

ФЕДЕРАЦІЯ ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ УКРАЇНИ

ПРАВИЛА
СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ
З ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ

КИЇВ - 2019

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Міністерства молоді та спорту України

06 червня 2019 року № 2911

Зареєстровано в Міністерстві юстиції України

05 липня 2019 р. за № 746/33717

**Видається за підтримки
Федерації важкої атлетики України**

ПРАВИЛА СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ З ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ

4-те видання, перероблене та доповнене. 2019. – 61 с

У навчально-методичному виданні викладено доопрацьований варіант правил спортивних змагань з важкої атлетики. Положення правил щодо суддівства відповідають нормам міжнародних правил змагань. Питання організації та проведення змагань національного рівня подано з урахуванням особливостей роботи Федерації важкої атлетики України та рангу національних змагань. У правилах наведено зразки суддівської документації.

Рекомендовано для суддів, тренерів, спортсменів, фахівців важкої атлетики, організаторів змагань.

Правила спортивних змагань з важкої атлетики затверджені Виконкомом Федерації важкої атлетики України «04» червня 2019 р., протокол № 5/19. У підготовці правил змагань брали участь судді міжнародної категорії та представники Федерації: В.Г. Олешко, К.В. Ткаченко, Б.М. Лобко, Н.В. Кочевенко.

© Федерація важкої атлетики України, 2019

I. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1. Ці Правила визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань з важкої атлетики.

2. Ці Правила розроблені з урахуванням Правил та Положень Міжнародної федерації важкої атлетики (далі – МФВА) та не поширюється на організацію та проведення міжнародних змагань з важкої атлетики.

3. Вимоги цих Правил стосуються усіх видів програми, з яких проводяться змагання з важкої атлетики.

4. Змагання з важкої атлетики проводяться відповідно до регламенту проведення відповідних змагань з важкої атлетики (далі – Регламент), який затверджується організатором.

5. Зареєстровані для участі у змаганнях спортсмени мають дотримуватися цих Правил, що обов'язкові для виконання кожним з учасників змагань.

6. Змагання з важкої атлетики проводяться з метою:

1) розвитку та популяризації важкої атлетики в Україні;

2) визначення кращих спортсменів команд, адміністративно-територіальних одиниць, фізкультурно-спортивних товариств (далі – ФСТ);

3) підвищення спортивної майстерності та виконання нормативів, зазначених у Положенні про Єдину спортивну класифікацію України, затвердженому наказом Міністерства молоді та спорту України від 04 листопада 2013 року № 582, зареєстрованому в Міністерстві юстиції України 04 листопада 2013 року за № 1861/24393 (зі змінами);

4) визначення кандидатів для формування збірних команд України, адміністративно-територіальних одиниць, об'єднання територіальних громад, ФСТ, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, закладів фізичної культури та спорту;

5) встановлення нових рекордів у видах програм з важкої атлетики;

6) обміну досвідом, знаннями, інформацією між учасниками.

7. Терміни та аббревіатури, що вживаються у цих Правилах, означають:

важка атлетика – олімпійський вид спорту, змагання в якому проводяться серед чоловіків і жінок у двох змагальних вправах у такій послідовності: ривок і поштовх. Обидві вправи виконуються двома руками;

ВАДА – Всесвітнє антидопінгове агентство;

ГСК – головна суддівська колегія;

ривок - вправа, що виконується в один прийом;

поштовх – вправа, що виконується у два прийоми: піднімання штанги на груди та піднімання штанги від грудей;

НОК – Національний олімпійський комітет України;

спортивне спорядження – інвентар, яким користується спортсмен під час змагань;

ФВАУ – федерація важкої атлетики України.

Інші терміни, що використовуються у цих Правилах, вживаються у значеннях, наведених у Законі України «Про фізичну культуру і спорт».

8. Антидопінговий контроль спортсменів, які беруть участь у змаганнях, здійснюється відповідно до Всесвітнього антидопінгового кодексу та Закону України «Про антидопінговий контроль у спорті», що визначає правові та організаційні засади здійснення антидопінгового контролю в Україні.

9. Використання допінгу заборонено для спортсменів, які беруть участь у змаганнях. Результати спортсменів, які вживали заборонені препарати, анулюються, а самі спортсмени дискваліфікуються.

10. Змагання з важкої атлетики проводять за такими встановленими рангами:

III ранг – чемпіонати України, розіграші Кубків України, інші офіційні всеукраїнські змагання, що включені до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України, крім молодших вікових груп;

IV ранг – чемпіонати України, інші офіційні всеукраїнські змагання серед спортсменів молодших вікових груп, що включені до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України;

V ранг – чемпіонати Автономної Республіки Крим, областей, міст Києва, Севастополя, чемпіонати фізкультурно-спортивних товариств (далі - ФСТ), крім молодших вікових груп, зональні змагання, що включені до відповідних календарних планів спортивних змагань;

VI ранг – чемпіонати областей, територіальні змагання осередків ФСТ серед спортсменів молодших вікових груп, чемпіонати міст, районів, спортивних клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю та інші, що включені до відповідних календарних планів спортивних змагань.

II. ВИДИ ЗМАГАНЬ

1. Всеукраїнські змагання з важкої атлетики визначаються Регламентом відповідних змагань. Змагання можуть проводитись як особисті або командні, або особисто-командні. В особистих змаганнях визначаються результати кожного спортсмена з відповідним місцем, яке він посів. У командних змаганнях підсумкові результати кожного спортсмена зараховуються всій команді.

В особисто-командних змаганнях підсумкові результати кожного спортсмена зараховуються як кожному учаснику, так і всій команді.

2. Різновидом особистих змагань є кваліфікаційні змагання, на яких результати спортсменів зараховуються за умови виконання (або підтвердження) відповідних класифікаційних вимог.

3. У командних змаганнях можуть брати участь спортсмени, які виступають поза конкурсом або в особистому заліку. Рішення щодо допуску атлетів до змагань приймає Мандатна комісія цих змагань, якщо це не суперечить Регламенту змагань.

III. ЗАСІДАННЯ МАНДАТНОЇ КОМІСІЇ

1. Під час розгляду фінальних заявок, представлених організаціями адміністративно-територіальних одиниць, випадково витягнутий номер жеребкування обирається для кожного спортсмена. Спортсмен зберігає номер жереба протягом усього змагання. Номер визначає порядок його зважування та виходу на поміст під час змагань у конкретній ваговій категорії.

2. У разі якщо на участь у змаганнях в одній ваговій категорії заявлено більше 18 спортсменів, учасники розподіляються на дві або більше груп відповідно до загальної кількості атлетів у ваговій категорії.

3. Розподіл спортсменів на групи:

1) у групі можуть змагатися спортсмени однієї або двох суміжних вагових категорій;

2) розподіл спортсменів на групи (А - сильніша, Б - слабша) проводиться головним секретарем змагань залежно від їх спортивних результатів, які подані в заявках. Зі списками спортсменів у групі представники команд і тренери знайомляться до початку змагань;

3) змагання спортсменів кожної групи проводяться в один день. У разі якщо спортсмени змагаються на одному помості послідовно один за одним, то першою змагається група Б. Якщо спортсмени двох груп змагаються на двох помостах одночасно, то у сильнішій (А) групі мають бути на 1- 3 спортсмени більше, ніж у слабшій (Б).

IV. РЕГЛАМЕНТ ПРО ЗМАГАННЯ ТА ДОКУМЕНТИ ЗМАГАНЬ

1. Регламент змагань

1. Регламент є основним керівним документом, що забезпечує роботу суддівської колегії та дії учасників змагань.

2. Регламент змагань є документом, що визначає умови їх проведення та правове оформлення. Регламент змагань не має суперечити цим Правилам.

3. Регламент про змагання III та IV рівня надсилається не пізніше ніж за один місяць до їх проведення; V і VI рівня - не пізніше ніж за двадцять днів до їх проведення.

4. Регламент змагань містить такі розділи:

1) цілі та завдання заходу;

2) терміни та місце проведення заходу;

3) організація та керівництво проведенням заходу;

4) учасники заходу;

5) характер заходу (змагання особисті, командні, особисто-командні);

6) програма проведення змагань;

7) безпека та підготовка місць для проведення заходу;

- 8) умови визначення переможців і призерів змагань та їх нагородження;
- 9) умови фінансування заходу та матеріального забезпечення учасників;
- 10) терміни та порядок подання заявок на участь у заході;
- 11) інші умови, які забезпечують якісне проведення конкретного заходу.

5. Пункти Регламенту змагань мають бути конкретними та не допускати різного тлумачення.

6. Зміни і доповнення до Регламенту змагань має право вносити виключно організація, яка його затвердила, але не пізніше як за один місяць до їх початку.

2. Офіційні документи змагань

1. Заявки на участь у змаганнях подаються у терміни, що затверджені Регламентом (додаток 1).

2. Спортсмени допускаються до участі у змаганнях на підставі допуску лікаря шляхом проведення медичного огляду. Рішення лікаря підтверджується довідкою медичного закладу та оформляється у заявці, але не пізніше, як за 10 діб до початку змагань.

3. Спортсмен, який змагається в особистому заліку, не входить до складу будь-якої команди і не може впливати на її підсумкові досягнення, але впливає на розподіл особистих місць спортсменів даної вагової категорії.

Якщо спортсмен змагається поза конкурсом, він не впливає ні на особисті, ні на командні досягнення важкоатлетів.

4. Спортсмени, які не були внесені до Фінальної заявки, не можуть брати участь у спортивних змаганнях.

5. До початку засідання представників команд, перевірка Фінальної заявки має бути проведена Секретаріатом та Мандатною комісією змагань.

6. Офіційний представник команди перед засіданням представників команд надає до Секретаріату документ, що підтверджує особу кожного спортсмена, який бере участь у змаганнях.

7. Секретаріат змагань перевіряє такі дані учасників заходу:

правильність написання імені та прізвища спортсменів;

дату народження спортсменів;

заявлену вагову категорію спортсменів;

заявлену суму двоєборства спортсменів.

8. Заміна спортсменів у Фінальній заявці на інших осіб забороняється.

9. Максимальна кількість чоловіків та жінок має бути по 12 у Фінальній заявці кожної команди. Але тільки 10 спортсменів мають право брати участь у змаганнях, 2 спортсмени є запасними. В одній ваговій категорії можуть змагатися не більше 2 спортсменів від однієї команди. Всі інші спортсмени вилучаються.

10. Після перевірки Фінальні заявки підписуються і залишаються в Секретаріаті та вважаються остаточними.

11. Представники команди, що не брали участі у засіданні представників команд, володіють інформацією, яку представили у Фінальній заявці, що вважається остаточною та обов'язковою.

3. Стартовий протокол, протокол зважування та картка замовлень

1. Стартовий протокол для змагань III-VI рангів вміщує таку інформацію:

програму змагань із зазначенням дати і часу початку змагань у групах та вагових категоріях спортсменів;

список суддів і офіційних осіб та щоденні групи їх розподілу із вказаними потоками та датою змагань;

прізвища спортсменів для кожної групи, серед яких номери їхнього жеребкування, дати народження, приналежність до організації адміністративно-територіальних одиниць, початкова вага у ривку та поштовху.

2. Протокол зважування готується на кожну групу (вагову категорію) спортсменів і містить таку інформацію (додаток 2):

стартовий номер, прізвище та дата народження спортсмена;

приналежність до організації адміністративно-територіальних одиниць;

сума двоєборства за заявкою;

маса тіла та вагова категорія;

результати заявлених спроб у ривку та поштовху;

прізвища та ініціали тренерів;

прізвища та підписи суддів, які беруть участь у зважуванні спортсменів.

3. Картка замовлень та перезамовлень видається кожному спортсмену і є документом для декларації його у складі команди під час змагань та містить таку інформацію:

номер спортсмена за жеребом;

прізвище спортсмена та дата його народження;

приналежність до організації адміністративно-територіальних одиниць;

маса тіла та вагова категорія;

група, якщо це передбачено;

заявлена вага у ривку та поштовху;

стартові номери, що призначені при завершенні зважування.

4. Протоколи змагань

1. Протокол змагань (рукописний або друкований) вагової категорії є документом, що підтверджує результати змагань у кожній групі (ваговій категорії) і містить таку інформацію (додаток 3):

стартовий номер, прізвище та ім'я спортсмена, дата народження;

організація, маса тіла;

усі спроби у ривку, поштовху та сумі двоєборства;

встановлені рекорди та інша інформація, якщо це передбачено;

підписи головного судді та головного секретаря.

2. Успішні і невдалі спроби спортсмена під час виступу позначаються у протоколі змагань по різному, шляхом закреслення або різним кольором.

3. Підсумковий протокол змагань готується у надрукованому або електронному вигляді (цифровому форматі) та поширюється серед делегацій та всіх зацікавлених сторін після завершення змагань. У протоколі зазначається (додаток 4):

результати змагань серед команд;

рейтинг команд;

кількість та назва областей організацій;

кількість спортсменів за ваговими категоріями;

результати у ривку та поштовху в кожній ваговій категорії, ім'я та прізвище спортсмена, дата народження, організація, маса тіла, залікові спроби у вправах (успішні та невдалі) і сумі двоеборства;

нові рекорди у кожній ваговій категорії, ім'я та прізвище спортсмена, який їх встановив, організація, його маса тіла.

V. УЧАСНИКИ ЗМАГАНЬ

1. Вікові групи спортсменів

1. Виділяють такі вікові групи спортсменів:

1) юнаки та дівчата – з 13 до 17 років;

2) юніори та юніорки – з 15 до 20 років;

3) молодь (чоловічої та жіночої статі) – з 15 до 23 років;

4) дорослі (чоловіки та жінки) – з 15 років та старші;

5) майстри (ветерани) – з 35 років та старші.

2. Вік спортсменів вираховується за роком народження.

3. У Всеукраїнських змаганнях IV - V рангу мають право брати участь спортсмени різної статі з 11 років (якщо це передбачено Регламентом змагань) у таких вікових групах:

1) юнаки та дівчата молодшої вікової групи - з 11 – 13 років,

2) юнаки та дівчата середньої вікової групи - з 14 – 15 років;

2) юнаки та дівчата старшої вікової групи - 16 – 17 років.

4. Спортивні розряди присвоюються спортсменам з 10 років, звання «Майстер спорту України» – з 15 років, «Майстер спорту України міжнародного класу» – з 16 років.

5. Змагання серед категорії майстрів проводяться у таких вікових групах: перша – 35 – 39 років; друга – 40 – 44; третя – 45 – 49; четверта – 50 – 54; п'ята – 55 – 59; шоста – 60 – 64; сьома – 65 – 69; восьма – 70 – 74; дев'ята – 75 – 79 та десята – понад 80 років.

2. Вагові категорії спортсменів

1. Змагання з важкої атлетики для спортсменів усіх вікових груп проводяться у вагових категоріях.

2. Змагання серед дорослих чоловіків та жінок проводяться у таких вагових категоріях:

чоловіки: до 55, 61, 67, 73, 81, 89, 96, 102, 109, +109 кг;

жінки: до 45, 49, 55, 59, 64, 71, 76, 81, 87, +87 кг.

3. Змагання серед юніорів та молоді проводяться у таких вагових категоріях:

юніори: до 55, 61, 67, 73, 81, 89, 96, 102, 109, +109 кг;

юніорки: до 45, 49, 55, 59, 64, 71, 76, 81, 87, +87 кг.

4. Змагання серед юнаків та дівчат до 17 років проводяться у таких вагових категоріях:

юнаки: до 49, 55, 61, 67, 73, 81, 89, 96, 102, +102 кг;

дівчата: до 40, 45, 49, 55, 59, 64, 71, 76, 81, +81кг.

5. Змагання для спортсменів молодших вікових груп проводяться у таких вагових категоріях:

юнаки до 15 років: до 45, 49, 55, 61, 67, 73, 81, 89, 96, +96 кг;

дівчата до 15 років: до 40, 45, 49, 55, 59, 64, 71, 76, 81, +81 кг;

юнаки до 13 років: до 34, 38, 41, 45, 49, 55, 61, 67, 73, +73 кг;

дівчата до 13 років: до 32, 36, 40, 45, 49, 55, 59, 64, 71, +71 кг.

3. Костюм та екіпіровка спортсмена

1. Спортсменам дозволяється носити спортивний костюм важкоатлета та спортивне взуття.

2. Елементами спортивного костюма можуть бути: комбінезон, трико, футболка, майка, шорти, спортивні труси, шкарпетки, взуття, спідня білизна, релігійний головний убір.

3. Елементами спортивної екіпіровки можуть бути: ремінь, бинти, лейкопластирі, пов'язки, наколінники, бандажі, рукавички на долоні, прикраси для волосся.

4. На змаганнях спортсмени під час церемонії представлення, нагородження, відкриття та закриття змагань зобов'язані одягати спортивний костюм.

5. На костюмі може розміщуватись назва клубу, ФВАУ, НОКу або Державний Герб.

6. Волосся на голові та шпильки для волосся вважаються частиною голови, дотик грифу штанги до зачіски є помилкою.

7. Спортсмени одягають шкарпетки, які не мають закривати колінні суглоби.

4. Спортивний костюм

1. Під час змагань елементом спортивного костюму може бути важкоатлетичне трико. Трико має відповідати таким вимогам:

- 1) бути суцільним та без коміра;
- 2) не закривати ліктьові та колінні суглоби;
- 3) може бути будь-якого кольору.

2. Трико спортсмена може мати такі написи:

- 1) ім'я та прізвище спортсмена;
- 2) назву клубу або ФВАУ, або НОКу;

3. Під трико можна одягати комбінезон, який має відповідати таким вимогам:

- 1) бути суцільним та без коміра;
- 2) закривати все тіло та щільно облягати тулуб і кінцівки;
- 3) може закривати ліктьові та колінні суглоби;

4) може бути будь-якого кольору та без візерунків;

4. Під трико можна одягати футболку, що має відповідати таким вимогам:

- 1) бути без коміра;
- 2) не закривати ліктьові суглоби;
- 3) може бути будь-якого кольору.

5. Під трико або поверх його можна одягати шорти, що мають відповідати таким вимогам:

- 1) обтягувати ноги;
- 2) не закривати колінні суглоби;
- 3) можуть будь-якого кольору.

6. Забороняється одягати футболку і шорти замість трико.

7. Під час змагань спортсмену забороняється:

- 1) роздягатися або одягатися, проводити зміни в екіпіровці у полі зору суддів і глядачів;
- 2) змащувати стегна будь-якою рідиною: жиром, олією, мазями, тальком;
- 3) змагатися у брудному, рваному спортивному костюмі або мати неохайний вигляд.

8. На змаганнях V – VI рангу замість трико спортсменам дозволяється одягати спортивні труси, шорти та футболку.

9. На трико та футболці може бути емблема команди або спортивного клубу. Члени збірних команд України зобов'язані мати зображення Герба України або емблему ФВАУ.

5. Спортивне взуття

Спортсмени змагаються у спортивному взутті (штангетках або кросівках), для захисту ніг та забезпечення твердого розміщення ступнів ніг на помості.

6. Ремінь, наколінники, напульсники та рукавички

1. Учасники змагань можуть одягати (тільки поверх трико чи футболки, чи комбінезона) важкоатлетичний ремінь, гранична ширина якого становить 12 см.

2. Для захисту долонь можна одягати рукавички (гімнастичні або велосипедні), але вони можуть закривати тільки перші фаланги пальців.

3. На колінні суглоби дозволяється одягати еластичні наколінники, але їх ширина не може перевищувати 30 см.

4. Напульсники можуть одягатися на зап'ясткові суглоби спортсмена. Їх ширина має бути не більше 10 см.

7. Пов'язки, бандажі, бинти та лейкопластирі

1. Спортсмени можуть використовувати під час змагань такі елементи екіпіровки: пов'язки, бандажі, еластичні бинти та лейкопластирі.

2. Пов'язки мають відповідати таким вимогам:

- 1) виготовлятися з пластиру, марлі, еластичного бинта або шкіри;
- 2) її довжина на променево-зап'ясткових суглобах не обмежується, а ширина не може перевищувати 10 см;
- 3) розміщувати під будь-якою частиною екіпіровки у будь-якому місці на тулубі спортсмена, за винятком зони ліктьового суглобу (на 5 см вище ліктя та на 5 см нижче його).

3. Бандажі – пов'язки, що не прилипають, виготовляються з різноманітних матеріалів та мають відповідати таким вимогам:

- 1) носяться як на внутрішній, так і на зовнішній поверхні рук;
- 2) кріпляться до зап'ясткових суглобів;
- 3) не обмежуються у довжині;
- 4) не кріпляться до штанги;
- 5) забороняється одягати бандажі або їх замітники у 10 сантиметровій зоні ліктьового суглобу, зона має бути вільною на 5 см вище та на 5 см нижче ліктьового суглобу.

4. Еластичні бинти та лейкопластирі застосовуються:

- 1) на колінні суглоби (дозволяється одягати еластичні бинти, довжина їх довільна, а ширина не має перевищувати 30 см);
- 2) цілісні еластичні бинти або еластичні колінні чашечки, які дозволяють вільне пересування, можна одягати на коліна. Захисні бинти не можуть бути посилені пряжкою чи ременем із волокна чи шкіри, пластмаси або дроту;
- 3) бинти не можуть кріпитися до грифа штанги;
- 4) не дозволяється розміщення бинтів або заміників на ліктьових суглобах;
- 5) лейкопластирі застосовуються для покриття невеликих ран, за винятком зони ліктьових суглобів;
- 6) застосування лейкопластирів на пальцях рук дозволяється, але вони не мають виступати за кінцівки пальців;
- 7) якщо лейкопластир або бинт накладається на пальці рук, має бути видимий поділ між лейкопластиром та бинтом або рукавичкою.

5. Спортсменам забороняється використовувати комбінацію напульсника і бинта на променево-зап'ясткових суглобах, а також наколінника та бинта на колінних суглобах.

VI. ПРАВА ТА ОBOB'ЯЗКИ СПОРТСМЕНІВ ТА ТРЕНЕРІВ КОМАНД

1. Спортсмени мають права :

1) звертатися до суддів з питань замовлення або перезамовлення ваги штанги тільки через представника своєї команди, тренера, суддю при учасниках (технічного контролера);

2) визначати попередню масу тіла на офіційних вагах змагань протягом 55 хв (починаючи за годину), але не пізніше як за 5 хвилин до початку зважування спортсменів конкретної вагової категорії;

3) користуватися інвентарем, магnezією (на руки і тулуб) та каніфоллю на місці розминки та змагань.

2. Спортсмени зобов'язані:

1) дотримуватись норм поведінки та етики спортсмена на місці змагань та поза ними;

2) знати і виконувати ці правила та бути ознайомленими з Регламентом змагань;

3) пройти процедуру зважування, представлення та нагородження;

4) з'являтися до суддів за їх викликом, виконувати їх вимоги;

5) у разі якщо спортсмен неспроможний випростати руку (руки) у ліктьовому суглобі через анатомічну ваду, він попереджає суддів та членів журі перед початком змагань цієї вагової категорії;

6) бути присутніми на змаганнях з дня приїзду до їх закінчення;

7) з'являтися для проходження допінг-контролю;

8) знаходитися на місці змагань своєї вагової категорії до їх закінчення, якщо змагання закінчив раніше.

3. Спортсменам заборонено:

1) змагатися більше, ніж в одній ваговій категорії;

2) змагатися в іншій ваговій категорії, ніж та, що записана у заявці та подана до секретаріату змагань.

4. Згідно з рішенням головної суддівської колегії (ГСК) або журі спортсмени усуваються від змагань, а результати анулюються у разі:

1) відсутності на процедурах представлення (за винятком форс-мажорних обставин), нагородження або передчасне їх залишення;

- 2) повторного порушення правил змагань (після попередження), норми поведінки і етики спортсмена на місці змагань і поза ним;
- 3) відмови від проходження допінг-контролю.

5. У разі грубого порушення спортсменом правил поведінки – ГСК повідомляє про це спортивну організацію, яку він представляє.

2. Представники та тренери команд

1. Функції керівника делегації спортсменів (команди) на змаганнях виконує один з представників команди (тренер). У деяких випадках обов'язки представника виконує тренер або сам спортсмен, якщо це не суперечить Регламенту змагань.

2. Представник команди є керівником делегації і слідкує за поведінкою та організованістю спортсменів на місцях змагань, їх розміщення та харчування.

3. Представник команди зобов'язаний:

- 1) знати ці Правила і Регламент змагань;
- 2) своєчасно подавати до Мандатної комісії та Секретарю змагань заявки на спортсменів своєї команди;
- 3) брати участь у жеребкуванні;
- 4) забезпечити своєчасне прибуття спортсменів на змагання, зважування, представлення, нагородження, парад відкриття та закриття змагань;
- 5) виконувати розпорядження суддів щодо правил проведення змагань;
- 6) перебувати на змаганнях на спеціально відведеному місці або серед спортсменів своєї команди у спортивному одязі.

4. Представник команди має право:

- 1) звертатися до суддів щодо замовлень або перезамовлень ваги штанги;
- 2) отримувати у членів ГСК або секретаріату довідки з усіх питань щодо умов проведення та суддівства змагань;
- 3) бути присутнім на зважуванні спортсменів своєї команди.

5. Тренери команд мають право:

- 1) бути присутніми на зважуванні спортсменів своєї команди;
- 2) звертатися до суддів щодо замовлень або перезамовлень ваги штанги;
- 3) бути присутнім на підсумковій нараді представників та тренерів.

6. Представники і тренери:

- 1) можуть бути присутніми на процедурі допінг - контролю;
- 2) їм не дозволяється втручатися у роботу суддівської колегії змагань;

3) під час знаходження на місці розминки і змагань мають бути одягненні у спортивний одяг.

7. Представники (тренери) рішенням ГСК усуваються від виконання своїх обов'язків у випадках:

- 1) порушення цих Правил та Регламенту змагань;
- 2) відмови виконувати рішення суддів або нетактовної поведінки.

8. Спортсмени юнацьких вікових груп беруть участь у змаганнях тільки під керівництвом тренера.

VII. СУДДІВСЬКА КОЛЕГІЯ ЗМАГАНЬ

1. Судді змагань

1. Суддівська колегія змагань комплектується Президією колегії суддів і затверджується Виконкомом відповідної Федерації не пізніше ніж за 30 діб до початку змагань.

2. Головна суддівська колегія керує проведенням змагань від їх початку до їх закінчення. До її складу належать: головний суддя, його заступники та головний секретар. Головою ГСК є головний суддя.

3. Головний суддя та головний секретар прибувають на місце змагань за добу до дня приїзду учасників та суддів.

4. Члени ГСК зобов'язані забезпечувати виконання цих Правил і Регламенту змагань.

5. Члени ГСК мають право:

- 1) вносити зміни до розкладу змагань;
- 2) змінювати розклад змагань якщо відсутній медичний персонал, або устаткування та інвентар не готові до змагань чи вийшли з ладу;

6. Члени ГСК не мають права змінювати Регламент змагань.

7. Судді змагань, яких викликали на суддівство, мають бути членами Федерації та відповідної кваліфікаційної категорії спортивного судді, мати посвідчення спортивного судді та костюм спортивного судді.

Судді зобов'язані знаходитись на місці змагань від початку і до їх закінчення.

8. До змагань V – VI рангу можуть залучатися судді, які не мають суддівської категорії, але до складу суддів на помості допускається лише один суддя, без суддівської категорії.

9. Судді, які прибули на змагання до початку технічної наради, проходять реєстрацію у заступника головного судді з кадрового забезпечення. Судді зобов'язані знати ці Правила і Регламент змагань та бути об'єктивними у своїх рішеннях.

10. Для суддівства змагань суддівський костюм спортивного судді складається з темно-синього піджака, брюк (у жінок спідниці), білої сорочки (у жінок - блузи), темно-синьої краватки та чорних черевиків.

11. Присутність суддів на суддівських семінарах і щоденних суддівських нарадах обов'язкова.

12. У разі відсутності судді на місці змагань у визначений час (до закінчення процедури нагородження) або на щоденних нарадах, він замінюється резервним суддею і до суддівства не залучається.

13. Представники і тренери команд не мають входити до складу журі та суддів на помості, якщо змагаються їх учасники.

14. Суддівська бригада змагань призначається заступником головного судді з кадрового забезпечення і проводить змагання в окремих вагових категоріях (потоках).

15. До складу суддівської бригади належать судді, які мають постійні або тимчасові посади :

1) постійними суддівськими посадами є такі: головний суддя та його заступники, головний секретар та його помічники, судді з нагородження;

2) тимчасовими суддівськими посадами (для суддівства змагань окремої вагової категорії або потоку) є такі: члени журі, технічний контролер, судді на помості, секретар змагань та його помічники, суддя - інформатор, суддя - хронометрист, судді на дубль - протоколі, судді на комп'ютері, судді - асистенти.

16. Усі призначені судді зобов'язані прибути на свої робочі місця не пізніше, ніж за 30 хв до початку роботи на своїй посаді.

17. Загальна кількість суддів для обслуговування змагань III і IV рангів, становить 46 осіб.

18. Для якісного проведення змагань додатково залучаються: комендант змагань, оператор ПК – 2 особи, окрім лікаря ще медсестра.

19. Під час проведення змагань III рангу до складу суддівської колегії додатково можуть призначатися помічники головного секретаря, судді з нагородження, помічники секретаря.

20. З метою контролю за якістю роботи суддів та надання їм практичної допомоги Президія колегії суддів ФВАУ має право призначити інспектора змагань III – IV рангів, посада якого б входила до складу суддівської колегії змагань, на які він призначений.

21. Склад суддівської трійки на помості під час змагань конкретної вагової категорії (поток) є постійним, і у ньому не допускаються судді з одного спортивного товариства або міста.

22. Заміна судді на резервного може проводитись у зв'язку з його хворобою, у випадку отримання незадовільної оцінки за суддівство або під час реєстрації рекордної ваги, яку замовив спортсмен.

2. Головний суддя та його заступники

1. Головний суддя є головою суддівської колегії змагань. Керує роботою суддів і несе відповідальність за якість проведення змагань та суддівства перед організацією, що їх проводить, та відповідною Федерацією.

2. Обов'язками головного судді перед початком змагань є:

- 1) перевірка готовності спортивної споруди;
- 2) проведення технічної наради суддівської колегії.

3. Обов'язками головного судді під час змагань є:

- 1) затвердження складів суддівських бригад, які підготував заступник з кадрового забезпечення;
- 2) проведення загальних нарад представників, тренерів та суддів після закінчення кожного дня змагань, з метою затвердження результатів змагань, а також окремо з суддями з метою аналізу суддівства та призначення суддів.

4. Обов'язками головного судді після закінченню змагань є: підготовка звіту про змагання та передача його (протягом 3-х діб) до відповідної Федерації чи спортивної організації.

5. Головний суддя має право призначити проведення додаткових нарад суддів і представників, якщо виникне в цьому потреба.

6. За відсутності головного судді його обов'язки виконує один з його заступників.

7. Обов'язками заступника головного спортивного судді з кадрового забезпечення є:

- 1) реєстрація суддів у день приїзду та перевірка суддівських атрибутів (костюма, посвідчення судді тощо);
- 2) комплектування суддівських бригад на кожен робочий день ;
- 3) оцінка роботи кожного судді протягом усього періоду змагань (разом з головним суддею);
- 4) облік оцінок суддівства, які проставлені членами журі, та підготовка підсумкових матеріалів з роботи суддів.

9. Обов'язками заступника головного спортивного судді з устаткування є:

- 1) підготовка та контроль стану місця змагань, розминки, перевірка готовності апаратури, устаткування та інвентарю;
- 2) перевірка ваг і контрольне зважування штанг;
- 3) організація роботи суддів на інформаційному табло та табло-протоколі.

10. Заступнику головного судді з устаткування підпорядковується комендант змагань та обслуговуючий персонал змагань.

3. Головний секретар та його заступники

1. Головний секретар працює під керівництвом головного судді та виконує такі обов'язки:

- 1) бере участь у роботі мандатної комісії;
- 2) готує, опрацьовує і розповсюджує суддівську документацію;
- 3) керує роботою секретарів змагань та технічних працівників секретаріату;
- 4) контролює якість оформлення протоколів змагань та здійснює підрахунки командних результатів;
- 5) надає інформацію (з дозволу головного судді) про хід змагань судді - інформатору, представникам команд, працівникам преси та телебачення;
- 6) оформляє та веде облік встановлених рекордів;
- 7) готує матеріали до звіту про змагання, затверджує своїм підписом витяги з протоколів;
- 8) перед початком змагань кожної вагової категорії готує для членів журі та технічного контролера стартові протоколи та лист призначення спортивних суддів;
- 9) розподіляє спортсменів на групи відповідно до їх результатів, якщо це необхідно.

2. Головний секретар працює з суддівською документацією, яку умовно поділяють на підготовчу, основну та заключну:

- 1) до підготовчої документації належать заявки, заяви представників команд або спортсменів, особисті картки спортсменів та команд, листи призначення суддів, таблиця оцінки командних досягнень, Регламент змагань;

2) до основної - протоколи зважування, робочі протоколи, картки замовлень та перезамовлень, лист призначення суддів на вагову категорію, командні картки, протоколи командних досягнень, спортивна класифікація, таблиця рекордів;

3) до заключної - витяги з протоколів, підсумковий протокол змагань, звіт про змагання, звіт лікаря змагань.

4. Обов'язки помічників головного секретаря в кожному конкретному випадку визначає головний секретар.

4. Журі змагань

1. Судді, які призначені до складу журі здійснюють контроль за суддівством змагань у конкретній ваговій категорії (потюці) від моменту представлення спортсменів до закінчення процедури їх нагородження. До складу журі входять 3 спортивні судді Національної категорії (та один резервний член журі), які призначаються з числа кандидатів, обраних на технічній нараді.

2. Головою журі є головний суддя або один з його заступників. Якщо до складу журі входить Президент ФВАУ або голова колегії суддів, вони можуть виконувати обов'язки голови.

Головою журі також можуть призначатися судді вищих категорій (міжнародної та національної).

3. У разі якщо в один день спортсмени одного потоку змагаються на двох помостах, то для кожної групи (А і Б) призначається окреме журі.

4. Члени журі розташовуються недалеко від змагального помосту з моменту представлення спортсменів до закінчення процедури нагородження. За столом журі сидять тільки його члени.

5. Для якісної роботи членів журі їм надаються картки оцінки роботи суддів (кожному члену), лист призначення суддів на вагову категорію, таблиця рекордів у ваговій категорії, блок суддівської апаратури, пристрій для виклику суддів до столу журі, мікрофон та два прапорці (білий і червоний).

6. Обов'язками членів журі є:

1) контроль за виконанням правил змагань та оцінка роботи суддівської бригади;

2) прийняття рішень щодо виправлення суддівських помилок або у випадку зіпсування устаткування;

3) члени журі оцінюють кожну спробу підйому штанги спортсменом.

7. Журі приймає рішення одногосно і має право:

- 1) проводити короткочасну заміну суддів на помості;
- 2) протягом змагань та після чергового попередження замінювати будь-якого суддю, якщо його рішення виявиться некомпетентним. У цьому випадку суддя має право пояснити своє рішення;
- 3) анулювати спробу спортсмена та надати йому додаткову, якщо була допущена помилка у навантажуванні штанги або вага змінилася під час підйому, зруйнувався поміст або у випадку помилкового оголошення секретаря змагань;
- 4) анулювати рішення суддівської трійки, якщо всі члени журі одногolosно прийняли рішення про зарахування (або не зарахування) спроби учасника змагань;
- 5) члени журі не мають права впливати або нав'язувати своє рішення іншим членам журі;
- 6) тимчасово зупинити змагання, якщо вийшло з ладу устаткування, електрична мережа або глядачі своєю поведінкою заважають проведенню змагань;
- 7) за консультацією з ГСК скоротити або подовжити перерву між змагальними вправами. Відповідне оголошення всім зацікавленим сторонам повідомляється завчасно.

8. Під час церемонії нагородження члени журі мають залишатися на своєму місці.

9. Після закінчення процедури нагородження у ваговій категорії голова журі підписує протокол змагань та проставляє оцінки суддям до листа призначення (на підставі аналізу оцінних карток для суддів, які ведуть члени журі).

10. Після закінчення ривка голова журі дає дозвіл на перерву (зазвичай 10 хвилин) для підготовки спортсменів до поштовху.

5. Технічний контролер

1. Технічний контролер призначається для суддівства у кожен суддівську бригаду, обов'язками якого є:

- 1) перевірка та контроль обладнання та інвентарю на місці змагань (ваг, помосту, штанг, суддівської апаратури);
- 2) контролювати своєчасне прибуттям суддів на місце змагань;
- 3) перевіряти костюми та екіпіровку спортсменів перед процедурою представлення та виходом їх на поміст. У разі якщо є змащені ділянки тіла, усунути цей недолік;
- 4) шикувати та виводити спортсменів (у порядку жеребкування) та суддів на процедуру представлення;
- 5) контролювати очищення грифу штанги та змагального помосту (деактивація штанги проводиться асистентами на помості);

6) контролювати наявність магnezії та каніфолі біля змагального помосту та у залі розминки;

7) під час змагань контролювати присутність у залі розминки та в зоні виходу спортсменів до змагального помосту офіційних представників та тренерів команд, які мають на це право;

8) вилучати з місць роботи суддів та залу розминки осіб, які не мають права там знаходитись;

9) у разі необхідності допомагати спортсменам з правильним закріпленням номерів жеребкування на місці розминки;

10) у разі необхідності допомагати персоналу антидопінгового контролю;

2. У разі якщо журі викликало до себе суддівську трійку для обговорення оцінки щодо піднятої атлетом ваги, технічний контролер підходить до столу журі, отримує від голови журі остаточне рішення і повідомляє його спікеру змагань.

6. Судді на помості

1. На всіх змаганнях призначається 3 судді на помості для кожної групи (вагової категорії) спортсменів один центральний суддя та 2 бокових. Судді мають рівні права щодо оцінки виконання вправи спортсменами.

2. Судді, які призначені в одну групу (бригаду), міняються місцями під час суддівства на помості у кожній наступній ваговій категорії. Кожна група (бригада) суддів має у своєму складі спортивних суддів жінок.

3. Обов'язками спортивних суддів на помості є:

1) зважувати спортсменів вагової категорії (поток), в якому вони здійснюють суддівство;

2) оцінювати правильність виконання змагальних вправ на помості;

3) підписувати протоколи змагань після закінчення змагань у ваговій категорії;

4) перед змаганнями відповідної вагової категорії здавати свої посвідчення спортивного судді до журі.

4. Додатковими обов'язками центрального судді є: проведення інструктажу суддів-асистентів щодо їх обов'язків перед початком змагань спортсменів у ваговій категорії.

5. Під час змагання суддям на помості заборонено впливати на рішення одного із суддів.

6. Для забезпечення якісної роботи суддів на змаганнях у кожній ваговій категорії може призначатись запасний суддя, кваліфікація якого б дозволяла йому виконувати різні функції, включно суддівство на помості.

Запасний суддя прибуває на місце змагань за 15 хв до зважування спортсменів вагової категорії, доповідає про це технічному контролеру (старшому судді) і знаходиться на місці проведення змагань (у полі зору журі) до їх закінчення.

7. Секретар змагань

1. Обов'язками секретаря змагань є:

- 1) одержати в секретаріаті перед початком змагань у ваговій категорії суддівську документацію: списки спортсменів вагової категорії, протоколи зважування та бланки протоколу змагань;
- 2) брати участь у процедурі зважування спортсменів та підготовці робочих протоколів змагань;
- 3) здійснювати суддівство під час змагань у ваговій категорії відповідно до вимог цих Правил;
- 4) опрацювати протокол змагань та подати його на підпис головному секретарю;
- 5) розмістити протоколи змагань (основний та дубль-протокол) для ознайомлення за 30 хв до початку змагань спортсменів даної вагової категорії.

2. Під час суддівства змагань певної вагової категорії обов'язками секретаря змагань є:

- 1) давати вказівки асистентам щодо встановлення ваги штанги;
- 2) викликати спортсменів до помосту;
- 3) опрацьовувати протоколи змагань;
- 4) оголошувати інформацію про результати змагань.

3. Секретар заповнює протокол змагань за такими правилами:

- 1) замовлена спортсменами вага штанги записується олівцем, а після спроби спортсмена - чорнилом, якщо спроба невдала, вага перекреслюється (/);
- 2) у разі відмови спортсмена від спроби до початку контрольного часу - у клітці проставляється горизонтальна риска, після початку другої частини контрольного часу - риска "невдала спроба";
- 3) після виконання залікових спроб до протоколу вписується найбільша вага, яку підняв спортсмен. Найкращі результати у ривку і поштовху складають суму двоєборства;
- 4) якщо спортсмен під час виконанні вправи отримає нульову оцінку, то у клітці протоколу «Результат», «Сума двоєборства», «Сума балів» проставляється 0, а у клітці «Розряд» і «Місце» - горизонтальна риска.

4. Секретар оголошує:

- 1) дає вказівки суддям-асистентам:
«Встановити (вагу штанги) __ кг, а після встановлення «Вага встановлена»;
- 2) викликає спортсмена до помосту:

"Номер три!, Іваненко Сергій, «Динамо», Львівська область, друга спроба; Коваленку - приготуватися!»;

3) згідно з рішенням суддів на помості оголошує після кожної спроби: «Вага піднята (зарахована)» або «Вага не піднята (не зарахована)!».

4) У разі якщо після виклику до помосту залишилось 30 с або 1 хв. Залишилось 30 с або 1 хв. У випадку закінчення контрольного часу. «Час закінчився, спроба використана!».

5. Після виклику спортсмена на поміст суддя-хронометрист вмикає секундомір;

8. Суддя-інформатор

1. Обов'язками судді - інформатора змагань є:

1) до початку змагань ознайомитися з Регламентом змагань, складом спортсменів вагової категорії та суддівською бригадою;

2) інформувати глядачів, тренерів та суддів щодо програми, ходу змагань, рекордів, проміжних та кінцевих результатів спортсменів;

3) представляти призерів змагань під час процедури нагородження, а також осіб, які її проводять.

2. Оголошення судді-інформатора не мають заважати роботі секретаря змагань або спортсменам.

3. Суддя-інформатор не має права викликати спортсменів на поміст, а також давати вказівки суддям-асистентам щодо зміни ваги штанги.

9. Суддя-хронометрист

1. На посаду судді-хронометриста призначаються судді національної та першої категорій.

2. Обов'язками судді-хронометриста є:

1) контролювати час для виконання спроби за допомогою електронного або ручного таймера (секундоміра);

2) вмикати та вимикати секундомір та своєчасно за 3-4 с попереджати секретаря про початок та закінчення другої половини контрольного часу;

3) у разі відсутності електронного секундоміра, суддя-хронометрист використовує спрощений сигнальний пристрій, який вмикається у необхідні проміжки часу.

10. Суддя на карточках «маршал»

1. Суддя на карточках «маршал» вносить або відхиляє будь-які зміни у заявках, що пропонують записати тренери, чи представники команд у карточки спортсменів.

2. Суддя на карточках повідомляє секретаря змагань про внесені зміни у заявках спортсменів.

11. Секретар на дубль-протоколі

1. Секретар на дубль-протоколі призначається на змаганнях V – VI рангів.

2. Обов'язками секретаря на дубль-протоколі є :

- 1) після зважування отримати в секретаріаті лист дублюючого протоколу;
- 2) за годину до початку змагань перенести відомості щодо спортсменів з основного протоколу до дублюючого, а також розмістити його в залі розминки не пізніше, ніж за 30 хв до початку змагань;
- 3) вносити до протоколу результати кожного спортсмена після отримання рішення суддів на дану спробу, а також під час замовлень або перезамовлень ваги штанги;
- 4) передавати секретарю змагань інформацію телефоном або через суддю при учасниках щодо замовлень або перезамовлень ваги штанги. Контролювати кількість перезамовлень ваги штанги у кожного спортсмена не більше трьох у одній спробі;
- 5) завершити оформлення дубль-протоколу після закінчення змагань у ваговій категорії (потоці), підписати та передати його до секретаріату.

12. Судді-асистенти

1. Обов'язками суддів-асистентів на помості є:

- 1) прибути на місце змагань за 20 хв до їх початку;
- 2) підготувати спортивний інвентар до змагань та здійснювати контроль за його використанням;
- 3) знаходитися під час змагань біля змагального помосту в однакових спортивних костюмах та страхувати спортсменів від можливого падіння у випадку втрати свідомості або травми;
- 4) встановлювати вагу штанги згідно з оголошенням секретаря та контролювати її точність;
- 5) контролювати розміщення штанги на помості та переміщувати її на прохання спортсменів;
- 6) контролювати чистоту грифу штанги після кожної спроби, щоб він не мав плям крові та інших речовин;
- 7) мати в наявності дезінфекційні матеріали для очищення та дезінфекції грифів;

8) виступати в якості бар'єра (вставати у шеренгу перед помостом), якщо спортсмен впав, чи отримав травму, чи втратив свідомість, а також допомагати черговому лікарю, за необхідності;

9) очищати гриф штанги або змагальний поміст під час перерви за необхідності та (або) відповідно до вказівок технічного контролера під час змагань та після їх закінчення;

10) готувати подіум для проведення церемонії нагородження після закінчення змагань у ваговій категорії;

11) повертати диски штанги після завершення змагань до місця зберігання.

2. Обов'язками суддів-асистентів, які відповідальні за дезінфекцію устаткування є:

1) забезпечувати видалення крові та інших забруднень з платформи, грифу штанги за необхідності;

2) дотримуватися загальних запобіжних заходів шляхом захисту рук рукавичками під час виконання своїх обов'язків із дезінфекції устаткування.

13. Лікар змагань

Обов'язками лікаря змагань є:

участь в роботі мандатної комісії з метою перевірки правильності допуску спортсменів медичним закладом;

участь у технічній нараді представників, тренерів та суддів перед початком змагань;

здійснювати медичний нагляд за спортсменами під час зважування, а також визначення анатомічних вад, які заважають випрямити руки;

контролювати санітарно-гігієнічні умови місць змагань;

надавати спортсменам медичну допомогу у випадку травм або захворювань та вирішувати питання (з головним суддею або головою журі) щодо можливості продовження ними змагань. У разі якщо спортсмен неспроможний продовжувати змагання, підготувати медичний висновок щодо причин його усунення;

попереджати технічного контролера (старшого суддю) і голову журі, кому із спортсменів були накладені додаткові пластирі;

знайомитися з Правилами змагань та перед початком змагань проходити інструктаж у головного судді щодо своїх обов'язків;

готувати звіт про медичне обслуговування змагань після їх закінчення.

14. Комендант змагань

1. Обов'язками коменданта змагань є:

1) своєчасно підготувати спортивний інвентар та устаткування, місця змагань та розминки, харчування та відпочинку спортсменів, тренерів, суддів, розміщення працівників преси, тележурналістів та глядачів;

2) забезпечувати місця змагань достатньою кількістю магnezії та каніфолі;

3) підготувати таблички із назвами команд, флагштоки для підняття Державного Прапора України.

2. Комендант змагань підпорядковується головному судді та його заступнику з устаткування.

15. Інспектор змагань

1. Інспектор змагань призначається з метою надання практичної допомоги у проведенні змагань III – IV рангів і контролю якості роботи суддівської колегії змагань. Він призначається зі складу найбільш кваліфікованих суддів національної чи міжнародної категорій.

2. Кандидатури на інспектування змагань затверджуються Виконкомом ФВАУ та входять до складу суддівської колегії тих змагань, які вони інспектують.

16. Судді з нагородження

1. Старший суддя з нагородження має розподіляти обов'язки у складі групи нагородження.

2. Обов'язками суддів з нагородження є: одержувати та зберігати нагородні атрибути (призи, медалі, грамоти, дипломи) та готувати тексти для них.

VIII. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ

1. Жеребкування спортсменів

1. Жеребкування спортсменів усіх вагових категорій проводиться в день приїзду учасників змагань під час роботи мандатної комісії та завершується за 30 хв до початку технічної наради представників, тренерів і суддів.
2. Жеребкування проводить головний секретар змагань (або один з його помічників), який заздалегідь готує номери жеребкування (за кількістю учасників змагань).
3. У жеребкуванні беруть участь представники (тренери) команд, які витягають номери для кожного із спортсменів за чергою, яка наведена в заявці.
4. Якщо представник будь-якої команди не брав участі в жеребкуванні, ці номери витягає один з суддів (за рішенням головного секретаря).
5. Номер жеребкування визначає подальшу черговість спортсменів на процедурі зважування та запису в робочому протоколі змагань.
6. Порядок стартових номерів під час жеребкування спортсменів поширюється і на порядок отримання місць в залі розминки, куди спортсмени прибувають за 30 хв до початку змагань.
7. Порядкові номери жеребкування відповідають призначеним номерам на тренувальних помостах. У разі якщо кількість спортсменів на розминці більша, ніж кількість помостів, офіційні особи команди у співпраці з технічними працівниками змагань знаходять відповідне місце для спортсменів. Якщо співпраця не відбудеться, рішення приймає Головний спортивний суддя змагань за консультацією з головою журі даної категорії.

2. Зважування спортсменів

1. Зважування спортсменів кожної вагової категорії проводиться в порядку жеребкування за 2 години до початку змагань і триває годину.
2. Зважування спортсменів проводиться у спеціально відведеній кімнаті, в якій має бути відповідне обладнання та інформація:
 - ваги для зважування спортсменів;
 - список спортсменів даної вагової категорії, який розміщується біля входу у кімнату зважування;
 - картки зважування спортсменів;

стартові номери спортсменів та перепустки у зал розминки;

контрольні ваги та роздягальня розміщуються біля кімнати зважування.

3. Спортсмени зважуються у межах вагової категорії. Офіційні особи команди (тренер) мають право бути присутніми під час зважування.

4. Секретар за 15 хв до початку зважування оголошує або вивішує прізвища спортсменів для процедури зважування.

5. Спортсмени прибувають на зважування з документом, що засвідчує його особу.

6. Зважування проводять судді на помості та секретар. Центральний суддя за допомогою ваг визначає масу тіла спортсмена, яка записується секретарем до протоколу зважування тільки після того, як бокові судді підтвердять точність отриманої маси тіла при зважуванні.

7. Під час зважування спортсмена дозволяється присутність членів ГСК та лікаря, окрім суддів на помості та секретаря, одного представника або тренера команди, технічного контролера. У разі якщо представник команди є протилежної статі, він не має права заходити до кімнати зважування.

8. Спортсмени зважуються оголеними або у нижній білизні, а спортсменки – в купальниках, трико, бюстгальтерах і плавках у присутності суддів відповідної статі (окрім секретаря змагань).

9. Спортсменам не дозволяється ставати або сходити з ваги без дозволу старшого судді. Якщо вага спортсмена не відповідає межах конкретної вагової категорії, він може її змінити (зменшити або збільшити) за рахунок часу, відведеного на зважування.

10. У разі якщо спортсмен пропустив свою чергу на зважування або зважується повторно, він допускається на ваги останнім у черзі (у межах часу зважування).

11. У разі якщо зважування проводять спортсмени двох або більше вагових категорій, то першими зважуються атлети меншої категорії.

12. Після зважування спортсмени або їх тренери зобов'язані зробити замовлення початкових спроб у ривку та поштовху, які записуються до протоколу зважування. Тренер особисто записує стартові результати у картку замовлень та перезамовлень та підписує її.

13. У разі якщо спортсмен не пройшов зважування у ваговій категорії, в якій він заявлений у заявці, до змагань він не допускається.

14. Протокол зважування оприлюднюється після зважування усіх спортсменів.

3. Представлення спортсменів і суддів

1. Змагання у кожній ваговій категорії чи потоці починаються з процедури представлення спортсменів та суддів рівно через дві години після початку зважування.

2. Технічний контролер виводить спортсменів на представлення у порядку, який визначено жеребкуванням.

3. На процедуру представлення спортсмени виходять у спортивній формі.

4. Представлення учасників змагань проводить суддя-інформатор (за його відсутності - секретар).

5. Під час представлення спочатку оголошуються: прізвище та ім'я спортсменів, спортивна кваліфікація, команда (область, місто). Якщо необхідно додається інформація, що спортсмен змагається в особистому заліку або поза конкурсом.

6. У разі якщо спортсмени не вийшли на представлення, вони мусять пояснити журі причину своєї відсутності. Голова журі за консультацією з Головним суддею змагань визначає подальшу їх долю: або виносить попередження або приймає інше рішення.

7. Після представлення спортсменів суддя-хронометрист (або секретар) включає годинник із зворотним відліком часу - 10 хв. Виклик першого спортсмена на поміст здійснюється через 10 хв після закінчення процедури представлення.

8. Після представлення спортсменів секретар змагань представляє суддів у такій послідовності: трійка на помості, секретар змагань, суддя на картках, технічний контролер.

9. Після представлення судів оголошується склад журі змагань. Спочатку представляється керівник журі, а потім його члени.

4. Правила виконання змагальних вправ

1. Загальні правила виконання ривка та поштовху:

1) на всіх змаганнях спортсменам надається три спроби на кожну вправу двоеборства;

2) спробою є будь-яка (завершена або незавершена) рухова дія, під час якої штанга піднята вище рівня колінних суглобів;

3) під час виконання вправи спортсмен розташовується обличчям до центрального судді і тримає гриф штанги двома руками захватом зверху. Способи захвату та ширина хвату на грифі штанги правилами не регламентуються (вони можуть змінюватись під час виконання вправи);

4) вага штанги має бути кратною 1 кг;

5) під час виконання змагальної вправи лише спортсмен торкається штанги. Переміщати штангу на помості після виклику може тільки спортсмен або судді-асистенти на його прохання;

6) піднімання штанги догори у кожній вправі двоеборства закінчується положенням фіксації, коли вага утримується на випростаних догори руках, всі частини тіла і штанга нерухомі, ноги випростані і розміщуються на одній лінії, яка паралельна грифу штанги;

7) тривалість фіксації правилами не регламентується. Якщо вага зафіксована, судді миттєво подають команду повернути штангу на поміст. Штанга повертається на поміст перед спортсменом без кидка, кисті утримують гриф доти, поки він не перетне рівень плечових суглобів;

8) на змаганнях мінімальна вага, яка може бути встановлена на помості, становить: для чоловіків – 26 (двадцять шість) кг (20 кг гриф, замки і два диски по 0,5 кг); для жінок – 21 (двадцять один) кг (15 кг гриф, замки і два диски по 0,5 кг);

9) секретар змагань та судді на помості під час зважування спортсменів мають контролювати правильне застосування «правила 20/20 кг». Сума результатів початкових спроб у ривку та поштовху у чоловіків і жінок не може бути меншою 20 кг від суми двоеборства, що вказана у заявці:

приклад 1. Спортсменка замовила у фінальній заявці суму двоеборства 200 кг. Загальна сума перших спроб у ривку та поштовху не має бути меншою 180 кг (наприклад, 80 кг + 100 кг або будь-яку іншу комбінацію);

приклад 2. Спортсмен замовив у фінальній заявці суму двоеборства 255 кг. Загальна сума перших спроб у ривку та поштовху не має бути меншою 235 кг (наприклад, 95 кг + 140 кг; або 104 кг + 131кг або будь-яку іншу комбінацію);

10) у всіх випадках, коли спортсмен або посадова особа із команди відмовляється виконувати «правило 20/20 кг», за рішенням журі він може бути відсторонений від змагань;

11) суддя із бригади суддів негайно повідомляє спортсмена чи тренера команди, щоб вони зробили необхідну корекцію ваги штанги, якщо вона менша, ніж потрібно за правилом 20/20 кг. Секретар змагань або технічний контролер наказує

спортсмену чи тренеру, щоб перша спроба у поштовху була змінена для дотримання «правила 20/20 кг»;

12) дане правило нагадується на технічній нараді представників і суддів, як «правило "20/20 кг»;

2. Не більше трьох офіційних осіб (тренерів) мають право знаходитись на місці розминки або перед виходом спортсмена на поміст;

3. Правила виконання ривка:

1) ривок виконується в один прийом, штанга одним безперервним рухом піднімається над головою на випростані руки з використанням будь-якого присіду (або без нього);

2) після піднімання з присіду спортсмен фіксує вагу та чекає команди суддів на повертання штанги на поміст;

4. Правила виконання поштовху:

1) поштовх виконується в два прийоми: перший - піднімання штанги на груди одним безперервним рухом з використанням будь-якого способу присіду (або без нього), другий - піднімання штанги від грудей;

2) після підйому штанги на груди гриф має лежати на грудях вище молочних залоз і зігнутих руках. Дозволяється переміщати гриф штанги на грудях в інше положення, щоб запобігти затримці дихання або втраті свідомості;

3) перед виконанням поштовху спортсмен і штанга нерухомі. Носки ніг розміщуються на одній лінії і паралельні грифу штанги;

4) після піднімання штанги на груди та перед підніманням від грудей спортсмен має право змінювати спосіб захвату та ширину хвату;

5) під час вставання з присіду спортсмен має право використовувати пружні властивості м'язів ніг та за допомогою кількох присідів поспіль піднятися з вагою;

6) поштовх від грудей виконується за допомогою попереднього напівприсіду і подальшого випростання ніг з використанням будь-якого присіду. Вага виштовхується догори над головою одним безперервним рухом до повного випростання рук. Після переміщення ніг спортсмен приймає положення фіксації;

7) після сигналу суддів опустити штангу на поміст, спортсмен опускає її перед собою. Випускання грифу штанги з рук може відбуватися коли він пройшов рівень плечових суглобів;

8) перед початком виконання підйому від грудей спортсмен може змінити положення рук на грифі у таких випадках:

під час зміни способу захвату грифу (охоплення або розчеплення пальців рук);

якщо штанга заважає диханню;

якщо штанга спричиняє біль спортсмену;

якщо спортсмен змінює ширину хвату.

Така зміна захвату грифу штанги, що зазначена вище, не вважається додатковою спробою.

5. Помилки спортсменів у вправах

1. Під час виконання ривка та піднімання штанги на груди помилками спортсменів є:

- 1) будь-яке незавершене піднімання, під час якого гриф досягнув рівня колінних суглобів;
- 2) піднімання штанги з вису або у два (і більше) прийоми;
- 3) помітна зупинка в русі штанги догори;
- 4) доторкання помосту будь-якою частиною тіла спортсмена, крім ступнів ніг,
- 5) торкання штанги взуттям спортсмена;
- 6) вихід за межі помосту (навіть однією ногою), такої помилки спортсмен може припуститися і у поштовху;
- 7) доторкання колін або стегон ліктями чи передпліччями;
- 8) розміщення грифу на грудях перед обертанням ліктів рук;
- 9) піднімання ваги не почато у встановлений правилами час.

2. Під час піднімання штанги від грудей помилками є:

- 1) незавершена спроба поштовху, яка здійснюється за рахунок опускання тіла та згинання ніг у колінних суглобах;
- 2) утримання ваги на грудях, коли неповністю випростані ноги;
- 3) будь-яке навмисне коливання штанги перед поштовхом;
- 4) поштовх ваги більше одного разу.

3. У заключній фазі піднімання та в момент фіксації помилками є:

- 1) дотик грифа штанги до голови спортсмена;
- 2) неодноразове випростання рук;
- 3) дожимання ваги однією або двома руками;
- 4) згинання та розгинання рук у ліктьових суглобах після їх випростання;
- 5) передчасне опускання ваги вниз (не було фіксації);
- 6) утримання ваги вгорі на зігнутих руках;
- 7) розміщення носків ніг не на одній лінії;
- 8) розвертання тулуба у бік до лінії носків ніг, яка не є паралельною площині тулуба;
- 9) використання мастила, масла, води, тальку або іншої речовини на стегнах спортсмена заборонене. Спортсмен, який використовує заборонене мастило, мусить його видалити негайно у межах часу, відведеного на спробу.

4. Під час опускання штанги вниз після фіксації, помилками є:
 - 1) кидок штанги-зверху вниз (передчасне відпускання грифа руками);
 - 2) кидок штанги за голову;
 - 3) падіння або опускання штанги за межі помосту;
 - 4) вихід ногами за межі помосту.

5. У разі якщо під час виконання змагальних вправ спортсмен припуститься однієї з перелічених вище помилок, спроба оцінюється як незадовільна "Вага не піднята".

6. Черговість виклику та встановлення ваги штанги

1. Порядок виклику спортсменів на поміст визначається за чотирма правилами:
 - 1) першим на поміст викликається спортсмен, який замовив найменшу вагу (без урахування кількості використаних спроб);
 - 2) першим на поміст викликається той спортсмен, у кого загальна кількість спроб менша;
 - 3) якщо загальна кількість спроб однакова, першим до штанги викликається спортсмен, у якого було більше часу на відпочинок;
 - 4) якщо вага штанги в будь-якій вправі у двох або більше спортсменів однакова, то першим на поміст викликається той спортсмен, номер жереба якого менший.

2. Початкова вага у кожній вправі встановлюється згідно з мінімальним замовленням будь-якого спортсмена мінімальною кількістю дисків у такому порядку з одного боку: один диск - 25 кг, один диск - 20 кг, один диск - 15 кг і так далі плюс обов'язково замок. Маленькі диски (вагою 2,0; 1,5; 1,0; 0,5 кг) дозволяється встановлювати після замка.

3. На змаганнях V – VI рангу під диски малого діаметру можна додатково встановлювати підставки.

4. Під час змагань спортсмен і тренер дотримуються правила збільшення ваги штанги (не менше, ніж на 1,0 кг після будь-якої спроби). Вони мають бути готовими зробити спробу на вагу, яку вони замовили.

5. На змаганнях після кожної успішної спроби вступає правило «автоматичного» додавання наступної ваги. Якщо іншого замовлення від тренера чи спортсмена не надійшло, то у другій (третій) спробі вага штанги автоматично збільшується на 1,0 кг, а після невдалої спроби - залишається такою ж.

6. Зменшення ваги штанги після виклику спортсмена на поміст не допускається, за винятком, коли з боку суддів була допущена помилка у встановленні більшої ваги, ніж та, що замовлена спортсменом.

7. Після виконання спортсменом першої спроби тренер зобов'язаний записати в картку замовлень наступну вагу, яка перевищує попередню мінімум на 1,0 кг.

8. У разі якщо після вдалої або невдалої спроби до ваги більше ніхто не викликається, а спортсмен, який піднімав штангу, бажає підняти цю або іншу вагу, замовлення наступної ваги робиться протягом перших 30 с. після оголошення секретарем оцінки спроби, яка відбулася.

9. Перезамовленням вважається будь-яка зміна попередньо замовленої ваги наступної спроби, яка здійснюється як до виклику спортсмена на поміст, так і після нього (протягом перших 30 с контрольного часу), але не більше як двічі в одній спробі. Автоматичне додавання ваги перезамовленням не вважається.

10. У разі якщо після виклику на поміст спортсмен пропускає раніше замовлену вагу, він одночасно замовляє іншу. Якщо такого замовлення не було, то до ваги автоматично додається – 1,0 кг.

11. Замовлення або перезамовлення ваги на змаганнях здійснюється протягом перших 30 с відведеного часу для спортсмена тренером записом у карточку спортсмена і обов'язково у письмовій формі.

12. Перезамовлення ваги тренером або спортсменом (без автоматичного замовлення) здійснюється не більше двох разів у кожній спробі.

13. На змаганнях III – IV рангу після виклику спортсмена на поміст до початку другої половини контрольного часу (30 с) тренер має право замовити вагу безпосередньо через помічника секретаря змагань, а потім передати цю інформацію секретарю на дубль-протоколі.

14. Після виклику спортсмена на поміст йому для виконання спроби надається 1 хв часу. Після тридцяти 30 с часу звучить попереджувальний сигнал.

15. У разі якщо спортсмен викликається на поміст удруге або втретє поспіль, йому надається 2 хв часу. За 30 с до закінчення відведеного часу звучить попереджувальний сигнал. У разі якщо спортсмен у межах часу не підняв замовлену вагу, судді на помості натискають червону кнопку "Вага не піднята".

16. Перед виконанням першої (другої, третьої) спроби тренер або спортсмен повинен у карточці спортсмена написати замовлену вагу штанги.

17. У разі якщо тренер команди або спортсмен не зробили відповідного запису у картці спортсмена на наступну вагу протягом 30 с, його буде визвано згідно з автоматичною надбавкою в 1 кг.

18. У разі якщо спортсмен має 2 хв на підготовку до другої (третьої) спроби, він має протягом перших 30 с відведеного часу замовити вагу на наступні спроби, навіть якщо вона є автоматичною надбавкою. Невиконання цієї вимоги позбавляє спортсмена можливості робити ще два перезамовлення протягом 1 хв часу, але не пізніше, ніж за 30 с до "контрольного часу". У цьому випадку годинник зупиняється, а після зміни ваги відлік часу продовжується.

19. Спортсмену надається 1хв часу, якщо він викликаний на поміст другий, третій раз поспіль, але у наступній спробі змінив вагу на більшу.

20. У разі якщо після перезамовлення ваги до штанги підходить той самий спортсмен, секундомір вмикається на продовження часу, а коли інший – то першому атлету надається додаткова хвилина часу.

21. У разі якщо спортсмен або тренер хоче відмовитись від наступної спроби у ривку чи поштовху, він зобов'язаний це записати у картці спортсмена.

Після підписання картки спортсменом, він спортсмен не продовжує брати участь у цих змаганнях.

22. Спортсмени мають право отримати додаткову залікову спробу замість невдалої. У цьому випадку секретар змагань робить пояснювальне оголошення.

23. У разі якщо спортсмен з дозволу суддів отримав право на додаткову спробу (замість помилкової), то він викликається на поміст одразу ж, як тільки ця помилка була встановлена, тобто до виходу на поміст чергового спортсмена.

24. Спортсмену не дозволяється виходити на поміст без оголошення секретарем його прізвища, та поки таймер не почне відлік часу з 1,0 хв (або 2 хв) у зворотному напрямку.

25. Секундомір вмикається в момент оголошення секретарем прізвища спортсмена і вимикається тоді, коли гриф штанги досягнув рівня колінних суглобів.

26. У випадку якщо гриф штанги не досягнув рівня колінних суглобів спортсмена і вага повернена на поміст, він (вона) у межах часу, що залишився, має право знову спробувати виконати цю вправу.

27. У разі якщо спортсмен із запізненням розпочав виконувати вправу (час вийшов), спроба вважається використаною. Судді зобов'язані подати сигнал «спроба невдала».

28. Секундомір зупиняється і його показники анулюються, якщо після виклику спортсмена виявиться, що зіпсувалася штанга або поміст. У цьому випадку з дозволу журі учасник має право залишити поміст і чекати повторного виклику.

29. Секундомір зупиняється, але його показники зберігаються у таких випадках:

- 1) якщо на прохання спортсмена або за вказівкою технічного контролера судді-асистенти переміщують штангу на помісті;
- 2) на час перевірки суддями на помісті костюма спортсмена або у випадку перезамовлення ваги.

30. Якщо перевірка встановить порушення у костюмі чи екіпіровці спортсмена, то він усуває недолік за рахунок часу, який залишився. Якщо порушення не знайдене - показник секундоміра анулюється і йому надається додатково 2 хв часу.

7. Оцінка змагальних вправ суддями

1. Столи суддівської трійки розміщуються перед змагальним помостом на однаковій відстані один від одного. На столі кожного судді знаходиться суддівський пульт.

2. Під час змагань кожен з суддів на помісті незалежно оцінює правильність виконання вправи з моменту прийняття спортсменом стартового положення до моменту фіксації та повернення штанги на поміст.

3. Після закінчення вправи (дотик дисками помосту) кожен із суддів за допомогою суддівської сигналізації або прапорця відповідного кольору виносить своє рішення.

4. У разі використання електронної сигналізації суддя визначає момент фіксації за допомогою світлового та звукового сигналів «Опустити!», який він подає натисканням відповідної кнопки на суддівському пульті.

5. У разі використання спрощеної суддівської сигналізації або її відсутності сигнал на повернення штанги на поміст подає центральний суддя за допомогою одночасного руху руки (зверху-вниз) і команди голосом «Опустити!».

6. Якщо вправа виконана вірно, судді на помісті натискають білу кнопку (піднімають білий прапорець), а якщо з помилкою - червону (червоний прапорець).

7. Після звукового та світлового сигналу «Опустити!» та перед вмиканням

електронної сигналізації у суддів є 3 с для зміни свого рішення. Якщо після фіксації спортсмен кидає штангу на поміст, то судді натискають червону кнопку. У разі неспроможності судді змінити колір світла, він має підняти червоний прапорець.

8. Якщо під час виконання вправи суддя вважає, що спортсмен допустився помилки, він натискає червону кнопку. Під час суддівства на апаратурі спрощеної конструкції суддя в разі помилки спортсмена піднімає вгору руку. У випадку якщо руки піднімуть два судді (один з них може бути центральним) старший суддя на помості подає команду «Опустити!» і судді натискають червоні кнопки.

9. У разі якщо спортсмен не виконав вправу у відведений правилами час, після відповідного оголошення секретаря, судді вмикають червоне світло (або піднімають червоні прапорці).

10. Судді на помості контролюють вагу штанги після кожної її зміни. Центральний суддя відповідає за точність встановлення ваги з обох боків, а бокові судді - кожен зі свого.

11. Після встановлення наступної ваги та залишення помосту судьями-асистентами, секретар змагань оголошує : «Вага встановлена!»

12. Судді на помості зобов'язані контролювати форму костюму спортсменів і наявність змащення ділянок тіла під час їх виходу на поміст, якщо технічний контролер припустився помилки і дозволив спортсмену вийти на поміст. За наявності порушення у костюмі суддя піднімає вгору руку. У разі якщо піднятих рук дві, центральний рефері запрошує спортсмена підійти до нього (час на секундомірі зупиняється). Два бокових судді також підходять до центрального і оглядають костюм спортсмена. Рішення щодо порушення або його відсутності приймається більшістю голосів. Після огляду костюму центральний рефері подає повторний сигнал судді-хронометристу на продовження часу секундоміра за наявності порушення або піднімає руку догори – у разі його відсутності (в останньому випадку спортсмену надається додаткова хвилина часу).

13. Під час змагань на вимогу членів журі і виклику їх до столу журі кожен із суддів на помості зобов'язаний пояснити своє рішення відносно оцінки вправи конкретного спортсмена.

14. Під час суддівства на помості судьям забороняється вести розмови або записи, які не стосуються суддівства.

15. Під час процедури нагородження судді на помості залишаються на своїх місцях до її закінчення.

16. Після закінчення процедури нагородження у ваговій категорії судді на помості підписують протоколи змагань та витяги з них.

8. Помилки суддів змагань

1. У разі якщо під час виконання вправи спортсмен припустився будь-якої помилки, а судді оцінили спробу «Вага піднята!», дії суддів вважаються помилковими.

2. Помилками суддів є:

- 1) невірно встановлена вага штанги;
- 2) запізніле вмикання або не вмикання червоного світла (піднімання руки) за будь-якої помилки спортсмена;
- 3) передчасне або запізніле вмикання сигналізації у момент фіксації ваги штанги;
- 4) запізніле вмикання сигналу або піднімання прапорця, під час оцінки спроби;
- 5) допущення спортсмена до виконання вправи з порушенням форми одягу;
- 6) вмикання червоного світла, піднімання червоного прапорця у разі відсутності у спортсмена помилки.

3. Помилками секретаря змагань можуть бути:

- 1) порушення черговості виклику спортсменів до помосту;
- 2) передчасне збільшення ваги штанги;
- 3) помилкове оголошення ваги штанги;
- 4) невірний порядок оголошення під час виклику спортсмена на поміст.

XI. СПОРТИВНІ РЕКОРДИ

1. Умови реєстрації рекордів

1. Спортивні рекорди вносяться до Реєстру спортивних рекордів, визнаних в Україні видів спорту, відповідно до Порядку ведення Реєстру спортивних рекордів з визнаних в Україні видів спорту затвердженого наказом Міністерства молоді та спорту України від 18 грудня 2013 р. № 1276, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 10 січня 2014 р. за №13/24790.

2. На змаганнях з важкої атлетики реєструються рекорди у кожній ваговій категорії, окремих вправах (ривку і поштовху) і сумі двоєборства серед спортсменів різних вікових груп та статі (чоловіків та жінок).

3. Рекорди у ривку і поштовху та сумі двоєборства зараховуються, якщо вони перевищують попередній рекорд не менше, ніж на 1,0 кг.

4. Якщо кілька спортсменів піднімуть рекордну вагу (в окремій вправі або сумі двоєборства), новий рекорд зараховується тому, хто встановив його першим.

5. Спортсменам дозволяється встановлювати рекордні досягнення, які відповідають рангу змагань або меншого рівня. Наприклад: на чемпіонаті області дозволяється встановлювати рекордні досягнення цієї області, а також водночас рекордні досягнення району, міста.

6. Якщо спортсмен під час змагань підніме помилково встановлену вагу, яка є вищою за наявний рекорд, це досягнення зараховується йому як новий рекорд.

7. У разі встановлення рекордну в окремій вправі або сумі двоєборства всі дані про вагу штанги, спортсмена, вагову категорію, ранг рекорду, заносяться до протоколу змагань окремим рядком і в окремому місці.

X. ІНВЕНТАР ТА УСТАТКУВАННЯ

1. Місце проведення змагань

1. Змагання з важкої атлетики проводяться у приміщеннях, які обладнані вентиляцією, освітленням, опалюванням (у зимовий період) і забезпечені інвентарем та устаткуванням згідно з вимогами цих Правил змагань. Місце проведення змагань :

- 1) змагальний поміст;
- 2) технічна зона для посадових осіб та інформаційне табло змагань;
- 3) зона розміщення учасників змагань.

2. Зона для офіційних осіб та представників має повинна бути огороженою від глядачів.

3. Розміщення всіх технічних працівників, апаратури та обладнання для керування: табло, столи та стільці є постійними і не змінюється протягом всіх днів змагань.

4. Столи журі мають бути розташовані в такому місці, щоб видно було поміст на відстані максимально 10 метрів від центру, збоку від бокових суддів і знаходитись на іншому боці від виходу спортсменів до змагального помосту.

5. На столі журі розміщуються: блок суддівської апаратури для контролю за роботою суддів на помості, блок індикації оцінок рішення журі, пристрій для виклику суддів до столу журі, мікрофон, 2 (два) прапорці (білого та червоного кольорів).

6. На столах суддів на помості розміщуються: суддівський пульта, прапорці білого та червоного кольорів.

7. На столі секретаря на змаганнях розміщуються звукові та світлові пристрої для подачі сигналів початку і закінчення контрольного часу, а також його частин.

8. Розміщення суддів біля помосту:

1) центральний суддя повинен розміщуватись на відстані 4 м від центру змагального помосту;

2) бокові судді повинні розміщуватись на такій же лінії паралельно з центральним суддею на відстані 3-4 м від центрального судді;

3) резервний суддя розташовується у спеціально відведеному місці у змагальній зоні.

9. Стіл і стілець чергового лікаря розташовуються біля місця виходу спортсменів до змагального помосту.

10. Місця для осіб, які керують інформаційними табло змагань (столи та стільці у відповідній кількості), повинні бути розміщені зі сторони, з якої виходять спортсмени на поміст.

11. Судді-асистенти мають певну територію розміщення зі стільцями на протилежному боці від виходу спортсменів на поміст.

2. Місце розминки

1. Місце розминки спортсменів має бути обладнане:

1) відповідною кількістю пронумерованих розминочних помостів. Нумерацію помостів проводить секретар змагань наприкінці зважування відповідно до стартових номерів спортсменів;

2) штангами, магnezією, каніфоллю і т.п. залежно від кількості атлетів, які змагаються в даній категорії;

3) гучномовцями, що з'єднані з аудіо системою спікера;

4) табло реального часу;

5) табло-протоколом змагань;

6) таймером;

7) монітором із відео трансляцією змагань;

8) столами для суддів на картках і чергового лікаря;

9) водою;

10) льодом, що використовується при лікуванні травм.

2. Під час проведення змагань передбачаються такі додаткові приміщення:

1) кімната антидопінгового контролю;

2) душова кімната;

- 3) кімнати відпочинку спортсменів;
- 4) кімната секретаріату;
 - 5) медичний кабінет;
 - 6) сауна;
- 7) кімната для відпочинку суддів;
- 8) кімната з вагами для зважування спортсменів і кімната з вагами для попереднього зважування.

3. Поміст

1. На змаганнях з важкої атлетики використовуються два типи помостів: змагальний і помости для розминки.

2. Змагання з важкої атлетики проводяться на помості квадратної форми з рівною поверхнею: розміри боків – 4 м. Поміст виготовляється з деревини або іншого матеріалу, який не має сприяти ковзанню взуття спортсменів на його поверхні.

3. Висота помосту від рівня підлоги може бути у межах від 50 до 150 мм. На поверхні помосту (у периметрі) наноситься смуга чорною фарбою шириною до 50 мм. Дозволяється врізати в поміст на рівні його товщини два прямокутники з гуми з мінімальною відстанню між ними в 1 метр.

4. Якщо поміст розміщено вище поверхні підлоги, він має бути добре закріпленим та мати перед собою на відстані приблизно 1 метру граничну перешкоду у випадку кидання штанги спортсменами за його межі.

5. За межами помосту має бути вільна зона розміром 100 см. Ця зона повинна бути рівною і вільною від будь-яких предметів, включаючи диски.

6. Помости для розминки мають бути таких розмірів: до 300 см у ширину та 250 – 300 см у довжину.

7. Дезінфікуючі засоби для очищення грифу (антисептики, дротяні щітки, ганчірки, рукавички та інші миючі засоби) повинні бути надані суддям-асистентам змагань та акуратно зберігатися поруч з помостом.

8. Магnezія і каніфоль мають зберігатися біля подіуму.

4. Штанга

1. Змагання на території України проводяться на штангах, що дозволені для використання ФВАУ.

2. Штанга складається з грифа (чоловічий і жіночий), замків і повного комплекту дисків, які передбачені правилами змагань. На всіх дисках мають бути зображені чіткі цифри їх ваги.

3. Грифи штанги (чоловічий і жіночий, змагальний та тренувальний) мають відповідати таким вимогам:

- 1) вага грифу для чоловіків становить 20 кг;
- 2) вага грифу для жінок становить 15 кг.

4. На гриф спочатку одягаються найбільші та найважчі диски, а потім усі інші в порядку зменшення їх ваги та розміру.

5. Диски відповідають таким вимогам: 25 кг – червоного; 20 кг – синього; 15 кг – жовтого; 10 кг – зеленого; 5 кг – білого; 2,5 кг – червоного; 2 кг – синього;

1,5 кг – жовтого; 1 кг – зеленого; 0,5 кг – білого кольорів. Перелічені диски можуть використовуватись як у змаганнях, так і під час розминки.

6. З метою закріплення дисків на грифі штанги (чоловічий або жіночий) використовуються два замки на кожному грифі вагою по 2,5 кг.

7. Відповідна кількість комплектів чоловічих і жіночих штанг і додаткових дисків повинно передбачатися для кожного змагання.

5. Ваги

Змагання усіх рангів забезпечуються точними електронними вагами (не менше двох), які дозволяють проводити зважування спортсменів. За можливості вагами також забезпечуються місця проживання спортсменів (у кожному готелі розміщуються окремі ваги).

6. Суддівська апаратура

1. На змаганнях використовується суддівська апаратура, за допомогою якої судді виносять рішення щодо підйомів штанги.

2. Світлова апаратура складається з пульта управління (кнопки білого та червоного кольору) для кожного з 3-х суддів і панелі управління для журі.

3. Кожен із суддів після фіксації спортсменом ваги штанги повинен дати сигнал «Опустити!», натиснувши білу кнопку для «Вдалий підйом» або червону кнопку для «Невдалий підйом».

4. Якщо 2 судді прийняли ідентичні рішення (візуальні і звукові команди «Опустити!»), сигнал передається спортсмену на опускання штанги на поміст.

5. Через 3 с після натискання всіма суддями кнопок на пульті, повинні вмикатися блоки висвітлення оцінки вправи спортсмена.

6. Після візуального і звукового сигналу «Опустити!», судді мають право протягом 3-х с переглянути своє рішення.

7. Коли пролунав звуковий сигнал «Опустити!», а світлова апаратура не вмикається і спортсмен тримає штангу вгорі, центральний суддя має подати голосом команду "Вниз!" і виконати мах рукою "зверху-вниз", сигналізуючи, що можна опустити штангу на поміст.

8. До суддівської апаратури також належать блок дублювання суддівських оцінок, який розміщується в залі розминки та блок управління журі, що розташований на столі журі. Кожен член журі має пристрій з червоною і білою кнопками.

9. Змагання можуть проводитись з використанням апаратури спрощеної конструкції, а за її відсутності - з прапорцями білого та червоного кольорів.

7. Система зв'язку

На змаганнях має функціонувати зв'язок між членами журі, "маршалом" змагань (суддею на картках), секретарем змагань та суддею на дубль-протоколі.

8. Секундомір

1. Змагання забезпечуються електронним секундоміром (таймером), що працює на зменшення відліку часу, та автоматично подає звуковий сигнал з моменту початку виклику атлета та до закінчення другої частини контрольного часу.

2. Запасний таймер з подібним відліком часу розміщується в залі розминки.

3. На змаганнях за відсутності електронного секундоміра у розпорядженні ГСК мають бути ручні секундоміри (не менше 2-х), а також пристрій для подачі суддею-хронометристом звукових сигналів у необхідні проміжки часу.

9. Інформаційне табло

На інформаційному табло відображаються така інформація:

прізвище та ім'я спортсмена;
 вага штанги;
 номер спроби;
 стартовий номер спортсмена;
 рішення суддів щодо спроби, якщо це передбачено;
 час, який використано на спробу, якщо це передбачено.

10. Табло-протокол

1. Табло-протокол встановлюються на видному місці у змагальному залі, щоб відображати результати змагальної боротьби спортсменів у конкретній ваговій категорії.

2. На табло міститься така інформація про всіх спортсменів у ваговій категорії або потоці:

стартовий номер спортсмена;
 прізвище та ім'я кожного спортсмена;
 дата його народження;
 його вага тіла;
 організація, яку він представляє;
 результати 3-х спроб у ривку;
 результати 3-х спроб у поштовху;
 результат у сумі двоєборства;
 місце, яке посів у кожній вправі та сумі двоєборства.

3. Успішні і невдалі спроби позначаються по-різному (або закреслено або різним кольором).

4. Табло-протокол вміщує інформацію про наявні рекорди спортсменів у кожній вправі та сумі двоєборства. Інформація про новий рекорд оновлюється одразу після його встановлення.

5. Відеоекран розміщується у змагальній зоні і надає можливість транслювати хід змагань на помості та у залі розминки.

11. Інший інвентар та обладнання

1. У приміщенні для розминки встановлюється необхідна кількість помостів зі штангами.

2. На змаганнях у приміщенні для розминки розміщується щит для закріплення на ньому дубль - протоколу.

3. Для відпочинку спортсменів готуються кімнати з відповідним обладнанням: розкладачками або матами, виходячи з кількості спортсменів у вагових категоріях.

4. У разі проведення допінг-контролю на місці змагань виділяють окрему кімнату з відповідним устаткуванням.

У кімнаті повинно бути передбачене місце для очікування, місце для здавання проби, холодильник та туалет.

XI. ВИЗНАЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗМАГАНЬ ТА НАГОРОДЖЕННЯ СПОРТСМЕНІВ І ТРЕНЕРІВ

1. Визначення особистих результатів

1. На змаганнях титул чемпіона та призерів присуджується за особисті результати у ривку, поштовху та сумі двоєборства у кожній ваговій категорії.

2. Спортсмени, які посідають перше, друге і третє місця у сумі двоєборства нагороджуються золотою, срібною та бронзовою медаллю відповідно.

3. Підведення підсумків змагань в окремих вправах - у ривку чи поштовху проводиться за такими правилами:

- 1) вище місце отримує спортсмен, який показав кращий результат у вправі;
- 2) якщо два або три спортсмена показали однаковий результат у вправі, вище місце отримує той спортсмен, який показав цей результат першим;

4. Підбиття підсумків змагань у сумі двоєборства (ривок + поштовх) проводиться за такими правилами:

- 1) вище місце отримує спортсмен, який показав кращий результат у сумі двоєборства;
- 2) якщо два або три спортсмена показали однаковий результат у сумі двоєборства, вище місце отримує той спортсмен, який показав цю суму першим.

2. Визначення командних результатів

1. На змаганнях місце конкретної команди визначається за досягненнями усіх залікових учасників згідно з системою заліку, яка передбачена Регламентом змагань:

- 1) за найменшою (або найбільшою) сумою особистих місць усіх учасників команди;
- 2) за найвищою сумою балів усіх залікових учасників команди.

2. Якщо спортсмен отримав нульову оцінку в ривку, він допускається до змагань у поштовху й може отримати бали за командний залік відповідно місця, яке посів у поштовху. Якщо він отримав нульову оцінку у поштовху, бали за командний залік він може отримати за місце, яке посів у ривку.

3. На змаганнях, де медалі розігруються тільки у сумі двоеборства, спортсмен, який отримав нульову оцінку в одній із вправ, не допускається до подальшої боротьби у змаганнях.

4. На змаганнях згідно Регламенту може передбачатися нарахування додаткових балів до командних результатів, а саме: входження до трійки призерів або встановлення рекорду або виконання нормативу Майстра спорту України.

5. Якщо сума місць (балів, очок) у двох або більше команд є однаковою, то вище місце отримає команда, у якої буде вища сума особистих місць, або вища сума кілограмів залікових учасників команди. Якщо перераховані вище показники виявляться однаковими у двох (або більше) команд, вони отримують однакові місця, на які вони претендують, а наступна команда отримає місце через одне (два) тощо.

6. До підсумкових результатів команд не входять досягнення спортсменів, які змагалися в особистому заліку або поза конкурсом.

3. Нагородження учасників змагань

1. На змаганнях усіх рангів після закінчення змагань у ваговій категорії проходить процедура нагородження спортсменів, які стали призерами. Спочатку нагороджуються атлети, які стали призерами змагань у сумі двоеборства. Починають нагороджувати з атлета, який посів у змаганнях третє місце, потім – друге і наостанок – перше. Потім у такій же послідовності нагороджуються атлети - призери змагань у ривку та поштовху.

2. Після нагородження спортсменів за досягнення у сумі двоеборства атлети сходять з п'єдесталу та чекають оголошення на вихід на подіум за досягнення у ривку, така сама процедура проходить і під час нагородження у поштовху.

3. Вихід спортсменів на процедуру нагородження та зворотно проводиться під музичний супровід.

4. Під час нагородження призерам змагань забороняється користуватися будь-якими електронними пристроями для зйомок цієї процедури.

5. Учасники церемонії нагородження не повинні використовувати її в політичних, расових або релігійних демонстраціях.

6. Після закінчення процедури нагородження призерів особистих змагань проводиться процедура нагородження команд, які посіли відповідні місця на змаганнях. Згідно з Регламентом змагань можуть нагороджуватись тренери, які підготували переможців змагань.

7. Спортсмени можуть нагороджуватися медалями, дипломами, грамотами та іншими нагородами, якщо це передбачене Регламентом змагань.

8. У разі нагородження трьох кращих команд на процедуру нагородження виходять не менше ніж, по 3 спортсмени від кожної команди.

9. Нагородження спортсменів та команд проводить представник організації, яка організовує змагання, ГСК або особи за її дорученням.

Директор департаменту
олімпійського спорту

Р. ВІРАСТЮК

Додаток 1
до Правил спортивних
змагань з важкої атлетики
(пункт 1, глава 2, розділу II)

Заявка

На участь _____

Від _____

№	П.І по Б. атлета	Рік народ- ження	Спорт. звання	Вагова категорія	ФСТ	Місце прожив.	Кращий результат	Пріз- вище тренерів	Дозвіл лікаря

М.П.

Голова спортивної організації _____

Тренер-представник _____

Допущено до змагань _____ Лікар _____

Не допущено до змагань _____

Голова мандатної комісії _____

Додаток 2
до Правил спортивних
змагань з важкої атлетики
(пункт 2, глава 3, розділу II)

Протокол зважування

Назва змагань _____

Дата і місце проведення _____

Вагова категорія _____

Номер		П.І. по Б (повністю)	Рік народ.	Роз- ряд	Особ. вага	Коман- да	Початкова вага		Тренери
За жере- бом	По порядку						у ривку	у поштовху	

Секретар _____ (_____) м. _____ Катег. _____

Центральний суддя _____ (_____) м. _____ Катег. _____

1-й боковий суддя _____ (_____) м. _____ Катег. _____

2-й боковий суддя _____ (_____) м. _____ Катег. _____

Додаток 3
до Правил спортивних
змагань з важкої атлетики
(пункт 1, глава 4, розділу II)

ПРОТОКОЛ ЗМАГАНЬ

Розрядні нормативи

Рекорди	Ривок	Поштовх	Сума двоборства

Рекорди	Вагові категорії		

Назва змагань _____
Місце проведення _____
Дата проведення _____
Вагова категорія _____

№	П.І.	Команда	Ривок				Поштовх				Результат			Особиста вага	Місце		Бали	Розряд		Рік народження	Тренери П.І.по Б	
			1	2	3	4	1	2	3	4	Ривок	Поштовх	Сума		Особисте	Командне		Був	Виконано			
1.																						
2.																						
3.																						

Голова журі: _____ (_____) м. _____ Категорія _____
 Центральний суддя _____ (_____) м. _____ Категорія _____
 1-й бок. суддя _____ (_____) м. _____ Категорія _____
 2-й бок. суддя _____ (_____) м. _____ Категорія _____
 Секретар _____ (_____) м. _____ Категорія _____
 Технічний контролер _____ (_____) м. _____ Категорія _____

Додаток 4
до Правил спортивних
змагань з важкої атлетики
(пункт 3, глава 4, розділу II)

Підсумковий протокол змагань _____ серед _____
(назва змагань) (вікова група або стать)
« ____ » _____ 201__ р. м. _____

Місце	Прізвище, Ім'я (повністю)	Рік народ- ження	Розряд	Команда	Особиста вага	Результат			Виконаний розряд	Бали	Тренер
						Ривок	Поштовх	Сума дво- борства			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Вагова категорія 61 кг

1.	Петренко Сергій	1972	МС	Україна Львів «Динамо»	55,50	100,0 105,0 107,0х	130,0 135,0 137,0х	240.0	мс	100	Василів І.П. Ігнатенко П.В,
2.											
3.											

Журі: Давиденко В.Г. Київ МК
Романенко П.І Львів МК
Тараненко В.П. Одеса МК
Павлов В.В. Донецьк НК
Довженко І.М. Чернігів НК

Технічний інспектор
Центральний суддя
Боковий суддя
Боковий суддя
Секретар

Комаров Г.П.
Орел П.Л.
Бурячок В.С.
Семенов К.Г.
Савон О.О.

Харків НК
Луцьк МК
Луганськ НК
Ужгород НК
Бердянськ

ЗМІСТ	
ПРАВИЛ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ З ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ	1
I. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ	1
II. ВИДИ ЗМАГАНЬ	3
III. ЗАСІДАННЯ МАНДАТНОЇ КОМІСІЇ	3
IV. Регламент про змагання та документи змагань	4
1. Регламент змагань	4
2. Офіційні документи змагань	5
3. Стартовий протокол, протокол зважування та картка замовлень	6
4. Протоколи змагань	8
V. УЧАСНИКИ ЗМАГАНЬ	8
1. Вікові групи спортсменів	8
2. Вагові категорії спортсменів	9
3. Костюм та екіпіровка спортсменів	10
4. Спортивний костюм	11
5. Спортивне взуття	12
6. Ремінь, наколінники, напульсники та рукавички	12
7. Пов'язки, бандажі, бинти та лейкопластирі	13
VI. ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ СПОРТСМЕНІВ ТА ТРЕНЕРІВ КОМАНД	14
2. Представники та тренери команд	15
VII. СІДДІВСЬКА КОЛЕГІЯ ЗМАГАНЬ	17
1. Судді змагань	17
2. Головний суддя та його заступники	19
3. Головний секретар та його заступники	20
4. Журі змагань	22
5. Технічний контролер	23
6. Судді на помості	24
7. Секретар змагань	25
8. Суддя-інформатор	26
9. Суддя-хрономерист	27
10. Суддя на карточках («маршал»)	27
11. Секретар на дубль-протоколі	27
12. Судді-асистенти	28
13. Лікар змагань	29
14. Комендант змагань	30
15. Інспектор змагань	30
16. Інші посади суддівської колегії	30

	31
VIII. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ	
1. Жеребкування спортсменів	31
2. Зважування спортсменів	31
3. Представлення спортсменів і суддів	33
4. Правила виконання змагальних вправ	34
5. Помилки спортсменів у вправах	36
6. Встановлення ваги та черговість виклику	38
7. Оцінка змагальних вправ суддями	41
8. Помилки судів змагань	43
IX. СПОРТИВНІ РЕКОРДИ	44
1. Умови реєстрації рекордів	44
X. ІНВЕНТАР ТА УСТАТКУВАННЯ	45
1. Місце проведення змагань	45
2. Місце розминки	46
3. Поміст	47
4. Штанга	48
5. Ваги	48
6. Суддівська апаратура	49
7. Система зв'язку	49
8. Секундомір	49
9. Інформаційне табло	50
10. Табло-протокол	50
11. Інший інвентар та обладнання	51
IX. ВИЗНАЧЕННЯ ТА НАГОРОДЖЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІ ЗМАГАНЬ	52
1. Визначення особистих результатів	
2. Визначення командних результатів	52
3. Нагородження учасників змагань	53
ДОДАТКИ	58
ЗМІСТ	60