

EESTI KARIKAVÕISTLUSED KULTURISMIS JA FITNESSIS 2019

VÕISTLUSJUHE

Aeg ja koht

Võistlused toimuvad 27. aprillil 2019 algusega 14:00, Tallinnas, Salme Kultuurikeskuses, aadressil Salme 12.

Võistluste eesmärk

Edendada ja arendada kulturismi ja fitnessi spordiala Eestis, selgitada välja 2019. aasta karikavõitjad.

Registreerumine

Eelregistreerimise viimane päev on 15. aprill. Eelregistreerimine toimub läbi klubi koordinaatori. Eelregistreeimata sportlased võistlusele ei pääse.

Osavõtu tasu on 20€.

Täpsed juhised registreerimise kohta on välja toodud Eesti Kulturismi - ja Fitnessi Liidu kodukorras <http://www.kulturism.ee/voistlejale/>

Ajakava

27. aprill kell 08.30-09.30 - registreerimine / kaalumine / mõõtmine – Salme Kultuurikeskus.

27. aprill kell 14.00 võistlus. Uksed avatakse pealtvaatajatele kell 13.00.

Täpsem ajakava selgub peale eelregistreerimise lõppu.

Võistlejatel palume varuda piisavalt aega lava tagusteks ettevalmistusteks.

Võistluste korraldaja on Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liit.

Kohtunikud

Võistluste peakohtunik on Liisa Otsus.

Kohtunike töö on reglementeeritud IFBB määrustikuga: <https://www.ifbb.com/wp->

Võistluskategooriad

Noored kulturism (sünniaasta 2000-2003)

Noored bikiinifitness

Noored rannafitness

Juuniorid kulturism (sünniaasta 1996-1999)

Juuniorid meeste fitness

Juuniorid naiste fitness -163, 163+

Juuniorid rannafitness -174, -178, 178+

Juuniorid *body*-fitness

Juuniorid bikiinifitness -160, -166, 166+

Mehed kulturism -70, -75, -80, -85, -90, -95, -100, 100+

Mehed klassikaline kulturism -168, -171, -175, -180, 180+

Mehed rannafitness -170, -173, -176, -179, -182, 182+

Mehed *classic physique* -168, -171, -175, -180, 180+

Mehed fitness

Naised fitness -163, 163+

Naised *body*-fitness -158, -163, -168, 168+

Naised bikiinifitness -158, -160, -162, -164, -166, -169, -172, 172+

Naised kulturism (*physique*)

Naised *wellness*-fitness -158, -163, -168, 168+

Masters meeste kulturism 40+ a.

Masters naiste kulturism (*physique*) 35 + a.

Masters rannafitness 40+ a.

Masters *body*-fitness 35+ a.

Masters bikiinifitness -163 35+ a., 163+ 35+ a.

Sõltuvalt pikkusest, on klassikalises kulturismis maksimumkaaluks:

kuni 168 cm: pikkus (cm) miinus 100

168,1 kuni 171 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 2

171,1 kuni 175 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 4

175,1 kuni 180 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 7
180,1 kuni 190 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 9
190,1 kuni 198 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 11
üle 198 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 13

Sõltuvalt pikkusest, on *classic physique* maksimumkaaluks:

kuni 168 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 4
168,1 kuni 171 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 6
171,1 kuni 175 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 8
175,1 kuni 180 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 11
180,1 kuni 190 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 13
190,1 kuni 198 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 15
üle 198 cm: pikkus (cm) miinus 100 pluss 17

NB!

Kui noorte vanuseklassis on alla 3 osaleja siis liidetakse kategooria vastava juunioride võistluskategooriaga.

Kui masters vanuseklassis on alla 3 osaleja, siis liidetakse kategooria vastava täiskasvanute võistluskategooriaga.

Sportlane võib võistelda ainult ühes kategoorias.

Vastavalt IFBB määrustele liidetakse kaalu- ja pikkuskategooriad juhul, kui kategoorias on vähem kui 5 sportlast.

Ajakava ja täpsed kategooriad selguvad kohapeal.

Nõuded võistlejatele

- Kõik võistlejad peavad esitama ID kaardi.
- Registreerimine toimub võistlusriietuses. Ette tuleb näidata ka kingad (naiste kategooriad) ja vabakava riietus (fitness).

Autasustamine

Iga võistluskategooria 6 parimat sportlast autasustatakse karikaga.

Kolme parimat klubi autasustatakse karikaga.

Parimate sportlaste treenereid autasustatakse medaliga.

NB! Alates 2018 a. saavad treenerimedalid vaid EOK kehtiva treenerikutsega treenerid.

NB! Klubide paremusjärjestus selgub nii: sportlane, kes saavutas oma võistluskategoorias 1. koha toob klubile 6 punkti, 2. koha saavutanud sportlane toob 5 punkti, 3. koha toonud sportlane toob 4 punkti, 4. koha saavutanud sportlane toob 3 punkti, 5. koha saavutanud sportlane toob 2 punkti ja 6. koha saavutanud sportlane toob 1 punkti.

Dopingukontroll

Dopingukontrolli viib läbi SA Antidoping. Dopingukontrolli minevate sportlaste selgitamiseks kasutatakse ühte või mõlemat meetodit so juhuslik (loosiga) või sihilik. Sihiliku dopingukontrolli võib alata võistluste peakohtunik.

Lisasätted:

Võistlused korraldatakse IFBB määruste järgi:

<http://www.kulturism.ee/eesti-kulturismi-ja-fitnessi-liit/>

<https://www.ifbb.com/rules/>

Naiste fitnessis, *body-fitnessis*, *bikiinifitnessis* ja *wellness fitnessis* on kingade tallapaksuseks kuni 1 cm ja kontsa kõrguseks kuni 12 cm.

Rannafitnessis on võistlusriietuseks šortsid, mis katavad jala ära kuni põlvekedrani. *Classic physique-s* on võistlusriietuseks bokser-lõikega ühevärvilised püksid, mille külje pikkus on vähemalt 15 cm.

Peakohtunikul on õigus eemaldada võistlustelt tasemele mittevastavad sportlased. Kohtunike korraldusi mittetäitvad sportlased diskvalifitseeritakse.

Piletid on müügis Silverticketis ja pileteid saab osta kogu võistluspäeva jooksul.

Info võistluste kohta:

veebilehel www.kulturism.ee ;

e-posti teel: info@kulturism.ee ;

tel: +372 5304 4960