

ARMWRESTLING HEL 2019

IX OTWARTE MISTRZOSTWA HELU W SIŁOWANIU NA PRAWĄ I LEWĄ REKĘ AMATORÓW I ZAWODWCÓW W KAT. KOBIET I MĘŻCZYZN

1. Postanowienia ogólne.

Niniejszy regulamin stanowi uproszczoną wersję oficjalnego regulaminu zawodów.

Zgłoszenie do udziału w zawodach i wpisanie się na listę startową jest równoznaczne z przyjęciem warunków udziału w zawodach zawartych w niniejszym regulaminie.

2. Zasady zgłaszania się do udziału w zawodach.

Do udziału w zawodach uprawnione są kobiety i mężczyźni pod warunkiem ukończenia 18 roku życia.

Zapisy są prowadzone w dniu zawodów na jedną godzinę przed ich rozpoczęciem. Zawody przeprowadzone będą na scenie Bulwaru Nadmorskiego w Helu

Zgłaszający się do udziału w zawodach ma obowiązek posiadać dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający pełnoletniość oraz przedstawić następujące dane:

- imię i nazwisko
- datę urodzenia
- aktualną wagę, która zostanie potem zweryfikowana podczas ważenia
- udział w zawodach jest płatny (**10 zł mężczyźni, 5 zł kobiety**)

Podczas zgłoszenia do udziału w zawodach zawodnik ma obowiązek podpisać przygotowane przez organizatora oświadczenie dotyczące zgody na publikację imienia i nazwiska oraz wizerunku swojej osoby a także o zrzeczeniu się jakichkolwiek roszczeń wobec organizatorów i sędziów w przypadku kontuzji.

Zawodników do udziału w zawodach dopuszcza komisja weryfikacyjna, w skład której wchodzi:

- sędzia główny zawodów
- sekretarz zawodów
- kierownik służb medycznych

Zapisy zawodników zostają zakończone o godzinie 19.00 przed rozpoczęciem zawodów. Zawodnik spóźniony nie będzie miał możliwości startu w zawodach.

Organizator ma prawo do zakończenia zapisów przez godziną 19.00

3. Kategorie wagowe.

Zawodnicy rywalizują w 8 kategoriach wagowych:

KOBIETY (prawa ręka)

- do 65 kg
- powyżej 65 kg

MEŹCZYŹNI AMATORZY (prawa prawa)

- do 90 kg
- powyżej 90 kg

MEŹCZYŹNI ZAWODOWCY (prawa ręka)

- do 90 kg
- powyżej 90 kg

MEŹCZYŹNI ZAWODOWCY (lewa ręka)

- do 90 kg
- powyżej 90 kg

Podstawą klasyfikacji zawodnika w danej kategorii wagowej jest wynik ważenia, które odbywa się bezpośrednio przed zawodami podczas zgłaszania zawodnika do udziału w zawodach.

Zawodnik może wziąć udział w tylko jednej w rywalizacji kategorii wagowej.

4. Zasady rywalizacji:

Po wyczytaniu nazwiska zawodnika, ma on obowiązek stawić się przy stole w czasie nie przekraczającym 120 sekund. W innym wypadku zostaje odnotowana porażka zawodnika.

Każdy zawodnik przed przyjęciem postawy do walki powinien przywitać się z przeciwnikiem.

Zabrania się stosowania bandaży, opasek, pasów itp. usztywnień nadgarstka i łokcia ręki walczącej.

Zabrania się mieć na ręce walczącej jakichkolwiek przedmiotów (bransoletek, obrączek itp.)

Zabrania się żucia gumy.

Zawodnicy, u których występuje podejrzenie spożycia alkoholu, środków odurzających lub dopingujących zostaną wykluczeni przez Sędziego Głównego z rywalizacji.

5. Ustawienie i przebieg rywalizacji:

Na komendę sędziego „łokcie na stół!” zawodnicy ustawiają się, opierając łokieć **PRAWEJ** lub **LEWEJ** ręki walczącej na podłokietniku.

Uchwyt rąk musi być nad centrum stołu.

Łokieć może znajdować się w dowolnym miejscu poduszki podłokietnika.

Uchwyt, dłoń przyciśnięta do dłoni przeciwnika, kciuk obejmuje kciuk przeciwnika, kostka kciuka musi być widoczna, nadgarstki wyprostowane.

Wolną ręką zawodnik trzyma się drążka stołu.

Przedramię wolnej ręki może, ale nie musi dotykać blatu stołu.

Barki muszą być ustawione równolegle do bliższej krawędzi stołu.

Paznokcie muszą być krótkie, obcięte tak aby nie ranić dłoni przeciwnika.

Ramiona przed startem mogą być pochylone w jedną stronę.

Barki i głowa nie mogą przekraczać linii środkowej stołu przed i w trakcie walki.

Sędzia zdecydowanie i energicznie, ale nie używając zbyt wiele siły, dotykając rąk i ramion zawodników powinien ustawić ich we właściwej pozycji startowej.

Sygnalem do rozpoczęcia walki wydawanym przez sędziego jest komenda „**Gotów – start!**”

Na zakończenie walki sędzia podaje komendę „**STOP**”, rękoma zatrzymuje dłonie walczących i wskazuje zwycięzcę.

Sędzia musi upewnić się czy zawodnicy wiedzą, że walka została przerwana.

Nie ma limitu czasu na rozegranie walki.

Jeżeli Sędzia Główny lub Kierownik służb medycznych stwierdzi, że zawodnik nie może kontynuować walki, zostaje ona przerwana, a zawodnik ten ma wpisaną porażkę.

6. Przegrana:

Przegrywa zawodnik, jeżeli jakkolwiek część od naturalnej linii jego nadgarstka do końców palców znajdzie się poniżej linii poziomego poduszek lub dotknie poduszki.

Walka, w której zawodnik doznał kontuzji jest traktowana jako jego porażka.

7. Faule

Dwa faule oznaczają porażkę.

Zawodnik otrzymuje faul, gdy:

- umyślnie rozrywa uchwyt,
- zaciska palce umyślnie i złośliwie wbijając paznokcie w dłoń (pięść wewnątrz dłoni) przeciwnika,
- jest w pozycji złamania nadgarstka i wpycha palce w dłoń przeciwnika, nie może utrzymać się w uchwycie,
- przyjmie niebezpieczną pozycję,
- oderwie łokieć od podłokietnika,
- zsunie łokieć z podłokietnika,
- przekroczy głową lub barkiem linię centralną stołu podczas walki,
- pomaga sobie naciskając barkiem, podbródkiem lub głową na dłoń,
- zejdzie barkiem „walczącej ręki” poniżej poziomu blatu stołu,
- umyślnie pchnie własną rękę w ramię przeciwnika,
- umyślnie spycha łokieć przeciwnika z poduszki,
- niestosowne słownictwo lub zachowanie,
- zgadza się na postawienie (oparcie) nogi przeciwnika o nogę stołu po swojej stronie stołu a potem umyślnie ją spycha,
- jeżeli zawodnik w czasie walki opiera nogę o nogę stołu po stronie przeciwnika mimo braku zgody na takie zachowanie przed walką,
- jednoczesne zsuniecie łokci z podłokietników nie skutkuje otrzymaniem faulu.

Po otrzymaniu faulu zawodnicy mają 30 sekund na odpoczynek.

8. Niebezpieczne pozycje:

Pozycje niebezpieczne:

- zawodnik skręca tułów, wysuwa bark do przodu, bez kontroli wzrokowej dłoni,
- ręka wyprostowana przy jednoczesnym opuszczeniu barku ręki walczącej poniżej linii stołu (w takiej pozycji zawodnik przegrywa walkę).

Za przyjęcie niebezpiecznej pozycji zawodnik otrzymuje faul.

9. Postanowienia końcowe:

We wszystkich kwestiach spornych nieuregulowanych w niniejszym regulaminie głos decydujący ma Sędzia Główny.

Organizator zastrzega sobie prawo do korzystania ze zdjęć z wizerunkiem uczestników zawodów w celach promocyjno – marketingowych oraz publikacji informacji w prasie i internecie.