П О Л О Ж Е Н И Е  
о проведении Кубка г.Пскова  
по армлифтингу тяга штанги с утолщённым грифом – (аналог Apollon Axel), тяга ручки ROLLING THUNDER

**Цели и задачи**  
- популяризация и дальнейшее развитие в Пскове армлифтинга  
- повышение уровня спортивного мастерства;  
- выявление сильнейших спортсменов  
- подготовка и формирование команды г.Пскова для участия в чемпионате СЗФО по армлифтингу  
  
**Организаторы соревнований:**  
Федерация армспорта Псковской области

**Время и место проведения**  
Соревнования проводятся 21 ноября 2015 г. по адресу: г.Псков, ул. Рокоссовского 16, ТЦ Сфера, клуб С-фитнес  
Регистрация и взвешивание участников: c 10.30, начало соревнований: с 12.00.  
При регистрации участники предъявляют удостоверение личности и оплачивают стартовый взнос 100р за участие в одной дисциплине или 150 р за две. Взносы расходуется на организацию турнира.  
  
**Регламент и условия проведения соревнований:**  
10:30-11:30-Регистрация и взвешивание участников  
12:00 начало соревнований  
  
1. Тяга штанги с утолщённым грифом (аналог Apollon Axel). Количество попыток не ограничено. Участники заказывают стартовый вес и могут пропускать следующее повышение веса, однако понижать вес в следующей попытке нельзя.  
2. Тяга ручки ROLLING THUNDER  
  
**Участники соревнований:**  
В соревнованиях участвуют спортсмены Пскова и иногородние участники в следующих категориях:  
Юниоры 1994г. р. и младше: до 80 кг, свыше 80 кг.  
Мужчины 1993 г.р. и старше: до 80 кг, до 90 кг, до 100 кг, свыше 100 кг;  
Женщины: до 60 кг, свыше 60 кг.  
В случае если в категории оказывается менее 3 участников, категории объединяются с соседними.  
  
**Подведение итогов и награждение**  
Призеры в каждой категории по каждой дисциплине награждаются медалями и грамотами   
**Заявки**  
Предварительные заявки на участие в соревнованиях с указанием количества участников подаются на эл.адрес [armpskov@yandex.ru](https://vk.com/write?email=armpskov@yandex.ru), по номеру 89062226021, или в Контакте <https://vk.com/id3920946>  
  
Данное положение является официальным приглашением на турнир.  
  
Добро пожаловать!