkirjaa.

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. Punnitsijan tulee olla samaa sukupuolta kuin punnittava nostaja.

Nostajien punnituksen voi hoitaa myös samaa sukupuolta oleva toimitsija.

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.

Kilpailuissa voidaan käyttää myös kumilevyjä, joilla lastattaessa on tangon hihoihin jäätävä riittävästi (n. 10 cm) tilaa varmistajan käsiotteelle.

TELINEET Kilpailuissa käytettävien telineiden tulee täyttää mitoiltaan IPF:n teknisten sääntöjen määräykset.

KOROTUKSET 12 – 14 -VUOTIAIDEN SARJASSA

Nuorten 12 – 14 -vuotiaiden ikäluokassa nostoyritysten välinen korotus voi olla vähintään 0,5 kg poiketen voimanoston teknisten sääntöjen määräyksestä, että sen tulisi olla vähintään 2,5 kg, koska ikäluokalla ei rekisteröidä Suomen ennätyksiä ja koska suhteellinen lisäys nuorten nostajien painossa on niin suuri.

TUOMARIVALOT

Kansallisissa ja jäsenten välisissä kilpailuissa ei ole pakko käyttää tuomarivaloja. Käytettäessä pelkästään tuomarilaikkoja esitetään ne yhtäaikaisesti päätuomarin komennolla: **FLAGS**.

TUOMARIT Tuomareiden tulee olla liiton rekisteröimiä virallisia tuomareita. Tuomareiden tulee olla sääntöjen mukaisesti pukeutuneina. Tuomareiden pukeutumista on täsmennetty ohjeessa 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 tuomaritehtäviin. Yleisön joukosta ei saa pyytää eikä tulla kesken kilpailua tuomariksi. SE-nosto voidaan lastata muulla kuin 2,5 kilolla jaollisella painolla, kun kysymyksessä on kilpailuilmoituksen mukaisten ikäluokkien ennätyksestä.

Tekninen tarkastaja saa toiminnastaan normaalisti tuomaritehtävästään aktiivisuusmerkinnän. Punnitustuomarina toiminut saa ½ pistettä. Kansallisissa kisoissa ei ole välttämätöntä käyttää teknistä tarkistajaa.

ENSIAPU Kilpailupaikalla tulee olla ensiapuvälineet ja ensiaputaitoinen henkilö, jolla on vähintään voimassa oleva EA1-kortti.

KILPAILUTULOSTEN ILMOITTAMINEN

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

SOVELTAMINEN SM-KISOISSA

SM-kilpailuissa nostetaan liiton yhteistyökumppanien telineillä, tangolla ja painoilla, jotka ovat IPF:n teknisten voimanostosääntöjen mittojen ja painojen mukaiset.

Nuorten 12 – 14 -vuotiaiden korotukset voidaan tehdä 0,5 kg:lla jaollisesti kuten kansallisissakin kilpailuissa.

Tulosraja, tulos sekä tuloksetko aika

Voidakseen osallistua SM-kisoihin on nostajan tullut kilpailla ja tehdä tulos kilpailuissa, jotka on järjestetty edellisen vuoden SM-kisan jälkeisen maanantain ja ilmoittautumisajan päättymisen välisenä aikana. Jos SM-kisan pitämisaikakohtaa kilpailukalenterissa muutetaan kansainvälisen kilpailukalenterin muuttumisen tai jonkin muun syyn takia, niin tuloksetko aika alkaa nyt järjestettävän SM-kilpailun ajankohtaa vastaavan edellisen vuoden viikonloppua seuraavasta maanantaista.

Tulosraja, joista on säädetty liiton toimintasuunnitelmasta, on voitu tehdä muuhun painoluokkaan kuin mihin ilmoitaudutaan. Tällöin tuloksen tulee aina olla vähintään sen painoluokan tulosrajan suuruinen, mihin ilmoitaudutaan kilpailemaan.

Painoluokan jakaminen A- ja B-ryhmiin jne.

SM-kisoissa painoluokka jaetaan A- ja B-ryhmiin sen **tilastotuloksen** perusteella, joka on tehty 12 ilmoittamista edeltävän kuukauden ajanjakson aikana painoluokkaan, mihin nostaja ilmoitetaan kilpailemaan SM-kisaan. Ylempään painoluokkaan tehtyä tulosta ei voida hyväksyä osallistuttaessa alempaan painoluokkaan ryhmäjaossa käytettävänä tuloksena voimanoston teknisten sääntöjen mukaisesti. Alempaan painoluokkaan tehty tulos voidaan hyväksyä.

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 21.11.2024 alkaen. Samalla kumotaan liiton hallituksen 22.7.2023 antama ohje minimivaatimukset kansallisten kilpailuiden järjestämiseksi.

Suomen Voimanostoliitto ry:n hallituksen päätös

20. marraskuuta 2024