

# ВСЕУКРАЇНСЬКА ФЕДЕРАЦІЯ АРМЛІФТИНГУ

ЗАТВЕРДЖЕНО  
Правління ВФА



## ОФІЦІЙНІ ПРАВИЛА З АРМЛІФТИНГУ

2017р.

## **ЗМІСТ**

<b>1. Загальні положення. Програма, ранг і характер змагань.....</b>	<b>1</b>
<b>2. Організаційні питання.....</b>	<b>2</b>
<b>3. Учасники змагань, представники і тренери команд.....</b>	<b>3</b>
<b>4. Обладнання.....</b>	<b>4</b>
<b>5. Екіпіровка.....</b>	<b>5</b>
<b>6. Виконання змагальних вправ.....</b>	<b>6</b>
<b>7. Порядок проведення змагань.....</b>	<b>9</b>
<b>8. Зважування.....</b>	<b>10</b>
<b>9. Суддівська колегія.....</b>	<b>11</b>
<b>10. Суддівство.....</b>	<b>16</b>
<b>11. Вимоги до проведення змагання.....</b>	<b>17</b>
<b>12. Визначення переможців.....</b>	<b>18</b>
<b>13. Рекорди.....</b>	<b>18</b>
<b>14. Права та обов'язки спортсменів.....</b>	<b>19</b>

## **ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

**Армліфтинг** (від англ. arm-lifting – підйом рукою) – силовий вид спорту, який включає в себе виконання трьох окремих вправ: «RollingThunder», «Apollon's Axle» та «Silver Bullet». Кожен спортсмен може приймати участь в трьох вправах або в одній з них на вибір. Переможець визначається у кожні вправі окремо, у всіх вікових та вагових категоріях відповідно до цих правил.

### **1. ПРОГРАМА, РАНГ І ХАРАКТЕР ЗМАГАНЬ**

#### **1.1. Програма та ранг змагань**

Змагання з армліфтингу проводяться у трьох вправах: «RollingThunder», «Apollon's Axle» та «Silver Bullet».

1.1.2. Змагання проводяться між спортсменами в категоріях, визначених відповідно до їх статі, власної ваги та віку.

1.1.3. Змагання проводяться у порядку зростання вагової категорії від найлегшої до найважчої (в окремих випадках порядок проведення змагань може бути змінено та регламентуватися положенням про змагань).

1.1.4. В одному змагальному потоці змагаються спортсмени однієї групи (вагової категорії).

1.1.5. Усі види змагань з армліфтингу за своїм масштабом поділяються на ранги: I ранг – Чемпіонат світу та Європи, II ранг – чемпіонат України та Кубок України, міжнародні турніри. III ранг - Всеукраїнські турніри, чемпіонати областей. IV ранг – чемпіонати міст та районів.

1.1.6. Змагання II – IV рангів проводяться за чинними правилами Всеукраїнської федерації армліфтингу.

1.1.7. Якщо змагання проводяться паралельно в декількох вікових групах в межах однієї вагової категорії то спортсмен має право заявлятися та приймати участь в декілька вікових групах, про що він повинен зазначити під час проходження мандатної комісії.

#### **1.2. Загальні положення**

1.2.1. Змагання з армліфтингу поділяються на особисті, командні та особисто-командні. У особистих змаганнях визначаються тільки результати кожного спортсмена, за які йому надається відповідне місце. У командних змаганнях підсумкові результати кожного спортсмена зараховуються команді. В особисто-командних змаганнях підсумкові результати кожного спортсмена зараховуються як кожному учаснику, так і команді.

1.2.2. У змаганнях можуть брати участь спортсмени поза конкурсом. Рішення про їх допуск приймає мандатна комісія. Якщо спортсмен змагається поза конкурсом, він не впливає ні на особисті, ні на командні підсумки, не встановлює рекорди. За результатами цих змагань йому може бути присвоєно спортивне звання (розряд).

1.2.3. Якщо спортсмен змагається в особистому заліку, він не входить до складу команди, не впливає на її підсумкове досягнення, але втручається до розподілу особистих місць у даній ваговій категорії, може встановлювати рекорди. За результатами цих змагань йому може бути присвоєно спортивне звання (розряд).

1.2.4. Характер змагань у кожному конкретному випадку визначається положенням про них.

## **2. ОРГАНІЗАЦІЙНІ ПИТАННЯ**

### **2.1. Положення про змагання**

2.1.1. Змагання з армліфтингу проводяться на підставі положення, що розробляється організацією, яка їх проводить. Тільки вона має виключне право вносити зміни або доповнення, але не пізніше, ніж за 30 днів до початку змагань. Інформація про спортсменів (прізвище, ім'я, дата народження, представництво, спортивний розряд, прізвище тренера), що вказана в попередній заявці не підлягає змін у процесі змагань.

2.1.2. Положення про змагання не повинне суперечити чинним правилам.

2.1.3. Положення надсилається відповідним спортивним організаціям або розміщується на інформаційних порталах ВФА (офіційні групи соціальних мереж, веб-сайт) не пізніше, ніж за місяць до початку змагань.

2.1.4. Положення про змагання складається з таких розділів: мета та завдання, керування проведенням, місце і термін проведення, програма та характер, умови заліку, нагородження, прийом учасників та суддів, заявки.

### **2.2. Іменні заявки**

2.2.1. Іменні заявки для участі у змаганнях подаються до мандатної комісії у терміни, що визначені положенням про змагання. Попередні іменні заявки на змагання, що проводить ВФА, надсилаються за вказаними адресами не пізніше, ніж за 14 днів до початку змагань. Змінювати вагові категорії після остаточної номінації не дозволяється (виключенням є окремі рішення президії ВФА).

2.2.2. Усі розділи іменної заявки заповнюються обов'язково друком. У них проставляються підпис лікаря та печатка лікарської установи з датою проходження медичного огляду кожного учасника. Документом, який може підтвердити рішення лікаря, є довідка медичного закладу (якщо інше не передбачено положенням про змагання).

2.2.3. Усі спортсмени, що беруть участь у змаганнях, повинні бути по можливості застраховані. Обов'язкове страхування стосується лише неповнолітніх спортсменів (відповідні страхові поліси надаються під час проходження Мандатної комісії).

2.2.4. Спортсмен допускається до змагань Мандатною комісією, про що робиться відповідна позначка у заявці.

### **2.3. Мандатна комісія (МК)**

2.3.1. Питання про участь спортсменів або команд у змаганнях вирішує МК, яка створюється на місці їх проведення.

2.3.2. До складу МК входять: представник(ки) організації, яка проводить змагання (голова), головний суддя, головний секретар і лікар.

2.3.3. Після розгляду заявок МК вирішує питання щодо допуску команд та спортсменів до змагань. Відомості про кількісний склад учасників змагань заносяться в протокол МК.

### **3. УЧАСНИКИ ЗМАГАНЬ, ПРЕДСТАВНИКИ Й ТРЕНЕРИ КОМАНД**

#### **3.1. Категорії спортсменів за статтю та віком**

3.1.1. Змагання з армліфтингу проводяться серед осіб чоловічої та жіночої статі окремо.

3.1.2. Вік спортсменів визначається роком, місяцем та днем народження.

3.1.3. У змаганнях беруть участь спортсмени, які досягли такого віку: у змаганнях 2-3 рангів — 14 років. Як виняток, до участі до змагань 2-3 рангів можуть бути допущені спортсмени, яким ще не виповнилося 13 років, але не молодші за 11 років та які мають достатній рівень фізичної та технічної підготовки, окремий дозвіл лікаря та письмову заяву батьків про те, що вони не заперечують проти участі у змаганнях їхньої дитини.

3.1.4. Участь спортсменів тієї або іншої вікової групи у змаганнях (разом або окремо) регламентується положенням про змагання.

#### **3.2. Вікові категорії. Вагові категорії**

3.2.1. Вікові групи:

Юнаки, дівчата - 13–17 років включно;

юніори, юніорки – до 20 років включно;

чоловіки, жінки - 15 років та старші;

ветерани-чоловіки, ветерани-жінки - 40 років і більше.

#### **3.2. Вагові категорії**

Чоловіки: 60 кг., 70 кг., 80 кг., 90 кг., 100 кг., 110 кг., понад 110 кг.

Жінки: 50кг., 60 кг., 70 кг., 80 кг., понад 80 кг.

Юніорі: 70 кг., 80 кг., 90 кг., 100 кг., 110 кг., понад 110 кг.

Юніорки: 60 кг., 80 кг., понад 80 кг.

Юнаки: 70 кг., понад 70 кг.

Дівчата: 60 кг., понад 60 кг.

Ветерани (чоловіки): 70 кг., 80 кг., 90 кг., 100 кг., 110 кг., понад 110 кг.

Ветерани (жінки): 60 кг., понад 60 кг.

Якщо у ваговій категорії менше 3 учасників, то дана вагова категорія об'єднується з наступною (вищою) ваговою категорією. Найважча вагова категорія є фіксованою, і не може скорочуватися. На всеукраїнських змаганнях вагові категорії не об'єднуються.

Змагання усіх рангів можуть проводитися у меншій кількості вагових категорій, про що повинно бути зазначено у положенні про змагання.

#### **3.3. Загальні правила**

3.3.1. Нарахування командних очок на змаганнях усіх рангів проводиться у такому порядку: за 1 місце — 1 очко, 2 — 2, 3 — 3, 4 — 4, 5 — 5, 6 — 6, 7 — 7, 8 — 8, 9 — 9 очок і т.д.

3.3.2. Підрахунок командних очок відбувається по 25-ти кращим результатам відповідної команди (приклад: один спортсмен може принести команді три і більше результати виступаючи у трьох вправах та у двох вікових групах).

3.3.3. Якщо команда не набирає відповідну кількість залікових результатів (приклад: команда у складі 6 спортсменів отримала 22 результати, а необхідно 25), то на відповідну кількість відсутніх залікових результатів нараховуються штрафні бали (очки). За один відсутній заліковий результат нараховуються штрафні бали (очки), які відповідають останньому місцю у наймасовішій ваговій категорії змагань плюс одне очко (принцип нарахування очок див. пункт 3.3.1.).

3.3.4. Команди нагороджуються за перші три місця. Якщо дві або більше команд мають однакову суму очок, першість отримує команда, яка має більше перших місць. Якщо кількість перших місць однакова, першість за командою, яка має більше других і т.д. місць, враховуючи місця, що посіли шість залікових учасників. Якщо переможця знову не визначено, беруться до уваги результати всіх учасників команди. Якщо всі показники однакові, обидві команди посідають одне місце, а наступне місце не розподіляється.

3.3.4. Для участі у церемонії нагородження спортсмени та тренери допускаються у відповідній спортивній формі. Відповідальність покладається на головного суддю. У разі нез'явлення на церемонію нагородження без поважної причини та попередження про це головного судді змагань, спортсмен дискваліфікується, його результат анулюється та не входить до командного заліку. Виняток – отримання спортсменом важкої травми.

## **4. ОБЛАДНАННЯ**

### **4.1. Поміст**

Усі вправи виконуються на помості розміром мінімум 2,5 x 2,5 м і максимум 4,0x 4,0 м. Поверхня помосту має бути рівною, твердою, неслизькою, горизонтальною. Поміст повинен бути піднесеним не більше, ніж на 20 см. від рівня сцени або підлоги. Не дозволяється використання незакріплених гумових або подібних догумових листових матеріалів. Поміст може накриватися неслизьким ковраліном, який повинен бути прикріплений до помосту. Такий поміст повинен бути схвалений ГСК.

### **4.2. Ручка «Rolling Thunder», гриф «Apollon Axe.l», еспандер Captains of Crush, диски та інше обладнання.**

На всіх змаганнях із армліфтингу, що проводяться за правилами ВФА, дозволяється використовувати тільки сертифіковане обладнання фірми IronMind (США) схвалене ГСК, якщо інше не передбачене положенням та регламентом змагань. Виключенням може бути тільки гриф «Apollon Axle», який повинен відповідати технічним вимогам визначеним пунктом 4.2.1. даних правил. При використанні обладнання, що не відповідають нижчезазначеним вимогам,

змагання і рекорди, що встановлені на них, вважаються недійсними. У ході змагань не можна змінювати будь яке змагальне обладнання, окрім тих випадків, коли воно було пошкоджене (це вирішують члени головної суддівської колегії).

4.2.1 Гриф «Аполлон Ахел» має бути монолітним, без рухомих частин, прямим, гладким, без будь якого покриття (краска, хромування та інше) і відповідати таким вимогам:

- довжина не повинна перевищувати 2,15 м;
- відстань між втулками не повинна бути більшою 1,32 м і меншою 1,31 м;
- діаметр грифа 50,8 мм.;
- вага грифа із замками повинна дорівнювати 15 кг, 20 кг. або 25 кг;
- діаметр втулки грифа повинен бути не більшим 50 мм і не меншим 49,7 мм;
- на відстані 81 см по всьому діаметру грифа симетрично від середини машинним способом або клейкою стрічкою повинні бути зроблені дві відмітки.

4.2.2. На змаганнях II – III рангів ручка «Rolling Thunder» повинна бути новою.

4.2.3. Еспандери Captains of Crush та CoC Silver Bullet повинні бути новими та розпаковуватись на помості перед початком першого змагального потоку (якщо інше не передбачено положенням про змагань).

4.2.3 Диски повинні відповідати вимогам:

- усі диски, що застосовуються на змаганнях, повинні важити в межах 0,25% або 0,01 кг від ваги, вказаної на них.
- діаметр отвору дисків не повинен бути більшим 53 мм та меншим 52 мм.
- диски мають складатися з набору: 0,5; 1; 2; 5; 10; 15; 20; 25 кг.
- у змаганнях II-III рангів диски повинні відповідати наступному колірному коду: 10 кг і менше — будь-якого кольору, 15 кг — жовтого, 20 кг — синього, 25 кг — червоного. У змаганнях III-VI рангів диски можуть бути будь-якого кольору.
- усі диски повинні мати чітке маркування своєї ваги і встановлюватися в певній послідовності: важчі — усередині, легші — в низхідному ваговому порядку, щоб судді могли бачити маркування кожного диска.

### 4.3. Замки

а) повинні обов'язково використовуватись на змаганнях з міркувань техніки безпеки у вправі «Аполлон Ахел».

б) повинні важити 2,50 кг ( $\pm 0,06$  кг) кожний.

### 4.5. Інформаційне табло

На всіх змаганнях повинне використовуватися інформаційне табло, яке розміщується так, щоб його було видно всім глядачам та офіційним особам. Прізвища спортсменів на табло розташовуються відповідно до заявленої ваги або жеребкування для кожної групи.

## 5. ЕКІПРОВКА

### 5.1. Трико або шорти

Трико — це костюм з еластичних матеріалів типу комбінезона, що використовуються у важкій атлетиці, боротьбі та гімнастиці. Трико може бути

будь-якого кольору.  
Шорти повинні бути облягаючи..

## **5.2. Напіврукавка (футболка)**

Напіврукавка будь-якого кольору або забарвлення (за вибором спортсмена) обов'язково одягається під трико або заправляється в шорти.

Напіврукавка має відповідати наступним вимогам:

- а) Не повинна мати кишень, гудзиків, інших застібок або комірців..
- б) На напіврукавці може бути нанесений логотип федерації, організації, клубу, спонсора. Не дозволяються написи образливі для спорту. Спонсорські логотипи мають бути допущені Президією колеґії суддів ВФА

## **5.5. Пояс (ремінь)**

Учасник може використовувати пояс шириною до 10 см. Його потрібно одягати поверх трико.

## **5.6. Взуття**

- а) Допускається тільки спортивне взуття у вигляді кед, кросівок, спеціального взуття для важкої атлетики та боксу.
- б) Не дозволяється використовувати взуття з металевими шпичками або планками.
- в) Підшва повинна бути не товща за 3 см.

## **5.7 Бинти.**

5.7.1. Бинти на зап'ястки використовувати не дозволяється. Кисті спортсмена повинні бути без будь яких пов'язок.

## **5.8. Загальні положення**

5.8.1. Забороняється роздягатися або змінювати екіпіровку в полі зору глядачів.

5.8.2. Забороняється змагатися в брудному, пошарпаному одязі, або мати неохайний вигляд.

## **6. ВИКОНАННЯ ЗМАГАЛЬНИХ ВПРАВ**

### **6.1. Виконання вправи «RollingThunder»**

6.1.1. Атлет бере ручку однією рукою приблизно посередині паралельно помосту, вага розташовується між ніг атлета, відкритий хват заборонений (тобто великий палець повинен обхопити ручку з протилежної сторони інших пальців).

6.1.2. Будь-який контакт долоні з не обертовими частинами ручки заборонений.

6.1.3. Вільна рука не повинна торкатися ручки, іншої руки чи будь якої частини тіла.

6.1.4. Спортсмен в кінцевій фазі підйому повинен бути повністю випрямлений (повністю розігнуті колінні суглоби та спина), після отримання сигналу судді "даун" (вниз) спортсмен повинен опустити вагу на поміст, при опусканні зберігається захват кисті з ручкою. Після виконаної спроби судді визначають



командою або світловим сигналом зарахована вага чи ні.

6.1.5. Спортсмену на виконання підйому дається 1 хвилина, протягом цієї хвилини кількість спроб для підняття ваги не обмежена. Після першого невдалого підходу спортсмен втрачає наступні підходи.

6.1.6. Для підйому допускається використання магnezії, не допускається використання клеїв та інших липких речовин на долоні.

## **6.2. Причини, з яких піднята в тязі «RollingThunder» вага не зараховується**

6.2.1. Помилка у прийнятті вертикального положення.

6.2.2. Неповне випрямлення ніг у колінах при завершенні вправи.

6.2.3. Будь яке торкання ручки «RollingThunder» ніг спортсмена у першій тритині виконання вправи.

6.2.4. Торкання вільною рукою ручки, іншої руки чи будь якої частини тіла.

6.2.5. Кроки назад або вперед, а також бічні рухи, які можуть бути розцінені як явне переміщення стоп.

6.2.6. Опускання снаряда до отримання сигналу старшого судді.

6.2.7. Опускання снаряда на поміст без контролю рукою.

## **6.3. Виконання вправи «Apolon Axle»**

6.3.1. Атлет має стояти обличчям до передньої частини помосту. Гриф розташована горизонтально перед ногами атлета. Атлет бере гриф виключно прямим хватом (кисті спортсмена знаходяться в положенні "оверхенд" – хват зверху) двома руками і піднімає її догори, поки сам не займе вертикального положення. Тяга виконується в «класиці», або в «сумо».

6.3.2. При завершенні підйому грифу ноги в колінах та спина мають бути повністю випрямлені.

6.3.3. Сигнал старшого судді для завершення вправи складається з руху руки донизу і чіткої команди "Даун!" ("Опустити!"). Сигнал не дається до тих пір, поки гриф не буде утримуватися у нерухомому стані, а атлет не буде знаходитися у фінальній позиції.

6.3.4. Будь-який підйом грифу або будь-яка видима спроба підняти її вважаються використаною спробою. Від початку підйому не дозволяються ніякі рухи грифу донизу до тих пір, поки атлет не досягне вертикального положення з повністю випрямленими колінами та спиною.

6.3.5. Для підйому допускається використання магnezії, не допускається використання клеїв та інших липких речовин на долоні. Також забороняється використовувати власну магnezію. Магnezія використовується тільки та, що надана організатором турніру.

6.3.6. Для виконання підходу спортсмену надається одна хвилина протягом якої він може виконати (або не виконати) одну спробу.

## **6.4. Причини, за яких вага, що піднята в тязі, не зараховується**

6.4.1. Будь-який рух штанги донизу раніше, ніж вона досягне фінального положення.

- 6.4.2. Помилка у прийнятті вертикального положення.
- 6.4.3. Неповне випрямлення ніг у колінах та спини при завершенні вправи.
- 6.4.4. Підтримка штанги стегнами під час підйому. Якщо гриф ковзає по стегнах під час підйому догори, але при цьому не підтримується ними, це не є причиною для того, щоб не зараховувати підняту вагу. У разі наявності сумніву, суддівське рішення має бути прийняте на користь атлета.
- 6.4.5. Кроки назад або вперед, або бокові рухи ступнів ніг. Погойдування ступнів із носків на п'яти дозволяються.
- 6.4.6. Опускання грифу до отримання сигналу старшого судді.
- 6.4.7. Опускання (кидання) грифу на поміст без контролю обома руками, тобто випускання штанги з рук.
- 6.4.8. Невиконання будь-якої з вимог щодо змісту правил виконання тяги.

## **6.5. Виконання вправи «Silver Bullet»**

Для проведення змагань використовується новий оригінальний еспандер Captains of Crush (№1 для жінок та №3 для чоловіків) та «Silver Bullet» від фірми IronMind (США).

До «Silver Bullet» кріпиться оригінальний диск фірми IronMind (США) вагою 2,5кг. (також може використовуватися важкоатлетичний диск вагою 2,5 кг. схвалений ГСК).

Для виконання цієї вправи спортсмену надається одна спроба за виключенням невдалої спроби встановлення «Silver Bullet» (див нижче).

Після виклику спортсмена до виконання вправи, він самостійно бере еспандер та «Silver Bullet» з закріпленим диском та робить установку «Silver Bullet» між кінців еспандера.

«Silver Bullet» вставляється в еспандер не глибше позначки (риски), яка розташована посередині «Silver Bullet». Всі пальці руки повинні стискати еспандер. Будь який контакт долоні та пальців з «Silver Bullet» заборонений. Під час виконання вправи рука повинна знаходитися в горизонтальному положенні а «Silver Bullet» затиснута між кінців еспандера та знаходитися у вертикальному положенні. Сгинання руки у ліктьовому суглобі дозволене, при умові збереження вертикального положення еспандеру у руці та забезпечення нормального огляду виконання вправи з внутрішньої сторони кисті (долонної поверхні) для судді на помості. Як тільки «Silver Bullet» зайняла правильне положення в еспандері, суддя оголошує команду «Time» («Час») а суддя хронометрис вмикає секундомір. Якщо спортсмену не вдалося з першої спроби зафіксувати «Silver Bullet» в еспандері, спроба вважається невиконаною і він має право на другу спробу. Спроба вважається виконаною коли суддя оголосив команду «Time». Час зупиняється, коли суддя фіксує падіння «Silver Bullet».

## **6.6. Причини, за яких суддя може зупинити виконання вправи**

- 6.1. Не привильно встановлена «Silver Bullet» в еспандер.
- 6.2. «Silver Bullet» не знаходиться у вертикальному положенні.
- 6.3. Рука спортсмена не знаходиться у горизонтальному положенні (після другого

попередження зупиняється час).

6.4. Будь-яке торкання «Silver Bullet» долоні або пальців під час виконання вправи.

## **7. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ**

### **7.1. Порядок проведення змагань у вправі «Apollon's Axle»**

7.1.1. Для виконання вправи «Apollon's Axle» у спортсмена є три спроби.

7.1.2. Під час зважування атлет або його тренер зобов'язані замовити початкову вагу для вправи, що вноситься у відповідні клітинки спроб у картці учасника (або робочий протокол змагань), підписані атлетом або його тренером. Зробивши свій перший підхід, атлет або його тренер мають замовити наступну вагу впродовж 1 хв. Така ж процедура передбачається для другого, та третього підходів.

7.1.3. Кратність встановленої ваги дорівнює 1 кг. Виключенням є встановлення рекорду, де кратність встановленої ваги може дорівнювати 0,5 кг. Тобто, спортсмен до наступної спроби може замовити вагу, яка перевищує попередню спробу на 1 кг.

7.1.4. Якщо у певній ваговій категорії, або у групі вагових категорій, що об'єднані в один потік, заявлено щонайменше 20 спортсменів, повинні бути сформовані групи. Рішення про це приймає головний секретар. Найсильніша група у певній ваговій категорії повинна складатися не більше ніж з 12 спортсменів, інші групи – не більше ніж з 15 спортсменів. Якщо немає можливості розділити потік на групи однакової чисельності, більша кількість учасників повинна бути переведена в слабшу групу. Змагання в інших групах повинні проводитися в той самий день, що в найсильнішій групі.

7.1.5. Кожний атлет має зробити першу спробу в першому раунді, другу — у другому, третю — у третьому.

7.1.6. Якщо у групі менше, ніж 6 атлетів, додається час наприкінці кожного раунду; для 5 атлетів — 2 хв., для 4 атлетів — 5 хв., для 3 атлетів — хв. 7 хв. додаткового часу.

7.1.7. Під час кожного раунду вага снаряду поступово зростає. Випадків зменшення ваги не повинно бути, крім помилок, описаних у пункті 7.1.8., і тільки в кінці раунду.

7.1.8. Атлету дозволяється тільки один раз змінити вагу в першій спробі. Вагу можна збільшити або зменшити від раніше замовленої, але не пізніше ніж за 5 хвилин до початку першого раунду.

7.1.9. Атлет повинен замовити вагу для своєї другої, третьої спроби впродовж 1 хв. після закінчення попереднього підходу. Таймер вмикається після того, як суддя сигналізував про успішність спроби. Якщо впродовж 1 хв. вага не замовлена, атлету автоматично замовляється вага на 1 кг. більше попередньої. Якщо спроба була невдалою, вага залишається та ж сама.

7.1.10. Порядок підходів в кожному раунді відповідає замовленій атлетами вазі для цього раунду. У випадку, коли замовлена однакова вага, атлет із меншою власною вагою має виходити першим. Саме таке правило стосується третьої

спроби, коли вагу може бути зміненою двічі за умови, що раніше замовлену вагу не було встановлено (наприклад, атлет А, який виступає з власною вагою 80 кг. замовляє вагу 150,0 кг. Атлет Б, який виступає з власною вагою 79 кг., замовляє вагу 155,0 кг. Атлет А не піднімає 150,0 кг. Чи може атлет Б перезамовити вагу на 150,0 кг, щоб стати переможцем? Ні, послідовність виступів завжди залежить від величини власної ваги.)

7.1.11. Якщо атлет не підкорив вагу, він чекає наступного раунду, коли він може використати свою наступну спробу.

7.1.12. Якщо спроба виявилася невдалою через помилково встановлену вагу штанги з вини асистентів або через несправність обладнання, атлету має бути надана додаткова спроба до правильної ваги. Але цей підхід може бути надано тільки в кінці раунду, в якому допущена помилка. У випадках, коли атлет виходить двічі підряд, йому надається додатковий час для відпочинку, вага встановлюється відразу ж, як тільки надається нова спроба. Додатковий час, таким чином, плюсується до 1 хв., що надається для виконання спроби. Таймер часу вмикається, і атлет має у своєму розпорядженні цей час для спроби. Атлет, який робить дві спроби підряд, отримує 4 хв.; якщо він був передостаннім – 3 хв.; якщо третім у раунді – 2 хв. Решті спортсменів буде надано по 1 хв. Для початку спроби.

## **7.2. Порядок проведення змагань у вправі**

### **«RollingThunder» 7.2.1. Див. пункт 7.1.**

Відмінності проведення змагань від вправи «АpollonAxel»:

- на виконання підходу надається одна хвилина протягом якої атлет може виконати безліч спроб як правою так і лівою рукою;
- після невдалого підходу атлет втрачає наступні підходи;

## **7.3. Порядок проведення змагань у вправі «Silver Bullet»**

7.3.1. Порядок виходу спортсменів до виконання вправи «Silver Bullet» регламентується власною вагою тіла атлетів в межах одного змагального потоку. Першим виходить спортсмен з найменшою власною вагою, за ним до наступної спроби викликається атлет з більшою вагою тіла. Тобто черговість підходів складається по мір зростання власної ваги в межах одного змагального потоку від найменшої до найбільшої. У випадку коли на зважуванні у двох або більше спортсменів однакова власна вага в такому випадку між ними проводиться жеребкування, відповідно якого організовується порядок виходу до спроби.

## **8. ЗВАЖУВАННЯ**

8.1. Зважування учасників повинне проводитися за день до початку змагань або за дві години до оголошеного часу початку змагань у відповідній номінації. Усі спортсмени повинні пройти процедуру зважування, що проводиться в присутності призначених двох або трьох суддів.

8.2. Також зважування проводиться для встановлення порядку виходу спортсменів на поміст, якщо двоє або більше атлетів мають однакову власну вагу,

то між ними має бути проведене жеребкування.

8.3. Судді повинні занести в робочий протокол відповідно до власної ваги спортсмена (від найменшої до найбільшої) прізвище та ім'я кожного учасника, його представництво (з якої команди), дату та рік народження, спортивний розряд, власну вагу і номінацію в якій виступає спортсмен.

8.4. Зважування триває півтори години.

8.5. Атлетам необхідно до початку змагань замовити у разі необхідності гумові підставки під ноги (стосується вправи «RollingThunder»).

## **9. СУДДІВСЬКА КОЛЕГІЯ**

### **9.1. Обов'язки членів суддівської колегії**

9.1.1. Суддівська колегія всеукраїнських та обласних змагань комплектується і затверджується президентом ВФА не пізніше, ніж за 15 днів до початку змагань.

9.1.2. Судді, які викликані на суддівство, повинні бути членами ВФА, мати примірник правил, відповідну форму – темний піджак, сірі брюки, білу сорочку, темно-синю краатку, бейдж та нашивку ВФА на лівому боці піджака. У літку, за рішенням колегії суддів ВФА встановлюється літня форма – сірі брюки, біла сорочка з короткими рукавами, на лівому боці сорочки розміщується відповідний бейдж, краватки не одягаються. Судді повинні бути взутими у повсякденне взуття, спортивне взуття(кросівки, тощо) неприпустиме. Судді повинні знаходитися на місці змагань від початку і до їх завершення.

9.1.3. До змагань IV рангу можуть залучатися судді, які не мають суддівської категорії, але до складу суддів на помості допускається не більше, ніж один такий суддя.

9.1.4. Якщо форма судді не відповідає вимогам правил у деяких елементах одягу, то такі судді не призначаються на посади: члена журі, суддів на помості, секретаря змагань та його помічника, судді-інформатора, судді-хронометриста, технічного диспетчера, суддю при учасниках.

9.1.5. Судді зобов'язані досконало знати правила і положення про змагання, вміло їх використовувати, а також бути об'єктивними та принциповими у своїх рішеннях.

9.1.6. Присутність суддів на суддівських семінарах і щоденних суддівських нарадах є обов'язковою.

9.1.7. До складу суддівської колегії входять судді, які мають постійні або тимчасові посади:

а) постійними суддівськими посадами є головний суддя та його заступники, головний секретар та його заступники

б) тимчасовими суддівськими посадами (для суддівства змагань окремого потоку) є члени журі, судді на помості, секретар змагань та його помічники, суддя-інформатор, суддя-хронометрист, суддя при учасниках, асистенти.

9.1.8. Склад суддівської трійки на помості під час змагань однієї групи або потоку є постійним.

9.1.9. Судді займають робочі місця за 5 хв. до початку змагань. Старший суддя повинен пересвідчитися у працездатності технічного оснащення.

9.1.10. Відповідальним за встановлення ваги залишається старший суддя.

9.1.11. Судді, члени журі та асистенти, які знаходяться на помості, не повинні вживати їжу, пити і жувати гумку. Члени журі можуть вживати безалкогольні напої.

9.1.12. Мобільні телефони суддів, асистентів та членів журі мають бути вимкненими впродовж робочого часу.

## **9.2. Головна суддівська колегія(ГСК)**

9.2.1. До складу ГСК входять: голова колегії суддів ВФА, головний суддя і його заступники, головний секретар і його заступники. Головою ГСК є Голова суддівської колегії ВФА.

9.2.2. Головний суддя та головний секретар прибувають на місцезмагань за добу до дня приїзду учасників та суддів.

9.2.3. Члени ГСК мають право:

а) вносити зміни до розкладу змагань;

б) затримати початок змагань або відмінити їх зовсім, якщо

відсутній медичний персонал, устаткування та інвентар не готові до змагань або вийшли з ладу;

в) усувати від змагань спортсменів, представників, тренерів, суддів через порушення ними положень та правил ВФА.

9.2.4. Члени ГСК не мають права змінювати положення про змагання.

## **9.3. Журі**

9.3.1. Контроль за суддівством змагань II-IV рангів в окремому потоці від початку до закінчення процедури нагородження здійснює журі.

9.3.2. До складу журі входять судді міжнародної або національної категорії. Головою журі може бути Голова колегії суддів, або член колегії суддів, або головний суддя змагань, або найдосвідченіший суддя серед членів журі.

9.3.3. Журі має складатися із трьох суддів з різних регіонів (непоширюється на членів колегії суддів ВФА).

9.3.4. Функція журі — забезпечувати виконання технічних правил.

9.3.5. Під час змагань журі більшістю голосів може звільнити будь-якого суддю, якщо його рішення є некомпетентними. До звільнення цей суддя має бути попереджений.

9.3.6. Рішення суддів не може ставитись під сумнів, хоча помилки в суддівстві можуть допускатись. У цьому випадку суддя має дати пояснення до свого рішення, що є предметом попередження.

9.3.7. Якщо проти дій судді подано протест, суддя може бути попереджений про це. Журі не повинно без необхідності тиснути на суддів на помості.

9.3.8. Якщо в суддівстві допущено серйозну помилку, що суперечить правилам, журі може прийняти відповідне рішення для виправлення помилки і зарахувати атлету спробу.

9.3.9. Члени журі розміщуються недалеко від змагального помосту так, щоб вони могли без перешкод бачити хід змагань. За столом журі сидять тільки його члени. Стіл журі має бути обладнаний мікрофоном. У розпорядження журі надаються: лист призначення суддів, таблиця рекордів, стартовий протокол потоку.

9.3.10. Перед початком змагань голова журі повинен пересвідчитися, що усі члени журі повністю знають свої функції та всі зміни чи доповнення у діючій редакції правил.

9.3.11. Після закінчення змагань у потоці члени журі підписують протокол з оцінками суддів. Голова журі виставляє оцінки суддям.

#### **9.4. Головний суддя та його заступники**

9.4.1. Головний суддя несе відповідальність за якість проведення змагань і суддівство перед організацією, яка проводить змагання та перед ВФА (регіональними відокремленими підрозділами ВФА).

9.4.2. Обов'язки головного судді перед початком змагань:

а) перевірка готовності місць змагань, допоміжних приміщень, обладнання та інвентарю;

б) проведення технічної наради суддівської колегії разом із представниками, тренерами;

Для проведення технічної наради головний суддя повинен:

а) підготувати відповідне місце для технічної наради;

б) разом із головою колегії суддів ВФА скласти список суддів ;

в) разом із головою колегії суддів ВФА визначити на технічній нараді склад суддівських трійок і журі на перший день змагань, інші можуть затверджуватися пізніше.

Після технічної наради головний суддя повинен:

а) інформувати про призначення суддів;

б) провести інструктаж з лікарем змагань, асистентами, обслуговуючим персоналом.

9.4.3. Обов'язки головного судді в ході змагань:

а) разом із головою колегії суддів ВФА затвердження складів суддівських бригад;

б) проведення після кожного дня змагань нарад представників, тренерів і суддів із метою затвердження результатів змагань.

9.4.4. Обов'язком головного судді після закінчення змагань є підготовка звіту про змагання та передача його (упродовж 3-х днів) до ВФА і спортивної установи, яка проводила змагання.

9.4.5. За відсутності головного судді його обов'язки виконує один із його заступників.

#### **9.6. Головний секретар та його заступники (помічники)**

9.6.1. Головний секретар працює під керівництвом головного судді і виконує такі обов'язки:

а) бере участь у роботі мандатної комісії;

- б) готує, опрацьовує і розповсюджує суддівську документацію;
- в) інструктує і керує роботою секретарів змагань та працівників секретаріату;
- г) контролює якість оформлення протоколів змагань та проводить підрахунки командних результатів;
- г) надає інформацію про хід змагань судді-інформатору, представникам команд, представникам засобів масової інформації;
- д) оформляє акти встановлених рекордів, готує матеріали до звіту про змагання, затверджує своїм підписом витяги з протоколів;
- е) перед початком змагань кожної вагової категорії готує для журі примірники стартових протоколів та лист призначення суддів .

9.6.2. Головний секретар працює із суддівською документацією, яку умовно поділяють на підготовчу, основну і заключну. До підготовчої документації входять: положення про змагання, іменні заявки, заяви представників команд або спортсменів, таблиці оцінки командних результатів, правила змагань. До основної документації входять: протоколи жеребкування, робочий протокол змагань, довідки лікаря, спортивна класифікація, таблиця рекордів, письмові протести та рішення з них. До заключної відповідно: акти рекордів, витяги з протоколів, підсумковий протокол змагань, звіт головного судді про змагання, звіт лікаря змагань.

9.6.3. Обов'язки заступників (помічників) головного секретаря в кожному конкретному випадку визначає сам головний секретар.

## **9.7. Судді на помості**

9.7.1. Доскладу суддів на помості входять: старший суддя і два бокових, які слідкують за виконанням вправи.

9.7.2. Судді на помості зобов'язані: зважувати спортсменів потоку, в якому вони здійснюють суддівство, проводити перевірку екіпіровки, оцінювати правильність виконання вправи під час суддівства на помості (див. розд."Суддівство"). спостерігати за правильністю встановлення ваги.

9.7.3. Додатковими обов'язками старшого судді є: контроль за правильністю встановлення ваги, за екіпірковою учасників, порядком на помості та біля нього, керування асистентами на помості в ході змагань.

## **9.8. Секретар змагань та його помічники**

9.8.1. Обов'язки секретаря:

а) перед початком змагань одержати в секретаріаті таблицю рекордів та електронний робочий протокол.

б) перед початком змагань секретар повинен оголошувати час, що залишився до початку змагань (3 хв., 2 хв., 1 хв.). Вага встановлюється після початку змагань.

в) повинен вести електронний робочий протокол змагань.

г) вести змагання відповідно до вимог та чинних правил змагань, оголошувати вагу спробу та прізвище спортсмена. Коли вагу встановлено, старший суддя



сигналізує про це секретарю, який, у свою чергу, негайно оголошує, що вагу встановлено, і називає атлета, який повинен виконувати спробу та наступного атлета, який готується.

д) Після кожного завершення виконання вправи спортсменом оголошує про зафіксовану вагу.

е) У разі, якщо спортсмен не приступив до виконання вправи після свого виклику, після команди судді-хронометриста «ЧАС!» секретар змагання оголошує «Спроба невдала!»

#### 9.8.2. Обов'язки судді-хронометриста:

а) Водночас із проголошенням секретарем прізвища атлета, який має вийти на поміст, вмикається секундомір із відліком 1 хв. якщо спортсмен протягом однієї хвилини не зафіксував вагу, оголошує «ЧАС!» («Час вичерпано!»), і секретарем оголошується «Спроба невдала!».

### 9.9. Судді-асистенти

Судді-асистенти відповідають за правильність встановлення ваги, очищення ручки, грифа, або помосту за вказівкою старшого судді.

### 9.10. Загальні вимоги

9.10.1. Під час змагань знаходитись на помості або на сцені дозволяється тільки атлету і його тренеру (в обмеженій зоні), членам журі, суддям, судді при учасниках і асистентам. Під час виконання вправи тільки атлету, асистентам і суддям дозволяється знаходитись на помості. Тренери залишаються в межах місця, визначеного для них ГСК. Таке місце повинне давати можливість тренеру добре бачити свого спортсмена для того, щоб надавати йому інструкції щодо виконання вправи. Тренер обов'язково повинен бути одягнений в спортивний одяг.

9.10.2. Атлету не можна поправляти костюм біля помосту. Єдине виключення — можна одягати пояс.

9.10.3. Вага повинна оголошуватися в кілограмах.

9.10.4. Відповідальність за рішення, що приймаються у разі помилки в установці ваги або неправильного оголошення, зробленого секретарем, лежить виключно на старшому судді. Його рішення повідомляється секретареві, який дає відповідне оголошення.

9.10.5. По закінченні підходу атлет повинен покинути поміст протягом 60 секунд. Недотримання цього правила призводить до того, що спроба не зараховується.

9.10.6. Якщо під час розминки чи змагань атлет скаржиться на травму або його здоров'ю загрожує небезпека, черговий лікар має право на огляд атлета. Якщо лікар вважає, що атлету не варто продовжувати змагання, він повинен повідомити про це журі і представнику команди яку представляє спортсмен. Лікар повинен навести докази, перш, ніж вилучити(зняти) атлета з змагань.

9.10.7. Будь-який атлет або тренер, який порушує порядок біля змагального помосту або безпосередньо на ньому, виголошує нецензурні слова, образи, що

дискредитують спорт або ображають організаторів та офіційних лиць змагань, повинні офіційно попереджатися. Якщо порушення продовжується, журі, а в його відсутність — судді, можуть дискваліфікувати атлета або тренера і примусити їх покинути змагання. Представник команди повинен бути офіційно проінформований про попередження і дискваліфікацію. За даний вид порушення спортсмен дискваліфікується терміном на один рік та на нього накладаються фінансові санкції, розмір яких визначається відповідними наказами керівництва ВФА.

9.10.8. Журі і судді мають право негайно дискваліфікувати спортсмена, якщо вони вважають, що було серйозне порушення загальних правил та правил поведінки. Представник команди повинен негайно бути проінформований.

9.10.10. На змаганнях усі протести на суддівські рішення, скарги, що стосуються ходу змагань або проти будь-яких осіб, які беруть участь у змаганнях, повинні подаватися в журі у письмовому вигляді. Протест або скарга повинні передаватися представником(тренером) команди голові журі. Це повинно бути зроблено відразу ж за дією, на яку подається протест або скарга в усній формі та протягом 10 хвилин в письмовій формі.

9.10.11. Якщо необхідно, журі може припинити змагання і розглянути заяву для прийняття рішення.

## 10. СУДДІВСТВО

### Вправа «RollingThunder» та «Apollon's Axle»

10.1. Суддів на помості має бути троє: старший (центральний) суддя і двоє бокових.

10.2. Старший суддя відповідає за подачу основних необхідних сигналів.

10.3. Сигнали та команди наступні:

10.3.1. Сигналом для початку виконання спроби спортсменом є піднята рука старшого судді. У випадку якщо рука не піднята, це означає порушення у вихідній позиції виконання вправи.

10.3.2. Видимий сигнал у фінальній частині обох вправ складається з руху руки зверху-вниз із виразною командою: "Даун!" ("Опустити!").

Усі голосові команди суддів оголошуються голосно та виразно, а також супроводжуються жестами.

10.4. Після закінчення спроби секретар змагань оголошує результат спроби спортсмена.

10.5. Троє суддів можуть сидіти в місці біля помосту, яке вони вважають найзручнішим для огляду помосту.

10.6. Перед змаганнями судді повинні пересвідчитися, що:

а) поміст і змагальне обладнання відповідає правилам, вага снарядів і дисків перевірена, інвентар, що має дефекти, вилучений;

б) ваги працюють точно;

в) атлети зважуються в межах часу, відведеного для їхньої категорії;

г) костюм, взуття і особиста екіпіровка атлетів відповідають правилам.

10.7. Під час змагань усі троє суддів повинні здійснювати контроль за тим, що

вага снаряду відповідає тій, що оголошена секретарем.

10.8. Судді повинні стримуватися від коментарів і неотримувати будь-які документи або словесні пояснення, що стосуються ходу змагань.

10.9. Старший суддя може радитися з боковими суддями, із журі, або іншими офіційними особами, якщо це необхідно в порядку ведення змагань.

10.10. За своїм розсудом старший суддя може дати вказівки асистентам прибрати поміст. Тренер або спортсмен може звернутися з таким проханням до старшого судді, але не до асистентів.

10.11. Після змагань старший суддя повинен підписати протокол змагань, акти рекордів та інші документи, де потрібний його підпис.

### **Вправа «Silver Bullet»**

10.12. Суддів на помості під час виконання вправи «Silver Bullet» повинно бути двоє: старший суддя та суддя хронометрист.

10.13. Старший суддя розпаковує для проведення змагань новий еспандер та розташовує його на спеціальному столі, який знаходиться на помості. Разом з еспандером на спеціальний стіл розташовується «Silver Bullet» та закріплений до неї диск вагою 2,5 кг.

10.14. Після того як спортсмен зайняв стартове положення (див пункт 6.5.) старший суддя оголошує команду «Time» («Час») а суддя хронометрист вмикає секундомір.

10.15. Під час виконання вправи мають місце наступні команди: «Hand» («Рука») це означає що рука спортсмена, якою він виконує вправу, знаходиться не правильному положенні (пункт 6.5.). Якщо ця команда повторюється двічі суддя оголошує «Time» («Час») та зупиняє виконання вправи при цьому суддя хронометрист зупиняє та фіксує час, який заноситься в протокол.

Також суддя оголошує команду «Time» («Час») та зупиняє виконання вправи при порушеннях зазначених у пункті 6.6.

10.16. Спроба вважається виконаною коли суддя оголосив команду «Time». Час зупиняється, коли суддя фіксує падіння «Silver Bullet».

## **11. ВИМОГИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАННЯ**

### **11.1 Вимоги до місця проведення**

Місце проведення змагання повинно мати достатньо місця, щоб могли розміститися глядачі і учасники. На сцені повинно бути досить місця для суддів, журі, помосту. Якщо на сцені недостатньо місця, тоді журі і судді можуть розташовуватися біля сцени, але в зручному для огляду помосту місці. Дошка(екран) для демонстрації ходу змагань (дубль-протокол) повинна знаходитися збоку від помосту, але не за ним. Обладнання, на якому буде проводитися змагання, повинне бути схвалене ВФА та складатися з наступного:

1) Обертова ручка «RollingThunder», гриф с карабіном для неї, гриф «ApollonAxle» с замками, Captains of Crush №1 та №3, «Silver Bullet».

2) Диски — 4x25 кг; 2x20 кг; 2x15 кг; 2x10 кг; 2x5 кг; 2x2 кг; 2x1 кг; 2x0,5кг.

4) П'єдестал для нагородження переможців.

- 5) Місткість із магnezією.
- 6) Віник, швабра, ганчірка, відро, щітка по металу, порохотяг, ганчірка для протирання лавки і грифа.
- 7) 10% розчин clorex solution або аналогічний засіб для дезінфекції на грифові з метою знищення інфекції у випадку, якщ оспортсмен поранився. Дезінфекцію повинен провести лікар або фельдшер, який обслуговує змагання.
- 8) 3 стільці для суддів.
- 9) Стільці для асистентів , які встановлюють диски.
- 10) Стільці і столи для диктора, секретаря, судді-секундометриста .
- 11) Стіл і стільці для журі з трьох осіб.
- 12) Демонстраційний екран
- 13) Демонстраційне табло, що інформує про вагу штанги під час кожного підходу.
- 14) Секундомір, який повинен бути розташований у місці, доступному (оглядовому) для спортсменів, суддів, тренерів і глядачів.

### **11.2 Вимоги до місця для розминки.**

Місце для розминки повинне бути не меншим 10 м x 10 м. Воно повинне мати наступне обладнання:

- обертова ручка «RollingThunder», гриф с карабіном для неї та гриф «ApollonAxel» с замками, Captains of Crush №1 та №3, «Silver Bullet»;
- необхідна кількість дисків.

### **11.3 Вимоги до кімнати для зважування**

У кімнаті зважування повинні бути:

- а) перевірені ваги;
- б) стіл і стільці для суддів.

Роздягальня для спортсменів повинна відповідати загальноприйнятим нормам.

## **12. ВИЗНАЧЕННЯ ПЕРЕМОЖЦІВ**

12.1. Переможцями визначаються атлети в кожній ваговій категорії та віковій групі.

12.2. Переможцем стає той атлет, який в своїй ваговій категорії зафіксує найбільшу вагу (набільший час). Решта учасників займають місця по мірі зменшення зарахованої ваги (часу).

12.3. У випадку рівності серед декількох атлетів найвище місце присвоюється атлету, власна вага якого найменша. У випадку рівності власної ваги, перевага надається атлету який раніше зафіксував дану вагу.

### **12.4 Визначення команд-переможців**

12.4.1. Переможцем стає та команда, яка набрала найменшу кількість очок серед команд-суперників. Решта команд займають місця по мірі збільшення очок. Нагороджуюся перші три команди.

12.4.2. Якщо дві або більше команд мають однакову суму очок, першість отримує

команда, яка має більше перших місць. Якщо кількість перших місць однакова, першість за командою, яка має більше других і т.д. місць, враховуючи місця, що посіли залікові учасники.

### **13. РЕКОРДИ**

13.1. На всеукраїнських змаганнях, які проводить ВФА, рекорди реєструються без зважування ваги і атлета за умови, що атлет зважений за правилами перед змаганнями, і що судді перевірили вагу встановлену перед виконанням спроби.

13.2. Ті рекорди, що встановлені атлетами у своїх вікових групах (наприклад, ветерани чи юніори) і перевершують рекорди, що встановлені у відкритій віковій групі включаються в рекорди своєї вікової групи та відкритої вікової групи.

13.3. Якщо у ході змагань два або більше спортсменів показали однаковий результат, що перевищує рекорд, рекордсменом буде вважатися той, хто першим підійшов до виконання спроби.

13.4. Новий рекорд буде дійсний, якщо він перевищує попередній не менше, ніж на пів кіллограму (десята секунди).

13.5. Рекорди у вправі тяга обертової ручки «RollingThunder» зараховуються тільки на новій ручці «RollingThunder» це правило стосується і вправи «Silver Bullet».

### **14. ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ СПОРТСМЕНІВ**

#### **Спортсмен зобов'язаний:**

- 1) дотримуватися норм поведінки і етики на місці змагань та поза ними;
- 2) знати й виконувати правила змагань та положення про них;
- 3) брати участь у церемоніях відкриття змагань і нагородження;
- 4) негайно з'являтися до суддів за їх викликом, виконувати їх розпорядження щодо правил змагань;
- 5) знаходитися на місці змагань своєї номінації або вагової категорії до закінчення, якщо сам змагання закінчив раніше.

#### **Спортсмену заборонено:**

- 1) відсутність на процедурах нагородження або передчасне їх залишення;
- 2) повторне порушення (після попередження) правил змагань, етичних норм на місці змагань та поза ними.

Згідно з рішенням ГСК або журі спортсмени усуваються від змагань, а результати їх анулюються.

