**תקנון**

טורניר ספרטה 2023 בפאוורליפטינג (עם ציוד סופט (רצעות ברכיים) / בלי ציוד (ללא רצעות ברכיים) , PUSH&PULL, לחיצת חזה (עם ציוד/בלי ציוד),יישור גו( עם ציוד/בלי ציוד), לחיצה רוסית ויישור גו למקסימום חזרות, לחיצת חזה עם סלינגשוט לפי החוקים של האיגוד **INPF .**

1. **מטרות ויעדים:**
* פופולריזציה של ענפי ספורט כוח בקרב אוכלוסיה בכלל וברקב ספורטאים במיוחד.
* שיתוף וחשיפה של ספורטאים חדשים וחובבים לענף ספורט כוח.
1. **מועד ומיקום האליפות:**
* התחרות תערך **ב 03/03/2023,** במועדון כושר פיטנס לנד (FITNESS LAND) תרמ"ב 32 ראשון לציון
* לו"ז התחרות יקבע בסמוך למועד התחרות.
* מועד ומיקום שקילה ושקילה מוקדמת יתפרסמו באתר של מועדון כושר : [www.fitnessland.co.il](http://www.fitnessland.co.il)
1. **מארגן התחרות:**

נשיא האיגוד **INPF** ישראל אולג איווניוקוב בשיתוף פעולה עם מועדון כושר "**פיטנס לנד"**

1. **שפיטה:**

השפיטה תתבצע על ידי שופטים מוסמכים, לפי חוקי האיגוד **INPF.**

1. **משתתפי התחרות:**
* כל הספורטאי אשר יהיה בבעלותו ביגוד מתאים, בהתאם לחוקים של איגוד **INPF.**
* מתחרים ללא ביגוד מתאים לא יאושרו להשתתף בתחרות.
1. **קטגוריות משקל וגיל:**

קטגוריות משקל וגיל לפי חוקים של איגוד **INPF.**

* קטגוריית Teens, גילאים מ-14 עד 19 רק גברים.
* קטגוריית Juniors, גילאים מ-19 עד 23 רק גברים.
* קטגוריית Open, גילאים מ-24 עד 39 רק גברים.
* קטגוריית Masters, גילאים מגיל 40 ומעלה.
* קטגוריית **Open**, כל הגילאים נשים.
1. **הגביע האבסולוטי:**

הגביע האבסולוטי מחושב לפי נוסחות GLOSSBRENNER.

אם בקטגוריה יהיו פחות מחמישה מתחרים, הענקת הגביע האבסולוטי בקטגוריה זו לא ייעשה.

1. **הרשמה:**
* הרשמה מוקדמת לתחרות - **חובה**! בקשות התקבלו עד ה-**15/02/23** באתר הרשמי של האליפות [www.fitnessland.co.il](http://www.fitnessland.co.il)
* **ספורטאים שלא נרשמו עד התאריך 15/02/23 יהיו כפופים לקנס 50 ₪**
* ההרשמה מותנית בתשלום מקדמה בסה"כ 100 ₪ בביט למספר טלפון:054-5206841
* נא לשים לב, אין החזר על תשלום המקדמה משום סיבה שהיא גם אם הספורטאי לא הגיע לתחרות. תשלום המקדמה הוא חלק מהתשלום עבור התחרות הספציפית!
1. **תשלום עבור התחרות:**

התשלום מתבצע ביום השקילה רק במזומן!

 **חד פעמי דמי חבר לפדרציה על שנה 2023 התחרותית 50 ₪**

* לחיצת חזה - 200 ₪
* יישור גב - 200 ₪
* לחיצה רוסית – 200 ₪
* יישור גב למקסימום חזרות - 200 ₪
* לחיצת חזה עם סלינגשוט – 200 ₪
* קרב שלוש) פאוורליפטינג (- 300 ₪
* PUSH&PULL -250 ₪
* במקרה ונרשמים למקצה אחד ורוצים להרשם למקצה נוסף - 100 ש"ח.
1. **פרסים:**
* מדליות ותעודות יוענקו לספורטאים אשר לקחו את שלושת המקומות הראשונים בכל קטגוריה משקל.
* כל מתחרה יקבל כרטיסיה ל 5 כניסות לכל מועדון ברשת פיטנס לנד!
* הזוכים אבסוליטים יקבלו גביעים ופרסים נוספים!
* נא להתעדכן לגבי פרסים נוספים באתר: [www.fitnessland.co.il](http://www.fitnessland.co.il)