

**Международная федерация спорта слепых**



**Технические правила и регламенты пауэрлифтинга  
Версия 1.2**

## История версий

Версия	Дата	Примечания
v1.0	2017-август	Первоначальный справочный документ.
v1.1	2021-июнь	Различные обновления.
v1.2	2024-май	Документ переформатирован; текст сокращен с целью сокращения избыточности и повторов; добавлена ясность в отношении ролей и процессов технических должностных лиц; правила и положения скорректированы с целью отражения усовершенствованной процедуры в соответствии со Стратегическим планом.

В настоящих Правилах и Регламентах для краткости везде, где встречаются слова "спортсмен", "их", "он" или "его", считается, что они относятся к представителям обоих полов.

### Языковое расхождение

В случае расхождения или несоответствия между английской версией и любой другой языковой версией Технических правил и регламентов и их содержания, материалов и/или ресурсов, английская версия будет иметь преимущественную силу, регулировать и направлять.

### Интерпретация

Если возникнет необходимость в разъяснении толкования или применения Технических правил и регламентов, следует обратиться в Спортивный комитет.

<b>Оглавление</b>	
История версий	2
Оглавление	3
<b>1. Общие сведения</b>	5
1.8. Возрастные категории	5
1.9. Весовые категории	6
1.10. Записи	6
1.11. Категории/события	7
1.12. Номер жеребьевки	7
<b>2. Соревнования</b>	8
2.1 Техническое совещание	8
2.2 Процесс проверки комплекта	8
2.3 Порядок взвешивания	9
2.4 Разминка	10
2.5 Презентация	10
2.6 Круглая система	11
2.7 Группы	11
2.8 Изменения в попытках подъема	12
2.9 Другие правила	13
2.10 Выполнение подъемов: Приседание	14
Причины суждения "нет подъема" в приседании	15
2.11 Выполнение подъемов: Жим лежа	15
Причины суждений о "неподъеме" в жиме лежа	17
2.12 Выполнение подъемов: Тяга	17
Причины суждения "нет подъема" в мертвой тяге	18
2.3 Ошибки	18
<b>3. Результаты, рейтинги и рекорды</b>	19
3.1 Рейтинги и медали	19
3.2 Трофеи	20
3.3 Мировые рекорды	21
<b>4. Технические служащие</b>	21
4.1 Судьи	22
4.2 Жюри	23
4.3 Другие роли	24
4.4 Униформа	25
4.5 Спортивный комитет	25
<b>5. Приложение 1: Место проведения и оборудование</b>	27
5.1 Место проведения	27
5.2 Техническое оборудование	27
5.3 Оборудование для подсчета очков	30
5.4 Персональное оборудование	30
<b>6. Приложение 2: Требования к размещению, месту проведения и техническим характеристикам</b>	35
Технические	35
Дополнительные требования к хостингу	38
Типовое расписание	39

Типовая планировка	40
Протокол церемонии победы	41
Протокол церемонии открытия	42
Протокол церемонии закрытия	42
<b>7. Приложение 3: Диаграмма загрузки дисков</b>	<b>44</b>
<b>8. Приложение 4: Сценарий технического диктора</b>	<b>51</b>
<b>9. Приложение 5: Типовые форматы технической документации</b>	<b>52</b>
Список участников	52
Расписание соревнований	52
Контрольный список комплекта	52
Список взвешивания	53
Стартовый список	53
Карта попыток	53
Лист результатов	54
Игровое табло	54
Доска попыток	55
Разминочное табло	56

## 1. Общие сведения

- 1.1. Международная федерация спорта слепых (IBSA) и Спортивный комитет по пауэрлифтингу выступают в качестве международной спортивной федерации по пауэрлифтингу для слабовидящих (слепых).
- 1.2. Эти Технические Правила и Регламенты применяются ко всем уровням признанных соревнований.
- 1.3. Соревнования проводятся между спортсменами в категориях, определяемых по полу, массе тела и возрастным группам.
- 1.4. IBSA признает следующие виды подъема, которые должны выполняться в последовательности на всех признанных соревнованиях:
  - Приседание
  - Жим лежа
  - Тяга
  - Сумма

1.4.1. Признанные соревнования, где предлагается только жим штанги лежа, возможны.

- 1.5. IBSA, через свои федерации-члены организует и санкционирует следующие соревнования:

Уровень	Соревнования	Возрастная группа	Частота
Высший уровень	• Всемирные игры	Открытая	Каждые четыре (4) года
	• Чемпионат мира по пауэрлифтингу • Чемпионат мира по жиму штанги лежа • Региональный чемпионат по пауэрлифтингу • Региональные чемпионаты по жиму штанги лежа	Открытая, Юниоры, Юноши, Мастера	Каждый один (1) год
Развитие	• Кубки мира • Кубки мира по жиму штанги лежа	Открытая, Юниоры, Юноши, Мастера	Каждый один (1) год
Массовый	• Национальные чемпионаты	Открытая, Юниоры, Юноши, Мастера	Каждый один (1) год

- 1.6. В случае необходимости, например, на Играх IBSA, где Спортивный комитет по пауэрлифтингу не обязательно является владельцем соревнований, могут применяться другие правила, положения и процедуры, согласованные в Техническом соглашении и доведенные до сведения участников через

приглашение на соревнования (например, квалификационный путь, квалификационные стандарты, ограничения на участие, результаты, медали, награды и т.д.).

1.7. Для того, чтобы IBSA санкционировала и признала соревнования, необходимо соблюсти следующие требования:

- Не менее чем за шесть (6) месяцев до начала соревнований местный организационный комитет (ЛОС) должен представить даты и пакет заявок в Генеральный секретариат IBSA и Спортивный комитет по пауэрлифтингу.
- Заполните и отправьте в Спортивный комитет пауэрлифтинга заявку на проведение соревнований, место проведения и технические требования IBSA.
- Для Чемпионата мира необходимо одобрение президента, генерального секретаря, казначея и спортивного директора IBSA; необходимы официальные соглашения и подписи

## 1.8. Возрастные группы

Следующие возрастные группы предлагаются для спортсменов по их возрасту на 31 декабря года проведения признанного соревнования:

<b>Возрастная группа</b>	<b>Минимальный возраст</b>	<b>Максимальный возраст</b>
<b>Открытые</b>	14	-
<b>Юниоры</b>	14	18
<b>Юноши</b>	19	23
<b>Мастер</b>	40	-

## 1.9. Весовая категория

Следующие категории массы тела являются допустимыми для каждого пола во всех возрастных группах:

<b>Пол</b>	<b>Класс</b>	<b>Минимальный вес</b>	<b>Максимальный вес</b>
<b>Мужчины</b>	<b>56.00</b>	-	56.00
	<b>60.00</b>	56.01	60.00
	<b>67.50</b>	60.01	67.50
	<b>75.00</b>	67.51	75.00
	<b>82.50</b>	75.01	82.50
	<b>90.00</b>	82.51	90.00
	<b>100.00</b>	90.01	100.00

	<b>110.00</b>	100.01	110.00
	<b>125.00</b>	110.01	125.00
	<b>125.00+</b>	125.01	-
<b>Женщины</b>	<b>48.00</b>	-	48.00
	<b>52.00</b>	48.01	52.00
	<b>56.00</b>	52.01	56.00
	<b>60.00</b>	56.01	60.00
	<b>67.50</b>	60.01	67.50
	<b>75.00</b>	67.51	75.00
	<b>82.50</b>	75.01	82.50
	<b>90.00</b>	82.51	90.00
	<b>90.00+</b>	90.01	-

## 1.10. Заявки

1.10.1. Чтобы соответствовать требованиям допуска к участию в признанных соревнованиях, спортсмен должен:

- Иметь действующую лицензию спортсмена, выданную в соответствии с Положением о регистрации и лицензировании спортсменов, к моменту окончания срока подачи заявок на участие в соревнованиях на сайте IBSA ISAS
- Пройти международную классификацию и получить спортивный класс (кроме "Непригоден") в соответствии с Правилами и Регламентом классификации IBSA
- Быть заявленным своей национальной федерацией (НФ), имеющей статус полноправного члена в IBSA
- Соответствовать минимальному возрасту для участия в соответствующем соревновании, как определено в Регламенте приглашения на соревнования и/или Квалификационном справочнике
- Не быть дисквалифицированным, отстраненным, подвергнутым санкциям или иным действиям

1.10.2. При необходимости следует предлагать и проводить Международную классификацию.

1.10.3. Максимальное количество участников от одной национальной федерации в каждой возрастной группе не ограничено, если иное не указано в квалификационном регламенте или других требованиях к участникам данного соревнования.

1.10.3.1. Спортсмен может зарегистрироваться только в одной (1) весовой категории во время соревнования.

1.10.3.2. При регистрации необходимо указать весовую категорию спортсмена и его личный рекорд, достигнутый на национальных или международных соревнованиях за последний год (в данной категории).

1.10.4. Ниже указаны соответствующие сроки регистрации перед соревнованиями на день проведения Технического совещания:

<b>Крайний срок</b>	<b>Время до классификации</b>	<b>Примечания</b>
<b>Предварительная регистрация</b>	-70 дней	Заявка с предварительными спортсменами
<b>Окончательная регистрация</b>	-35 дней	заявка с окончательным вариантом с любыми изменениями

1.10.4.1. Могут потребоваться дополнительные сроки (например, для классификации), о которых IBSA и LOC сообщат в регламенте приглашения.

1.10.5. Спортсмены должны выбрать свою весовую категорию на заключительном этапе регистрации.

1.10.6. Если на соревнованиях не выделен отдельный день для проведения соревнований по жиму штанги лежа, то эти соревнования будут проводиться в рамках соревнований по пауэрлифтингу с отдельным рейтингом и результатами, согласно пункту 1.6.

1.10.7. Если на соревновании не предусмотрены конкретные дни для разных возрастных групп или жима штанги лежа, спортсмен будет автоматически включен в возрастную группу (группы) и жим штанги лежа в соответствии с его возрастом и заявками национальной федерации, если национальная федерация не сделает этого.

## **1.11. Категории/мероприятие**

На всех признанных соревнованиях, с учетом пункта 1.6, соревнования в медальном виде будут считаться состоявшимися, если в каждой весовой категории заявлено минимальное количество спортсменов, указанное ниже:

<b>Спортсмен(ы)</b>	<b>Примечания</b>
<b>Один (1) спортсмен</b>	Если в одной весовой категории участвует один (1) спортсмен, вручается одна (1) медаль.
<b>Два (2) спортсмена</b>	Если в одной весовой категории участвуют два (2) спортсмена, два (2) Награждение медалями.
<b>Три (3) или более спортсменов</b>	Если в одной весовой категории участвуют три (3) или более спортсменов, три (3) медали присуждаются в обычном порядке.



## 1.12. Жеребьевка

1.12.1. После технического совещания номера будут разыграны через систему подсчета очков и случайным образом распределены между спортсменами.

1.12.2. Номер будет определять:

- Порядок выполнения процесса проверки комплекта, от низкого к высокому
- Порядок процесса взвешивания, от меньшего к большему
- Если два (2) или более спортсмена выбирают одну и ту же попытку подъема, от низкого к высокому

## 2. Соревнование

### 2.1. Техническое совещание<sup>1</sup>

2.1.1. Техническое совещание с участием до двух (2) тренеров и/или администраторов от каждой участвующей национальной федерации должно состояться на всех признанных соревнованиях минимум за один (1) день до начала соревнований, которое проводят Технический делегат и Местный организационный комитет.

2.1.2. Техническое совещание будет проводиться на английском языке и будет посвящено следующим темам:

- Перекличка
- Приветствие представителя IBSA по пауэрлифтингу
- Приветствие принимающей национальной федерации, LOC и/или директора соревнований
- Проверка заявок спортсменов
- Технические детали
- Расписание тренировок
- График проверки экипировки
- Расписание соревнований
- Наличие весов
- Протокол церемонии награждения
- Гимны и флаги
- Детали материально-технического обеспечения (например, транспорт, питание и т.д.)
- Церемония открытия
- Церемония закрытия
- Взыскание просроченных платежей

2.1.3. После того как проверка окончательных заявок будет завершена, подписана и возвращена, она считается окончательной.

2.1.3.1. Национальные федерации, не имеющие представительств на Техническом совещании, должны подтвердить свои заявки в

соответствии с предоставленной окончательной регистрационной информацией.

## **2.2. Процесс проверки комплекта экипировки**

- 2.2.1. Каждый спортсмен должен пройти процедуру проверки комплекта экипировки перед началом соревнований, иначе он будет немедленно дисквалифицирован.
- 2.2.2. Процесс проверки экипировки (проверка личного снаряжения) для каждого спортсмена должен быть запланирован и может проводиться в любое время во время соревнований, вплоть до 30 (тридцати) минут до начала соревнований в каждой весовой категории.
  - 2.2.2.1. Процесс проверки комплекта проходит в порядке возрастания номера, от низшего к высшему в своей категории веса тела или сессии.
  - 2.2.2.2. Если спортсмен не явился в назначенное время, он теряет свою позицию и будет вызван после всех остальных спортсменов данной категории.
  - 2.2.2.3. Если спортсмен не явился на проверку комплекта одежды в назначенное время и/или с документом, удостоверяющим личность (аккредитация или паспорт), он будет дисквалифицирован с соревнований.
- 2.2.3. Процесс проверки комплекта может быть запланирован по категориям массы тела или комбинированно (например, по сессиям).
- 2.2.4. Минимум два (2) технических судьи будут назначены для завершения этого процесса, чтобы осмотреть, одобрить или отклонить предметы.
  - 2.2.4.1. Заполненный и подписанный инспекционный лист должен быть предоставлен техническому делегату, а затем председателю жюри в данной весовой категории.
- 2.2.5. Все предметы личного снаряжения должны быть проверены.
  - 2.2.5.1. Спортсмен должен положить все свои вещи на стол для проверки техническими официальными лицами.
  - 2.2.5.2. Любые вещи, которые будут сочтены нечистыми или порванными, будут отклонены.
  - 2.2.5.3. Повязки, длина которых превышает допустимую, будут отклонены, но их можно обрезать до нужной длины и подать на проверку повторно.
- 2.2.6. Если после проверки комплекта одежды спортсмен появляется на помосте в одежде, используя любой предмет, не одобренный в процессе проверки комплекта одежды для данного спортсмена, как отмечено в инспекционном листе, или используя запрещенные вещества, он будет немедленно дисквалифицирован с соревнований техническим делегатом.

## **2.3. Процесс взвешивания**

- 2.3.1. Процесс взвешивания - это процесс проверки окончательного веса тела спортсмена, чтобы подтвердить, что спортсмен находится в пределах необходимых параметров, позволяющих ему участвовать в соревнованиях в заявленной весовой категории.

- 2.3.2. Каждый спортсмен должен присутствовать на процедуре взвешивания в специально отведенном отдельном месте с техническими судьями того же пола, что и спортсмен.
- 2.3.2.1. Каждый спортсмен может присутствовать с одним (1) официальным лицом команды (тренером или менеджером).
- 2.3.2.2. Процесс взвешивания проходит в порядке возрастания номера, от наименьшего к наибольшему в своей весовой категории или сессии.
- 2.3.2.3. Если спортсмен не явился по вызову, он теряет свою позицию и будет вызван после всех остальных спортсменов данной категории.
- 2.3.2.4. Если спортсмен не явился на взвешивание в назначенное время и/или с документом, удостоверяющим личность (аккредитация или паспорт), он будет дисквалифицирован с соревнований.
- 2.3.3. Взвешивание должно проходить не позднее, чем за два (2) часа до начала соревнований в данной весовой категории и длиться в общей сложности девяносто (90) минут.
- 2.3.3.1. Процесс взвешивания может быть запланирован по категориям веса тела или комбинированно (например, по сессиям).
- 2.3.4. Спортсмен должен взвешиваться в спортивной нижней одежде (мужчины: трусы, другая одежда и/или головной убор; женщины: трусы, спортивный бюстгальтер, другая одежда и/или головной убор), соответствующей правилам по униформе и личному снаряжению спортсменов, которая не изменяет вес тела спортсмена. Спортсменам разрешается снимать нижнюю одежду, чтобы обеспечить минимальные или максимальные параметры категории веса тела.
- 2.3.4.1. Спортсмены младше восемнадцати (18) лет должны быть одеты в спортивную нижнюю одежду, которую можно не снимать.
- 2.3.4.2. В целях гигиены спортсмен должен надеть носки.
- 2.3.4.3. Для спортсменов с физическими недостатками:
- За каждую приобретенную ампутацию ниже лодыжки добавляется 1,85% от массы тела
  - За каждую ампутацию ниже колена добавляется 2,77% от массы тела
  - За каждую приобретенную ампутацию выше колена добавляется 5,88% от массы тела
  - За каждый приобретенный вывих бедра добавляется 11,11% от массы тела
  - Для спортсменов, которым требуются ножные скобы, протезы или аналогичные приспособления, устройство (устройства) следует снять и взвесить, не надевая его (их)
- 2.3.5. Каждый спортсмен может быть взвешен только один раз (1).
- 2.3.5.1. Если спортсмен вышел за пределы своей весовой категории, ему разрешается повторно взвеситься в течение запланированного времени взвешивания, после всех остальных спортсменов в этой категории, иначе он будет немедленно дисквалифицирован.
- 2.3.5.2. Спортсмен может проходить повторное взвешивание так часто, как позволяет время и продвижение по лоту с другими спортсменами. Если расписание не позволяет, спортсмену будет разрешена одна (1) дополнительная попытка повторного взвешивания.

- 2.3.6. Во время взвешивания спортсмен обязан подтвердить свои первоначальные попытки жима, высоту стоек и положение ног, и все эти данные должны быть точно зафиксированы в листе взвешивания и карточке попыток с подписью.
- 2.3.6.1. Вес спортсменов и их попытки должны быть обнародованы только после взвешивания всех спортсменов в данной весовой категории (категориях)/сессии.
- 2.3.7. Для завершения этого процесса будут назначены минимум два (2) технических судьи того же пола, что и спортсмены.
- 2.3.7.1. Заполненный и подписанный лист взвешивания и карточки попыток должны быть предоставлены техническому делегату и менеджеру по подсчету очков, а затем диктору и маршалу для данной весовой категории.

## **2.4. Разминка**

- 2.4.1. Спортсменам будет предоставлена разминка продолжительностью не менее 30 (тридцати) минут в зоне разминки перед началом соревнований в соответствии с расписанием соревнований.
- 2.4.2. В зону разминки могут попасть только спортсмены и официальные лица их команд, предъявив аккредитацию и пропуск на разминку.
- 2.4.2.1. Пропуска для разминки позволяют максимум двум (2) официальным лицам команды на одного спортсмена войти в зону разминки, когда в ней соревнуются спортсмены.
- 2.4.3. Если в группе спортсменов больше, чем доступных скамеек в зоне разминки, все спортсмены без тренера (NFs) должны уважать друг друга и обеспечивать равный доступ к оборудованию.
- 2.4.4. Если в соревнованиях участвует более одной (1) группы спортсменов, спортсмены и тренеры группы, расположенной в алфавитном порядке, которые выступают первыми (1), будут иметь приоритетный доступ к оборудованию в зоне разминки.
- 2.4.4.1. Как только спортсмены первой (1-й) группы начинают свой первый (1-й) круг, спортсмены и тренеры из следующей группы могут получить доступ к оборудованию.
- 2.4.5. Любое нарушение правил разминки со стороны спортсмена и/или тренера может привести к лишению доступа к сессии и/или аккредитации со стороны IBSA PO и/или технического делегата (TD).

## **2.5. Презентация**

- 2.5.1. Спортсмены: За пять (5) минут до начала соревнований диктор объявляет группу спортсменов по их странам и фамилиям в порядке первой (1-ой) попытки (от низшей до высшей).
- 2.5.1.1. Спортсмены не будут выходить на игровое поле во время этого представления.
- 2.5.2. Технические официальные лица: Сразу после представления спортсменов, диктор объявит судей, членов жюри и технического делегата по их стране и имени.

2.5.2.1. Технические судьи не будут выходить на игровое поле во время этого представления.

## 2.6. Круговая система

- 2.6.1. Каждому спортсмену разрешается три (3) попытки в каждом подъеме во время соревнований, которые проводятся в течение трех (3) отдельных кругов от самой легкой до самой тяжелой попытки в соответствии с порядком подъемов.
- 2.6.2. Спортсмены соревнуются в группах. Внутри групп спортсмены соревнуются от самого легкого до самого тяжелого веса в каждом раунде.
- 2.6.2.1. Если вес попытки подъема одинаков для нескольких спортсменов, спортсмен с наименьшим номером лота поднимается первым (1).
- 2.6.3. Самый тяжелый/самый высокий "хороший подъем" спортсмена в каждом упражнении засчитывается в общий итог.
- 2.6.4. Спортсмен, не выполнивший "Хороший подъем" в любом упражнении (например, три (3) "Нет подъема" в жиме лежа), выбывает из общего зачета.
- 2.6.4.1. Если спортсмен не смог выполнить "хороший подъем" в конкретном упражнении (т.е. три [3] "нет подъема"), он не может переходить к следующему упражнению.
- 2.6.5. Во время соревнований у спортсмена есть полторы (1,5) минуты с момента объявления его полного имени на английском языке, чтобы получить команду "Старт" от главного судьи и начать упражнение.
- 2.6.5.1.1. Если спортсмен не получил команду "Старт" от главного судьи и не начал упражнение в отведенное время, ему будет объявлен "Отказ от подъема".
- 2.6.5.1.2. Как только время попытки запущено, оно может быть остановлено только командой "Старт" главного судьи и началом движения спортсмена или технической остановкой по указанию главного судьи.
- 2.6.5.2. Если спортсмену необходимо завершить попытку подъема сразу после предыдущей попытки или технической остановки по какой-либо причине, ему предоставляется три (3) минуты.
- 2.6.5.3. После завершения попытки подъема и объявления решения о подъеме спортсмен и тренер должны покинуть помост и игровое поле в течение тридцати (30) сек.
- 2.6.6. Спортсмена может сопровождать на помост/игровое поле один (1) тренер.

## 2.7 Группы

- 2.7.1. Если в категории или сессии участвует более десяти (10) спортсменов, группы могут быть сформированы из примерно равного количества спортсменов.
- 2.7.1.1. Если в соревнованиях участвует более пятнадцати (15) спортсменов, необходимо сформировать группы.

- 2.7.1.2. В отдельных чемпионатах по жиму штанги лежа, в группах не более двадцати человек  
(20) Спортсмены могут быть сформированы.
- 2.7.1.3. Группы могут соревноваться в разное (более раннее) время. В этом случае группа А должна состоять минимум из восьми (8) и максимум из двенадцати (12) спортсменов.
- 2.7.2. Группы обозначены в алфавитном порядке (например, D, C, B и A).
- 2.7.3. Сессии могут состоять из одной весовой категории или любой комбинации весовых категорий.
- 2.7.4. Группы формируются по общему количеству спортсменов, представленных при регистрации по именам. Спортсмены с наименьшими суммарными показателями образуют первую (1) группу и так далее.
- 2.7.5. Если группа состоит менее чем из шести (6) спортсменов, в конце 1 и 2 раунда должно быть добавлено три (3) минуты дополнительного времени на восстановление.
- 2.7.6. Если сессия состоит только из одной (1) группы, между подъемами должен быть сделан перерыв в двадцать (20) минут для разминки и организации платформы.
- 2.7.6.1. Если сессия состоит из нескольких групп на одной платформе, она будет организована по принципу повторения групп (например, первая (1-я) группа выполнит три (3) раунда движения сразу после второй (2-й) группы). Между раундами не будет дополнительного перерыва, кроме того, который необходим для организации платформы. (например, первая (1-я) группа участников завершит все три (3) раунда приседаний сразу после второй группы участников).
- 2.7.6.2. Если сессия состоит из нескольких групп, между подъемами должен быть сделан перерыв в 10 (десять) минут для разминки и организации платформы.

## **2.8. Изменения в попытках подъема**

- 2.8.1. Попытки всегда должны быть кратны 2,5 кг.
- 2.8.2. Раунд 1
- 2.8.2.1. Стартовая попытка в 1 раунде подтверждается во время взвешивания. Она должна составлять не менее двадцати пяти (25) кг.
- 2.8.2.2. Разрешается одно (1) изменение, как в меньшую, так и в большую сторону без ограничений.
- 2.8.2.2.1. Изменения принимаются с начала разминки.
- 2.8.2.2.2. Для первой (1-ой) соревновательной группы - за пять (5) минут до начала 1-го раунда.
- 2.8.2.2.3. Для последующих групп - до трех (3) попыток подъема с момента последнего подъема предыдущей группы, как объявит диктор.
- 2.8.3. Раунд 2

2.8.3.1. Первая попытка подъема во втором раунде должна быть запрошена Маршалом в течение одной (1) минуты после того, как будет показано решение судей о подъеме в первом раунде. Этот выбор должен быть сделан спортсменом или его тренером в карточке попыток.

2.8.3.2. Это должно быть увеличение веса, если только в 1-м раунде не было зафиксировано "No Lift", в этом случае вес может быть таким же, как и вес, с которым спортсмен пытался выступить в 1-м раунде.

2.8.3.3. Если попытка не запрашивается:

- если решение было принято "Нет подъема", то попытка подъема автоматически будет такой же, как и попытка спортсмена в раунде 1.
- и решение было принято "Хороший подъем", то попытка подъема автоматически будет на 2,5 кг больше, чем попытка спортсмена в 1 раунде.

2.8.3.4. Больше никаких изменений не допускается.

#### 2.8.4. Раунд 3

2.8.4.1. Первая попытка подъема в 3-м раунде должна быть запрошена Маршалом в течение одной (1) минуты после того, как будет показано решение судей по подъему из 2-го раунда. Этот выбор должен быть помечен спортсменом или его тренером в карточке попыток.

2.8.4.2. Должно быть увеличение веса, если только во 2-м раунде не было зафиксировано "No Lift", в этом случае вес может быть тем же, что и в попытке этот спортсмен в 1 раунде.

2.8.4.3. Если попытка не запрашивается:

- если решение было принято "Нет подъема", то попытка подъема автоматически будет такой же, как и попытка спортсмена во 2-м раунде
- и решение было принято "Хороший подъем", то попытка подъема автоматически будет на два с половиной (2,5) кг больше, чем попытка спортсмена во 2-м раунде

2.8.4.4. Допускается два (2) изменения, либо:

- опустится до веса не ниже, чем вес в начальной попытке подъема для Раунда 2
- выше и без ограничений

2.8.4.4.1. В любом случае изменение может быть разрешено только в том случае, если:

- Диктор не назвал имя спортсмена для начала попытки подъема
- Запрашиваемый вес не равен и не меньше, чем любой из попыток подъема, уже завершенных (либо "Хорошо", либо "Без подъема") другим спортсменом в 3 раунде, который должен был пройти раньше в силу номера лота

## 2.9. Другие правила

**IBSA PO: Технические правила и положения 15v1.2**

2.9.1. Тренеры и официальные лица национальных федераций (включая медицинский и административный персонал): Все тренеры и другие официальные лица национальных федераций, аккредитованные на соревнованиях, должны соблюдать следующие правила:

- Кодекс поведения и этики IBSA, в частности, безопасность и благополучие спортсменов, идеалы и дух честной игры, Антидопинговый кодекс ВАДА, процессы допинг-контроля и классификации
- Не пытаться повлиять на решение других людей
- Не бить и не наносить удары спортсмену на виду у публики
- Не давать спортсмену нашатырный спирт, не регулировать и не заворачивать личное снаряжение, за исключением пояса, на виду у публики
- Оставаться в зоне тренера на игровом поле после того, как он вывел спортсмена на помост
- Форма одежды - спортивный костюм Национальной федерации, рубашка, брюки или шорты, обувь с закрытыми носками

2.9.1.1. Невыполнение требований может привести к лишению аккредитационного пропуска или ограничению доступа в зону разминки или на игровое поле.

2.9.2. Тренеры должны обладать необходимой квалификацией и страховкой для выполнения своей роли, учитывая важность благополучия, здоровья и безопасности спортсменов, как это определено их федерацией.

2.9.3. Зона тренера на игровом поле должна находиться на расстоянии не более пяти (5) метров от платформы, что позволяет тренеру видеть платформу с любой стороны назад/вперед.

2.9.4. Тренер может помочь своему спортсмену:

- Выйти со спортсменом на игровое поле и платформу до и после попытки подъема;
- Расположить руки на разметке грифа;
- Подать штангу со стоек спортсмену перед выполнением приседаний и жима лежа.

2.9.5. Неправомерное поведение: Любое неподобающее поведение спортсменов, тренеров или официальных лиц национальных федераций на помосте или вблизи него может привести к официальному предупреждению. Если такое поведение продолжится, технический делегат может дисквалифицировать нарушителя и/или лишить его доступа к соревнованиям.

2.9.6. Оспаривание: Спортсмен, его тренер и руководитель национальной федерации могут подать протест на решение рефери о подъеме, соревнование и/или поведение участников.

2.9.6.1. Протест, поданный против решения о снятии с соревнований, принятого самим спортсменом, не должен сопровождаться денежным взносом.

2.9.6.2. Протест, поданный против решения о снятии спортсмена из другой национальной федерации, должен сопровождаться денежным взносом, как определено в регламенте приглашений.



- 2.9.6.2.1. Если решение не будет отменено, взнос будет удержан и направлен на развитие IBSA Powerlifting.
- 2.9.6.3. Чтобы протест был принят, он должен быть подан сразу же после и/или в течение одной (1) минуты после объявления решения по жиму Председателю Жюри.
- 2.9.6.4. Сразу же после получения ответа жюри может временно приостановить (на определенное время, чтобы не мешать другим спортсменам) соревнования, чтобы прийти к единогласному решению.
- 2.9.6.5. Жюри огласит свое решение через председателя жюри.
- 2.9.6.6. После объявления председателя жюри больше не будет возможности претендовать на этот подъем.
- 2.9.6.7. Заявка на следующую попытку подъема в следующем раунде должна быть подана Маршалу в течение одной (1) минуты после того, как будет показано решение Жюри по подъему в предыдущем раунде.
- 2.9.6.8. После возобновления соревнований следующему спортсмену будет предоставлено три (3) минуты.
- 2.9.7. Если музыка играет для презентации и создания атмосферы, она должна прекратиться, когда спортсмен выходит на помост.
- 2.9.8. Отбор спортсменов для допинг-тестирования всегда осуществляется соответствующей антидопинговой организацией.

## **2.10. Выполнение подъемов: Приседание**

Для того чтобы получить "хороший подъем" по оценке рефери и жюри, спортсмен должен выполнить подъем в соответствии со следующими правилами:

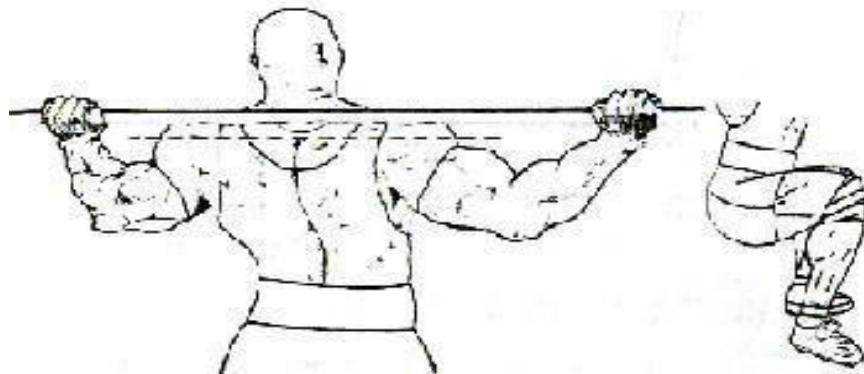
- 2.10.1. Спортсмен должен стоять лицом к передней части платформы. Штангу следует держать горизонтально на плечах, руках и пальцах, охватывая гриф. Руки могут находиться на грифе в любом месте между втулками до касания с их внутренней стороной.
- 2.10.2. Ассистенты на помосте могут оказать помощь спортсмену в снятии штанги со стоек.
- 2.10.3. Как только спортсмен принял неподвижное положение с вертикально расположенным туловищем (допускается незначительное отклонение туловища от вертикального положения) и выпрямленными в коленях ногами (рис. а), старший судья должен подать сигнал для начала приседания. Сигналом служит движение руки вниз вместе с отчетливой командой «сесть». До получения сигнала для начала упражнения спортсмену разрешено для принятия стартовой позиции делать любые движения, не влекущие за собой нарушения правил. В целях безопасности старший судья может попросить спортсмена вернуть штангу на стойки, подав отчетливую команду «вернуть» с одновременным движением руки назад, если по истечении пяти секунд после снятия штанги со стоек спортсмен не смог принять правильную стартовую позицию для начала упражнения. После этого старший судья сообщает причину, по которой не был дан сигнал к началу упражнения.
- 2.10.4. Получив сигнал старшего судьи для начала упражнения, спортсмен должен согнуть ноги в коленях и опустить туловище так, чтобы верхние части

поверхностей ног у тазобедренных суставов были ниже, чем верхушки коленей. Разрешена только одна попытка сделать движение вниз. Попытка считается использованной, если ноги спортсмена были согнуты в коленях

2.10.5. Спортсмен должен самостоятельно вернуться в вертикальное положение с полностью выпрямленными в коленях ногами. Двойное вставание (подскакивание) из нижнего положения приседа или любое движение вниз запрещены. Когда спортсмен примет неподвижное положение (несомненно завершив движение), старший судья должен дать сигнал вернуть штангу на стойки.

2.10.6. Затем спортсмен должен вернуть штангу на стойки.

На приведенных ниже рисунках показано правильное положение штанги и необходимая глубина в приседании:



#### Причины, по которым поднятый в приседании вес не засчитывается:

Номер/ Цвет	Причина(ы)
1 - Красный	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ошибка в сгибании ног в коленях и опускании туловища до такого положения, когда верхние части поверхностей ног у тазобедренных суставов находятся ниже, чем верхушки коленей</li> </ul>
2 - Голубой	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ошибка в принятии вертикального положения с полностью выпрямленными в коленях ногами в начале и (или) в конце упражнения.</li> <li>• . Двойное подскакивание из нижнего положения приседа или любое движение вниз во время вставания (подъема) из приседа</li> </ul>
3 - Желтый	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ошибка в соблюдении сигналов старшего судьи при начале или завершении упражнения</li> <li>• Шаги назад или вперед, или горизонтальные движения ступней ног.</li> <li>• Касание штанги или спортсмена страхующими между сигналами старшего судьи для облегчения выполнения приседания.</li> <li>• . Касание ног локтями или предплечьями, которое поддерживает и помогает спортсмену. Разрешается легкое касание, если оно не помогает подъему штанги.</li> <li>• Любое бросание или сваливание штанги на помост после завершения приседания.</li> <li>• Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании правил выполнения приседания.</li> <li>• Незавершенный подъем.</li> </ul>

## 2.11. Выполнение подъемов: Жим лежа

Для того чтобы получить "Хороший подъем" по оценке рефери и жюри, спортсмен должен выполнить подъем в соответствии со следующими правилами:

- 2.11.1. Скамья должна быть расположена на помосте передней (головной) частью параллельно или под углом не более 45 градусов относительно передней стороны помоста.
- 2.11.2. Спортсмен должен лежать на спине, головой, плечами и ягодицами соприкасаясь с поверхностью скамьи. Ступни ног должны полностью соприкасаться с поверхностью помоста или блоков (насколько это позволяет форма обуви). Пальцы рук должны обхватывать гриф, лежащий на стойках, при этом большие пальцы рук располагаются «в замке» вокруг грифа. Это положение должно сохраняться во время выполнения упражнения. Движения ступней ног во время выполнения упражнения разрешены, но при этом ступни ног не должны отрываться от поверхности помоста или блоков (должны полностью соприкасаться с поверхностью помоста или блоков). Волосы спортсмена не должны закрывать затылок во время выполнения жима. Предпочтительной формой прически представляется собранные в хвост или пучок волосы. Члены жюри или судьи могут попросить спортсмена привести прическу в соответствие с этим положением.
- 2.11.3. Для обеспечения твердой опоры спортсмен может использовать ровные плиты или блоки в соответствии с Правилами экипировки.
- 2.11.4. После того, как спортсмен самостоятельно займет правильное 44 положение для старта, он может попросить ассистентов помочь ему снять штангу со стоек. В этом случае штанга подается на прямые руки
- 2.11.5. Расстояние между руками на грифе, которое измеряется между указательными пальцами, не должно превышать 81 см (оба указательных пальца должны быть внутри отметок 81 см или, в крайнем случае, находиться на самих отметках 81 см). Использование обратного хвата запрещено.
- 2.11.6. После снятия штанги со стоек с помощью или без помощи ассистентов спортсмен должен ждать сигнала старшего судьи с полностью выпрямленными, «включенными» в локтях руками. Сигнал к началу жима должен быть дан сразу же, как только спортсмен примет неподвижное положение и штанга будет находиться на выпрямленных руках. В целях безопасности старший судья может попросить спортсмена вернуть штангу на стойки, подав отчетливую команду «вернуть» с одновременным движением руки назад, если по истечении пяти секунд после снятия штанги со стоек спортсмен не смог принять правильную стартовую позицию для начала упражнения. После этого старший судья сообщает причину, по которой не был дан сигнал к началу упражнения.
- 2.11.7. Сигналом для начала упражнения служит движение руки вниз вместе с отчетливой командой «старт»
- 2.11.8. После получения сигнала спортсмен должен опустить штангу на грудь или область живота и выдержать ее в неподвижном положении, после чего

старший судья подает отчетливую команду «жать». После получения этой команды спортсмен должен выжать штангу вверх на полностью выпрямленные, «включенные» в локтях руки. После фиксации штанги в этом положении старший судья должен дать отчетливую команду «стойки» с одновременным движением руки назад. Если штанга была опущена на пояс или не коснулась груди или живота, то старшим судьей на помосте подается команда «на стойки».

2.11.9. Высота стоек может быть изменена главным судьей в целях соблюдения безопасности.

2.11.10. Для спортсменов с физическими или интеллектуальными нарушениями: Признанные соревнования будут проводиться без отдельного дивизиона для спортсменов с дополнительными нарушениями (кроме нарушений зрения). Им может быть оказана помощь при входе и выходе со скамейки запасных. Помощь подразумевает использование тренера или/и таких средств, как костыли, палки, или инвалидные кресла. Правила соревнований применяются ко всем спортсменам на равных условиях, независимо от наличия дополнительных нарушений.

2.11.10.1. Спортсменам разрешается носить протезы или дополнительное оборудование, если это не дает технического преимущества, как определено техническим делегатом

2.11.10.2. Если спортсмен не имеет физической возможности выпрямить ноги, то ему может быть оказана помощь, при условии, что технический делегат не определяет это действие, как оказание дополнительного преимущества.

#### **Причины, по которым поднятый в жиме вес не засчитывается:**

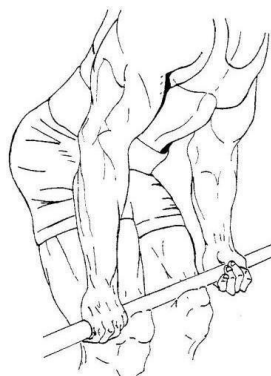
Номер/ Цвет	Причина(ы)
1 - Красный	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Штанга не опускается на грудь (т.е. не касается груди или области живота).</li> </ul>
2 - Голубой	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Любое движение всей штанги вниз во время выполнения жима от груди.</li> <li>● Отсутствие выжимания штанги на полностью выпрямленные, «включенные» в локтях руки при завершении упражнения.</li> </ul>
3 - Желтый	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ошибка в соблюдении сигналов старшего судьи при начале, в ходе выполнения или при завершении упражнения</li> <li>● Любое изменение в исходном положении во время выполнения упражнения, т.е. любой подъем (отрыв) головы, плеч, ягодиц от скамьи или передвижение рук по грифу</li> <li>● Любое касание спортсменом ступнями ног скамьи или ее опор. Запрещено отрывать ступни ног от поверхности помоста или блоков</li> <li>● вдавливание грифа в грудь или область живота, таким образом, что это помогает спортсмену.</li> <li>● Умышленное касание грифом стоек при выполнении жима, которое облегчает подъем штанги.</li> <li>● Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании</li> </ul>

	<p>правил выполнения жима на скамье.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Неполный подъем.</li> </ul>
--	---

## 2.12. Выполнение подъемов: Тяга

Для того чтобы получить "Хороший подъем" по оценке рефери и жюри, спортсмен должен выполнить подъем в соответствии со следующими правилами:

- 2.12.1. Спортсмен должен располагаться лицом к передней части помоста. Штанга, которая расположена горизонтально впереди ног спортсмена, удерживается произвольным хватом двумя руками и поднимается вверх до того момента, пока спортсмен не встанет вертикально
- 2.12.2. По завершении подъема штанги в тяге становой ноги в коленях должны быть полностью выпрямлены, плечи отведены назад
- 2.12.3. Сигнал старшего судьи состоит из движения руки вниз одновременно с отчетливой командой «вниз». Сигнал не подается до тех пор, пока штанга не будет удерживаться в неподвижном положении и спортсмен не будет находиться в бесспорно финальной позиции.
- 2.12.4. Любой подъем штанги или любая преднамеренная попытка поднять ее считаются подходом. После начала подъема не разрешаются никакие движения штанги вниз до тех пор, пока спортсмен не достигнет вертикального положения с полностью выпрямленными коленями. Если штанга оседает при отведении плеч назад (легкое движение вниз при завершении упражнения), то это не является причиной того, чтобы не засчитывать поднятый вес



### Причины, по которым поднятый в тяге становой вес не засчитывается:

Номер/ Цвет	Причина(ы)
1 - Красный	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Неполное выпрямление ног в коленях при завершении упражнения</li> <li>• Ошибка в принятии вертикального положения с отведенными назад плечами</li> </ul>
2 - Голубой	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Любое движение штанги вниз до того, как она достигнет конечного положения.</li> <li>• Опора штанги на бедра во время выполнения подтягивания.</li> </ul>

<p>3 - Желтый</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Опускание штанги до получения сигнала главного судьи.</li> <li>• Шаги назад или вперед, или горизонтальные движения ступней ног.</li> <li>• Опускание штанги на помост без контроля обеими руками, т.е. выпускание штанги из рук прежде, чем она коснется помоста.</li> <li>• Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании правил выполнения тяги становой</li> <li>• Неполный подъем.</li> </ul>
-----------------------	--

## 2.13. Ошибки

2.13.1. Во время соревнований любая из перечисленных ниже ошибок может произойти и быть замечена спортсменом, тренером, судьями, жюри, маршалом или техническим делегатом только в отношении текущей попытки спортсмена, либо до, либо после попытки подъема (в сроки, указанные в данном правиле):

- Неправильно нагруженная штанга: Вес, установленный на перекладине, не соответствует весу, запрошенному спортсменом у маршала.
- Неправильная высота стойки: Высота стойки неправильная и не соответствует высоте, запрошенной спортсменом у маршала.
- Ошибка диктора: Неправильное объявление диктора, приводящее к неправильной загрузке штанги и/или высоте стойки или неправильному объявлению спортсмена.
- Ошибка хронометража: Часы попытки подъема запускаются диктором слишком рано или слишком поздно после объявления спортсмена.
- Ошибка ассистента: Ассистент касается штанги в любой момент попытки, не имея при этом разрешения старшего судьи этого делать.
- Техническая/технологическая/ошибка Маршала: Неправильно нагруженная штанга, высота стойки и/или неправильная попытка спортсмена.
- Ошибка оборудования: Скамья, стойка для приседаний, штанга, диски, воротники и/или платформа и/или повреждены.

2.13.2. Чтобы указать на ошибку перед попыткой подъема, судьи, спортсмен и/или тренер должны уведомить главного судью до подачи команды "Старт". Время будет остановлено для анализа ошибки, и на основании решения главного судьи будет принято следующее решение:

- Если главный судья определит, что ошибки не было, время и попытка возобновляются в обычном режиме.
- Если главный судья определит, что произошла ошибка, спортсмен и тренер немедленно покинут игровое поле, а ошибка будет исправлена. Спортсмену будет предоставлено полторы (1,5) минуты для завершения попытки подъема.

2.13.3. Чтобы поднять вопрос об ошибке после попытки подъема (которая не была замечена или поднята ранее), рефери, спортсмен или тренер спортсмена должны предупредить главного судью до того, как спортсмен покинет платформу. По решению главного судьи произойдет следующее:

- Если главный судья решит, что ошибки нет, решение о подъеме останется в силе.
- Если главный судья определит, что произошла ошибка и решение о подъеме будет "No Lift", спортсмен и тренер немедленно покинут

платформу и получают возможность повторить попытку подъема в конце раунда.

- В случае, если спортсмен остался последним в раунде, ему будет выделено три (3) минуты.
- Если главный судья определит, что была допущена ошибка и штанга загружена меньшим весом, чем было запрошено, и решение о подъеме было "Хороший подъем", будет записан запрошенный вес.
- Если главный судья обнаружит, что штанга была нагружена более тяжелым весом, чем было запрошено, и подъем был признан "Хорошим подъемом", более тяжелый вес будет засчитан, и соревнования продолжатся в соответствии с первоначальным запросом.

### **3. Результаты, рейтинги и рекорды**

#### **3.1. Рейтинги и медали**

3.1.1. IBSA будет признавать и вести рейтинги для всех возрастных групп и полов по следующим показателям:

- Приседание
- Жим лежа (пауэрлифтинг)
- Жим лежа (одиночный подъем)
- Тяга
- Сумма

3.1.1.1. Оценки в приседании, жиме лежа (пауэрлифтинг), мертвой тяге и сумме должны сопровождаться суммой из трех (3) подъемов в пауэрлифтинге (например, "хороший подъем" в каждом движении).

3.1.2. Если два (2) или более спортсменов показывают одинаковый результат, то спортсмен с наименьшим весом тела, определенным в процессе взвешивания, получает более высокий рейтинг. Если оба спортсмена имеют одинаковую массу тела, то спортсмен, показавший результат первым (1), получает более высокое место.

3.1.3. На всех признанных соревнованиях медали будут вручаться первому (1), второму (2) и третьему (3) спортсмену, занявшему первое место в каждой категории, независимо от национальной федерации, как указано в регламенте соревнования и с учетом пункта 1.6.

3.1.3.1. В зависимости от уровня соревнований, медали могут быть присуждены за каждый подъем и в разных возрастных группах.

3.1.3.2. Все спортсмены будут награждены грамотами.

3.1.4. Форма одежды спортсменов для церемонии награждения на соревнованиях: спортивный костюм команды, футболка, спортивная обувь. Контроль формы одежды осуществляет технический контролер соответствующего соревновательного потока. Несоблюдение требований по форме одежды на награждении лишает спортсмена права на получение медали (медалей), хотя занятое им место в итоговом протоколе сохраняется

3.1.5. Церемонии награждения могут проводиться сразу после окончания сессии соревнований или в конце дня соревнований.

#### **3.2. Награды**

3.2.1. На всех признанных соревнованиях, в соответствии с пунктом 1.6, командные награды будут присуждаться первой (1), второй (2) и третьей (3) командам по очкам для каждого пола, на основе результатов шести (6) лучших спортсменов по общему рейтингу.

3.2.1.1. Если результаты одинаковы:

Команда, набравшая большее количество первых (1-е) мест, займет первое (1-е) место.

При равенстве очков команда, занявшая второе (2-е) место, становится первой (1-е), и так далее.

При равенстве очков команда, имеющая лучшего спортсмена, использующего очки "Хороший подъем", займет первое место (1), и так далее.

3.2.1.2. Очки начисляются в соответствии с рейтингом спортсмена в своей весовой категории.

Рейтинг	Баллы
1-й	12
2-й	9
3-й	8
4-й	7
5-й	6
6-й	5
7-й	4
8-й	3
9-й	2
...	1

3.2.2. На всех признанных соревнованиях и с учетом пункта 1.6, награда лучшему спортсмену будет присуждаться спортсменам, занявшим первое (1-е) место в открытом чемпионате, которые показали лучший результат, основанный на баллах "Хороший подъем" в сумме и жиме штанги лежа.

3.2.3. Дополнительные награды могут быть присуждены в соответствии с регламентом соревнования.

### 3.3. Мировые рекорды

3.3.1. IBSA будет признавать и вести учет для всех возрастных групп и полов по следующим показателям:

- Приседание
- Жим лежа (пауэрлифтинг)
- Жим лежа (одиночный подъем)
- Тяга
- Сумма

3.3.2. Рекорды в приседании, жиме лежа (пауэрлифтинг), мертвой тяге и сумме должны сопровождаться суммой трех (3) подъемов в пауэрлифтинге (например, "хороший подъем" в каждом движении).



- 3.3.3. Спортсмен может попытаться побить рекорд на санкционированных чемпионатах и играх при следующих условиях:
- Судьи должны иметь международный сертификат и быть членами национальной федерации;
  - Присутствие жюри обязательно;
  - Антидопинговое тестирование проводится в соответствии с правилами IBSA, IPC и WADA;
  - Спортсмен должен быть зарегистрирован в соответствующей весовой категории;
  - Спортсмен может побить рекорд в своей возрастной группе, даже если она не представлена на чемпионате;
  - Спортсмен может зарегистрировать общий результат, кроме жима лежа.
- 3.3.4. Как только будет установлен новый рекорд, любой спортсмен, желающий попытаться установить новый рекорд, должен превзойти предыдущий минимум на 0,5 кг.
- 3.3.5. В случае, если два (2) спортсмена достигли одинакового суммарного рекорда, рекордсменом будет спортсмен с наименьшим весом тела, определенным в процессе взвешивания. Если оба спортсмена имеют одинаковую массу тела, то рекордсменом будет спортсмен, побивший рекорд первым (1).

#### **4. Технические должностные лица**

- 4.1. IBSA и Спортивный комитет в сотрудничестве с оргкомитетом назначают технических официальных лиц, указанных в данном разделе, на соревнования.
- 4.2. Технические судьи должны иметь действующую сертификацию IBSA, полученную в результате успешного прохождения курса обучения и сдачи экзаменов.
- 4.3. Технические официальные лица должны соблюдать Кодекс поведения и этики IBSA, включая:
- Не комментировать, не получать никаких документов или отчетов о ходе соревнования во время самого соревнованич.
  - Не пытаться повлиять на решение других людей.
- 4.4. Каждая зарегистрированная национальная федерация может назначить до трех (3) международных технических официальных лиц для работы на соревнованиях.
- 4.4.1. Принимающая национальная федерация может иметь большее количество судей.
- 4.5. Технический делегат составляет и ведет график дежурств технических официальных лиц, отбирая технических официальных лиц по весовым категориям и сессиям, демонстрируя их компетентность на признанных соревнованиях.
- 4.5.1. Директор Технических Судей определит, к какой Категории отнести каждого Технического Судью.
- 4.5.2. Если категория и/или сессия состоят из более чем одной (1) группы, все группы должны иметь одних и тех же рефери.

## 4.6 Судьи

- 4.6.1. На всех признанных соревнованиях должны быть назначены три (3) судьи, которые будут оценивать подъемы каждого спортсмена в сессии в соответствии с техническими правилами и регламентом.
- 4.6.2. По возможности, в состав судей должны входить технические судьи первой категории (1).
- 4.6.2.1. По возможности, в состав судей должны входить представители разных стран.
- 4.6.3. Судьи должны располагаться так, чтобы иметь беспрепятственный обзор подъемов спортсменов из центра (главный судья), слева (левый боковой судья) и справа (правый боковой судья).
- 4.6.3.1. Три (3) судьи могут занять позиции, которые они считают наиболее удобными для наблюдения за помостом во время каждого из трех (3) подъемов. Однако главный судья всегда должен оставаться видимым для спортсмена, выполняющего приседание или жим лежа, а боковые судьи должны быть видимы для главного судьи, чтобы он мог видеть, когда судья поднимает руку.
- 4.6.3.2. Во время жима штанги лежа главный судья должен находиться с передней стороны стойки.
- 4.6.4. Перед началом соревнований судьи должны:
- Убедиться, что техническое оборудование соответствует техническим правилам и положениям. Второй (2-й) комплект стойки и грифа в готов к замене в случае повреждения.
  - Проверить, что все весы откалиброваны.
  - Провести процедуру взвешивания.
  - Провести проверку личной экипировки.
- 4.6.5. Во время соревнований судьи должны:
- Проверить, что вес штанги соответствует заявленному весу; Главный судья должен подать сигнал диктору "Штанга установлена" и опускает руку.
  - Главный судья должен подавать следующие сигналы для подъемов:

Подъем	Начало	Окончание
Приседание	движение руки вниз вместе с отчетливой командой «сесть» («Squat»)	Видимый сигнал, состоящий из движения руки назад вместе с отчетливой командой "стойки"

<b>Жим лежа</b>	<p>Видимый сигнал, состоящий из движения руки вниз вместе с отчетливой командой "старт".</p> <p>Для выполнения жима: отчетливая команда "жать" с движением руки вверх, после того как, штанга была зафиксирована в неподвижном положении на груди</p>	<p>Видимый сигнал, состоящий из движения руки назад вместе с отчетливой командой "стойки")</p>
<b>Тяга</b>	Сигнал не требуется.	<p>Видимый сигнал, состоящий из движения руки вниз вместе с отчетливой командой "вниз")</p>

- Перед началом приседания и жима лежа боковые судьи должны поднять руки и удерживать их в этом положении до тех пор, пока спортсмен не займет правильную стартовую позицию. Если большинство судей обнаружит ошибку, главный судья не даст сигнал к началу упражнения.
- Судьи должны высказать свои сомнения, если личное снаряжение спортсмена не соответствует техническим правилам и требованиям.
- После завершения попытки спортсмена и/или убора штанги в стойку судьи должны оценить подъем как "Вес взят" или "Вес не взят" в соответствии с Правилами соревнований по подъему. 4.6.6. Главный судья несет единоличную ответственность за принятие решений по ошибкам. До и после анализа ошибки он должен немедленно дать указания судье по хронометражу, диктору и маршалу.

4.6.7. Главный судья должен управлять и направлять ассистентов во время сессии, в том числе дать указание почистить гриф

4.6.8. После окончания соревнований три (3) судьи должны подписать официальные протоколы и любые другие документы, требующие подписи.

## 4.7. Жюри

4.7.1. На всех мировых и региональных чемпионатах и играх должно быть назначено жюри, которое будет следить за судейством каждой сессии в соответствии с техническими правилами и регламентами.

4.7.2. Жюри должно состоять из трех (3) технических чиновников категории 1.

4.7.2.1. По возможности, в состав жюри должны входить представители разных стран.

- 4.7.3. Члены жюри должны быть размещены так, чтобы они могли без помех видеть ход соревнований
- 4.7.4. Во время соревнований жюри большинством голосов может отстранить любого судью от судейства, если, по мнению жюри, он некомпетентен.
- 4.7.5. Жюри имеет право отменить решение судей в следующих случаях:
- Если была допущена серьезная ошибка, противоречащая настоящим Правилам;
  - Жюри может предпринять меры для исправления ошибки (например, предоставить спортсмену дополнительную попытку);
  - Жюри рассматривает только судейские решения «два к одному».
  - Жюри может изменить решение единогласным голосованием и после консультации с рефери.
  - Когда протест подан спортсменом и/или его тренером.
  - Жюри может отменить решение судей, используя вышеуказанные методы после консультации с судьями.
- 4.7.6. Если у главного судьи или технического контролера возникают сомнения по поводу личного снаряжения спортсмена, председатель жюри должен осмотреть эти предметы. Если на спортсмене будет обнаружен предмет, не одобренный в процессе проверки экипировки, или запрещенный предмет, спортсмен будет немедленно дисквалифицирован с соревнований.

#### **4.8. Другие технические лица**

- 4.8.1. Технический делегат: Технический делегат отвечает за общее руководство соревнованиями вместе с Комитетом, оргкомитетом и техническими официальными лицами. Основные обязанности включают, но не ограничиваются следующим:
- Планирование и проведение технического совещания перед соревнованиями
  - Составление и ведение графика дежурств технических сотрудников
  - Формирование расписания соревнований
  - Совместно с судьей-секретарем готовит всю документацию по соревнованию и жеребьевке
  - Контролирует каждую сессию соревнований, начиная со взвешивания и заканчивая церемонией награждения
- 4.8.2. Диктор (комментатор): Диктор является "мастером церемонии" и отвечает за эффективное проведение соревнований. Он объявляет попытку спортсмена, раунд и имя в правильном порядке после сигнала главного судьи, а также делает другие необходимые объявления.
- Диктор дает информацию ассистентам по необходимой загрузке веса.
  - Он объявляет попытку спортсмена в правильном порядке (номер попытки, вес попытки, национальная федерация, имя спортсмена).
  - Диктор заранее уведомляет о фамилии следующего спортсмена.
  - Он объявляет решение судей: "Вес взят" или "Вес не взят".
- 4.8.3. Хронометрист: Хронометрист отвечает за точный контроль времени соревнований, особенно времени попытки спортсмена после объявления его имени на английском языке.
- 4.8.4. Маршал: Маршал отвечает за регистрацию попыток, вносит все изменения в карточки попыток и передает их судье-секретарю и диктору.

4.8.5. Технические контролеры: Технические контролеры отвечают за управление зоной разминки и контролируют доступ спортсменов на помост перед их попытками подъема. Они также контролируют, чтобы спортсмены использовали только одобренную личную экипировку и оборудование.

4.8.6. Секретари: Секретари отвечает за точную регистрацию хода соревнований, результатов, организует подписание официального протокола результатов и других необходимых документов.

4.8.7. Страховые (ассистенты): Страховые (ассистенты) отвечают за погрузку и загрузку штанги, регулировку стоек, поддержку спортсменов в стойках и обеспечивают безопасность. Они также управляют техническим оборудованием по указанию главного судьи.

4.8.7.1. На платформе должны быть от 3 до 5 страховых (ассистентов).

4.8.7.2. Страховые (ассистенты) могут помогать спортсменам в их попытках, но только до или после попытки, а не во время самой попытки. Они могут помогать спортсменам только по указанию главного судьи или самого спортсмена в случае возможной травмы.

4.8.7.3. Страховые (ассистенты) должны иметь необходимые знания и быть одобрены техническим делегатом.

4.8.7.4. Тренер спортсмена может помочь своему спортсмену с передачей штанги, но должен быстро покинуть помост.

## 4.9. Форма

4.9.1. Ниже приведена форма технических судей:

	Мужчины	Женщины
<b>Верх</b>	<u>Зима:</u> Темно-синий блейзер со значком на левой груди, белая рубашка с галстуком. <u>Лето:</u> Белое платье-рубашка.	<u>Зима:</u> Темно-синий блейзер со значком на левой груди, белая рубашка/блузка с галстуком. <u>Лето:</u> Белое платье-рубашка/блузка.
<b>Низ</b>	Серые брюки-платье	Серые брюки или юбка
<b>Обувь</b>	Черные/темные туфли	Черные/темные туфли
<b>Примечания</b>	Красные значки и галстуки вручаются техническим судьям категории 1. Синие значки и галстуки вручаются техническим судьям категории Жюри решает в какой форме должны быть судьи.	

<b>Страховые (ассистенты)</b>	<u>Верх:</u> футболка для соревнований (или футболка другого цвета) <u>Низ:</u> Брюки спортивного костюма одного цвета <u>Обувь:</u> Спортивная обувь
-----------------------------------	---

4.9.2. На играх или других соревнованиях, где форма предоставляется Оргкомитетом, по указанию технического делегата можно носить эту форму. Если форма не предусмотрена, технические официальные лица должны носить обычную форму.

## 4.10. Спортивный комитет

4.10.1. Спортивный комитет состоит из председателя и других членов.

4.10.2. Члены Спортивного комитета должны быть официально назначены IBSA своими национальными федерациями.

4.10.3. Решения, касающиеся данного вида спорта, должны быть утверждены Спортивным комитетом IBSA по пауэрлифтингу.

4.10.4. Основные обязанности Спортивного комитета включают:

- Управление техническими правилами и регламентами с учетом мнения сообщества;
- Организация календаря признанных соревнований и его согласование с Исполнительным комитетом IBSA;
- Реализация инициатив в области образования и развития для продвижения спорта;
- Координация назначения технических официальных лиц на признанные соревнования.

## Приложение 1: Место проведения и оборудование

### 5.1. Место проведения

5.1.1. Дополнительная информация приведена в Приложении 2.

### 5.2. Техническое оборудование

5.2.1. Спортивный комитет IBSA по пауэрлифтингу признает использование одобренных Международной федерацией пауэрлифтинга поставщиков технического оборудования.

5.2.1.1. Если необходимо сделать исключение, оно должно быть одобрено техническим делегатом соревнований.

5.2.2. Весы: Весы, используемые на всех признанных соревнованиях, должны быть электронными и регистрировать вес с точностью до второго (2-го) десятичного знака до ста восьмидесяти (180) кг. Сертификат калибровки должен быть действителен в течение одного (1) года с даты проведения соревнований.

5.2.3. Помост: Помосты, используемые на всех признанных соревнованиях, должны соответствовать следующим требованиям:

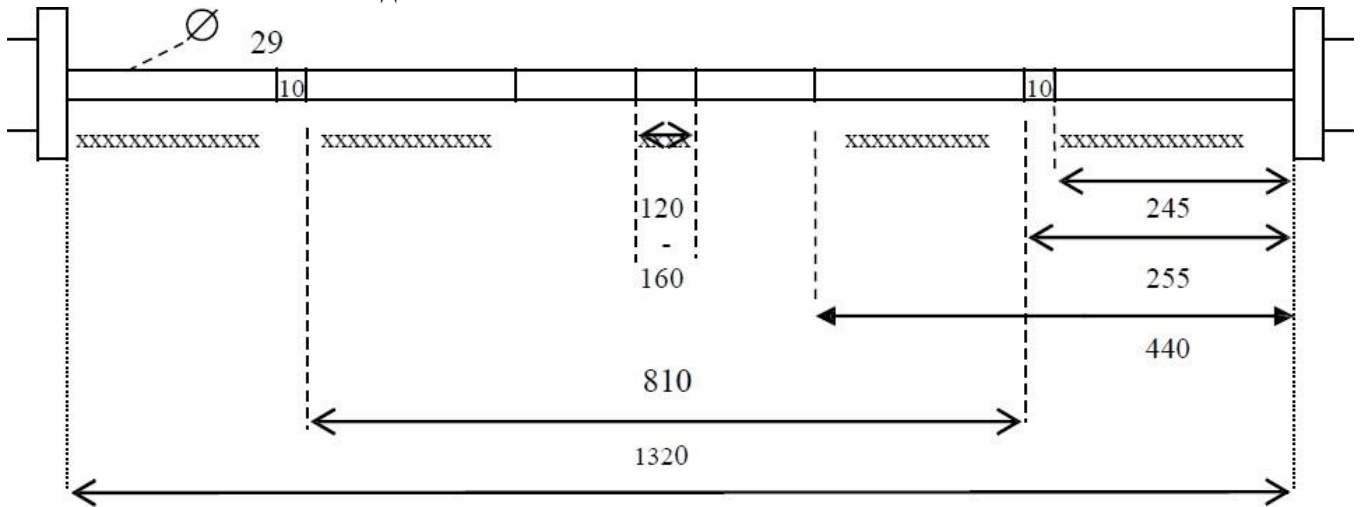
- Размеры минимум 2,5×2,5 м и максимум 4,0×4,0 м.
- Помост не должен возвышаться более чем на 10 см от сцены или пола.
- Поверхность помоста должна быть плоской, твердой, горизонтальной и накрыта материалом из нескользкого и гладкого коврового покрытия (т.е. на поверхности помоста не должно быть неровностей и выступов). Не разрешается использовать резиновые маты или подобные листовые материалы.

5.2.4. Гриффы и диски: Гриффы и диски, используемые на всех признанных соревнованиях, должны соответствовать следующим требованиям:

- Диски должны быть от утвержденных поставщиков.
- Используйте только "дисковые" штанги.
- Гриффы должны соответствовать следующим размерам:
  - Общая габаритная длина - не более двухсот двадцати (2,2) см.
  - Расстояние между торцами воротника - не должно превышать сто тридцать два (132) см или быть менее ста тридцати двух (132) см.
  - Диаметр прутка - не должен превышать двадцать девять (29) мм или быть менее двадцати восьми (28) мм.
  - Вес штанги и хомутов - до двадцати пяти (25) кг.
  - Диаметр гильзы не должен превышать пятьдесят два (52) мм или быть менее пятидесяти (50) мм.
  - Должна быть нанесена разметка по диаметру или прутки должны быть обмотаны лентой таким образом, чтобы между разметкой или лентой оставалось восемьдесят один (81) см.
- Гриффы должны быть прямыми, иметь хорошую насечку
- Начиная с 2008 года, расстояния "насечки" на гриффах, одобренных IBSA Powerlifting, станут стандартными, основанными на одном из

первоначально одобренных грифов (Спортивный комитет IBSA Powerlifting признает только штанги, одобренные IPF).

- 5.2.4.1. Гриф не должен меняться во время соревнований, за исключением случаев, когда он погнут или поврежден каким-либо образом, в таком случае решение выносит судья, жюри или технический делегат.



- 5.2.5. Диски: Диски, используемые на всех признанных соревнованиях, должны соответствовать следующим требованиям:

- Все диски, применяемые на соревнованиях, должны весить в пределах 0,25 %, или 10 г от указанного веса.

Вес диска (кг)	Мин. (кг)	Макс.(кг)
25	24.9375	25.0625
20	19.95	20.05
15	14.9625	15.037
10	9.975	10.025
5	4.9875	5.0125
2.5	2.49	2.51
1.25	1.24	1.26
0.5	0.49	0.51
0.25	0.24	0.26

- Диаметр отверстия в середине диска не должен превышать пятьдесят три (53) мм или быть меньше пятидесяти двух (52) мм.
- Диски должны состоять из такого набора: один с четвертью (1,25) кг, два с половиной (2,5) кг, пять (5) кг, десять (10) кг, пятнадцать (15) кг, двадцать (20) кг и двадцать пять (25) кг.



- Для установления нового рекорда могут использоваться более легкие диски, чтобы общий вес штанги был как минимум на 0,5 кг, 1,0 кг, 1,5 кг или 2,0 кг больше, чем у существующего рекорда.
- Диски, весом 20 кг и более не должны быть толще 6 см. Диски весом 15 кг и менее не должны быть толще 3 см.  
Резиновые диски не обязательно должны соответствовать указанной толщине.
- Диски должны соответствовать следующему цветовому коду:

Диск	Цвет
25	Красный
20	Голубой
15	Желтый
10 и ниже	Любой

- На всех дисках должен быть четко указан их вес;
- Диаметр самых больших дисков не должен превышать сорока пяти (45) см.

5.2.5.1. Диски следует загружать следующим образом:

- В соответствии с приложением: Диаграмма загрузки диска;
- Все диски должны надеваться в определенной последовательности: более тяжелые – внутри, затем более легкие – в нисходящем весовом порядке, чтобы судьи могли видеть маркировку каждого диска.

5.2.6. Замки: Необходимо использовать два (2) замка, каждый весом два с половиной (2,5) кг.

5.2.7. Стойки для приседаний: Стойки для приседаний, используемые на всех признанных соревнованиях, должны соответствовать следующим требованиям:

- Стойки для приседаний должны быть от утвержденных поставщиков.
- Стойки должны быть такими, чтобы можно было регулировать их высоту – от 1,00 м в нижнем положении, до 1,70 м в верхнем положении, с шагом 2,5 см.
- Все стойки должны иметь возможность фиксации на требуемой высоте с помощью штырей.

5.2.8. Скамья: Скамьи, используемые на всех признанных соревнованиях, должны соответствовать следующим требованиям:

- Скамьи должны быть от утвержденных поставщиков.
- Скамьи должны соответствовать следующим размерам:
  - Длина - не менее ста двадцати двух (122) см, должна быть ровной и горизонтальной.

- Ширина - не менее двадцати девяти (29) см и не более тридцати двух (32) см.
- Высота – не менее 42 см и не более 45 см, измеренная от пола до верха несжатой подушечной поверхности скамьи. Высота стоек должна быть регулируемой: от минимума в 75 см и до максимума 110 см, измеренная от пола до грифа на стойках
- Минимальное расстояние между стойками, измеряемое по внутренней части грифа, лежащего на стойках, должно быть равно 1,10 м.
- Головная часть скамьи должна выступать на 22 см от середины стоек. Допускается отклонение этого размера на 5 см в любую сторону.
- Скамья должна быть оборудована специальными страхующими стойками, обеспечивающими безопасность при выполнении жима штанги лежа и применяемыми на всех соревнованиях. Минимальная высота стоек безопасности должна быть 50 см, иметь 10 отверстий с шагом 2,5 см и длину 50 см.

5.2.9. Блоки для ног: Для обеспечения твердой опоры ног спортсменов может использоваться ровные плиты или блоки; они должны соответствовать следующим требованиям:

- минимальный размер должен составлять шестьдесят (60) см на сорок (40) см.
- высота не должна превышать тридцати (30) см
- должны быть предоставлены блоки высотой 5 см, 10 см, 20 см и 30 см для подкладывания под ступни ног.

5.2.10. Использование оборудования, не соответствующего данным Правилам и Положениям, приведет к аннулированию результатов соревнований и любых достигнутых рекордов.

### **5.3. Оборудование для подсчета очков**

5.3.1. Часы: В зонах соревнований (игровое поле и зоны разминки) должны быть установлены часы, отображающие обратный отсчет времени до начала соревнований, время подъема и прошедшее время ("Табло попыток").

5.3.2. Сигнализация: На соревнованиях должна быть смонтирована система световой сигнализации, с помощью которой судьи могли бы сообщать о своих решениях. Каждый судья управляет лампами световой сигнализации белого и красного цвета. Эти два цвета означают соответственно «Попытка засчитана» («Good lift») и «Попытка не засчитана» («No lift»). Лампы световой сигнализации располагаются горизонтально в соответствии с расположением трех судей. Световая сигнализация может быть проводной или беспроводной/электронной, она должна быть устроена так, чтобы лампочки загорались одновременно, а не по отдельности, как их включают судьи. В случае необходимости, например при поломке электрической сигнализации, судьи должны иметь флажки или карточки белого и красного цветов

5.3.2.1. По возможности система должна включать цвета для неудачной попытки, если это невозможно, следует использовать карточки или аналогичные предметы (например, весла, флажки и т. д.).

5.3.3. Основное табло: На игровом поле должно быть установлено табло, отображающее следующую информацию:

- Имя спортсмена
- Название или код федерации
- Номер
- Круг
- Вес попытки
- Судейские очки

5.3.4. Соревновательное табло: Большой дисплей/монитор табло должен быть размещен на видном месте рядом с игровым полем для зрителей, технических судей и спортсменов. Дополнительный дисплей/монитор табло должен быть установлен в зоне разминки.

5.3.4.1. Имена спортсменов должны быть упорядочены для сессии, по попыткам подъема, а затем по номеру.

5.3.4.2. Табло должно быть представлено в формате, аналогичном приведенному ниже; дополнительные соображения должны быть приняты для сессий с несколькими группами и/или категориями веса тела.

				S Q			B P			SUB TO T	D L			TO T	МЕСТ О
LO T	ИМ Я	N F	B W	R 1	R2	R 3	R 1	R2	R 3		R 1	R2	R 3		

5.3.5. Технические документы: Обзор технических документов и их шаблонов приведен в Приложении X.

## 5.4. Персональное оборудование

5.4.1. На всех признанных соревнованиях все спортсмены должны носить/использовать личное снаряжение, соответствующее данным правилам и положениям.

5.4.2. В целях безопасности запрещается носить любые предметы экипировки, которые не указаны в официальном документе (например, кольца, часы, ожерелья и т.д.).

5.4.3. Как минимум, спортсмен должен быть одет в костюм, футболку и обувь, в том числе во время носки, закрывающие голень.

5.4.4. Спортивный костюм: Спортсмен должен носить один неподдерживающий спортивный костюм, соответствующий следующим требованиям:

- Костюм должен представлять собой цельное по всей длине трико и сидеть на атлете без провисания.
- Костюм должен быть выполнен из ткани или синтетического текстиля, такого, чтобы костюм не оказывал спортсмену помощи при выполнении любого из соревновательных упражнений.
- Материал костюма должен быть одинарной толщины, исключая область промежности, где допускается использование дополнительного усиливающего слоя материала, не превышающего размер 12x24 см.
- У костюма должны быть штанины длиной от 3 до 25 сантиметров, будучи измеренными у костюма, надетого на атлета в положении стоя, от середины промежности вниз вдоль внутренней стороны ноги атлета;
- Костюм может быть одноцветным или разноцветным.
- На костюме разрешены только следующие логотипы или эмблемы:
  - Имя спортсмена
  - Страна/организация спортсмена
  - Соревнование
  - Логотип/идентификация производителя
  - логотипы или эмблемы, оговоренные в пункте правил «Логотипы спонсоров»

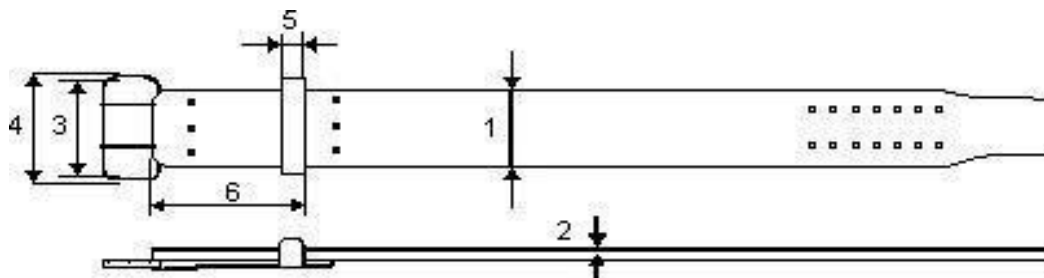
5.4.5. Футболка: Одна (1) футболка должна быть надета спортсменом под костюм, она должна удовлетворять следующим требованиям:

- Футболка должна быть изготовлена из ткани или синтетического текстиля.
- Должна содержать частей из прорезиненного или подобного растягивающегося материала, не должна иметь усиленных швов или карманов, а также пуговиц или молний. Исключение составляет усиленный слой ткани круглого ворота.
- Футболка должна иметь плотно прилегающие рукава. Они должны заканчиваться ниже дельты, но не должны заходить на локоть или его закрывать. Спортсмен не должен подтягивать или закатывать рукава футболки выше дельтовидной мышцы во время выступления на соревнованиях.
- Футболка может быть одноцветной или многоцветной.
- Не должно быть никаких логотипов или эмблем, за исключением следующих разрешенных:
  - Имя спортсмена
  - Страна/организация спортсмена
  - Соревнование
  - Логотип/идентификация производителя
  - Логотипы или эмблемы спонсоров в соответствии с правилами

5.4.6. Трусы: Спортсмен должен надеть под костюм трусы, соответствующие следующим требованиям:

- Стандартные фабричные "спортивные трусы" или стандартные фабричные трусы из любой смеси хлопка, нейлона или полиэстера.
- Под костюм не разрешается надевать спортивные плавки или другие предметы одежды, состоящие из прорезиненного или подобного растягивающегося материала за исключением прорезиненной тесьмы в области талии.

- 5.4.7. Бюстгальтер: Женщины могут также надеть фабричный или спортивный бюстгальтер, соответствующий следующим требованиям:
- При размещении на столе он должен лежать абсолютно ровно.
  - Не должно быть никаких усилений, подкладок, ремней на липучках, а также изменений или усовершенствований, таких как усиленные швы, внешние ребристые материалы, дополнительные нашивки, подкладки, поддержка, карманы, кнопки или молнии.
- 5.4.8. Носки: На каждой ноге спортсмена может быть надет один (1) носок, соответствующий следующим требованиям:
- Может быть любого цвета.
  - Может иметь логотип/идентификацию производителя
  - Носки должны быть такой длины, чтобы не соприкасаться с наколенником
- 5.4.8.1. Между носком и голенью можно надеть легкий защитный щиток.
- 5.4.8.2. Во время выполнения становой тяги спортсмены должны надевать носки с длинной голенью, закрывающие и защищающие голень.
- 5.4.9. Пояс (ремень): Спортсмен может носить один (1) пояс, соответствующий следующим требованиям:
- Его следует надевать поверх костюма.
  - Пояс изготавливается из кожи, винила или иного подобного, не растягивающегося материала. Из одного или нескольких слоев, склеенных и (или) прошитых между собой.
  - Пояс не должен иметь дополнительных мягких прокладок, скреплений или подпорок из любого иного материала снаружи или внутри пояса.
  - Петля для языка пояса крепится к ремню рядом с пряжкой посредством заклепок и (или) пришивается.
  - Ремень может иметь пряжку с одним (1) или двумя (2) зубцами или пряжку типа "quick release" ("quick release" означает рычаг).
  - Размеры:
    - Ширина ремня не более 10 (десяти) см.
    - Толщина ремня не более тринадцати (13) мм в основной части.
    - Внутренняя ширина пряжки не более одиннадцати (11) см.
    - Внешняя ширина пряжки не более тринадцати (13) см.
    - Максимальная ширина петли для языка на ремне - пять (5) см.
    - Расстояние между передним концом пояса у пряжки и дальней стороной петли для языка пояса – максимум 25 см
  - Ремень может быть одноцветным или многоцветным.
  - Не должно быть логотипов, эмблем или следующих элементов:
    - Имя спортсмена
    - Страна/организация спортсмена
    - Событие
    - Логотип/идентификация производителя
    - Логотипы спонсоров



5.4.10. Обувь: Во время выполнения упражнений атлет должен надевать обувь:

- Подошва не выше пяти (5) см.
- Подошва обуви должна быть плоской, то есть без каких-либо выступов, неровностей или изменений от стандартного исполнения.
- Толщина внутренних стелек, которые не являются частью фабрично изготовленной обуви, не должна превышать 1 см.
- На соревнованиях обувь применяется только в виде спортивных ботинок (туфель), кроссовок, специальных ботинок для других видов спорта (например, борьбой, баскетболом).

5.4.11. Повязки: Спортсмен может надеть на каждое запястье по одной (1) повязке, которая соответствует следующим требованиям:

- Изготовлены из однослойной эластичной ткани коммерческого плетения, покрытой полиэстером, хлопком или комбинацией обоих материалов, или медицинского крепа.
- Ширина намотки от середины запястья вверх – не более 10 см и вниз (на кисть) – не более 2 см. Общая ширина – не более 12 см
- Можно использовать бинты, не превышающие 1 м в длину и 8 см в ширину.
- Длина специальных бинтов в виде «рукава» вместе с имеющимися «липучками» для закрепления не должна быть более 1 м.
- можно применять специальные напульсники шириной не более 12 см. Комбинация их с бинтами не разрешается.
- Может иметь логотип/идентификацию производителя.

5.4.12. Наколенники: Спортсмен может надеть по одному наколеннику на каждое колено, если они соответствуют следующим требованиям:

- Наколенники должны быть выполнены полностью из одного слоя неопрена или в основном из неопрена плюс один дополнительный слой неподдерживающей ткани на нем. На неопрене могут присутствовать прошитые полоски ткани. Конструкция наколенников не должна обеспечивать заметной поддержки при выполнении упражнений.
- Максимальная толщина наколенников не должна превосходить 7 мм, а максимальная длина – 30 см.
- Наколенники не должны иметь дополнительных лямок, липучек, затягивающихся шнурков и подобных поддерживающих устройств как внутри, так и снаружи. Наколенники должны быть непрерывными цилиндрами без отверстий в неопрене или другом покрывающем их материале
- Будучи надетыми на спортсмена во время соревнований, наколенники не должны соприкасаться с костюмом или носками

спортсмена и своей серединой должны находиться на коленном суставе спортсмена.

- Разрешено наличие логотипа или идентификации производителя.

5.4.13. Медицинский пластырь: Спортсмен может использовать медицинский пластырь, если соблюдает следующие правила:

- Два слоя медицинской ленты (пластыря) можно наматывать вокруг больших пальцев. Запрещается использовать медицинскую ленту или ее аналог где-либо на теле без официального разрешения жюри или старшего судьи. Медицинская лента не должна использоваться для оказания помощи спортсмену при подъеме штанги.
- Если на соревновании нет жюри или медицинского персонала, главный судья может разрешить использование медицинского пластыря.
- С разрешения жюри официальный врач соревнований или дежурный фельдшер могут накладывать медицинскую ленту на травмированные части тела. Однако при этом повязка не должна создавать преимущества при подъеме штанги.

5.4.14. Головной убор: Спортсмен может надеть один головной убор, соответствующий следующим требованиям:

- одноцветный, без рисунка или узора
- изготовлен из однослойной ткани
- должен плотно прилегать к голове.
- головной убор должен быть без каких-либо усилений, таких как набивки, усиленные швы, внешние ребристые материалы, дополнительные заплатки, набивки, карманы, пуговицы, молнии, блестки или украшения
- не должны полностью закрывать лицо или спускаться ниже уровня шеи
- может иметь логотип/идентификацию производителя

5.4.15. Другие элементы экипировки: Один (1) дополнительный комбинезон или пара нарукавников могут быть надеты спортсменом под спортивный костюм и/или под футболку; они могут закрывать локти и/или колени, в соответствии со следующим:

- Должен быть одноцветным, без рисунка или узора
- Однослойный, разрешается двухслойный край изделия.
- Плотно прилегать к телу спортсмена.
- Не должно быть никаких усилений, проводов, набивки, изменений или улучшений, таких как усиленные швы, внешние ребристые материалы, дополнительные заплатки, набивка, поддержка, карманы, пуговицы, воротники, молнии, блестки или украшения
- Если это комбинезон, то он может состоять из одной (1) или из двух разных частей, которые можно носить вместе или отдельно
- Может иметь логотип/идентификацию производителя

5.4.16. Прочее:

- Строжайше запрещается использование масла, мазей или другой смазки на теле, костюме или предметах экипировки.
- Разрешается использование (нанесение на тело или предметы экипировки, за исключением бинтов) детской присыпки, канифоли, талька или магнезии.

- Использование любого вида клея на нижней стороне обуви строго запрещено. Это относится к любому клею, наждачной бумаге, канифоли, магнезии и т.д. Допускается смачивание водой.
- Запрещается использование каких-либо инородных веществ для обработки оборудования для пауэрлифтинга, за исключением тех, которые периодически используются в качестве стерилизующих средств оргкомитетом
- Ношение головных уборов во время выступления на помосте строго запрещено
- Очки и мундштуки разрешены и не нуждаются в проверке.



## 6. Приложение 2: Требования к месту проведения соревнования

	Технические характеристики
Зал соревнований	<p>a) Зал размером не менее 30x10 м, достаточно просторный для размещения судейских столов и кресел для зрителей</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• хорошее освещение</li></ul> <p>b) Одна платформа и следующее сертифицированное оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Гриф</li><li>• Замки</li><li>• Диски:<ul style="list-style-type: none"><li>i. 14x 25 кг</li><li>ii. 2x 20 кг</li><li>iii. 2x 15 кг</li><li>iv. 2x 10 кг</li><li>v. 2x 5 кг</li><li>vi. 2x 2,5 кг</li><li>vii. 2x 1,25 кг</li><li>viii. 2x 1 кг</li><li>ix. 2x 0,5 кг</li><li>x. 2x 0,25 кг</li></ul></li><li>• Платформа</li><li>• Стойка для приседаний</li><li>• Скамья</li><li>• Стойки для дисков</li><li>• Блоки для ног высотой пять (5) см, десять (10) см, двадцать (20) см и тридцать (30) см</li><li>• Коробка для мела</li><li>• Мел</li><li>• Судейские флажки (три белых, три красных)</li></ul> <p>b) Баннер на платформе размером не менее 5x3 м с логотипами IBSA и соревнований</p> <p>c) Динамик с подключением к микрофону</p> <p>d) Беспроводной микрофон для диктора</p> <p>e) Один дисплей/проектор/телевизор с подключением к системе подсчета очков (не менее 50 дюймов) <i>демонстрационное табло</i></p> <p>f) Один дисплей/проектор/телевизор с подключением к системе подсчета очков (не менее 50 дюймов) <i>соревновательное табло</i></p> <p>g) Один монитор с подключением к системе подсчета очков (не менее 13 дюймов)</p>

	<p>h) Чистящие средства</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Метла</li> <li>• Швабра</li> <li>• Ведро</li> <li>• Щетка для чистки</li> <li>• Пылесос</li> <li>• Полотенца</li> <li>• Чистящий раствор (например, 10% Clorox)</li> </ul> <p>i) Бутилированная вода</p> <p>j) Столы и стулья для технических официальных лиц и ассистентов</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Три для Рефери</li> <li>• Пять для Страхующих (ассистентов)</li> <li>• Четыре для жюри и технического делегата</li> <li>• Шесть для других судей</li> <li>• Система подсчета очков <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Два ноутбука с портами HDMI <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ WiFi подключение к интернету (выделенная линия с минимальной скоростью загрузки/выгрузки 10 Мб/с)</li> <li>▪ Три планшета/смартфона</li> <li>▪ Удлинитель с возможностью не менее 4 подключений</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
--	---

Требование	Технические характеристики
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ HDMI-сплиттер с минимум 4х выходными портами</li> <li>▪ HDMI-кабель <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 штуки по 1 м</li> <li>• 3 штуки по 50 м</li> </ul> </li> </ul> <p>к) Принтер</p> <p>l) Бумага</p> <p>м) Канцелярские товары</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ручки синего/черного/красного цвета</li> <li>• Белая/перьевая корректирующая лента</li> <li>• Маркеры</li> </ul>
<b>Разминочная зона</b>	<p>a) Зал размером не менее 30x10</p> <p>b) Минимум четыре платформы и следующее сертифицированное оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гриф</li> <li>• Замки</li> <li>• Диски: <ul style="list-style-type: none"> <li>i. 10x 25 кг</li> <li>ii. 2x 20 кг</li> <li>iii. 2x 15 кг</li> <li>iv. 2x 10 кг</li> <li>v. 2x 5 кг</li> <li>vi. 2x 2,5 кг</li> <li>vii. 2x 1,25 кг</li> </ul> </li> <li>• Платформа</li> <li>• Стойка для приседаний и скамья для жима</li> <li>• Коробка для мела</li> <li>• Мел</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>c) Динамик с подключением к диктофону</li> <li>d) Два телевизора с подключением к системе подсчета очков и прямой трансляции (не менее сорока дюймов)</li> <li>e) Бутилированная вода</li> </ul>
<b>Дополнительные помещения</b>	
<b>Комната протокола</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Пьедестал для награждения</li> <li>b) Стол и стулья для наград и медалей</li> <li>c) Вешалка для одежды и флагштоки для флагов</li> <li>d) Награды и медали в соответствии с уровнем соревнований</li> </ul>
<b>Комната взвешивания</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Комната с закрывающейся дверью с примыкающим помещением, где ожидают своей очереди спортсмены.</li> <li>b) Сертифицированные (калиброванные) цифровые весы с двумя десятичными знаками после запятой</li> <li>c) Стол и стулья для технических судей</li> </ul>
<b>Комната для проверки экипировки</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Примыкает к комнате для взвешивания</li> <li>b) Стол и стулья для технических судей</li> </ul> <p><i>Часто не требуется, так как проверка комплектации проводится после технического совещания за день до соревнований.</i></p>
<b>Раздевалки</b>	Стандартное оборудование
<b>Кабинет врача</b>	Обратитесь к специалисту, чтобы уточнить требования
<b>Кабинет физиотерапии</b>	Обратитесь к специалисту, чтобы уточнить требования
<b>Допинг-контроль</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Комната, которую можно закрыть на ключ</li> <li>b) Прямой доступ к туалету</li> <li>c) Бутилированная вода</li> <li>d) Стол и стул для сотрудников по отбору проб</li> <li>e) Стулья для ожидающих спортсменов</li> </ul>
<b>Офис спортивного комитета</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Принтер</li> <li>b) Ноутбук с подключением к принтеру</li> <li>c) Поставка для бумаги</li> <li>d) Канцелярские товары</li> <li>e) Подключение к Интернету</li> <li>f) Стол и стулья для персонала</li> </ul>
<b>Персонал</b>	

<b>Технические должностные лица</b>	<p>Оргкомитет несет ответственность за назначение необходимого количества официальных лиц для эффективного проведения соревнований. Основные официальные лица указаны в Технических правилах и регламентах IBSA по пауэрлифтингу. Оргкомитет назначает следующих официальных лиц:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Диктор (комментатор) (со знанием английского)</li> <li>b) Хронометрист (предпочтительно квалифицированный судья)</li> <li>c) Маршал</li> <li>d) Секретарь</li> <li>e) Технические контроллеры</li> </ul> <p>Комитет IBSA по пауэрлифтингу назначает следующих официальных лиц:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Представитель технического комитета (1)</li> <li>b) Технический делегат (1)</li> <li>c) Менеджер по подсчету очков (1)</li> <li>d) Технические судьи (до 5)</li> <li>e) Группы классификаторов (до 4) [назначаются непосредственно IBSA]</li> </ul> <p>Количество технических официальных лиц, необходимых для проведения соревнований, зависит от уровня соревнований. Необходимое следующее количество официальных лиц для каждого уровня:</p>																																							
	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>IBSA Игры</th> <th>Чемпионаты мира и региональные чемпионаты</th> <th>Кубки мира</th> <th>Другие соревнования</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Комитет</b></td> <td>4*</td> <td>4*</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td><b>Технический делегат</b></td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td><b>Менеджер по подсчету очков</b></td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td><b>Межд.судьи</b></td> <td>3^</td> <td>3^</td> <td>3^</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td><b>Нац.судьи</b></td> <td>6</td> <td>6</td> <td>6</td> <td>9</td> </tr> <tr> <td><b>Страховые (ассистенты):</b></td> <td>3+3</td> <td>3+3</td> <td>3+3</td> <td>3+3</td> </tr> <tr> <td><b>Итого</b></td> <td><b>21</b></td> <td><b>21</b></td> <td><b>17</b></td> <td><b>17</b></td> </tr> </tbody> </table>		IBSA Игры	Чемпионаты мира и региональные чемпионаты	Кубки мира	Другие соревнования	<b>Комитет</b>	4*	4*	0	0	<b>Технический делегат</b>	1	1	1	1	<b>Менеджер по подсчету очков</b>	1	1	1	1	<b>Межд.судьи</b>	3^	3^	3^	0	<b>Нац.судьи</b>	6	6	6	9	<b>Страховые (ассистенты):</b>	3+3	3+3	3+3	3+3	<b>Итого</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>17</b>
	IBSA Игры	Чемпионаты мира и региональные чемпионаты	Кубки мира	Другие соревнования																																				
<b>Комитет</b>	4*	4*	0	0																																				
<b>Технический делегат</b>	1	1	1	1																																				
<b>Менеджер по подсчету очков</b>	1	1	1	1																																				
<b>Межд.судьи</b>	3^	3^	3^	0																																				
<b>Нац.судьи</b>	6	6	6	9																																				
<b>Страховые (ассистенты):</b>	3+3	3+3	3+3	3+3																																				
<b>Итого</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>17</b>																																				
	<p>^На IBSA Играх, Чемпионатах мира и региональных чемпионатах председатель и 3 судьи входят в состав технического комитета.  ^На Чемпионатах мира, региональных чемпионатах и Кубках мира участвующие страны должны направить одного международного технического официального лица (ИТО).</p>																																							

<b>Волонтеры</b>	<p>a) Страхующие (ассистенты): минимум две (2) взаимозаменяемые команды, состоящие как минимум из трех (3) человек</p> <p>b) Ассистенты допинг-контроля: необходимо как минимум два (2) человека, которые будут сопровождать спортсменов, отобранных для допинг тестирования.</p> <p>c) Протокол: необходимо как минимум три (3) человека для протокола соревнований, например, для организации вручения медалей, наград, включения гимнов.</p> <p>d) При необходимости могут быть назначены дополнительные лица: врачи, парамедики, терапевты и т.д.</p> <p style="padding-left: 40px;">a. Во время всех тренировок и соревнований должен присутствовать волонтер для оказания первой помощи.</p>
<b>Бренд</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бренд "IBSA" является обязательным в названии соревнований. Используется следующий порядок: Год + IBSA + название вида спорта (например, пауэрлифтинг) + тип мероприятия (например, Чемпионат Африки, Чемпионат мира).</li> <li>• Логотип IBSA должен присутствовать во всех официальных объявлениях при каждом упоминании названия соревнований.</li> <li>• Логотип IBSA должен быть частью официального логотипа соревнований.</li> <li>• Логотип IBSA должен присутствовать на всех выпускаемых графических материалах, на официальном сайте соревнований. Он обязательно должен быть частью внешнего вида Игр, в том числе изображён на форме судей</li> </ul>
<b>Размещение</b>	Оргкомитет должен предоставить участвующим федерациям-членам варианты размещения.
<b>Питание</b>	Оргкомитет должен обеспечить подходящие варианты питания для участвующих федераций-членов.
<b>Транспорт</b>	Оргкомитет должен предоставить участвующим федерациям-членам подходящие варианты транспортировки из аэропорта, жилья и места проведения соревнований.
<b>Судьи и классификаторы</b>	<p>Оргкомитет должен покрыть расходы (авиабилеты, виза, туристическая страховка, COVID-19 и другие необходимые тесты, наземный транспорт от дома и обратно, проживание и полный пансион) для следующих лиц:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Представитель технического комитета IBSA (1)</li> <li>• Технический делегат IBSA (1)</li> <li>• Менеджер по подсчету очков IBSA (1)</li> <li>• Международные технические официальные лица IBSA (до 3)</li> <li>• Классификаторы IBSA (до 4)</li> </ul> <p>Данным лицам оргкомитет выплачивает суточные в размере 25 (двадцати пяти) евро в день со дня прибытия до дня отъезда.</p> <p>Исходя из количества заявок, IBSA назначает необходимое количество классификаторов.</p>
<b>Классификация</b>	Оргкомитет обязан с целью организации классификации обеспечить выполнение Правил классификации IBSA и требований Руководства по классификации IBSA.

<b>Антидопинг</b>	Оргкомитет обязан обеспечить соблюдение Правил антидопинга IBSA на соревнованиях. Количество и типы тестов определяются Медицинским комитетом IBSA; обычно это 10% зарегистрированных спортсменов.
<b>Взнос</b>	ЛОС должен оплатить IBSA взнос за участие в соревнованиях за каждого спортсмена в размере двадцати пяти (25) евро не позднее через шесть (6) недель после Соревнования
<b>Медали, кубки и сертификаты</b>	<p>Оргкомитет должен изготовить медали, кубки и грамоты для соревнований на основании количества заявок.</p> <p>В зависимости от уровня и вида соревнований, медали будут присуждаться за первое (1-е), второе (2-е) и третье (3-е) места:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Возрастные группы</li> <li>• Весовые категории</li> <li>• Тяга <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Всего</li> <li>○ Жим лежа</li> <li>○ Приседание (по согласованию IBSA с оргкомитетом)</li> <li>○ Жим штанги лежа (по согласованию IBSA с оргкомитетом)</li> <li>○ Становая тяга (по согласованию IBSA с оргкомитетом)</li> </ul> </li> </ul> <p>Кубки вручаются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Командам (общая, открытая; мужчины и женщины): первое (1-ое), второе (2-ое) и третье (3-е) место</li> <li>• Спортсменам (жим штанги лежа; открытый; мужчины и женщины): первое (1) место <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <i>Дополнительные кубки могут быть определены оргкомитетом</i></li> </ul> </li> </ul> <p>Сертификаты должны быть предоставлены всем аккредитованным участникам (спортсменам, тренерам, администраторам, техническим судьям и т.д.).</p>
<b>СМИ и социальные медиа</b>	Рекомендуется, чтобы сотрудник или волонтер оргкомитета писал статьи и размещал в СМИ и социальных сетях, а также отвечал за сотрудничество с внешними СМИ (например, газетами, радио и телевидением).
<b>Прямая трансляция</b>	Рекомендуется, чтобы оргкомитет обеспечил прямую трансляцию соревнований
<b>Аудио, музыка и протокол</b>	<p>Должна быть предусмотрена аудиосистема для воспроизведения национальных гимнов и другой музыки.</p> <p>Каждая федерация несет ответственность за предоставление в оргкомитет своего национального флага (100x150см) и гимна (на USB) ( во время технического совещания).</p> <p>Если подходы сопровождается музыка, жюри определяет громкость звучания. Музыка отключается, когда атлет берется за гриф штанги в приседании и жиме лежа на скамье и когда начинает поднимать штангу в тяге.</p>

## Типовое расписание

Ниже приводится типовое расписание Чемпионата IBSA по пауэрлифтингу. Расписание может быть изменено после окончания приема заявок и технического совещания.

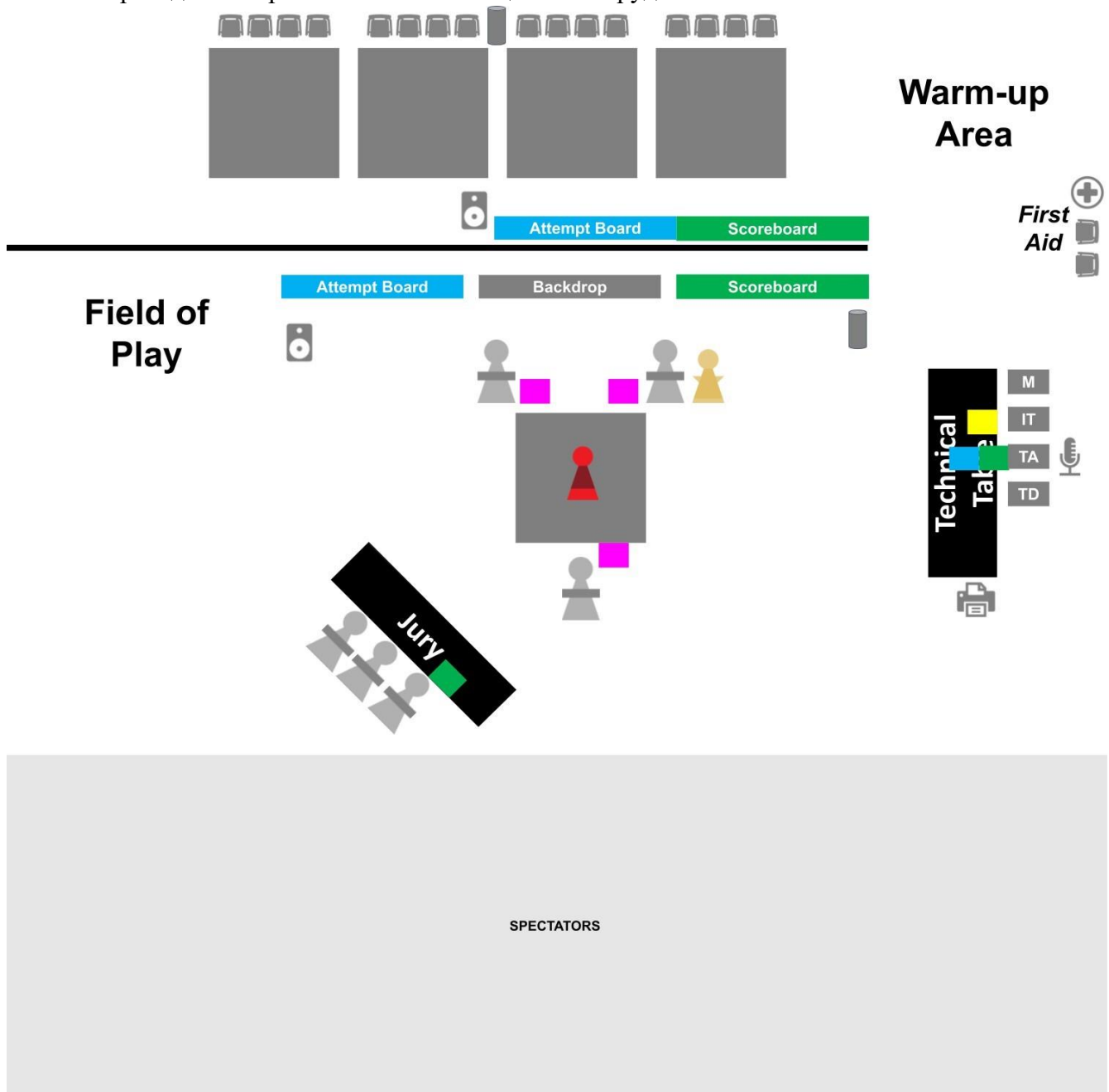
<b>Дата</b>	
<b>День 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прибытие делегаций</li> </ul>

<b>День 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Классификация</li> <li>● Тренировки</li> <li>● Курс подготовки технических специалистов</li> </ul>
---------------	---

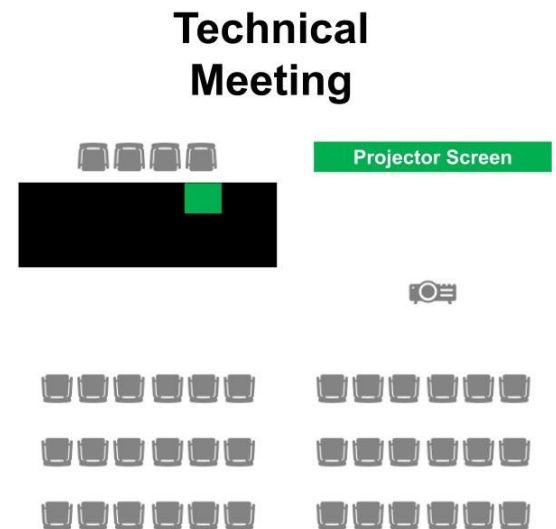
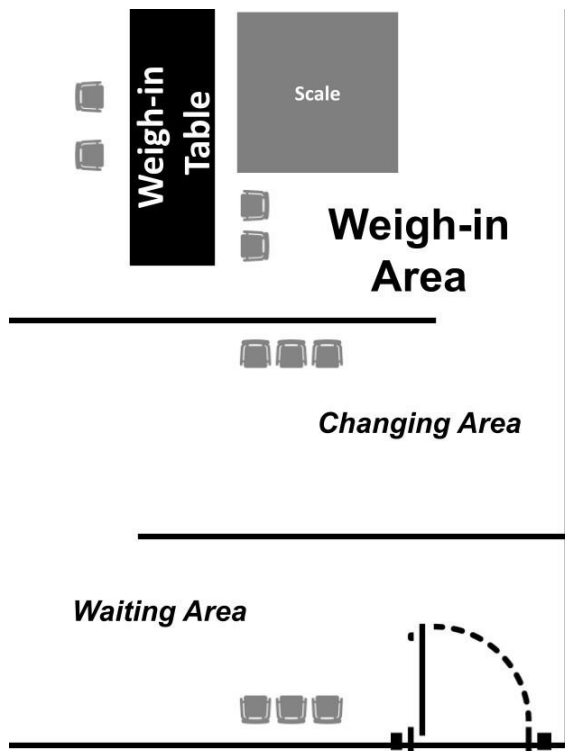
<b>День 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Классификация</li> <li>● Тренировка</li> <li>● Техническое совещание</li> <li>● Проверка экипировки - женщины</li> <li>● Проверка экипировки - мужчины</li> <li>● Совещание команд</li> <li>● Церемония открытия</li> </ul>
<b>День 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Соревнования - женщины (все)</li> </ul>
<b>День 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Соревнования - мужчины (легкий вес)</li> </ul>
<b>День 6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Соревнования (тяжелый вес)</li> <li>● Банкет по случаю закрытия</li> </ul>
<b>День 7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Отъезд делегаций</li> </ul>

## Типовая планировка

Ниже приведена типичная схема IBSA Powerlifting. Схема может быть изменена в зависимости от места проведения соревнований и имеющегося оборудования.







## Протокол церемонии награждения

Церемония награждения должна проводиться на высоком организационном уровне. Фотографии и видео публикуются в СМИ, распространяются в соц. Сетях спортсменами и зрителями и это важный фактор поддержки репутации IBSA.

Когда звучат гимн страны победителя, может так же быть поднят флаг страны победителя соревнования.

Представители для вручения медалей назначаются директором соревнований (или другим представителем организации). Председатель IBSA по пауэрлифтингу или другой представитель IBSA должен участвовать в церемонии награждения и вручать медали.

Типичный протокол таков:

### Выход:

1. Представитель оргкомитета (или технический контролер) выстраивает спортсменов, занявших 1- 3 место, в нужной весовой категории в зоне разминки.

2. Все спортсмены должны быть одеты в национальные спортивные костюмы для Церемонии Награждения.
3. Спортсмены выходят за представителем оргкомитета.

### **Церемония вручения медалей:**

4. За первое, второе и третье место в каждой весовой категории медали вручаются в соответствии с набранной общей суммой лучших результатов в упражнениях.
5. Медали выносятся на подушках или тарелках одной или тремя статистками или детьми.
6. Лица, вручающие медали, надевают медаль на спортсмена после объявления имени спортсмена диктором.
7. Диктор вызывает на подиум сначала бронзового призера, затем серебряного призера и, наконец, золотого победителя.
8. Когда медали трех победителей вручены, диктор объявляет имена спортсменов, занявших следующие места (начиная с четвертого (4)), и спортсмены выходят вперед и выстраиваются рядом с медалистами.
9. Звучит национальный гимн победителя в сокращенном варианте. Представители, вручающие медали, встают рядом со спортсменами.
10. После исполнения гимна и фотографирования спортсмены выходят под музыкальное сопровождение представителя оргкомитета.

### **Протокол церемонии открытия**

Церемония открытия может содержать развлекательную и культурную программу или быть более простой, но всегда в официальном стандарте, который отражает высокий уровень Чемпионата IBSA по пауэрлифтингу. **Церемония открытия обязательна только на чемпионатах IBSA.**

Минимальная церемония будет выглядеть следующим образом:

1. Оргкомитет готовит таблички с названием каждой страны-участницы.
2. Таблички несут или волонтеры от оргкомитета, или представители стран.
3. Оргкомитет выстраивает (за сценой) по одному официальному лицу и одному спортсмену от каждой страны за соответствующими табличками с названием страны.
4. Оргкомитет должен предоставить музыку для сопровождения парада стран. Парад возглавляет представитель оргкомитета. Парад выстраивается перед подиумом лицом к зрителям.
5. С приветственной речью должен выступить представитель Оргкомитета и, желательно, представитель местного правительства.
6. Председатель IBSA Powerlifting или другой представитель IBSA произносит заключительную речь и объявляет чемпионат "открытым".
7. Парад уходит со сцены за представителем Оргкомитета.

### **Протокол церемонии закрытия**

Банкет – это церемония закрытия чемпионата. Здесь оглашаются результаты, награды, произносятся благодарственные слова и т.д. Важным является хорошая еда, напитки и, желательно, музыка, завершающая церемонию. **Церемония закрытия необходима только на чемпионатах IBSA.**

Перед банкетом Оргкомитет должен подготовить:

- Один (1) конверт для каждой страны. Содержание конверта:
  - Протоколы соревнований
- Дипломы - по одному для каждого участвующего спортсмена, тренера и судьи

- Кубки для лучших спортсменов и команд

**Повестка дня банкета:**

1. Оргкомитет приветствует всех и передает слово представителям IBSA.
2. Представитель IBSA приветствует всех и рассказывает о соревнованиях, чествует заслуженных людей и благодарит Оргкомитет. Директору соревнований вручается памятный подарок от IBSA.
3. Представители IBSA передают конверты представителям каждой страны. Начиная с той страны, которая набрала наименьшее количество очков в командном зачете. Лучшие страны получают кубок "Лучшая команда". Лучший спортсмен (спортсмены) получает кубок "Лучший атлет".
4. Оргкомитет может сказать несколько слов, чтобы поблагодарить организационный штаб, представителей муниципалитета и т.д.
5. Представитель IBSA заявляет, что официальная часть Чемпионата закрыта, и приветствует всех на Чемпионате следующего года.
6. Оргкомитет или представитель IBSA (по согласованию) приглашает всех начать трапезу.

**7. Приложение 3: Диаграмма загрузки дисков**

- Гриф: двадцать (20) кг
- Замок: два (2) два с половиной (2,5) кг
- Рекорды: два (2) ноль целых двадцать пять (0,25) кг

Вес (кг)	25	20	15	10	5	2.5	1.25	0.5
25								
27.5							1	
30						1		
32.5						1	1	
35					1			
37.5					1		1	
40					1	1		
42.5					1	1	1	
45				1				
47.5				1			1	
50				1		1		
52.5				1		1	1	
55			1					
57.5			1				1	
60			1			1		
62.5			1			1	1	
65		1						
67.5		1					1	
70		1				1		
72.5		1				1	1	

75	1							
77.5	1						1	
80	1					1		
82.5	1					1	1	
85	1				1			
87.5	1				1		1	

Вес (кг)	25	20	15	10	5	2.5	1.25	0.5
90	1				1	1		
92.5	1				1	1	1	
95	1			1				
97.5	1			1			1	
100	1			1		1		
102.5	1			1		1	1	
105	1		1					
107.5	1		1				1	
110	1		1			1		
112.5	1		1			1	1	
115	1	1						
117.5	1	1					1	
120	1	1				1		
122.5	1	1				1	1	
125	2							
127.5	2						1	

130	2					1		
132.5	2					1	1	
135	2				1			
137.5	2				1		1	
140	2				1	1		
142.5	2				1	1	1	
145	2			1				
147.5	2			1			1	
150	2			1		1		
152.5	2			1		1	1	
155	2		1					
157.5	2		1				1	
160	2		1			1		
162.5	2		1			1	1	

Вес (кг)	25	20	15	10	5	2.5	1.25	0.5
165	2	1						
167.5	2	1					1	
170	2	1				1		
172.5	2	1				1	1	
175	3							
177.5	3						1	
180	3					1		
182.5	3					1	1	

185	3				1			
187.5	3				1		1	
190	3				1	1		
192.5	3				1	1	1	
195	3			1				
197.5	3			1			1	
200	3			1		1		
202.5	3			1		1	1	
205	3		1					
207.5	3		1				1	
210	3		1			1		
212.5	3		1			1	1	
215	3	1						
217.5	3	1					1	
220	3	1				1		
222.5	3	1				1	1	
225	4							
227.5	4						1	
230	4					1		
232.5	4					1	1	
235	4				1			
237.5	4				1		1	

Вес (кг)	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	5	<b>2.5</b>	1.25	0.5
----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---	------------	------	-----

<b>240</b>	4				1	1		
<b>242.5</b>	4				1	1	1	
<b>245</b>	4			1				
<b>247.5</b>	4			1			1	
<b>250</b>	4			1		1		
<b>252.5</b>	4			1		1	1	
<b>255</b>	4		1					
<b>257.5</b>	4		1				1	
<b>260</b>	4		1			1		
<b>262.5</b>	4		1			1	1	
<b>265</b>	4	1						
<b>267.5</b>	4	1					1	
<b>270</b>	4	1				1		
<b>272.5</b>	4	1				1	1	
<b>275</b>	5							
<b>277.5</b>	5						1	
<b>280</b>	5					1		
<b>282.5</b>	5					1	1	
<b>285</b>	5				1			
<b>287.5</b>	5				1		1	
<b>290</b>	5				1	1		
<b>292.5</b>	5				1	1	1	
<b>295</b>	5			1				
<b>297.5</b>	5			1			1	



300	5			1		1		
302.5	5			1		1	1	
305	5		1					
307.5	5		1				1	
310	5		1			1		
312.5	5		1			1	1	

Вес (кг)	25	20	15	10	5	2.5	1.25	0.5
315	5	1						
317.5	5	1					1	
320	5	1				1		
322.5	5	1				1	1	
325	6							
327.5	6						1	
330	6					1		
332.5	6					1	1	
335	6				1			
337.5	6				1		1	
340	6				1	1		
342.5	6				1	1	1	
345	6			1				
347.5	6			1			1	
350	6			1		1		
352.5	6			1		1	1	

355	6		1					
357.5	6		1				1	
360	6		1			1		
362.5	6		1			1	1	
365	6	1						
367.5	6	1					1	
370	6	1				1		
372.5	6	1				1	1	
375	7							
377.5	7						1	
380	7					1		
382.5	7					1	1	
385	7				1			
387.5	7				1		1	

Вес (кг)	25	20	15	10	5	2.5	1.25	0.5
390	7				1	1		
392.5	7				1	1	1	
395	7			1				
397.5	7			1			1	
400	7			1		1		
402.5	7			1		1	1	
405	7		1					
407.5	7		1				1	

410	7		1			1		
412.5	7		1			1	1	
415	7	1						
417.5	7	1					1	
420	7	1				1		
422.5	7	1				1	1	
425	8							
427.5	8						1	
430	8					1		
432.5	8					1	1	
435	8				1			
437.5	8				1		1	
440	8				1	1		
442.5	8				1	1	1	
445	8			1				
447.5	8			1			1	
450	8			1		1		
452.5	8			1		1	1	
455	8		1					
457.5	8		1				1	
460	8		1			1		
462.5	8		1			1	1	

Вес (кг)	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	5	<b>2.5</b>	1.25	0.5
----------	-----------	-----------	-----------	-----------	---	------------	------	-----

<b>465</b>	8	1						
<b>467.5</b>	8	1					1	
<b>470</b>	8	1				1		
<b>472.5</b>	8	1				1	1	
<b>475</b>	9							
<b>477.5</b>	9						1	
<b>480</b>	9					1		
<b>482.5</b>	9					1	1	
<b>485</b>	9				1			
<b>487.5</b>	9				1		1	
<b>490</b>	9				1	1		
<b>492.5</b>	9				1	1	1	
<b>495</b>	9			1				
<b>497.5</b>	9			1			1	
<b>500</b>	9			1		1		

**8. Приложение 4: Сценарий технического диктора**  
**В РАЗРАБОТКЕ**

## 9. Приложение 5: Типовые форматы технической документации

### Список участников

IBSA PO

Entry by Name

World Games

Version 1.5

Subject to changes



#### By Event

Event	IBSA ID	Country	Gender	Family Name	Given Name	DoB	Class Status	Year of Review
Women's Up to 48 kg VI	25983	UKR	Female	Chaykovska	Olha	1974-02-27	Confirmed	
Women's Up to 48 kg VI	31715	UKR	Female	Svyrybchuk	Olha	1998-06-05	Review	2025
Women's Up to 52 kg VI	25985	UKR	Female	Kozyreva	Vasylysa	1989-11-06	Confirmed	
Women's Up to 56 kg VI	25966	TUR	Female	Dondu	Kanat	1975-09-06	Review	2025
Women's Up to 56 kg VI	25984	UKR	Female	Halinska	Halyna	1961-01-29	Review	2024
Women's Up to 60 kg VI	25987	UKR	Female	Bahniuk	Uliana	1992-06-12	Review	2025
Women's Up to 60 kg VI	55002	CZE	Female	Schanilova Vrtova	Lucie	1984-11-14	Review	2026
Women's Up to 67.5 kg VI	31714	UKR	Female	Hryhorieva	Valentyna	1998-04-03	Review	2024
Women's Up to 67.5 kg VI	52781	EGY	Female	Moustafa	Rewan	2005-01-15	Review	2024
Women's Up to 67.5 kg VI	32081	TUR	Female	Ozdemir	Gulistan	1991-07-15	Review	2022
Women's Up to 67.5 kg VI	57128	JPN	Female	Segawa	Masumi	1966-09-17	New	
Women's Up to 75 kg VI	58355	TUR	Female	Gonen	Sema	1986-10-21	New	
Women's Up to 75 kg VI	31713	UKR	Female	Korobkova	Svitlana	1990-11-01	Review	2026

### Расписание соревнований

Day	Session	Bodyweight Categories	Number of Athletes	Weigh-in		Warm-up	Presentation Technical Official	Competition		Squat		Bench Press		Dead Lift		Victory Ceremonies	
				S	F			S	F	S	F	S	F	S	F		
23-Aug	1	W - 48, 52, 56, 60	7	8:00	9:30	9:30	9:55	10:00	12:14	10:00	10:31	10:51	11:23	11:43	12:14	12:29	13:09
	2	W - 67.5, 75, 82.5, 90, 90+	10	13:30	15:00	15:00	15:25	16:30	18:25	15:30	16:15	16:35	17:20	17:40	18:25	18:40	19:30
24-Aug	3	M - 56, 60, 67.5	6	8:00	9:30	9:30	9:55	10:00	13:20	10:00	10:27	11:26	11:53	12:53	13:20	14:24	14:54
	2	M - 75, 82.5 M - 90, 100	11	-	-	10:00	10:22	10:27	14:09	10:27	11:16	11:53	12:43	13:20	14:09	14:54	15:14
25-Aug	4	M - 110, 125, 125+	8	8:00	9:30	9:30	9:55	10:00	14:05	10:00	10:26	11:44	12:20	13:29	14:05	15:18	15:38
		M - 110, 125, 125+	13	-	-	10:00	10:31	10:36	15:03	10:36	11:34	12:20	13:19	14:05	15:03	15:38	16:08

Anonymate times: subject to changes

### Контрольный список комплекта

IBSA PO

Kit Check Sheet

World Games



Name	Team	L o t	Sess ion	Fli gh t	Birth Date	Gender	Weight Class	Bandages			Clothing				Other		Remarks	Signatures
								Knee	Wrist	Thumb	Suit	Shirt	Belt	Shoes	Socks	Briefs		
HALINSKA Halyna	UKR	43	1	A	29/01/1961	Female	56											
CHAYKOVSKA Olha	UKR	21	1	A	27/02/1974	Female	48											
BAHNIUK Uliana	UKR	72	1	A	12/06/1992	Female	60											
SVYRYBCHUK Olha	UKR	31	1	A	05/06/1998	Female	48											
KOZYREVA Vasylysa	UKR	62	1	A	06/11/1989	Female	52											

### Список взвешивания

IBSA PO

Weigh-in List

World Games



Name	Team	L o t	Sess ion	Fli gh t	Birth Date	Gender	Weight Class	Bodyweight	Squat Rack Height	Bench Rack Height/Safety-Block	Squat 1	Bench Press 1	Dead Lift 1	Signatures
HALINSKA Halyna	UKR	43	1	A	29/01/1961	Female	56							
CHAYKOVSKA Olha	UKR	21	1	A	27/02/1974	Female	48							
DONDU Kanat	TUR	67	1	A	06/09/1975	Female	56							
SCHANILOVA VRTOVA Lucie	CZE	25	1	A	14/11/1984	Female	60							
BAHNIUK Uliana	UKR	72	1	A	12/06/1992	Female	60							
SVYRYBCHUK Olha	UKR	31	1	A	05/06/1998	Female	48							
KOZYREVA Vasylysa	UKR	62	1	A	06/11/1989	Female	52							

IBSA PO: Технические правила и положения 62v1.2

# Стартовый список

IBSA PO  
Start List  
World Games  
Session



Name	Team	LC	Sex	Fl	Birth Date	Gender	Weight Class	Bodyweight	Squat Rack Height	Bench Rack Height/Safety	Squat			Bench Press			Dead Lift			Total	Rank	Best Bench Press	Rank	
HALINSKA Halyna	UKR	43	1	A	29/03/1961	Female	56																	
CHAYKOVSKA OIha	UKR	21	1	A	27/02/1974	Female	48																	
DONDU Kanat	TUR	67	1	A	06/09/1975	Female	56																	
SCHANLOVA VRTOVA Lucie	CZE	25	1	A	14/11/1984	Female	60																	
BAHNIUK Uliana	UKR	72	1	A	12/06/1992	Female	60																	
SVYRYBCHUK OIha	UKR	31	1	A	05/06/1998	Female	48																	
KOZYREVA Vasylysa	UKR	62	1	A	06/11/1989	Female	52																	

## Карта попыток

### Birmingham 2023 IBSA World Games

Name: GONEN Sema Lot #: 10  
 Platform: 1 Session: 2 Flight: A  
 Age: 36 Birth Date: 1986/10/21 Body Weight: \_\_\_\_\_  
 Division: Women's Open Weight Class: 75  
 Division: Women's Bench Open Weight Class: 75

Squat Rack Height: \_\_\_\_\_

Squat Rack In / Out: \_\_\_\_\_

Bench Rack Height: \_\_\_\_\_

Bench Safety Height: \_\_\_\_\_

Foot Blocks: \_\_\_\_\_

	Attempt 1	Attempt 2	Attempt 3	Best
Squat: _____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG
Bench: _____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG
Deadlift: _____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG	_____ KG
<b>Total:</b> _____ KG				

## Лист результатов

IBSA PO  
Results Book  
World Games  
Version 1.0



Award Division	Weight Class	Name	Team	Birth Date	Body Weight (kg)	Age	Squat 1	Squat 2	Squat 3	Best Squat	Bench 1	Bench 2	Bench 3	Best Bench	Deadlift 1	Deadlift 2	Deadlift 3	Best Deadlift	Total	Place	Wilks Points
Women's Open	48	CHAYKOVSKA OIha	UKR	1974/02/27	47.1	49	90	92.5	-95	92.5	60	-65	65	65	120	125	127.5	127.5	285	1	382.7073715
Women's Open	48	SVYRYBCHUK OIha	UKR	1998/06/05	47.4	25	95	97.5	-100	97.5	55	57.5	-80	57.5	120	127.5	-133	127.5	282.5	2	377.6074206
Women's Open	52	KOZYREVA Vasylysa	UKR	1989/11/06	51.3	33	90	95	98.5	98.5	-65	-65	-65						0		0
Women's Open	56	HALINSKA Halyna	UKR	1961/01/29	54.9	62	102.5	111		111	47.5	50	-52.5	50	135	144		144	305	1	364.4875964
Women's Open	56	DONDU Kanat	TUR	1975/9/6	54.3	47	55	-60	-60	55	50	-52.5	52.5	52.5	90	95	-100	95	202.5	2	244.0880143
Women's Open	60	BAHNIUK Uliana	UKR	1992/06/12	58.9	31	90	95	-100	95	62.5	66	-67.5	66	100	110	120	120	281	1	317.8200076
Women's Open	67.5	HRYHORIEVA Valentyna	UKR	1998/04/03	64.9	25	100	107.5	115.5	115.5	60	65	68	68	135	145	153.5	153.5	337	1	353.951455
Women's Open	67.5	MOUSTAFA Rewan	EGY	2005/01/15	60.6	18	85	-95	95	95	45	50	-55	50	132.5	145	147.5	147.5	292.5	2	323.6047141
Women's Open	67.5	OZDEMIR Gulistan	TUR	1991/07/15	64.3	32	90	100	105	105	50	55	-57.5	55	110	125	-135	125	285	3	301.4123902
Women's Open	75	KOROBKOVA Svitlana	UKR	1990/11/01	73.7	32	95	100	-105	100	60	65	-68.5	65	125	135	-145.5	135	300	1	288.3750113
Women's Open	75	GONEN Sema	TUR	1986/10/21	67.9	36	50	80	-90	80	35	-50	50	50	70	100	110	110	240	2	243.9168278
Women's Open	82.5	ASIEIEVA Nina	UKR	1979/03/20	81.3	44	125	132.5		132.5	67.5	72.5	75	75	135	145		145	352.5	1	319.7085474
Women's Open	82.5	SOKR Shaimaa	EGY	2002/11/09	81.5	20	100	110	112.5	112.5	50	55.5	-57	55.5	122.5	133	135	135	303	2	274.4513931
Women's Open	90	BERUASHVILI Sofo	UKR	1996/01/09	84	27	130	-135	140.5	140.5	65	70	72.5	72.5	130	140	145	145	358	1	319.2429961
Women's Open	90	BAHNIUK Rymma	UKR	2002/06/07	101	21	135	142		142	65	72.5	77.5	77.5	140	150	163.5	163.5	383	1	317.9675741

# Игровое табло

AAAAAAA AAAAAA  
 Lift-0: 000 kg (0.00 lbs)  
 Team Name  
 Men's Raw Open 120+

1 : 30 . 0

AAAAAAA AAAAAA  
 Lift  
 000kg

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

If successful will move from 10th to 1st place

Name	Team	Lot	Body Wgt	Squat 1	Squat 2	Squat 3	Bench 1	Bench 2	Bench 3	Subtotal	Dead 1	Dead 2	Dead 3	Division	Weight Class	Total	Place
Session 3																	
ZHANYSBAEV Madyar	KAZ	28	58.5	65	70	75	65	70	75	150	100	110	115	Men's Open	60	265	2
														Men's Master	60	265	1
														Men's Bench Open	60	75	2
														Men's Bench Master	60	75	1
TKACH Mikhail	KAZ	26	49.25	70	70	75	80	85	90	160	85	95	100	Men's Open	56	260	2
														Men's Bench Open	56	85	2
DRANYI Volodymyr	UKR	14	59.35	140	150	160	100	107.5	112.5	262.5	200	212.5	0	Men's Open	60	475	1
														Men's Bench Open	60	112.5	1
SHAULSKYI Volodymyr	UKR	45	55.65	140	150	0	85	92.5	95	242.5	170	185	191.5	Men's Open	56	427.5	1

NEXT - XXXXXXX XXXXXXX - 200kg - 25(3) - 10 - 2.5

# Табло попыток

AAAAAAA AAAAAA  
 Lift-0: 000 kg (0.00 lbs)  
 Team Name  
 Men's Raw Open 120+

1 : 30 . 0

AAAAAAA AAAAAA  
 Lift  
 000kg

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
5

2  
0

1  
5

1  
0

5

2  
5

1  
2  
5

0  
5

0  
5

0  
2  
5



## Соревновательное табло

Name	Team	Lot	Body Wgt	Flight	Squat 1	Squat 2	Squat 3	Bench 1	Bench 2	Bench 3	Subtotal	Dead 1	Dead 2	Dead 3	Division	Weight Class	Total	Place			
DRANYI Volodymyr	UKR	14	59.35	A	140	150	160	100	107.5	112.5	262.5	200	212.5	0	Men's Open	60	475	1			
																	Men's Bench Open	60	112.5	1	
HAMOUDA Mohamed	EGY	21	65.05	A	157.5	167.5	175	90	100	102.5	275	200	215	225	Men's Open	67.5	500	2			
																	Men's Bench Open	67.5	100	2	
TKACH Mikhail	KAZ	26	49.25	A	70	70	75	80	85	90	160	85	95	100	Men's Open	56	260	2			
																	Men's Bench Open	56	85	2	
ZHANYNSBAEV Madyar	KAZ	28	58.5	A	65	70	75	65	70	75	150	100	110	115	Men's Open	60	265	2			
																	Men's Master	60	265	1	
																		Men's Bench Open	60	75	2
																		Men's Bench Master	60	75	1
SHAULSKIY Volodymyr	UKR	45	55.65	A	140	150	0	85	92.5	95	242.5	170	185	191.5	Men's Open	56	427.5	1			
																	Men's Bench Open	56	92.5	1	
ROMANIUK Yuri	UKR	58	67.2	A	175	187.5	196	130	137.5	145.5	325	210	220	0	Men's Open	67.5	535	1			
																	Men's Bench Open	67.5	137.5	1	
KHAPUZOV Assimzhan	KAZ	11	73.65	B	100	110	115	85	92.5	95	210	115	125	135	Men's Open	82.5	345	4			
																	Men's Master	82.5	345	2	
																		Men's Bench Open	82.5	95	4
																		Men's Bench Master	82.5	95	2
KUROV Roman	UKR	12	74.95	B	190	200	205	145	152.5	155	357.5	240	250	264.5	Men's Open	75	622	1			
																	Men's Bench Open	75	152.5	1	
MAKAROV Hib	UKR	17	0	B	0	0	0	0	0	0		0	0	0	Men's Open	82.5	0				
																	Men's Bench Open	82.5	0		
ELDABAS Mohamed	EGY	20	80.35	B	180	190	200	137.5	145	147.5	337.5	210	230	240	Men's Open	82.5	567.5	2			
																	Men's Bench Open	82.5	147.5	1	
KANATBEK Sanjar	KAZ	22	72.45	B	80	90	100	75	85	100	185	90	105	115	Men's Open	75	300	3			
																	Men's Bench Open	75	85	3	
HEMID Ahmed	EGY	30	70.9	B	202.5	212.5	220	125 *	130	130	337.5	232.5	245	252.5	Men's Open	75	582.5	2			
																	Men's Junior	75	582.5	1	
																		Men's Bench Open	75	125	2
																		Men's Bench Junior	75	125	1
MYRONETS Andrii	UKR	43	82.1	B	210	219	222.5	130	140	140	362.5	240	250	260	Men's Open	82.5	612.5	1			
																	Men's Bench Open	82.5	140	2	
MOSKALEV Andrey	KAZ	44	80.95	B	100	105	110	110	115	117.5	227.5	120	127.5	132.5	Men's Open	82.5	355	3			
																	Men's Master	82.5	355	1	
																		Men's Bench Open	82.5	117.5	3
																		Men's Bench Master	82.5	117.5	1
AZHIBEKOV Assyl	KAZ	50	69.65	B	65	70	70	55	60	60		110 *	0	0	Men's Open	75	0				
																	Men's Master	75	0		
																		Men's Bench Open	75	0	
																		Men's Bench Master	75	0	