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!