

TLAK NA LAVIČKE

1. ZÁKLADNÉ PRAVIDLÁ

- 1.1 V týchto pravidlách sa mužský rod číta spolu so ženským a obrátene.
- 1.2 Športové pravidlá nemôžu byť menené medzi paralympijskými hrami.
- 1.3 Všetci pretekári musia zaplatiť poplatok za doping.

2. PRETEKÁRI VHODNÍ K SÚŤAŽENIU

S odvolaním sa na predpisy klasifikačných pravidiel tlaku na lavičke.

- 2.1 Vhodní k súťaženiu sú pretekári amputovaných skupín A1 - A4. (A)
- 2.2 Vhodní k súťaženiu sú pretekári skupín Les Autres s minimálnym postihom. (LA).
- 2.3 Vhodní k súťaženiu sú pretekári skupín mozgovej obrny. (CP)
- 2.4 Vhodní k súťaženiu sú pretekári skupín s poruchou miechy. (SCI)

3. ŠPECIÁLNE ZDRAVOTNÉ PODMIENKY

- 3.1 Aby bol pokus platný podľa pravidiel, musí mať pretekár schopnosť celkom vystrieť ruky. Povoľená je max. 20 stupňová odchýlka vystretia rúk v každom lakti. Lekár/klasifikátor musí byť počas súťaže stále prítomný na športovisku.
- 3.2 Špeciálne zdravotné podmienky sú uvedené v paragrafoch 6.1.4, 6.5, 8.3, 8.3.1, 8.3.2, 8.4, 8.4.1 a 8.4.2.

4. KLASIFIKÁCIA

- 4.1 V tlaku na lavičke je 10 kategórii. Všetci pretekári IPC Powerliftingu musia dodržiavať tieto hmotnostné kategórie.

4.2 Hmotnostné kategórie - ženy

- kategória do 40,00 kg	
- kategória do 44,00 kg	od 40,01 kg do 44,00 kg
- kategória do 48,00 kg	od 44,01 kg do 48,00 kg
- kategória do 52,00 kg	od 48,01 kg do 52,00 kg
- kategória do 56,00 kg	od 52,01 kg do 56,00 kg
- kategória do 60,00 kg	od 56,01 kg do 60,00 kg
- kategória do 67,50 kg	od 60,01 kg do 67,50 kg
- kategória do 75,00 kg	od 67,51 kg do 75,00 kg
- kategória do 82,50 kg	od 75,01 kg do 82,50 kg
- kategória nad 82,50 kg	od 82,51 kg

4.3 Hmotnostné kategórie - muži

- kategória do 48,00 kg	
- kategória do 52,00 kg	od 48,01 kg do 52,00 kg
- kategória do 56,00 kg	od 52,01 kg do 56,00 kg
- kategória do 60,00 kg	od 56,01 kg do 60,00 kg
- kategória do 67,50 kg	od 60,01 kg do 67,50 kg
- kategória do 75,00 kg	od 67,51 kg do 75,00 kg
- kategória do 82,50 kg	od 75,01 kg do 82,50 kg
- kategória do 90,00 kg	od 82,51 kg do 90,00 kg
- kategória do 100,00 kg	od 90,01 kg do 100,00 kg
- kategória nad 100,00 kg	od 100,01 kg

4.4 Pridanie k telesnej hmotnosti bude pre pretekárov s **amputáciou** nasledovná:

- Pre každú amputáciu v členku
½ kg do - 67.5 kg ½ kg od +67,5 kg do +100 kg
- Pre každú podkolennú amputáciu
1 kg do - 67.5 kg 1½ kg od +67,5 kg do +100 kg
- Pre každú nadkolennú amputáciu
1½ kg do - 67.5 kg 2 kg od +67,5 kg do +100 kg
- Pre každú amputáciu v bedrovom kĺbe
2½ kg do - 67.5 kg 3 kg od +67,5 kg do +100 kg

5. DISCIPLÍNY

- 5.1 Muži a ženy súťažia v každej váhovej kategórii.
- 5.2.1 Na PH, MS, kontinentálnych majstrovstvách a hrách má každá krajina povolené postaviť maximálne 10 pretekárov z každej skupiny postihnutia, rozdelených do 10 hmotnostných kategórii, pre ženy aj pre mužov. V jednej hmotnostnej kategórii môžu byť maximálne traja pretekári rovnakej národnosti a maximálne 2 takého istého postihnutia napr. 2 CP + 1 SCI, 2 A + 1 CP atď.
- 5.2.2 Na MS a kontinentálnych majstrovstvách má každá krajina povolené postaviť maximálne 10 juniorov rozdelených do 10 hmotnostných kategórii pre mužov a pre ženy. V každej váhovej kategórii môžu súťažiť maximálne dvaja športovci z jednej krajiny.
- 5.3 Súťažiť v tomto športe môžu pretekári po dosiahnutí veku 14 rokov.
- 5.3.1 V open súťažiach mužov a žien môžu súťažiť športovci odo dňa dosiahnutia 14 rokov (bez obmedzenia).
- 5.3.2 Juniorská kategória pre mužov a ženy je odo dňa dosiahnutia 14 rokov po deň dosiahnutia 23 rokov.
- 5.4 Konečné umiestnenie sa určí podľa najlepšieho platného pokusu, ktorý uznali rozhodcovia. V súťaži sú povolené len tri pokusy. Akýkoľvek extra pokus sa nezarátava do konečného výsledku.

6 TLAK NA LAVIČKE TELESNE POSTIHNUÝCH

- 6.1.1 Ostaní a s postihnutím chrbtice
Pretekár musí na lavičke zaujať nasledujúcu polohu, ktorá musí byť dodržaná počas celého tlaku: ramená (vlasy nemôžu zabraňovať vo výhlade), zadok, nohy a chodidlá musia byť vystreté na oficiálnej lavičke. Výnimka (musí byť potvrdená) sa môže udeliť zo zdravotných dôvodov.
- 6.1.2 Mozgová obrna
Pretekár musí na lavičke zaujať nasledujúcu polohu, ktorá musí byť dodržaná počas celého tlaku: ramená (vlasy nemôžu zabraňovať vo výhlade), zadok, nohy a chodidlá musia byť vystreté na oficiálnej lavičke. Ohnuté nohy podporené schváleným klinom (vankúšom) musia byť schválené.
- 6.1.3 Amputácia
Pretekár musí na lavičke zaujať nasledujúcu polohu, ktorá musí byť dodržaná počas celého tlaku: ramená (vlasy nemôžu zabraňovať vo výhlade) a zadok musia byť natiahnuté na oficiálnej lavičke. V závislosti na druhu amputácie noha(y) a chodidlo alebo protéza musia byť vystreté na oficiálnej lavičke

6.1.4 Tlak s protézami je povolený a ortézy s topánkami je povolené nosiť pre LA a SCI.

Všeobecné pravidlá

6.2 Činka musí byť uložená horizontálne krížom cez pretekára na stojanoch.

6.3 Šírka úchopu činky medzi rukami nesmie prekročiť 81 cm, táto sa ráta medzi ukazovákmi.

6.4 Pretekár musí uchopiť činku s palcami okolo tyče.

6.5.1 Každému pretekárovi je povolené byť priviazaný k lavičke oficiálnym alebo osobným popruhom. Maximálna šírka tohto popruhu je 10 cm.

6.5.2 Na to, aby sa zabránilo neželanému pohybu nôh sa pretekárovi povoľujú použiť maximálne dva popruhy.

6.5.3 Priviazanie je povolené od členkov k bedrám a čo najnižšie ako je možné pre športovcov bez bedier.

6.6 Priviazať sa môže sám pretekár, tréner alebo nakladač pod dohľadom rozhodcov.

6.7 Len oficiálni nakladači môžu pretekárovi pomôcť pri prenesení činky zo stojanov.

6.8.1 Nie viac ako štyria a menej ako traja nakladači môžu byť na pódiu. Pretekár môže požiadať o pomoc pri premiestnení činky, túto však drží vo vystretých rukách a nespúšťa ju dole na hrudník.

6.8.2 Po premiestnení činky do vystretých rúk čaká pretekár na signál od hlavného rozhodcu. Tento signál sa dáva hneď potom, ako je pretekár bez pohybu a činka je správne umiestnená.

6.9 Signál sa skladá zo zvukového príkazu "štart" so súčasným pohybom ruky nadol.

6.10 Po prijatí signálu musí pretekár nechať činku klesnúť na hrudník, držať ju bez pohybu na hrudníku a potom ju súmerne vytlačiť do rovných, vystretých rúk a držať nehybne až do zvukového príkazu "stojan" so súčasným pohybom ruky späť.

6.11 Tréner môže pomôcť svojmu pretekárovi pri príchode a odchode na pódium. Počas pokusu musí tréner zostať vo vyhradenom priestore pre trénerov tak, ako ho určí Jury alebo na to zodpovedný technický kontrolór.

6.12 Od vyhlásenia mena, krajiny a váhy má pretekár dve minúty na začatie pokusu. Po uplynutí jednej minúty musí hlásateľ vyhlásiť poslednú minútu. Toto takisto ohlási aj zvukové zariadenie.

Poznámka: Ak pretekár nasleduje sám seba (napr. štvrtý rekordný pokus) dostane na tento pokus tri minúty.

6.13 Po dokončení pokusu musí pretekár do tridsiatich sekúnd potom, ako opustil lavičku, opustiť pódium. Ak toto pravidlo nie je splnené, rozhodcovia môžu tento pokus vyhlásiť za neplatný.

6.14 Pretekár alebo jeho tréner musia do jednej minúty nahlásiť vymenovanému maršalovi nasledujúci pokus. Jedna minúta začne plynúť odvtedy, keď pretekár opustí lavičku. Určenie tejto doby je zodpovednosťou maršala.

7 PRÍČINY DISKVALIFIKÁCIE

7.1 Nedodržanie signálov rozhodcu na začiatku alebo na konci pokusu.

7.2 Akákoľvek zmena zvolenej polohy počas pokusu napr. ramien, zadku alebo nôh z pôvodných bodov kontaktu s lavičkou, alebo postranný pohyb rúk na činke.

7.3 Dvíhanie, odrážanie alebo pokles činky potom, ako bola nehybná na hrudníku.

7.4 Akékoľvek nesúmerné vystretie rúk počas pokusu.

Poznámka:

Ruky pretekára sa musia vystierať rovnakou rýchlosťou a lakte sa musia vystrieť spolu, avšak činka nemusí byť v horizontálnej polohe.

7.5 Akýkoľvek pokles činky počas tlaku nahor.

7.6 Neschopnosť vytlačiť činku do vystretých rúk na konci pokusu.

7.7 Kontakt nakladačov s činkou medzi signálmi rozhodcu.

7.8 Úmyselný kontakt medzi činkou a stojanmi počas zdvihu za účelom uľahčenia tlačenia.

7.9 Ak vypršal časový limit na pokus.

7.10 Neschopnosť prispôbiť sa akémukoľvek z uvedených bodov, ktoré nariaďuje tento zoznam.

8. VŠEOBECNÉ PRAVIDLÁ

8.1 Rozhodcovia musia vyhlásiť za neplatný pokus každý nedokončený pokus, ktorý viditeľne začal.

8.2 Pri vážení musí pretekár predložiť powerliftingový pas IPC. Pretekár, ktorý nemá tento pas musí zaplatiť pokutu Euro 100,-.

8.3 Ak pretekár nemôže celkom vystrieť ruky, čo vyplýva z anatomickej deformácie jeho lakt'ov, toto musí byť uvedené:

8.3.1 V jeho powerliftingovom pase IPC.

8.3.2 Pred začiatkom každého pokusu počas súťaže musí ukázať trom rozhodcom a Jury, že nemôže vystrieť ruky.

8.4 Ak pretekár nemôže celkom vystrieť nohy, čo vyplýva z anatomickej deformácie jeho nôh, toto musí byť uvedené:

8.4.1 V jeho powerliftingovom pase IPC.

8.4.2 Pred začiatkom každého pokusu počas súťaže musí toto ukázať trom rozhodcom a Jury.

8.5 Používanie vankúša (klína) pod kolenami je povolené len pretekárom CP.

9. SVETOVÉ REKORDY

9.1 Na PH, MS, kontinentálnych majstrovstvách a schválených medzinárodných súťažiach tak ako aj na národných majstrovstvách sa musia uznať svetové rekordy bez preváženia činky a pretekára, ak tento bol správne odvážený pred súťažou a rozhodcovia alebo technický výbor skontrolovali pred súťažou váhu činky a jednotlivých kotúčov.

9.2 Po prekonaní svetového rekordu sa musí pretekár okamžite podrobiť kontrole výstroja, ktorú vykonajú traja rozhodcovia alebo Jury. Ak rozhodcovia nájdu vo výstroji nepovolené súčasti, pokus musí byť vyhlásený za neplatný a pretekár musí byť diskvalifikovaný zo súťaže.

9.3 Požiadavky na uznanie svetového rekordu sú nasledovné:

9.3.1 Súťaž musí byť schválená národnou federáciou, ktorá je pričlenená k IPC.

- 9.3.2 Každý rozhodca, ktorý rozhoduje, musí mať medzinárodný rozhodcovský preukaz a musí byť členom národnej federácie, ktorá je pričlenená k IPC. V prípade svetových rekordov môže Jury nahradiť rozhodcu 2. kategórie rozhodcom 1. kategórie.
- 9.3.3 Dôvera a kompetentnosť rozhodcov zo všetkých členských krajín je nesporná. Preto môže byť svetový rekord uznaný aj rozhodcami z jednej krajiny.
- 9.3.4 Svetové rekordy utvorené na akejkolvek súťaži môžu byť uznané len vtedy, ak sa pretekár podrobil dopingovej kontrole. S výhradnou výnimkou PH, MS a kontinentálnych majstrovstiev, všetky ostatné súťaže, na ktorých sa prekonávajú svetové rekordy musia mať písomné povolenie od predsedu IPC powerliftingu.
- 9.4 Pre všetky ostatné súťaže musia byť tiež splnené nasledujúce ďalšie požiadavky k požiadavkám uvedených v bodoch 9.2 a 9.3.
- 9.4.1 Okamžite po vytvorení svetového rekordu musia rozhodcovia prevážiť činku a zaznamenať jej váhu. Musia tiež pripraviť zoznam, ktorý sa skladá z váhy činky a váhy jednotlivých kotúčov, ktoré sa použili pri rekordnom pokuse.
- 9.4.2 Traja rozhodcovia musia na svoju česť podpísať písomnú správu, že informácie dané podľa nasledujúcich požiadaviek sú pravdivé.
- a) Meno pretekára
 - b) Názov štátu pretekára
 - c) Názov, miesto a dátum súťaže
 - d) Hmotnosť pretekára
 - e) Hmotnosť činky a jednotlivých kotúčov
 - f) Že váhy boli presne overené v posledných šiestich mesiacoch pred vytvorením rekordu
 - g) K rekordnému formuláru musí byť pripojená kópia oficiálnej výsledkovej listiny
 - h) Kópia schválenia súťaže
- 9.4.3 Na doplnenie musí byť rekordný formulár podpísaný prezidentom Jury alebo predsedom národného výboru tlaku na lavičke.
- 9.4.4 Táto správa musí byť podpísaná tajomníkom národnej federácie.
- 9.4.5 Originál správy sa musí poslať predsedovi IPC powerliftingu.
- 9.4.6 Rekord sa bude ratifikovať len vtedy, ak predseda IPC powerliftingu dostal originál správy do jedného mesiaca od utvorenia rekordu.

- 9.4.7 Napísaná správa sa musí spolu s výsledkom dopingovej kontroly poslať predsedovi IPC powerliftingu hneď, ako je známy výsledok testu.
- 9.5 Ak je pretekár úspešný v treťom pokuse a tento pokus je v dosahu 10 kg od svetového rekordu, na základe rozhodnutia Jury alebo hl. rozhodcu, ak nie je prítomná Jury, môže mu byť povolený štvrtý pokus mimo súťaže. Takisto môže byť pretekárovi udelený 4. pokus ak 3. pokus, ktorý by bol svetový rekord, nebol platný. V žiadnych ďalších prípadoch nie je povolený ďalší prídavný pokus.
- 9.6 Požiadavka o svetový rekord, ktorý nie je násobkom 2,5 kg sa povoľuje pre každý pokus. Pravidlá 15.6 a-b-c.
- 9.7 Štvrtého rekordného pokusu mimo súťaže sa môže zúčastniť len ten pretekár, ktorý súťaží v danom preteku.
- 9.8 Hneď potom, ako bol utvorený nový svetový rekord, tento môže byť prekonaný akýmkoľvek pretekárom minimálne však o 500 gramov.

V prípade ak dvaja pretekári prekonajú rekord v rovnaký deň, ale na rôznych miestach, pretekár, ktorý počas váženia mal menšiu telesnú hmotnosť bude držiteľom rekordu.

V prípade ak dvaja pretekári prekonajú rekord v rovnaký deň, ale na rôznych miestach a počas váženia mali rovnakú telesnú hmotnosť obaja budú spoludržiteľia rekordu.

- 9.9 Nový rekord je platný len vtedy, ak presahuje predchádzajúci rekord o 500 gramov. Zlomky z 500 gramov sa neberú do úvahy.

10. JURY

- 10.1 Na PH, MS a kontinentálnych majstrovstvách bude ku každej kategórii vymenovaná Jury.
- 10.2 Jury sa skladá z predsedu IPC powerliftingu alebo jeho nominovaného náhradníka a štyroch ďalších členov. Pre každú Jury musí byť vymenovaný rezervný člen. Predseda IPC powerliftingu vyberie najmenej 6 členov Jury a 1 TDA, ktorí nie sú z poriadateľskej krajiny. Týmto vybratým členom musí organizátor uhradiť cestovné, ubytovanie a stravu.
- 10.3 Členom Jury môže byť len medzinárodný rozhodca 1. kategórie a musí mať dobré znalosti anglického jazyka.

- 10.4 Členovia Jury musia byť z rôznych krajín. Výnimkou je predseda IPC powerliftingu alebo jeho náhradník.
- 10.5 Funkcia Jury spočíva v tom, aby sa správne používali technické pravidlá. V prípade svetových rekordov môže Jury nahradiť rozhodcu 2. kategórie rozhodcom 1. kategórie.
- 10.6 Počas súťaže môže Jury väčšinou hlasov vymeniť rozhodcu, ktorého rozhodnutia sú podľa jej mienky nesprávne. Rozhodca, ktorého sa toto týka musí pred výmenou dostať upozornenie.
- 10.7 Nestrannosť rozhodcov nemôže byť spochybňovaná, ale môže sa v spôsobe ich rozhodovania objaviť aj nezavinená chyba. V takomto prípade sa rozhodcovi povolí podať vysvetlenie o rozhodnutí, ktoré je predmetom jeho upozornenia.
- 10.8 Keď si členovia Jury želajú vysvetlenie rozhodcovho rozhodnutia, musí sa to vykonať cez prezidenta a s jeho súhlasom. Jury môže použiť svetelný systém, na zavolanie rozhodcu k stolu Jury. Prezident Jury musí konzultovať s ostatnými členmi Jury a prijať vhodné opatrenie založené na názore väčšiny.
- 10.9 Ak sa stane vážna chyba v rozhodovaní, ktorá protirečí technickým pravidlám, môže Jury prijať opatrenie k jej náprave. Podľa vlastného uváženia môže pretekárovi poskytnúť ďalší pokus.
- 10.10 Jury nesmie v žiadnom prípade zamietnuť alebo zmeniť rozhodnutie rozhodcov.
- 10.11 Členovia Jury musia byť umiestnení tak, aby mali zaručený neclonený výhľad na súťaž.
- 10.12 Pred každou súťažou sa musí prezident Jury uistiť, že členovia Jury majú kompletne poznatky o svojich úlohách a akýchkoľvek nových pravidlách, ktoré vylepšujú alebo dopĺňajú tie, ktoré sú obsiahnuté v bežnom vydaní pravidiel.
- 10.13 K akýmkoľvek protokolom IPC, ktoré sa môžu použiť, výber pretekárov na dopingovú kontrolu sa musí vždy robiť losovaním Jury. Ak súťaž nemá vymenovanú Jury, tak tajomník súťaže zariadi pred svedkami podobné losovanie určenými funkcionármi.
- 10.14 Na PH, MS a kontinentálnych majstrovstvách za vymenovanie Jury pre každú časť súťaže zodpovedá predseda IPC powerliftingu. V prípade jeho absencie je za tento výber zodpovedný vymenovaný technický delegát.

11. ROZHODCOVIA

- 11.1 Rozhodcovia musia byť traja. Hlavný alebo stredový rozhodca a dvaja postranní rozhodcovia.
- 11.2 Hlavný rozhodca je zodpovedný za vydávanie potrebných signálov pre všetky tri pokusy. Hlavný rozhodca je taktiež zodpovedný za hlasný a jasný signál hlásateľovi súťaže, že činka a stojany sú pripravené k pokusu.
- 11.3 Požadované signály v tlaku na lavičke sú nasledovné:

ZAČIATOK

Hneď, ako je pretekár v nehybnej polohe a činka je správne uložená vo vystretých rukách, dá hlavný rozhodca vizuálny signál, ktorý sa skladá z pohybu ruky nadol spolu so zvukovým povelom "štart".

UKONČENIE

Vizuálny signál, ktorý sa skladá zo spätného pohybu ruky spolu so zvukovým povelom "stojan".

- 11.4 Akonáhle bola činka umiestnená na stojanoch, rozhodcovia pomocou svetiel oznámia svoje rozhodnutie.

BIELA: pre platný pokus

ČERVENÁ: pre neplatný pokus

- 11.5 Rozhodcovia môžu sedieť podľa svojho uváženia okolo pódia tak, aby mali čo najlepší výhľad na pretekára. Hlavný rozhodca musí sedieť za hlavou pretekára, aby videl jeho hlavu a šírku úchopu. Hlavný rozhodca bude sedieť chrbtom k divákovi. Výnimka k tomuto pravidlu je povolená.
- 11.6 Pred začiatkom súťaže sa rozhodcovia musia uistiť či:
- Pódium a súťažné zariadenie zodpovedajú pravidlám. Tyč a kotúče sú skontrolované kvôli presnosti váhy a nevyhovujúce časti sú nahradené vyhovujúcimi.
 - Váhy dobre a presne vážia.
 - Pretekári sa vážia v časovom limite pre ich prislúchajúcu váhovú kategóriu.
 - Pretekárov úbor a výstroj zodpovedá vo všetkých bodoch pravidlám.

- 11.7 Počas súťaže sa musia traja rozhodcovia spoločne uistiť, že:
- Váha činky je zhodná s váhou, ktorú zahlásil hlásateľ. Za týmto účelom sa môže rozhodcom rozdať nakladacia tabuľka.
 - Pretekár má na pódiu úbor a osobný výstroj totožný s tým, ktorý predložil na kontrolu pri vážení. Ak má ktorýkoľvek rozhodca dôvod pochybovať o pretekárovej bezúhonnosti, musí po skončení pokusu informovať hlavného rozhodcu o svojom zistení. Traja rozhodcovia musia potom prekontrolovať pretekárov úbor a osobný výstroj. Ak je pretekár vinný a mal oblečené čokoľvek, čo nebolo skontrolované pri vážení a je to nelegálne, bude okamžite diskvalifikovaný.
 - Len samotný pretekár alebo nakladači môžu umiestniť činku na stojanoch do novej pozície. V takomto prípade časomerač nesmie zastaviť stopky. Je to zodpovednosť pretekára alebo jeho trénera, aby včas požiadali o túto službu.
- 11.8 Ak jeden alebo druhý z postranných rozhodcov pred začatím pokusu neakceptuje počiatočnú pozíciu, zdvihne ruku, aby upozornil na chybu. Ak prevažuje medzi rozhodcami názor o existencii chyby, hlavný rozhodca nedá pokyn k začiatku pokusu. Pretekár alebo jeho tréner budú na požiadanie oboznámení o príčine neobdržania povelu na začiatok pokusu. Za odovzдание takejto informácie je zodpovedná Jury. Pretekár má zostávajúci nevypršaný čas nato, aby zaujal správnu polohu a aby dostal povel na začiatok pokusu. Potom, ako bol vydaný povel na začiatok pokusu, rozhodca už nebude upozorňovať na chybu.
- 11.9 Rozhodcovia sa zdržujú komentárov a neprijímajú žiadne dokumenty alebo slovné poznámky ohľadom priebehu súťaže.
- 11.10 Rozhodca sa nesmie pokúšať ovplyvniť rozhodnutia ostatných rozhodcov.
- 11.11 Hlavný rozhodca môže konzultovať s postrannými rozhodcami, Jury alebo s inými zástupcami, ak je nevyhnutné urýchliť súťaž.
- 11.12 Po skončení súťaže podpíšu traja rozhodcovia oficiálne protokoly alebo akékoľvek ostatné dokumenty, ktoré treba podpísať.

11.13 Na PH, MS a kontinentálnych majstrovstvách najmenej 15 rozhodcov, ktorí nepochádzajú z organizátorskej krajiny, vyberie predseda IPC powerliftingu. Týmto rozhodcom bude organizačný výbor hradiť cestovné, ubytovanie a stravu.

Najmenej ďalších 8 rozhodcov z organizátorskej krajiny bude vymenovaných po dohode s predsedom IPC powerliftingu a OV, aby zaručili dôveryhodnosť súťaže. Ak organizátorská krajina nemá medzinárodných rozhodcov musí o tomto fakte včas informovať predsedu IPC powerliftingu, aby ten urobil príslušné kroky ešte pred začiatkom súťaže.

11.14 Na medzinárodnej súťaži, ktorej sa zúčastnia viac ako dve krajiny, nesmú jednu kategóriu rozhodovať dvaja rozhodcovia z tej istej krajiny.

11.15 Výber rozhodcu ako hlavného v jednej kategórii nevylučuje jeho výber ako postranného v inej kategórii.

11.16 Na PH, MS a kontinentálnych majstrovstvách môžu rozhodovať len rozhodcovia 1. a 2. kategórie.

11.17 Rozhodcovia a členovia Jury budú jednotne oblečení a to nasledovne:

MUŽI: tmavomodré sako s príslušným znakom IPC powerliftingu na hrudníku vľavo, sivé nohavice, biela košeľa a kravata IPC powerliftingu.

ŽENY: tmavomodré sako s príslušným znakom IPC powerliftingu na hrudníku vľavo, sivé nohavice alebo sukňa, biela blúzka a IPC kravata.

11.18 Predseda IPC powerliftingu musí zostaviť zoznam rozhodcov, ktorí sú najkompetentnejší na rozhodovanie najdôležitejších medzinárodných súťaží; PH, MS a kontinentálnych majstrovstiev. Všetci vymenovaní rozhodcovia musia mať dobrú znalosť anglického jazyka.

11.19 Rozhodcovia sú klasifikovaní v troch kategóriách, a to podľa ich schopností a skúseností:

- a) národný rozhodca
- b) medzinárodný rozhodca 2. kategórie
- c) medzinárodný rozhodca 1. kategórie

Všetky informácie o kvalifikácii a skúškach nájdete v pravidlách pod bodom 18. Pri testoch sa použijú pravidlá zdravých tak, ako je to čo najmožnejšie.

- 11.20 Počas národných majstrovstiev medzinárodní rozhodcovia IPF budú mať povolené rozhodovať. IPC powerlifting sa bude snažiť vytvoriť čo najviac možností pre rozhodcov IPF, aby sa zúčastnili seminárov a zložili skúšky na IPC licencovaného rozhodcu.
- 11.21 Ak má rozhodca na PH a MS zároveň funkciu aj národného trénera, nesmie byť vybraný ako rozhodca. Takýto rozhodca môže byť vybraný na rozhodovanie len v takej kategórii, ktorej sa jeho pretekári nezúčastnia.

12. VÁŽENIE

- 12.1 Váženie pretekárov nesmie byť skôr ako dve hodiny pred začiatkom príslušnej kategórie. Všetci pretekári v kategórii musia absolvovať váženie, ktoré sa koná v prítomnosti troch určených rozhodcov pre tú kategóriu.
- 12.2 Doba váženia trvá jeden a pol hodiny.
- 12.3 Váženie každého pretekára sa uskutoční v uzavretej miestnosti, v prítomnosti pretekára, jeho trénera a troch rozhodcov. V prípade potreby sa váženia môžu zúčastniť aj predseda alebo tajomník súťaže. Doktor musí byť pri vážení v pohotovosti. Zistená telesná hmotnosť pretekára nesmie byť zverejnená pokiaľ nie sú odvážení všetci pretekári súťažiaci v danej kategórii.
- 12.4 Pretekár musí byť odvážený nahý alebo v spodnom prádle bez protéz alebo ortéz. V súťaži, kde sú pretekármi ženy, tieto môžu byť odvážené príslušníčkami rovnakého pohlavia. Za týmto účelom môže vymenovať predseda IPC powerliftingu, technický delegát alebo tajomník súťaže ďalšie ženské funkcionárky.
- 12.5 Ak sa kontrola úboru a osobného výstroja nevykonala vopred, vykonáva sa počas váženia. Pretekári však aj v tomto prípade musia byť najskôr všetci odvážení vo vopred určenom poradí. Vymenovaní rozhodcovia a technický kontrolór budú zodpovední za kontrolu, meranie a podrobné zapísanie všetkých položiek do kontrolného formulára "Úbor a osobný výstroj". Výstroj musí byť schválený a označený pečiatkou. Vymenovaný technický kontrolór bude taktiež zodpovedný aj za to, že označené veci súhlasia s vecami nosenými a používanými pretekárom počas súťaže.
- 12.6 Poradie pretekárov na váženie sa losuje. V súťaži, kde je v jednej kategórii veľa pretekárov, sa losovanie a kontrola úboru a osobného výstroja môže uskutočniť po dohode s tajomníkom súťaže hocikedy pred začiatkom váženia. Losovaním sa takisto určí aj poradie pretekárov v súťaži v prípade, že títo požadujú na pokus rovnakú váhu.

- 12.7 Každý pretekár môže byť odvážený len jedenkrát. Iba tí, ktorých telesná hmotnosť je väčšia alebo menšia ako limit kategórie, v ktorej sú nahlásení súťažiť, majú povolené vrátiť sa na váhu. Na váženie sa musia vrátiť a odvážiť do limitu jeden a pol hodiny určenému na váženie. V opačnom prípade budú vylúčení zo súťaže pre túto hmotnostnú kategóriu. Pretekár môže byť ďalší raz prevážení len po odvážení všetkých pretekárov rovnakej hmotnostnej kategórie. Pretekári upravujúci si svoju váhu môžu byť prevážení tak často, ako to čas a poradie losov dovolí. Pretekár môže byť vážený mimo časového limitu jeden a pol hodiny, len keď sa zaprezentuje do časového limitu, ale z dôvodu veľkého počtu pretekárov snažiacich sa upraviť svoju telesnú váhu nemá možnosť prevážiť sa. V takomto prípade môže mať povolené, podľa uváženia rozhodcov, jedno preváženie.
- 12.8 Pretekár musí byť nominovaný vo svojej normálnej váhovej kategórii. Váhová kategória sa uvedie na finálnej prihláške šesť týždňov pred začiatkom súťaže. Nominovaná váhová kategória je konečná. Avšak, každý pretekár má možnosť zmeniť kategóriu hore alebo dole od tej, v ktorej bol pôvodne nominovaný na finálnej prihláške. Toto môže oznámiť na technickom mítingu, ale bude pokutovaný sumou Euro 100,-.
- 12.9 Ak majú dvaja pretekári pri vážení zaznamenanú rovnakú váhu a v súťaži dosiahnu rovnaký výsledok, na konci súťaže sa znova prevážia a ľahší pretekár sa umiestni pred ťažším. Ak aj po prevážení majú obaja pretekári rovnakú hmotnosť, umiestnia sa na rovnakom mieste a obom sa udelí rovnaká cena. V takomto prípade budú dve prvé miesta a nasledujúci najlepší pretekár bude vyhlásený na treťom mieste atď.
- 12.10 Každý pretekár musí počas váženia zahlásiť svoj prvý pokus a výšku stojanov.

13. ÚBOR A OSOBNÝ VÝSTROJ

13.1 Pretekár musí vystupovať v správnom a čistom úbore, ktorý sa musí skladať z:

Dres

Pretekársky dres sa skladá z jedného kusu s ramienkami. Dĺžka nohavicovej sáry nesmie byť kratšia ako 10cm od rozkrokového švíku, môže byť dlhá až po členky a zahrňovať kaliopkové uchytenie päty. Musí byť jednovrstvový, z materiálu napr. bavlneno-elastického (max. 10% elast.), umelého elastického materiálu max. 20%, bez prídavných švov a záplat. Ramienka sa musia nosiť na ramenách vždy počas pokusu.

Pretekársky dres musí spĺňať tiež nasledujúce požiadavky:

- a) môže byť rôznej farby alebo farieb
- b) na pretekárskom drese môže byť symbol, emblém, logo alebo nápis pretekárskej národnosti alebo národnej asociácie. Meno pretekára môže byť hocikde na oblečení alebo výstroji. Nie je povolené umiestniť na drese to, čo je urážlivé alebo vrhá na šport zlé svetlo.

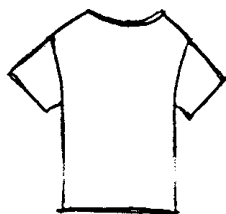
Príklad pretekárskeho dresu



13.2 Tričko

Tričko známe ako T-tričko akejkoľvek farby alebo farieb sa musí nosiť pod dresom. Tričko musí spĺňať tieto podmienky:

Rukávy nepresahujú lakte



- a) nie je zo štrukturovaného materiálu
- b) nesmie byť zo žiadneho pogumovaného alebo podobného pružného materiálu
- c) nemá žiadne vrecká, gombíky, zipsy, goliere alebo "V" - výstrih
- d) nemá zosilňujúce švy
- e) nie je ušité tak, aby miesta švov boli umiestnené spôsobom, ktorým by podľa mienky IPC powerliftingu mohli mať sklon pomôcť pretekárovi v súťaži
- f) je vyrobené z bavlny alebo polyesteru alebo kombináciou týchto materiálov
- g) nesmie mať rukávy, ktorých zakončenie je nižšie ako pretekárov lakeť, ani vyššie ako pretekárov deltový sval. Pretekár nesmie vyhrnúť rukávy nad deltový sval počas súťaže.
- h) sedí dostatočne voľne na tele pretekára tak, že mu neposkytuje žiadnu podporu
- i) pretekárovi tričko alebo oficiálne súťažné tričko, v ktorom pretekár súťaží, smie mať len taký odznak alebo nápis krajiny, národnosti, regionálnej federácie alebo sponzora, ktorý nie je urážlivý, neprivádza šport do zlého svetla a logo sponzora zodpovedá bodu 13.8.8.

13.3 Topánky

Vykonanie pokusu nie je povolené bez topánok. Len certifikát od lekára v powerliftingovom pase IPC môže vylúčiť nosenie obuvi.

13.4 Podprsenka

Nie je povolené vystuženie, vypchatie alebo korzetový typ podprsenky.

13.5 Opasok

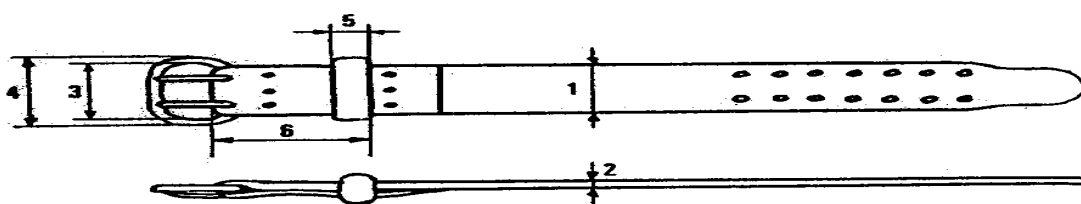
Pretekári môžu nosiť opasok. V prípade jeho použitia sa bude opasok nosiť z vonkajšej strany dresu.

MATERIÁL A KONŠTRUKCIA

- základné telo opasku musí byť vyrobené z kože, vinylu alebo podobného nepružného materiálu, z jednej alebo viacerých vrstiev, ktoré môžu byť zlepené alebo zošité spolu
- nesmie mať ďalšie spevňujúce alebo podporujúce materiály, či už na povrchu alebo medzi jednotlivými vrstvami opasku
- spona opasku musí byť pripojená k opasku z jednej strany nitmi alebo prišitá
- opasok môže mať sponu s jedným alebo dvoma ihlicami alebo tzv. rýchlo upínací systém
- slučka opasku (max. dve) musí byť k nemu pripojená tesne pri spone nitovaním alebo šitím
- na vonkajšej strane opasku môže byť napísané meno pretekára, štátu alebo klubu

ROZMERY

- šírka opasku maximálne 100 mm
- hrúbka opasku maximálne 13 mm pozdĺž hlavnej dĺžky
- vnútorná šírka spony max. 110 mm
- vonkajšia šírka spony max. 130 mm
- šírka jazykovej slučky max. 50 mm
- vzdialenosť medzi koncom opasku a vzdialenejším koncom jazykovej slučky max. 150 mm



13.6 Bandáže

Povolené je používať len obvínadlá alebo bandáže z jednej tkanej vrstvy, ktorá je pokrytá polyesterom, bavlnou alebo kombináciou oboch materiálov. Používanie lekárskeho obvazu je tiež povolené. Bandáže z gumy alebo pogumované náhrady sú prísne zakázané.

Bandáže sa smú používať nasledovne:

- a) Povolené je používať bandáže, ktoré nepresahujú dĺžku 1 m a šírku 80 mm. Povolené sú tiež bandáže na zápästia, ktoré nepresahujú 100 mm šírku. Kombinácia dvoch nie je povolená.
- b) Špeciálne bandáže na zápästia môžu mať palcovú slučku a suchý zips na zabezpečenie. Palcová slučka nesmie byť prevlečená cez palec počas pokusu.
- c) Bandáž na zápästí nesmie presahovať 10 cm nad a 2 cm pod stred zápästného kĺbu a prekročiť celkovým pokrytím 12 cm
- d) Bandáže, ktoré presahujú dané parametre musia byť zamietnuté, ale môžu byť upravené na zodpovedajúce parametre a potom byť pripustené v rámci výstroja. Úprava sa musí vykonať v rámci času na kontrolu výstroja. Strihať bandáže je zodpovednosťou pretekára. Kontrolujúcemu rozhodcovi toto nie je povolené.

13.7 Náplaste

- a) Bez oficiálneho povolenia Jury alebo hlavného rozhodcu nie je povolené tieto veci nosiť na akékoľvek časti tela. Náplaste a bandáže sa nesmú používať ako pomôcka pretekára pri držaní činky.
- b) Prípadné prídavné náplaste a bandáže môže na zranené miesto aplikovať len doktor alebo zdravotný personál tak, aby neposkytovali pretekárovi neprimeranú výhodu. O tomto musia upovedomiť hlavného rozhodcu a Jury.
- c) Na všetkých pretekoch, kde nie je Jury alebo zdravotný personál, o týchto veciach rozhoduje hlavný rozhodca.

13.8 Všeobecné

13.8.1 Akákoľvek súčasť výstroja, ktorá je špinavá alebo roztrhnutá sa musí zamietnúť.

13.8.2 Rozhodcovia zaznamenajú každú súčasť výstroja do oficiálneho kontrolného hárku. Kontrolný hárk sa po skončení kontroly výstroja musí odovzdať technickému kontrolórovi.

Súčasti výstroja, ktoré podliehajú kontrole rozhodcov počas váženia:

IPC Powerlifting pas

Úbor: dres - T-tričko - podprsenka - ponožky/pančušky - topánky

Výstroj: bandáže - opasok - osobný popruh

13.8.3 Ak pretekár po kontrole použije na pódiu akúkoľvek nepovolenú vec alebo súčasť výstroja nezaznamenanú na kontrolnom hárku, bude okamžite diskvalifikovaný zo súťaže.

13.8.4 Po úspešnom pokuse o svetový rekord sa musí pretekár okamžite dostaviť ku kontrole ku všetkým trom rozhodcom alebo Jury. Ak sa zistí, že pretekár nosí nelegálne bandáže alebo oblečenie, pokus bude vyhlásený za neplatný a pretekár bude diskvalifikovaný zo súťaže.

Pretekár musí byť informovaný o tom, aby prestal používať nelegálny výstroj bez akéhokoľvek potrestania.

13.8.5 Žiadne cudzie látky sa nesmú používať na výstroji alebo bandážach.

13.8.6 Všetci pretekári musia prísť na pódium len v súťažnom drese. Pretekár si nesmie na pódiu upravovať súťažný dres. Jedinou výnimkou je opasok, ktorý si môže upraviť aj na pódiu.

13.8.7 Magnézium je jedinou látkou, ktorá sa môže pridať na ruky, zadok a chrbát.

13.8.8 Pretekári alebo štáty, ktoré si želajú nosiť sponzorské logo na súťažnom drese alebo na výstroji, musia požiadať predsedu IPC powerliftingu o povolenie na začiatku roku, v ktorom si želajú nosiť logo. Žiadosť musí byť podaná najmenej tri mesiace pred začiatkom prvej súťaže a musí byť doložená poplatkom Euro 100 alebo sumou, o ktorej rozhodne P.A.E.C. Získané povolenie umožňuje umiestniť logo vo vhodnej polohe odsúhlasenej IPC powerliftingom a pretekárom alebo štátom. Toto logo sa môže nosiť na drese alebo výstroji po zostatok kalendárneho roka. Poplatok platí len pre jedno logo a jeden štát. Pre ďalšie logá je poplatok na každé po Euro 100. IPC powerliftingu si vyhradzuje právo odmietnutia povolenia, ak logo porušuje dohody medzi IPC a ostatnými jeho zmluvnými partnermi, ako je napr. televízia alebo usporiadateľ majstrovstiev. IPC P.A.E.C si vyhradzuje právo na rozhodnutie o veľkosti loga. Pretekár alebo štát môže propagovať národný znak alebo logo bez poplatku. IPC P.A.E.C registruje všetky poplatky za logá. Pretekár, ktorý má na svojom výstroji logo, musí pri kontrole výstroja ukázať rozhodcom potvrdenie o zaplatení alebo povolenie.

14. VÝBAVA A JEJ ŠPECIFIKÁCIE

14.1 Pódium

Súťaž sa musí konať na pódiu merajúcom min. 2,5 m x 2,5 m a max. 4,0 m x 4,0 m. Povrch musí byť rovný, pevný, nešmyklavý a v rovine. Jeho výška nesmie presahovať 10 cm od okolitého javiska alebo podlahy. Ak sa súťaž koná na vyvýšenom javisku, prístup k pódiu musí byť pre vozičkárov zabezpečený plošinou, ktorá je pokrytá nešmyklavým materiálom. Pre dobrý priebeh súťaže sa odporúča aj druhá plošina na odchod z pódia.

14.2.1 Tyč

Tyč musí byť trojbojárska a schválená IPC powerliftingu.

Pre všetky súťaže konané v rámci pravidiel IPC powerliftingu sa smie použiť len kruhová tyč. Táto nesmie byť menená počas súťaže, ak nie je ohnutá alebo ináč poškodená a ak o tom rozhodnú rozhodcovia. Tyč musí byť rovná, dobre žliabkovaná a spĺňať nasledovné požiadavky:

- a) Celková dĺžka nesmie presahovať 2200 mm.
- b) Vzďialenosť medzi vnútornými uzávermi nesmie byť viac ako 1320 mm a menej ako 1310 mm.
- c) Priemer tyče nesmie byť viac ako 29 mm a menej ako 28 mm.
- d) Váha tyče spolu s uzávermi je 25 kg.
- e) Priemer časti tyče kde sa nakladajú kotúče nesmie byť väčší ako 52 mm a menší ako 50 mm.
- f) Rozpätie 810 mm musí byť označené po celom priemere tyči buď strojom alebo páskou.

14.2.2 Kotúče

Kotúče musia byť schválené IPC powerliftingu a spĺňať nasledovné:

- a) Všetky kotúče používané v súťaži musia vážiť s presnosťou 0,25% ich vyznačenej váhy.
- b) Veľkosť otvoru v strede kotúča nesmie prekročiť 53 mm a nesmie byť menšia ako 52 mm.
- c) Kotúče musia tvoriť nasledovný rad:
1,25 kg, 2,5 kg, 5 kg, 10 kg, 15 kg, 20 kg, 25kg a 50 kg.
- d) Pre rekordy sa môžu použiť ľahšie kotúče tak, aby sa dosiahla váha najmenej o 500 gramov väčšia ako rekord.
- e) Kotúče musia byť od 10 kg po 50 kg pogumované a nasledovnej farby:

50 kg = zelená, 25 kg = červená, 20 kg = modrá, 15 kg = žltá, 10 kg a menej = akejkoľvek farby. 50 kg sa použijú iba pri nakladaní váhy 225 kg a viac.

- f) Všetky kotúče musia mať jasne označenú hmotnosť a sú nakladané v poradí od najťažšieho po najľahší tak, aby rozhodcovia videli prečítať váhu na každom z nich.
- g) Prvý a najťažší kotúč musí byť naložený na tyč lícnou stranou dovnútra, ostatné sa nakladajú tvárou von.
- h) Priemer najťažšieho kotúča nesmie byť väčší ako 450mm.

14.3 Uzávery

- a) Sa musia vždy používať v súťaži.
- b) Musia vážiť každý po 2,5kg.

14.4 Lavička

Na všetkých národných a medzinárodných súťažiach, MS, PH a kontinentálnych majstrovstvách musí byť lavička pevnej konštrukcie, musí poskytovať maximálnu stabilitu a vyhovovať nasledovným rozmerom:

- a) **Dĺžka**
Musí byť dlhá 2100 mm, plochá a rovná.
- b) **Šírka**
Hlavné telo lavičky musí byť široké 610 mm, ale v dĺžke 705 mm od hlavovej časti lavičky je jej šírka 305 mm s tým, že necháva po stranách 152,50 mm.
- c) **Výška**
Nesmie byť nižšia ako 450 mm a vyššia ako 500 mm, merané od podlahy po vrch vypchatého povrchu lavičky bez jej stlačenia alebo spevnenia.
- d) **Stojany**
Výška stojanov nastaviteľných aj nenastaviteľných musí byť min. od 750 mm - 770 mm a max. od 1000 mm po 1100 mm, merané od podlahy po polohu podpier tyče. Minimálna šírka medzi vnútornými oporami tyče musí byť 1100 mm.

14.5 Klin

- a) Len pretekári CP môžu používať osobný klin.
- b) Rozmery musia byť v súlade so športovcovými osobnými anatomickými požiadavkami. Dĺžka nesmie merať viac ako 600 mm.
- c) Tento klin musí byť schválený rozhodcami počas váženia.

14.6 Svetlá

Svetelný systém musí byť používaný tak, aby každý z rozhodcov videl svoje rozhodnutie. Každý rozhodca ovláda biele a červené svetlo. Tieto dve farby označujú "platný" resp. "neplatný" pokus. Svetlá musia byť umiestnené horizontálne, súhlasne s pozíciou rozhodcov. Musia byť zapojené tak, že sa rozsvietia všetky tri naraz a nie oddelene, keď sú uvedené rozhodcami do činnosti.

V núdzových prípadoch napr. zlyhanie elektrického systému, budú rozhodcom poskytnuté malé biele a červené zástavky, s ktorými na povel hlavného rozhodcu "zástavky" oznámia svoje rozhodnutie.

15. Súťažný poriadok

15.1 TAJOMNÍK SÚŤAŽE

Povinnosti tajomníka súťaže sú nasledovné:

- a) skontrolovať zoznam pretekárov
- b) dozerať nad losovaním štartových čísel pred vážením
- c) ak pokladá za potrebné, tak aj zaznamenať telesnú váhu počas váženia
- d) vydať pretekárom a trénerom preukazy na vstup do rozcvičovne
- e) dozerať nad poradím pretekárov počas súťaže
- f) dozerať nad registráciou nových svetových/paralympijských rekordov utvorených počas súťaže

15.2 PREZIDENT JURY

Povinnosti prezidenta Jury sú nasledovné:

- a) zabezpečiť, že sa správne používajú technické pravidlá
- b) ak sa vyskytne seriózna chyba, prekonzultovať ju s ostatnými členmi Jury a zaujať vhodné stanovisko založené na väčšine hlasov
- c) porovnať a skontrolovať ručné a počítačom zapísané výsledky
- d) po zapísaní správnych výsledkov do powerliftingového pasu IPC, tieto rozdať pretekárom

15.3 ORGANIZAČNÝ VÝBOR

Organizátor vymenuje nasledovných činovníkov:

a) HLÁSETEL'

Hlásateľ je zodpovedný za hladký priebeh pretekov. Ohlasuje požadovanú váhu pre ďalší pokus a meno pretekára. Keď je činka naložená a pódium pripravené na pokus, hlavný rozhodca túto skutočnosť oznámi hlásateľovi, ktorý hneď ohlásí, že činka je pripravená a vyvolá pretekára po mene na pódium. Musí takisto vopred ohlásiť pretekárovi, kedy je jeho čas na pokus. Ohlásený pokus musí byť nejako zaznačený na výsledkovej tabuli.

b) ZAPISOVATELIA

Budú pracovať pod dozorom tajomníka súťaže. Sú zodpovední za správne zapisovanie súťaže. Zabezpečia, že rozhodcovia podpíšu oficiálnu výsledkovú listinu, rekordné tlačivá a všetky ostatné dokumenty, ktoré si vyžadujú podpis. Karty na pokus uložia tak, aby boli zoradené od najmenejšej váhy po najväčšiu a v prípade rovnosti váhy podľa štartového čísla. V tomto poradí ich dávajú jeden po druhom hlásateľovi.

c) MARŠAL

Musí byť kvalifikovaný rozhodca.

Sú zodpovední za zbieranie kartičiek s vyznačenými hmotnosťami požadovaných pokusov od pretekárov alebo ich trénerov a túto informáciu musia podať bez zdržovania zapisovateľom. Pretekár má povolenú jednu minútu medzi opustením lavičky po skončení pokusu a povinnosťou informovať tajomníka súťaže cez maršala o váhe na svoj ďalší pokus.

d) ČASOMERAČ

Musí byť kvalifikovaný rozhodca.

Je zodpovedný za presné zaznamenávanie plynúceho času medzi nahlásením, že činka je pripravená a začatím pokusu pretekárom. Je tiež zodpovedný za zaznamenanie vymedzeného času, keď je to potrebné, napr. po pokuse musí pretekár do 30 sekúnd opustiť pódium ako vstal z lavičky. Keď sa spustí časomiera na pretekárov pokus, môže byť zastavená len po začatí pokusu pretekára alebo na požiadanie hlavného rozhodcu. Je veľmi dôležité, aby si pretekár alebo jeho tréner ešte pred vyhlásením pretekára na pokus skontrolovali výšku stojanov, pretože potom, ako bude ohlásené, že činka je pripravená, stopky už nie je možné zastaviť. Akékoľvek ďalšie úpravy lavičky sú povolené len v rámci dvojminútového intervalu, ktorý má pretekár na pokus. Ak pretekár nezačne pokus do dvoch minút, časomerač ohlásí "čas" a hlavný rozhodca vyhlási pokus za neplatný. Začiatok pokusu je zhodný so signálom hlavného rozhodcu na začatie pokusu. Ak pretekár začne pokus v rámci vymedzeného časového intervalu, stopky sa zastavia.

e) TECHNICKÝ KONTROLÓR

Musí byť kvalifikovaný rozhodca.

Je zodpovedný, že pretekári:

- sú pripravení na prezentáciu na pódiu pred začiatkom súťaže
- sú ústne informovaní o poslednej možnosti zmeny prvého pokusu
- sú pripravení, ak sa prezentácia požaduje počas súťaže
- predtým, ako vystúpia na pódium im skontroluje oblečenie a výstroj
- sú pripravení na vyhlasovanie výsledkov a dopingovú kontrolu

f) VEDÚCI NAKLADAČOV

Je zodpovedný za ostatných nakladačov, nakladanie činky, úpravu stojanov, že činka je v strede stojanov, očistenie činky a pódia na požiadanie hlavného rozhodcu. Udržiava počas celej súťaže pódium čisté a upravené. Musí nahlas ohlásiť hlavnému rozhodcovi, že činka je naložená a pripravená na ďalší pokus.

g) NAKLADAČI

Pracujú pod vedením vedúceho nakladačov, ako je opísané v bode 15.3.f. Keď sa pretekár pripravuje na pokus, nakladači mu môžu na začiatku alebo po skončení pokusu pomôcť pri premiestnení činky zo/na stojany. Nesmú sa však dotknúť pretekára alebo činky medzi signálmi začiatku a ukončenia pokusu, ale musia byť pripravení a sledovať činku pri pokuse, a ak je to v prípade ohrozenia zdravia pretekára potrebné, na pokyn hlavného rozhodcu alebo pretekára samotného ju odobrať.

Ak je pretekár chybou nakladačov a nie svojou vlastnou pripravený inak o platný pokus, na základe rozhodnutia rozhodcov mu môže byť priznaný náhradný pokus na konci kola.

- 15.4 Prihláška na PH, MS alebo kontinentálne majstrovstvá musí zahŕňať najlepší výkon pretekára za obdobie posledných 12 mesiacov s udaním miesta a dátumu súťaže. Do úvahy sa berú len výsledky na národných a medzinárodných majstrovstvách.
- 15.5 Počas akejkoľvek súťaže smú byť na pódiu alebo javisku len pretekár, jeho tréner, členovia Jury, rozhodcovia a nakladači. Počas vykonávania pokusu smú byť na pódiu len pretekár, nakladači a rozhodcovia. Tréneri môžu zostať vo vyhradenom priestore pre trénerov, ktorý určí Jury alebo technický kontrolór.
- 15.6 Na všetkých povolených súťažiach pre telesne postihnutých športovcov musí byť váha činky vždy násobkom 2,5 kg. Vzostupnosť medzi jednotlivými pokusmi musí byť 2,5 kg. Váha musí byť oznámená v kilogramoch.

VÝNIMKA K TOMUTO PRAVIDLU

- a) Pri rekordnom pokuse musí váha činky prekračovať platný rekord minimálne o 500 gramov. Tento rekordný pokus sa musí vykonať v normálnom vzrastajúcom slede hmotnosti alebo ako štvrtý pokus na konci kola.
- b) Počas súťaže môže pretekár požiadať o rekordný pokus, ktorý nie je násobkom 2,5 kg, ale musí byť vykonaný v rámci jeho predpísaných pokusov. Ak je pokus úspešný, potom sa do výsledkovej listiny zapíše len jeho najbližší nižší násobok 2,5 kg. Presná váha sa zapíše len do rekordnej listiny. Napr. ak pretekár vo svojom druhom pokuse prekoná 133 kg, do výsledkovej listiny sa mu ako druhý pokus zapíše 132,5 kg a do rekordnej listiny sa zapíše 133 kg.
- c) Rekordné pokusy sa môžu vykonávať v akomkoľvek alebo vo všetkých predpísaných pokusoch ak prekročujú platný rekord o 500 gramov. Napr. ak je platný rekord 100 kg, pretekár môže nahlásiť nasledujúce pokusy:
- | | | | |
|----------|----------|----------|----------|
| 1. pokus | 2. pokus | 3. pokus | 4. pokus |
| 100 kg | 101 kg | 101,5 kg | 102 kg |
- Ak budú pokusy 2, 3 a 4 platné, budú všetky rekordy bez ohľadu na to, že pretekár nezvyšoval váhu od 100 kg pre súťažné účely.
- 15.7 a) Ktorýkoľvek pretekár, tréner alebo člen oficiálnej výpravy, ktorý sa zle správa na súťažnom pódium alebo blízko neho a toto správanie môže diskreditovať športu bude oficiálne upozornený. Ak zlé správanie pokračuje, Jury alebo rozhodcovia v prípade absencie Jury môžu diskvalifikovať pretekára a nariadiť trénerovi, aby opustil halu. Manažér družstva musí byť informovaný o napomenutí a diskvalifikácii.
- b) Jury a rozhodcovia môžu väčšinou hlasov okamžite diskvalifikovať pretekára alebo funkcionára, ak podľa ich mienky je ich zlé správanie také, že okamžitá diskvalifikácia je lepšia ako oficiálne upozornenie. Manažér družstva musí byť informovaný o diskvalifikácii.
- 15.8 Na medzinárodnej súťaži, všetky protesty na rozhodnutia rozhodcov, sťažnosti na priebeh súťaže alebo proti správaniu sa akejkoľvek osoby zúčastňujúcej sa na súťaži sa musia podať Jury. Jury môže požadovať písomné podanie protestu. Protest alebo sťažnosť sa musí podať prezidentovi Jury. Toto musí urobiť manažér družstva, tréner alebo pri ich absencii samotný pretekár spolu s poplatkom Euro 100,-. Musí sa to stať hneď potom, ako nastala vec, ktorej sa protest týka. Ak Jury pokladá za potrebné na vyriešenie protestu zastaviť súťaž, môže tak urobiť. Po zvážení protestu musí Jury väčšinovým systémom tento protest schváliť alebo nie a oznámiť výsledok prezidentovi Jury, ktorý potom vyrozumie predkladateľa. Rozhodnutie Jury je konečné a nie je možné na neho podať akékoľvek odvolanie u inej organizácii.

Po znovu začatí súťaže, ktorá bola prerušená, nasledujúci pretekár dostane tri minúty na začatie svojho pokusu. Ak sa protest alebo sťažnosť dotýka člena súperovho družstva, musí byť doložená poplatkom Euro 100 alebo ekvivalentom v konvertibilnej mene. Ak Jury v rozhodnutí uzná, že sťažnosť má ľahkovážnu alebo zlomyseľnú podstatu, potom na základe jej rozhodnutia bude celá spomenutá suma zadržaná a poskytnutá IPC powerliftingu.

15.9 Kruhový systém

15.9.1 Pri vážení musí pretekár alebo jeho tréner nahlásiť prvý pokus a výšku stojanov. Toto musí byť zaznamenané na karte pre prvý pokus a podpísané pretekárom alebo jeho trénerom a odovzdané rozhodcovi, ktorý vedie váženie. Potom dostane pretekár 5 čistých lístkov na pokusy, ktoré použije počas súťaže.

15.9.2 Pretekár môže jedenkrát zmeniť váhu prvého pokusu. Zmenená váha môže byť väčšia alebo menšia, ako pôvodne nahlásená pri vážení, avšak zmena dole (nižší základ) nemôže byť väčšia ako 7,5 kg ako pôvodne nahlásený prvý pokus. Podľa tohto sa musí upraviť aj poradie pretekárov.

Ak sa pretekár nachádza v prvej skupine, táto zmena sa môže vykonať až do piatich minút pred začiatkom prvých pokusov. Nasledujúce skupiny majú podobné privilégium, ktoré je ohraničené poslednými tromi pretekármi v predchádzajúcej skupine. Pred ukončením a ukončenie tohto limitu musí ohlásiť hlásateľ.

15.9.3 Po uskutočnení prvého pokusu sa pretekár alebo jeho tréner musia rozhodnúť o váhe druhého pokusu. Táto váha musí byť zaznačená na vhodnom mieste karty pre pokusy a odovzdaná maršalovi alebo na to vymenovanej osobe do časového limitu jednej minúty. Rovnaký postup sa vykoná aj pre tretí pokus. Pretekár musí podať svoj druhý a tretí pokus do limitu jednej minúty po opustení lavičky po uskutočnení predchádzajúceho pokusu. Ak nie je požadovaná žiadna váha v rámci jednej minúty, pretekárov ďalší pokus bude na tej istej váhe, ako predchádzajúci neplatný pokus alebo sa automaticky zvýši o 2½ kg, ako bol predchádzajúci platný pokus.

15.9.4 Váhy pre druhý pokus sa nemôžu meniť pokiaľ nejde o rekordný pokus avšak potom max. len o ½ kg.

Výklad:

Ak dvaja pretekári si na svoj druhý pokus dajú naložiť svetový rekord o hmotnosti 102 kg a prvý pretekár ho prekoná, druhý pretekár má možnosť zmeniť svoj druhý pokus na 102,5 kg tak, aby mohol prekonať nový svetový rekord o ½ kg.

- 15.9.5 Pri tretích pokusoch je povolená dvakrát zmena. Zmena váhy môže byť väčšia alebo menšia od pôvodne nahlásenej na tretí pokus. Toto je však možné len potiaľ, pokiaľ nebol pretekár zavolaný na činku už naloženú pre jeho pôvodne nahlásenú váhu.
- 15.9.6 Každý pretekár vykoná v prvom kole prvý pokus, v druhom druhý a v treťom kole tretí pokus.
- 15.9.7 Činka musí byť nakladaná progresívne počas každého kola, na princípe narastajúcej hmotnosti. Hmotnosť činky nebude nikdy v kole znižovaná, okrem rekordného pokusu a chýb pri zlom naložení činky alebo chyby nakladača, ktoré sú opísané v bode 15.9.10 a aj vtedy až na konci kola.
- 15.9.8 Poradie pretekárov v každom kole bude určené podľa ich voľby váhy na dané kolo. V prípade, že dvaja alebo viac pretekárov si vyberie rovnakú hmotnosť, pretekár s menším štartovým číslom, ktoré mu bolo vylosované pri vážení, pôjde na pokus skôr.
- 15.9.9 Po neúspešnom pokuse nemôže ísť pretekár na svoj nasledujúci pokus, ale musí čakať na nasledujúce kolo a až potom vykonať pokus na tej istej alebo väčšej váhe.
- 15.9.10 Ak je neplatný pokus v kole spôsobený zlým naložením, chybou nakladačov alebo zlyhaním zariadenia, bude pretekárovi poskytnutý ďalší pokus na správnej hmotnosti. Ak je chybou zlé naloženie činky a pokus sa ešte nezačal, potom má pretekár možnosť pokračovať alebo sa mu dá pokus na konci kola. Vo všetkých ostatných prípadoch dostane pretekár ďalší pokus na konci kola. Ak sa stane, že pretekár je posledný v kole, dostane tri minúty na oddych pred novým pokusom.
- 15.9.11 Ak preteká v jednej kategórii viac ako 10 pretekárov, musia sa vytvoriť skupiny.
- 15.9.12 Skupiny sa tvoria podľa najlepšieho dosiahnutého výsledku na národných a medzinárodných súťažiach za posledných 12 mesiacov. Pretekári s horším výsledkom vytvoria prvú skupinu a ostatní s väčšími hmotnosťami ďalšie, ak je potrebné.

Ak pretekár neuviedol svoj najlepší pokus, bude automaticky zaradený do horšej skupiny.

15.10 Hlavný rozhodca má jediný právo rozhodnúť v prípade zlého naloženia alebo zlého ohlásenia pretekára hlásateľom. Svoje rozhodnutie oznámi hlásateľovi, ktorý to potom ohlási.

Príklady chýb pri nakladaní:

- a) Ak je naložená činka ľahšia, ako bola pôvodne požadovaná a pokus je úspešný, pretekár môže akceptovať úspešný pokus alebo požiadať o nový pokus na pôvodne požadovanej hmotnosti. Ak je pokus neplatný, pretekárovi bude povolený ďalší pokus na pôvodne požadovanej hmotnosti. V oboch prípadoch sa môže ďalší pokus vykonať len na konci kola, v ktorom sa stala chyba.
 - b) Ak je naložená činka ťažšia, ako bola pôvodne požadovaná hmotnosť a pokus je úspešný, tento bude pretekárovi uznaný. Ak si ostatní pretekári želajú opäť znížiť váhu, táto môže byť znížená. Ak je pokus neplatný, pretekárovi bude udelený ďalší pokus na pôvodne požadovanej hmotnosti. V oboch prípadoch sa môže ďalší pokus vykonať len na konci kola, v ktorom sa stala chyba.
 - c) Ak činka nie je naložená na oboch koncoch rovnako, alebo sa vyskytne akákoľvek zmena na činke alebo kotúčoch počas vykonávania pokusu alebo sa pódium poruší a napriek týmto skutočnostiam je pokus úspešný, pretekár môže tento pokus akceptovať alebo bude pokus opakovať ešte raz. Ak je pokus neplatný, pretekárovi bude udelený ďalší pokus. V oboch prípadoch sa môže ďalší pokus vykonať len na konci kola, v ktorom sa stala chyba.
- Poznámka:**
Ak v opísaných prípadoch hmotnosť činky nie je násobkom 2,5kg a pokus je úspešný, na požiadanie bude platný a tajomník súťaže zaznamená ako váhu činky najbližší nižší násobok 2,5kg.
- d) Keď urobí chybu hlásateľ ohlásením ľahšej alebo ťažšej hmotnosti, ako je požadované pretekárom, hlavný rozhodca urobí rovnaké rozhodnutia ako pri chybách pri nakladaní.
 - e) Ak pretekár nevykoná pokus, pretože ho hlásateľ zabudol vyvolať pri požadovanej váhe, potom sa hmotnosť činky na konci kola zníži a pretekár vykoná pokus.

15.11 Všeobecné informácie

- a) Výsledková tabuľa musí byť umiestnená na najviditeľnejšom mieste a musí byť na nej zaznamenaný priebeh súťaže. Musia byť na nej vyznačené mená pretekárov v poradí, v akom boli vylosovaní pred vážením, ich štátna príslušnosť, telesná váha a výsledok každého pokusu.
- b) Elektronická časomiera musí byť na ľahko viditeľnom mieste. Automaticky musí dať zvukový signál po jednej a dvoch minútach. Časomieru musí ovládať kvalifikovaný rozhodca.
- c) Pretekárom sa musí poskytnúť miesto na rozcvičenie, ktoré sa nachádza v blízkosti pódia. Musí mať dostatočné množstvo lavičiek, kotúčov, magnézia a pod., v závislosti na počte pretekárov. Taktiež tam musí byť časomiera zosynchronizovaná s oficiálnou časomierou na pódium, zvuková aparátúra, aby bolo počuť hlásateľa, výsledková tabuľa s menom pretekára v takom poradí, v akom bol vylosovaný pred vážením, s telesnou hmotnosťou a s požadovaným pokusom predtým, ako bol zavolaný na pódium.

16. VÝSLEDKY SÚŤAŽE A VYHODNOTENIE KRAJÍN

16.1 Titulom majster musí byť ohodnotený pretekár každej kategórie. Tento pretekár získa zlato. Pretekári umiestnení na druhom a treťom mieste získajú striebro resp. bronz.

16.1.2 Titulom juniorský majster musí byť ohodnotený pretekár každej kategórie. Tento pretekár získa zlato. Pretekári umiestnení na druhom a treťom mieste získajú striebro resp. bronz.

Poznámka:

Súťaže pre mužov - ženy Open a pre mužov - ženy Juniorov sa budú konať zároveň s MS a kontinentálnymi majstrovstvami. Juniori, ktorí získajú medailu v Open kategórii dostanú zároveň s touto medailou aj medailu za juniorskú kategóriu.

16.2 Po dohode organizátora s IPC powerliftingu môže organizátor odovzdávať špeciálne ceny.

16.3 V súťaži, kombinovanej alebo nie, kde akákoľvek kategória nemá viac ako troch pretekárov, prvé a druhé miesto sa vyhodnotí ako obyčajne. V takomto prípade sa tretie miesto nevyhodnotí. Tretie miesto sa vyhodnotí len v tom prípade, ak IPC P.A.E.C na to určí špeciálne kvalifikačné minimum pre tretie miesto.

V žiadnom prípade sa pri takýchto podmienkach nebude penalizovať 1. a 2. miesto.

- 16.4 Na PH, MS a kontinentálnych majstrovstvách, a kde je súhlas zúčastnených krajín sa na medzinárodných turnajoch vyhodnotenie krajín spraví nasledovne:
Bodovanie pretekárov na prvých 10 miestach

1. miesto	12 bodov
2. miesto	10 bodov
3. miesto	8 bodov
4. miesto	7 bodov
5. miesto	6 bodov
6. miesto	5 bodov
7. miesto	4 body
8. miesto	3 body
9. miesto	2 body
10. miesto	1 bod

Súťaž družstiev sa vyhodnotí pre tri najlepšie družstvá. Najlepšie tri družstvá dostanú zlato, striebro a bronz. Krajina, ktorá sa umiestni na prvom mieste získa putovný pohár na jeden rok. Paralympijský pohár zostáva trvale víťazovi.

- 16.5 Na každej medzinárodnej súťaži sa do súťaže družstiev zaratávajú body len prvých šiestich najlepších pretekárov danej krajiny.
- 16.6 V prípade, že pri klasifikácii družstiev alebo štátov bude mať viac družstiev zhodný bodový zisk, bude vyššie zaradené družstvo, ktorého pretekári získali viac prvých miest. Ak v prípade, že družstvá majú rovnaký počet prvých miest, o poradí rozhodne počet získaných druhých miest a tak ďalej. Ak v prípade, že družstvá majú zhodné počty získaných prvých, druhých, tretích atď. miest až po šesť najlepších pretekárov, udelia sa dve prvé miesta v súťaži národov. Ďalšie družstvo skončí na treťom mieste.

17. KVALIFIKAČNÉ KRITÉRIA

- 17.1 Na PH, MS a kontinentálne majstrovstvá môže Výkonný výbor IPC powerliftingu určiť kvalifikačné kritéria. Kvalifikačné kritéria sa budú používať od PH k PH a od MS k MS.
- 17.2 Kvalifikačné kritéria sa môžu meniť každé dva roky po technickom mítingu a diskusii so všetkými členmi VV IPC powerliftingu.
- 17.3 Ak má krajina v súťaži menej ako troch pretekárov, môže postaviť do súťaže maximálne jedného pretekára, ktorý nespĺňa kvalifikačné kritéria.
- 17.4 Počet pretekárov v družstve môže byť na požiadanie OV súťaže a po dohode s VV IPC powerliftingu redukovaný, napr. v prípade nedostatku miesta.

- 17.5 Aby mohol byť pretekár vybraný na paralympijské hry, musí sa zúčastniť respektívnych kontinentálnych majstrovstiev a MS.
IPC PAEC má právo udeliť výnimky.

Kvalifikačné kritéria
Muži

KATEGÓRIA	BARCELONA	ATLANTA	SYDNEY	ATÉNY	PEKING
- 48.00	70.00 kg	82.50 kg	87.50 kg	95.00 kg	100.00 kg
- 52.00	80.00 kg	92.50 kg	97.50 kg	105.00 kg	110.00 kg
-56.00	90.00 kg	102.50 kg	107.50 kg	115.00 kg	120.00 kg
- 60.00	100.00 kg	112.50 kg	117.50 kg	125.00 kg	130.00 kg
- 67.50	107.50 kg	117.50 kg	122.50 kg	130.00 kg	135.00 kg
- 75.00	115.00 kg	125.00 kg	130.00 kg	137.50 kg	142.50 kg
- 82.50	122.50 kg	132.50 kg	137.50 kg	145.00 kg	150.00 kg
-90.00	130.00 kg	140.00 kg	145.00 kg	152.50 kg	157.50 kg
- 100.00	135.00 kg	145.00 kg	150.00 kg	157.50 kg	162.50 kg
+ 100.00	140.00 kg	150.00 kg	155.00 kg	162.50 kg	167.50 kg

Kvalifikačné kritéria
Ženy

KATEGÓRIA	BARCELONA	ATLANTA	SYDNEY	ATÉNY	PEKING
- 40.00		40.00 kg	40.00 kg	47.50 kg	52.50 kg
- 44.00		40.00 Kg	40.00 kg	50.00 kg	55.00 kg
-48.00		45.00 Kg	45.00 kg	52.50 kg	57.50 kg
- 52.00		45.00 kg	45.00 kg	55.00 kg	60.00 kg
- 56.00		50.00 kg	50.00 kg	57.50 kg	62.50 kg
- 60.00		50.00 kg	50.00 kg	60.00 kg	65.00 kg
- 67.50		55.00 kg	55.00 kg	62.50 kg	67.50 kg
- 75.00		55.00 kg	55.00 kg	65.00 kg	70.00 kg
- 82.50		60.00 kg	60.00 kg	67.50 kg	72.50 kg
+ 82.50		60.00 kg	60.00 kg	70.00 kg	75.00 kg

Vysvetlenie:

1. Minimálne kvalifikačné kritéria sú dané na zabezpečenie vysokej kvality súťaže.
2. Výber je založený na rankovej listine IPC Powerliftingu. To znamená, že väčšina pretekárov musí dosiahnuť kvalifikačné kritéria.
3. Dosiahnutie kvalifikačného kritéria neznamena automatický výber na PH.
4. Na to, aby sa podporila účasť pretekárov aj z ostatných krajín, systém voľných kariet umožní účasť aj pretekárom, ktorí nie sú umiestnení na vyšších priečkach rankovej listiny.
5. Vo väčšine prípadoch títo pretekári splnili kvalifikačné kritéria.
6. Avšak, pozvánka na súťaž sa môže dať aj jednému pretekárovi, ktorí nesplnil kvalifikačné kritéria, ak jeho krajina má v súťaži menej ako troch pretekárov.