

Правила соревнований по пауэрлифтингу.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Правила для проведения соревнований по пауэрлифтингу для спортсменов с нарушением зрения являются идентичными тем, которые были приняты Международной федерацией пауэрлифтинга за исключением некоторых изменений, призванных сделать условия соревнований наиболее подходящими для незрячих спортсменов. Эти изменения описываются ниже.

1.2. В случае возникновения разногласий, определяющим является английский вариант текста.

2. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

2.1. Внутриглазное давление

В некоторых случаях внутриглазное давление может возрасти во время подъема тяжести. Таким образом, все спортсмены должны пройти медицинское обследование и получить допуск врача к тренировкам и участию в соревнованиях по пауэрлифтингу, особенно это касается тех спортсменов, которые страдают диабетической ретинопатией.

3. ПОДНЯТИЕ ВЕСОВ

Подкомитет по пауэрлифтингу ИБСА признает следующие способы поднятия веса, которые используются при проведении соревнований по правилам Международной федерации пауэрлифтинга. Подкомитет по пауэрлифтингу ИБСА использует для проведения соревнований среди спортсменов с нарушением зрения правила Международной федерации пауэрлифтинга:

ПРИСЕДАНИЕ

ЖИМ ЛЕЖА НА СКАМЬЕ

ТЯГА

СУММА

3.1. Порядок проведения соревнований

Соревнования проводятся между спортсменами в категориях, определяемых по полу, собственному весу и возрасту. На мужских и женских открытых чемпионатах разрешается участие спортсменов любого возраста, начиная с 14 лет.

Правила распространяются на все уровни соревнований: всемирный, региональный, международный или любой другой, где соревнования проводятся по правилам ИБСА. Каждому участнику соревнований разрешается сделать три попытки при каждом взятии веса. Лучшая засчитанная попытка в каждом весе, без учета четвертой попытки, дающей для побития рекорда, складывается в соревновательную сумму спортсмена. Победителем в своей категории станет тот спортсмен, который наберет большую сумму. Спортсмены, потерпевшие неудачу при поднятии веса, выходят из борьбы. Если двое или более спортсменов достигают одинаковых результатов, преимущество имеет спортсмен с наименьшим собственным весом.

3.2. Классификация участников соревнований

Спортсмены с нарушением зрения соревнуются в объединенном классе (B1, B2 и B3). Соревнование проводится в следующих возрастных группах:

Мужчины:

Юноши: до 14 лет

Юниоры: от 14 лет до 23 лет включительно
Мастера 1: от 40 лет до 49 лет включительно
Мастера 2: от 50 лет до 59 лет включительно
Мастера 3: от 60 лет и старше.

Женщины:

Девушки: до 14 лет

Юниорки: от 14 лет до 23 лет включительно

Мастера 1: от 40 лет до 49 лет включительно

Мастера 2: от 50 лет и выше.

3.3. Весовые категории участников

Мужчины:

категория	вес мин/макс
52,0кг	до 52,0кг
56,0кг	от 52,01 до 56,0кг
60,0кг	от 56,01 до 60,0кг
67,5кг	от 60,01 до 67,5кг
75,0кг	от 67,51 до 75,0кг
82,5кг	от 75,01 до 82,5кг
90,0кг	от 82,52 до 90,0кг
100,0кг	от 90,01 до 100,0кг
110,0кг	от 100,01 до 110,0кг
125,0кг	от 110,01 до 125,0кг
+125,0кг	от 125,01кг

Женщины:

категория	вес мин/макс
44,0кг	до 44,0кг
48,0кг	от 44,01 до 48,0кг
52,0кг	от 48,01 до 52,0кг
56,0кг	от 52,01 до 56,0кг
60,0кг	от 56,01 до 60,0кг
67,5кг	от 60,01 до 67,5кг
75,0кг	от 67,51 до 75,0кг
82,5кг	от 75,01 до 82,5кг
90,0кг	от 82,52 до 90,0кг
+90,0кг	от 90,01

3.4. Максимальное количество участников

Каждой стране разрешается максимум одиннадцать участников, равномерно распределенных по одиннадцати весовым категориям среди мужчин, и десять участниц, равномерно распределенных по десяти весовым категориям среди женщин. В каждой весовой категории не должно быть более двух участников от одной страны. Тем не менее, разрешается заявить до девяти женщин в категории мастеров, распределенных по трем комбинированным весовым категориям: 44-52кг; 56-67,5кг и 75-90+кг. В каждой комбинированной весовой категории не должно быть более трех участниц от одной страны.

3.5. Подсчет очков

Подсчет очков на мировых, континентальных и региональных чемпионатах должен быть следующим: 12, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 для первых девяти мест в любой весовой категории. В

дополнение к этому, каждый спортсмен, который выполняет сумму в соревнованиях, получает 1 очко. Подсчет очков на национальных соревнованиях осуществляется по усмотрению национальной федерации. При подведении командного первенства на международных соревнованиях в зачет команды идут очки шести спортсменов, занявших лучшие места. В случае равенства очков окончательное командное место определяется по решению федерации.

4. ПРЕДМЕТЫ ЛИЧНОЙ ЭКИПИРОВКИ

4.1. Смазывающие вещества

Использование масла, грязи или любых других типов смазывающих веществ строгойше запрещено.

4.2. Костюм

Костюм для подъема тяжести должен быть из однослойного тянущегося материала. Костюм может быть любого цвета, однотонным или разноцветным. Остальное описание костюма отражено в правилах международной федерации пауэрлифтинга.

4.3. Бинты

Бинты, используемые для поднятия тяжести, не должны превышать 1м в длину и 8см в ширину. К бинтам может быть прикреплена петля как средство безопасности. Во время подъема штанги петля не должна быть накинута на большой или другие пальцы. Остальные требования описаны в правилах Международной федерации пауэрлифтинга.

4.4. Размеры оборудования

См. правила Международной федерации пауэрлифтинга.

5. ВЗВЕШИВАНИЕ

Во время чемпионата взвешивание должно начаться не ранее чем за два (2) часа до начала соревнований и завершиться не менее чем за полчаса (1/2) до начала соревнований (для исключений см. правила Международной федерации пауэрлифтинга). Взвешивание должно производиться по одному человеку, а результаты не должны быть обнародованы до тех пор, пока не закончится взвешивание всех спортсменов. Спортсмены должны проходить взвешивание обнаженными до трусов и носков.

6. Упражнения пауэрлифтинга и правила их выполнения

Приседание (правила и порядок выполнения)

1) После снятия штанги со стоек (ассистенты на помосте могут оказать помощь атлету в снятии штанги) атлет, продвигаясь назад, становится в исходное стартовое положение лицом к передней части помоста. При этом гриф должен лежать горизонтально на плечах атлета, пальцы рук должны обхватывать гриф, а верх грифа должен находиться не ниже чем толщина самого грифа от верха внешних частей плеч. Рисунок показывает правильное положение грифа на плечах. Кисти рук могут находиться на грифе в любом месте между втулками, до касания с их внутренней стороной.

2) Как только атлет принял неподвижное положение с выпрямленными в коленях ногами и вертикально расположенным туловищем и штанга находится в правильной позиции, старший судья должен подать сигнал для начала приседания. Сигналом служит движение руки вниз вместе с отчетливой командой «присесть» («сквот»). До получения сигнала для начала упражнения атлету разрешено делать любые движения, не влекущие за собой нарушения правил, для принятия стартовой позиции. В целях безопасности старший судья может попросить атлета вернуть штангу на стойки, подав отчетливую команду «вернуть» («риплэйс») с одновременным движением руки назад, если по истечении пяти секунд

после снятия штанги со стоек он не смог принять правильную стартовую позицию для начала упражнения.

3) Получив сигнал старшего судьи для начала упражнения, атлет должен согнуть ноги в коленях и опустить туловище так, чтобы верхняя часть поверхности ног у тазобедренных суставов была ниже, чем верхушка коленей. Разрешена только одна попытка сделать движение вниз. Попытка считается использованной, если колени атлета были согнуты. Во время выполнения упражнения допускается движение грифа из стартового положения вниз вдоль спины атлета, но не более чем на толщину (диаметр) самого грифа.

4) Атлет 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 атлет примет неподвижное положение (несомненно завершив движение), старший судья должен дать сигнал вернуть штангу на стойки.

5) Сигнал вернуть штангу на стойки состоит из движения руки назад и отчетливой команды «стойки» («рэк»). Тогда атлет должен сделать движение вперед и вернуть штангу на стойки. В целях безопасности атлет может попросить помощи у ассистентов вернуть штангу на стойки. При этом штанга должна оставаться на плечах у атлета.

6) Во время выполнения приседания на помосте должно находиться не более пяти и не менее двух страхующих (ассистентов). Судьи могут решать, какое число ассистентов – 2, 3, 4 или 5 – должно находиться на помосте на всех этапах выполнения упражнения.

Причины, по которым поднятый в приседании вес не засчитывается

1. Ошибка в соблюдении сигналов старшего судьи при начале или завершении упражнения.
2. Двойное вставание (подскакивание) из нижнего положения приседа или любое движение вниз во время вставания.
3. Ошибка в принятии вертикального положения с полностью выпрямленными в коленях ногами в начале и в конце упражнения.
4. Шаги назад или вперед, хотя боковое горизонтальное движение подошвы и покачивание ступней между носком и пяткой разрешаются.
5. Ошибка в сгибании ног в коленях и опускании туловища до такого положения, когда верхняя часть поверхности ног у тазобедренных суставов находится ниже, чем верхушка коленей, как показано на приведенном ниже рисунке.
6. Всякое перемещение грифа из стартового положения вниз вдоль спины атлета более чем на толщину (диаметр) самого грифа во время выполнения упражнения.
7. Касание штанги или спортсмена страхующими (ассистентами) между сигналами старшего судьи для облегчения выполнения приседания.
8. Касание ног локтями или плечами; разрешается легкое касание, если оно не помогает подъему штанги.
9. Любое бросание или сваливание штанги на помост после завершения приседания.
10. Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании правил выполнения приседания.

Правильное положение грифа на плечах и необходимая глубина приседания

Жим лежа на скамье (правила и порядок выполнения)

1) Скамья должна быть расположена на помосте передней (головной) частью параллельно или под углом не более 45° относительно передней стороны помоста.

2) Атлет должен лежать на спине, плечами и ягодицами соприкасаясь с поверхностью скамьи. Подошвы и каблуки его обуви или любые части подошв и каблуков должны соприкасаться с поверхностью помоста или блоков. Ни подошвы, ни какие-либо другие части обуви не должны соприкасаться друг с другом во время выполнения жима. Пальцы рук должны обхватывать гриф, лежащий на стойках, при этом большие пальцы рук располагаются «в замке» вокруг грифа. Голова атлета должна находиться в пределах площади скамьи – на поверхности или над поверхностью скамьи, то есть голова не должна свешиваться ни с боков, ни с конца скамьи. Это положение тела должно сохраняться во время выполнения упражнения.

3) Для обеспечения твердой опоры ног атлет может использовать ровные плиты или блоки не выше 30 см от поверхности помоста. На всех международных соревнованиях должны быть предоставлены блоки высотой 5, 10, 20 и 30 см для подкладывания под ступни ног. Разрешены легкие или очень незначительные движения ступней, находящихся на помосте или на блоках. При этом допустимы боковые горизонтальные движения ступней ног не более чем на ширину ступни и горизонтальные движения ступней вперед–назад не более чем на половину длины ступни.

4) Во время выполнения жима на помосте должно находиться не более трех и не менее двух страхующих (ассистентов). После того, как атлет самостоятельно займет правильное положение для старта, он может попросить ассистентов помочь ему снять штангу со стоек. В этом случае штанга подается на прямые руки.

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). В случае, когда атлет имеет старую травму или анатомически не может захватить гриф на одинаковом расстоянии обеими руками, он должен заранее предупредить об этом судей перед каждым подходом. При этом, в случае необходимости, гриф штанги будет соответственно помечаться перед каждым подходом атлета. Использование обратного хвата запрещено.

6) После снятия штанги со стоек с помощью или без помощи ассистентов атлет должен ждать сигнала старшего судьи с полностью выпрямленными («включенными») в локтях руками. Сигнал к началу жима должен быть дан сразу же, как только атлет примет неподвижное положение и штанга будет находиться в правильной позиции. В целях безопасности старший судья может попросить атлета вернуть штангу на стойки, подав отчетливую команду «вернуть» («риплэйс») с одновременным движением руки назад, если по истечении пяти секунд после снятия штанги со стоек он не смог принять правильную стартовую позицию для начала упражнения.

7) Сигналом для начала упражнения служит движение руки вниз вместе с отчетливой командой «старт» («стат»).

8) После получения сигнала атлет должен опустить штангу на грудь (грудь, согласно настоящим правилам, заканчивается у основания грудной кости) и выдержать ее в неподвижном положении на груди с определенной и видимой паузой. Неподвижное положение означает остановку. Затем атлет должен выжать штангу вверх на прямые руки

без избыточного (чересчур сильного) неравномерного выпрямления рук, причем выпрямление рук в локтях должно происходить одновременно (вместе). После фиксации штанги в этом положении старший судья должен дать отчетливую команду «стойки» («рэк») с одновременным движением руки назад.

9) Если анатомически обе руки не могут быть выпрямлены полностью, атлет должен предупредить об этом судьей заранее перед каждым подходом.

Слепым и слабовидящим атлетам может быть оказана помощь при выходе к скамье для жима и уходе с нее. Под помощью имеется в виду помощь тренера.

Причины, по которым поднятый в жиме лежа на скамье вес не засчитывается

1. Ошибка в соблюдении сигналов старшего судьи при начале или завершении упражнения.
2. Любое изменение в исходном положении во время выполнения упражнения, т.е. любой подъем (отрыв) плеч, ягодиц от скамьи или ступней ног от поверхности помоста (блоков), или передвижение рук по грифу. Допускаются легкие или незначительные движения ступней ног. Подошвы и каблуки обуви или любые части подошв и каблуков должны оставаться на поверхности помоста (блоков).
3. Поднятие и опускание, подсакивание или движение вниз (вдавливание в грудь) штанги после того, как она была зафиксирована в неподвижном положении на груди, таким образом, что это помогает атлету.
4. Любое явное (чрезмерное) неравномерное выпрямление рук во время выполнения жима.
5. Любое движение штанги вниз во время выполнения жима.
6. Отсутствие выжимания штанги на полностью выпрямленные руки при завершении упражнения.
7. Касание штанги или спортсмена страхующими (ассистентами) между сигналами старшего судьи для облегчения подъема штанги.
8. Любое касание ступнями ног атлета скамьи или ее опор.
9. Штанга не выдержана в неподвижном положении на груди с определенной и видимой паузой.
10. Умышленное касание грифом стоек при выполнении жима, которое облегчает подъем штанги.
11. Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании правил выполнения жима лежа на скамье.

Тяга (правила и порядок выполнения)

1) Атлет должен располагаться лицом к передней части помоста. Штанга, которая расположена горизонтально впереди ног атлета, удерживается произвольным хватом двумя руками и поднимается вверх до того момента, пока атлет не встанет вертикально.

2) По завершении подъема штанги в тяге ноги в коленях должны быть полностью выпрямлены, плечи отведены назад.

3) Сигнал старшего судьи состоит из движения руки вниз и отчетливой команды «вниз» («даун»). Сигнал не подается до тех пор, пока штанга не будет удерживаться в неподвижном положении и атлет не будет находиться в бесспорно финальной позиции. Если штанга слегка дрожит (трясется) при прохождении колен, то это не является причиной того, чтобы не засчитывать поднятый вес.

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 атлет не достигнет вертикального положения с полностью выпрямленными коленями. Если штанга оседает при отведении плеч назад, то это не является причиной того, чтобы не засчитывать поднятый вес.

Причины, по которым поднятый в тяге вес не засчитывается

1. Любое движение штанги вниз прежде, чем она достигнет финального положения.
2. Ошибка в принятии вертикального положения с отведенными назад плечами.
3. Неполное выпрямление ног в коленях при завершении упражнения.
4. Поддержка штанги бедрами во время подъема. Если штанга скользит по бедрам при подъеме вверх, но при этом ими не поддерживается, это не является причиной для того, чтобы не засчитывать поднятый вес. В случае сомнения судейское решение должно приниматься в пользу атлета.
5. Шаги назад или вперед, хотя боковое горизонтальное движение подошвы или покачивание ступней между носком и пяткой разрешаются.
6. Опускание штанги до получения сигнала старшего судьи.
7. Опускание штанги на помост без контроля обеими руками, т.е. выпускание штанги из рук.
8. Несоблюдение любого из требований, содержащихся в описании правил выполнения тяги.

Рисунок, помещенный ниже, иллюстрирует поддержку штанги бедрами.

7. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЯ

7.1. Последовательность увеличения веса штанги

По правилам гриф штанги должен нагружаться постепенно, так как спортсмен, поднимающий наиболее легкий вес, поднимает штангу первым. Ни в коем случае нельзя понижать вес штанги после того, как спортсмен продемонстрировал подъем с объявленным весом. Ответственность за то, чтобы следить за последовательностью увеличения веса штанги, лежит на самом участнике соревнований или же тренере. Также спортсмен должен быть готов к тому, чтобы выполнить подъем в течение одной минуты после объявления его имени.

8. СУДЬИ

8.1. Количество судей

Необходимо наличие трех (3) судей: один старший судья и два других.

8.2. Обязанности судей

См. правила Международной федерации пауэрлифтинга.

9. НАЦИОНАЛЬНЫЕ И МЕЖДУНАРОДНЫЕ РЕКОРДЫ

9.1. Заявление об установленных рекордах

Директор соревнований должен следить за тем, чтобы у него находились официальные бланки установленных рекордов до того, как он встретится с председателем спортивного технического подкомитета по пауэрлифтингу.

10. ЖЮРИ

10.1. Национальные соревнования

Члены жюри не должны привлекаться к судейству национальных чемпионатов до тех пор, пока Организационный комитет не сочтет это необходимым.

10.2. Международные соревнования

Международные правила соревнований по пауэрлифтингу

Приняты конгрессом Международной федерации пауэрлифтинга 1 февраля 1990 года. Издание ассоциации федераций культуризма Восточной Сибири и Дальнего Востока "Восток".

Редактор - Ю. А. Богащенко. 1992 г.

Все соревнования по пауэрлифтингу (силовому троеборью) в странах СНГ проводятся согласно правилам Международной федерации. В правилах даны общие положения, оборудование мест соревнований, требования к костюму и личному снаряжению участников, правила выполнения соревновательных движений и причины дисквалификации спортсменов за их нарушения, правила взвешивания, порядок соревнований, обязанностей судей, жюри и технического комитета, требования для регистрации мировых рекордов, а также методы определения качества достижений в пауэрлифтинге по формулам Шварца и Малоне, система раундов, разрядные нормы и образец карточек подходов.

Для организаторов, судей, тренеров и спортсменов.

§1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Международная федерация пауэрлифтинга (ИПФ) признает следующие движения, которые должны выполняться в указанной последовательности на всех соревнованиях:

- а) приседания;
- б) жим лежа;
- в) тяга.

Каждому участнику дается три попытки в каждом движении. Любые исключения из этого объясняются в соответствующих разделах правил.

Лучшая удавшаяся попытка атлет в каждом движении (не учитывая четверные рекордные попытки) входит в сумму, набранную на данном соревновании. Победителем категории считается атлет, набравший наивысшую сумму. Остальные атлеты размещаются согласно их сумме в убывающем порядке.

Атлеты, которые не справились с начальным весом в любом из упражнений, снимаются с соревнований.

Если два или более спортсмена имеют одинаковую сумму, то более легкий спортсмен классифицируется выше более тяжелого спортсмена.

1.2. ИПФ проводит и санкционирует следующие чемпионаты мира:

- открытый чемпионат мира для мужчин;
- открытый чемпионат мира для женщин;

- чемпионат мира среди юниоров;
- чемпионат мира среди ветеранов.

1.3. ИПФ признает и регистрирует мировые рекорды для трех отдельных движений и суммы среди следующих возрастных категорий:

мужчины и женщины взрослые: от 14 лет и старше;

юниоры: от 14 лет и до 23 лет включительно;

ветераны: от 40 лет до и включая 49 лет;

от 50 лет и старше.

Участник должен достигнуть минимального возраста ко дню соревнования там, где положены возрастные ограничения. Участник может оставаться в данной категории в течение полного календарного года, в котором он достиг утвержденной возрастной границы категории.

Возрастные категории и их дальнейшее подразделение могут быть приняты к использованию внутри стран по усмотрению ее национальной федерации.

Весовые категории:

Мужчины

52.0 кг:

до 52.0 кг,

56.0 кг:

от 52.01 до 56.0 кг,

60.0 кг:

от 56.01 до 60.0 кг,

67.5 кг:

от 60.01 до 67.5 кг,

75.0 кг:

от 67.51 до 75.0 кг,

82.5 кг:

от 75.01 до 82.5 кг,

90.0 кг:

от 82.51 до 90.0 кг,

100.0 кг:

от 90.01 до 100.0 кг,

110.0 кг:

от 100.01 до 110.0 кг,

100.0 кг:

от 110.01 до 100.0 кг,

свыше 100 кг:

от 100.01 и не ограничено.

Женщины

44.0 кг:

до 44.0 кг,

48.01 кг:

от 44.01 до 48.0 кг,

52.0 кг:

от 48.01 до 52.0 кг,

56.0 кг:

от 52.01 до 56.0 кг,

60.0 кг:

от 56.01 до 60.0 кг,

67.5 кг:

от 60.01 до 67.5 кг,

75.0 кг:

от 67.51 до 75.0 кг,

82.5 кг:

от 75.01 до 82.5 кг,

90.0 кг:

от 82.51 до 90.0 кг,

свыше 90.0 кг:

от 90.01 и неограниченно.

1.4. Каждой стране в составе команды разрешается выставить 2 участников-мужчин, распределенных по 2 весовым категориям и 10 участников-женщин, распределенных по 10 весовым категориям. Не должно быть более двух участников от любой страны в любой весовой категории.

1.5. Каждой стране разрешается максимум две замены основных участников. Запасные участники могут быть введены в любое время до начала взвешивания их весовой категории. Каждая страна должна представить на рассмотрение список команды (фамилии

участников и их весовые категории) до начала взвешивания категории 52.0 кг. Запасные участники и их весовые категории должны быть также указаны в это время.

1.6 Очки для всех чемпионатов мира, континента, региона и страны должны быть такими 12, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 для первых девяти мест в любой весовой категории. Следующему любому участнику, сумевшему набрать сумму на соревнованиях, дается оно очко. Очки для всех остальных участников будут произвольными на рассмотрение национальной федерации.

1.7. Состав команды должен быть подан секретарю ИПФ не позднее, чем за 21 день до начала соревнований. Для определения командных мест на всех международных соревнованиях принимаются к рассмотрению очки только шести лучших атлетов каждой страны.

1.8 Командные награды присуждаются за первые три места. При равенстве очков команда или страна, имеющая наибольшее количество первых мест, будет считаться победившей. В случае равенства набранных очков у стран, имеющих равное количество первых мест, предпочтение отдается стране, имеющей больше вторых мест, и т. д. по всем шести местам.

§ 2. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Помост

Все движения должны выполняться на помосте размерами не менее 2.5 м X 2,5 м и не более 4.0 м X 4.0 м. Поверхность помоста должна быть гладкой и ровной и не должна возвышаться более 10 см над уровнем окружающего пола или сцены.

Поверхность помоста может быть покрыта нескользящим покрытием. Использовать резиновые маты или сходные материалы для покрытия не разрешается.

2.2. Гриф, штанги

Для всех соревнований, организованных по правилам ИПФ, разрешены только грифы с дисками. Использование грифов или дисков, не отвечающих точным требованиям, делают не действительным соревнования и его рекорды. Только гриф и диски, отвечающие всем требованиям, могут использоваться в соревновании и для всех движений. Гриф не может заменяться во время соревнований, если только он не согнут или как-то поврежден, что определяется судьями.

Гриф должен быть прямым, иметь хорошую насечку и отвечать следующим размерам:

2.2.1. Общая длина грифа не должна превышать 2.2 м.

2.2.2. Расстояние между наружными частями замков должно быть не менее 1.31 м и не более 1.32 м.

2.2.3. Диаметр грифа не должен превышать 29 мм и быть не менее 28 мм.

2.2.4. Вес грифа и замков равен 25 кг.

2.2.5. Диаметр муфты - 50-52 мм.

2.2.6. Должна быть нанесена разметка длиной 81 см.

2.3. Диски

2.3.1. Вес дисков, используемых в соревновании, не должен отличаться более чем на 0.25 процента от тех, что предусмотрены этими правилами.

2.3.2. Отверстие в центре диска может быть от 51 мм до 53 мм.

2.3.3. Диски должны иметь следующий вес: 0.5 кг (для рекордов), 1.25 кг, 2.5 кг, 5 кг, 10 кг, 15 кг, 20 кг, 25 кг, 45 кг, 50 кг.

2.3.4. Для установления рекордов разрешается четвертая попытка, при этом вес должен быть по крайней мере на 500 г больше, чем существующий рекорд.

2.3.5. Диски, весящие 25 кг и более, должны быть не более 6 см толщиной, диски 20 кг и менее, должны быть не более 3 см толщиной.

2.3.6. Диски должны соответствовать следующей раскраске:

10 кг и менее - любого цвета, 15 кг - желтого или черного,

20 кг - синего или черного,

25 кг - красного,

45 кг - золотого,

50 кг - зеленого цвета.

2.3.7. На всех дисках должен быть указан вес, они загружаются в следующей последовательности: самые тяжелые - первыми, затем более легкие, чтобы судьи могли прочитать цифры на каждом диске.

2.3.8. Первые, самые тяжелые диски, надетые на гриф, должны смотреть "лицом" внутрь, последующие диски надеваются "лицом" наружу.

2.3.9. Диаметр самого большого диска не должен превышать 45 см.

2.4. Замки

2.4.1. Замки должны всегда использоваться в соревнованиях, вес каждого - 2,5 кг.

2.4.2. Штанги, используемые на соревнованиях, не должны быть хромированы, посеребрены или окрашены внутри замков.

2.5. Стойки для приседаний

2.5.1. Стойки для приседаний должны быть крепкими и обеспечивать максимальную устойчивость. Основание должно быть таким, чтобы не мешать участнику или помощникам. Стойки могут состоять из цельного элемента или двух отдельных подставок, удерживающих гриф в горизонтальном положении.

2.5.2. Стойки для приседаний должны позволять менять высоту от 1 м в самом низком положении до 1.7 м в наивысшем положении.

2.5.3. Изменение высоты должно идти по нарастающей, с шагом не более 5 см.

2.5.4. Все гидравлические стойки должны закрепляться на нужной высоте с помощью штифтов.

2.6. Скамья

2.6.1. Скамья должна быть прочной конструкции для максимальной устойчивости и отвечать следующим размерам:

длина - не менее 1.23 м и должна быть ровной;

ширина - 29-32 см;

высота - 42-45 см, измеренная от пола до вершины поверхности скамьи, которая сжата или нагружена.

2.6.2. Высота стоек на скамьях должна быть от 82 до 100 см, измеряемых от пола до грифа лежащей штанги. Стойки неизменяемой высоты должны быть от 87 до 100 см (от пола до грифа лежащей штанги).

2.6.3. Минимальная ширина между внутренними частями стоек - 1.1 м.

2.7. Световая сигнализация

2.7.1. Судья объявляет свое решение посредством световой сигнализации. Каждый судья должен контролировать белый и красный свет, которые означают соответственно: "есть подъем" или "нет подъема". Световые сигналы должны располагаться горизонтально, соответствуя положениям трех судей. Световые сигналы должны быть так устроены, что зажигаются одновременно, а не отдельно, когда их включают судьи.

2.7.2. Для экстренных случаев (нарушение электропитания) судьи должны быть обеспечены маленькими белыми и красными флажками, которыми они сигнализируют о своем решении.

2.7.3. Цифровые карточки, выданные членам жюри, должны соответствовать расположению сигналов трех судей, означая 1, 2, 3 слева направо, если смотреть с помоста.

§ 3 КОСТЮМ И ЛИЧНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

3.1 Костюм участника

3.1.1. Костюм участника должен быть единым цельным однослойным из эластичного материала без каких-либо дополнительных заплат или прокладок. Плечики должны быть всегда одеты во время соревнований. Костюм также должен соответствовать следующим требованиям:

а) может быть любого цвета (цветов);

б) может иметь символ, эмблему, девиз и (или) название страны участника, название национальной ассоциации и (или) имя устроителя. Не разрешены надписи оскорбительные или порочащие данный вид спорта;

в) швы и подрубка швов не должны превышать 3 см по ширине и 0.5 см по толщине. Эти требования строго соблюдают только для костюмов, используемых в приседаниях;

г) швы могут быть защищены или усилены узкой тканью или тянущимся материалом, не превышающим 2 см в ширину или 0.5 см в толщину;

д) длина штанины не должна превышать 15 см от середины промежности. Измерение делается от верхнего шва промежности и вниз по ноге вдоль этой линии;

е) любые изменения костюма, превышающие установленную ранее ширину, длину или толщину, делают его непригодным для соревнования;

ж) только трико штангиста или борцовские костюмы могут иметь швы и подрубку, превышающие 3 см.

з) женщины могут носить цельный костюм сходного покроя, пока он соответствует всем требованиям, описанным выше. Трико с рукавами или высоким вырезом ног не разрешено;

и) рубашка с короткими рукавами длиной минимум 10 см может поддеваться под костюм, при этом ее рукав должен быть на 4 см выше локтя, но не затолкнут под дельту. Такая рубашка должна быть сделана из хлопка, полистера или их комбинаций:

- рубашка не должна быть ребристой или состоять из прорезиненного или сходного с ним материала;

- воротник может иметь круглый или острый вырез;

- рубашка может быть любого цвета (цветов);

- не должна иметь никаких карманов, пуговиц, молний или воротников;

- эмблемы можно носить (см. 3.1.1 б);

к) спортивные трусики или обычные хлопковые или нейлоновые штаны из однослойного материала должны одеваться под костюм. Плавки или другие трусы, состоящие из прорезиненной или сходной тянущейся ткани не разрешаются. Трусики не должны иметь штанин.

3.1.2. Женщины могут носить защитные трусики или штанишки, пока эти элементы гардероба не считаются помогающими. Женщины могут носить также бюстгальтер, если его чашечки не сохраняют форму, разложенные на ровной поверхности, и не содержат никаких проволок или поддерживающих устройств.

3.1.3. Использование тампонов, санитарных пеленок или сходных предметов женской гигиены разрешено.

3.1.4. Носки можно носить. Они могут быть любого цвета, но не должны быть такой длины, чтобы касаться наколенников. Носки полной длины, резиновые или обтягивающие ногу, строго запрещены.

3.2 Пояс

3.2.1. Участник может носить пояс, который должен быть одет поверх костюма.

3.2.2. Материалы и конструкции поясов:

- а) основная полоса должна быть сделана из кожи в несколько слоев, которые могут быть склеены или прострочены вместе;
- б) пояс не должен иметь дополнительной прокладки, подпорок или подтяжек из любого материала ни на поверхности, ни внутри слоев пояса;
- в) стандартная металлическая пряжка и зубцы - единственные не кожаные разрешенные компоненты. Пряжка должна быть прикреплена к одному концу ремня с помощью зубцов и (или) отстрочки;
- г) кожаная петля должна прикрепляться близ пряжки посредством зубцов и (или) отстрочки;
- д) наименование страны, штата или клуба может находиться снаружи ремня;
- е) фамилия участника может находиться только внутри ремня;
- ж) можно использовать пряжку с одним или двумя зубцами.

3.2.3. Размеры:

- а) ширина ремня - максимум 10 см;
- б) толщина ремня - максимум 13 мм вдоль основной длины;
- в) внутренняя ширина пряжки - максимум 11 см;
- г) наружная ширина пряжки - максимум 13 см;
- д) максимальная ширина кожаной петли - 5 см;
- е) расстояние между концом ремня и дальним концом кожаной петли - максимум 15 см.

3.3. Обувь

3.3.1. Разрешенная обувь включает тренировочные гимнастические тапки, спортивную обувь, ботинки или любую обувь, имеющую внутреннюю подошву. Обувь с металлическими шипами не разрешается.

3.3.2. Во время выполнения соревновательных движений участник должен носить только разрешенную обувь.

3.4. Бинты

3.4.1. Разрешены только бинты или бондажи из однослойного промышленно сотканного эластика, покрытого хлопком, полиэстером или их комбинации, или из медицинского крепа. Резиновые бондажи или из заменителей резины строго запрещены.

Участник может бинтовать только кисти и колени.

3.4.2. Бинты используются следующим образом:

- а) на кистях разрешаются бинты длиной не более 1 м и шириной 8 см или же запястники шириной не более 10 см. Комбинация бинтов и запястников запрещена;
- б) на запястниках вокруг кисти может быть дыра для большого пальца и кусочек пластыря в качестве застежки, однако большой палец не должен быть в дыре во время непосредственного подъема веса;
- в) бинт не должен быть выше 10 см и ниже 2 см от центра запястного сустава, не превышая в общем 12 см в обоих направлениях;
- г) для колен используются бинты не более 2 м длиной и 8 см шириной. Бинт колена не должен быть выше 15 см и ниже 15 см в обоих направлениях. Можно носить эластичный наколенник длиной не более 20 см. Комбинация бинтов и наколенников запрещена;
- д) бинты не должны касаться костюма участника.

3.5. Пластыри

3.5.1. Два слоя пластыря, подвязок или бондажей можно носить только на больших пальцах и нигде более. Для других мест нужно получить официальное разрешение жюри или главного судьи. Никакой пластырь, повязка или бондаж нельзя использовать в качестве ремня для помощи участнику для удержания штанги.

3.5.2. С разрешения жюри или главного судьи официальный доктор или дежурный врач могут наложить точечные пластыри, повязки или бондажи на травмированные мышцы тела. Подобным образом врач может наложить пластырь в виде полосы, повязки или бондажа на внутреннюю часть руки, но ни при каких обстоятельствах пластырь, повязка или бондаж не должны переходить на тыльную сторону руки.

3.5.3. Официальный или дежурный врач должен немедленно информировать главного судью и президента жюри после наложения пластырей, которые он считает необходимыми. Однако их можно наложить только с разрешения жюри.

3.5.4. На тех соревнованиях, где не присутствует жюри или дежурный врач, главный судья определяет необходимость использования точечных пластырей.

3.6. Осмотр костюма и личного снаряжения

3.6.1. На больших соревнованиях, когда отведено времени для взвешивания, по всей видимости, недостаточно для проведения осмотра костюма и личного снаряжения, жюри на свое усмотрение может назначить специального время для осмотра и жеребьевки. В

обычных условиях это должно происходить за один час до официального взвешивания, но может меняться по требованию жюри.

3.6.2. Для выполнения этой обязанности назначают не менее двух судей. Все элементы одежды должны быть исследованы и одобрены прежде, чем их официально проштампуют или отмаркируют.

3.6.3. Бинты излишней длины не допускаются, но могут быть разрешены, если уменьшены до требуемой длины в пределах отпущенного времени. Обрезать бинты - обязанность участника. Судьям, проводящим осмотр, не разрешается выполнять эту услугу.

3.6.4. Любой грязный или разорванный элемент экипировки одежды должен быть отвергнут.

3.6.5. Судьи должны записать каждый элемент экипировки в официальный отчет проверки, отчет будет вручен председателю жюри в конце проверки.

3.6.6. Если после проверки участник появится на помосте, имея или используя любой незаконный элемент экипировки, не зарегистрированный в инспекционном отчете, то участник должен быть немедленно дисквалифицирован.

3.6.7. Все элементы, упомянутые в разделе "Костюм и личное снаряжение", должны быть проверены до соревнования вместе с другими элементами, как-то: головные повязки, ленты, мундштуки и т. д. Такие предметы, как часы, украшения, предметы женской гигиены не нуждаются в проверке.

3.6.8. Страна или участники, желающие носить эмблемы спонсоров на своей экипировке, должны просить разрешение у генерального секретаря в начале того года, в котором они хотят рекламировать спонсоров. Прошение должно быть подано минимум за три месяца до даты первого соревнования и должно сопровождаться взносом в 50 английских фунтов. Когда разрешение будет дано, эмблема будет демонстрироваться в течение оставшегося года. Взнос распространяется только на одного спонсора и одну страну. Если же другие спонсоры желают выставить свои эмблемы на костюмах или экипировке атлетов, то они также должны внести взносы в 50 английских фунтов. Международная федерация пауэрлифтинга оставляет за собой право не давать разрешения, если считает, что реклама плоха или противоречит предварительным соглашениям федерации с телевидением или организаторами соревнований. Страны или атлеты могут носить национальные эмблемы или символы без уплаты взносов.

3.6.9. Любой участник, установивший мировой рекорд, должен немедленно предстать перед судьями (трем) для осмотра в месте, определенном главным судьей. Если обнаружится, что участник носил запрещенные бинты или одежду, рекорд считается недействительным, а участник дисквалифицируется.

3.7. Общие требования

3.7.1. Использование масла, жира или других смазочных средств на теле, костюме или личном снаряжении строго запрещено. Можно использовать только пудру. Пудра включает мел, тальк, канифоль и карбонат магния.

3.7.2. Никаких других средств нельзя наносить на бинты или снаряжение.

3.7.3. Костюм, за исключением ремня, нельзя подгонять на помосте.

§ 4 ДВИЖЕНИЯ И ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ

4.1. Приседания

4.1. Участник должен положить штангу горизонтально на плечи не ниже 3 см от верха передней дельты. Штангу надо держать горизонтально на плечах, руками и пальцами схватывая гриф, ноги ровно (плоско) на помосте с выпрямленными коленями.

4.1.2. Сняв штангу со стоек, участник должен шагнуть назад для принятия исходного положения. Участник должен ждать в этом положении сигнала старшего судьи. Сигнал будет дан как только участник станет неподвижно, а штанга будет правильно размещена. Если используются убирающиеся стойки, участник должен снять штангу со стоек прежде, чем их уберут, и ждать неподвижно сигнала старшего судьи. Сигнал должен состоять из нисходящего движения рукой и ясной команды: "Приседайте!".

4.1.3. Получив сигнал старшего судьи, участник должен согнуть ноги и опускать тело до тех пор, пока верхняя поверхность бедра возле тазобедренного сустава не будет ниже, чем верх коленей.

4.1.4. Участник должен подняться без двойного подпрыгивания или любого движения вниз в выпрямленное положение с выпрямленными коленями. Когда участник неподвижен, судья дает сигнал: "Поставить штангу на место".

4.1.6. Участник обязан стоять лицом к залу.

4.1.7. Участник не должен касаться замков, концов штанги или дисков во время выполнения движения. Однако края пальцев, держащих штангу, могут касаться внутренней поверхности замка.

4.1.8. Во время соревнований на помосте должно быть не менее двух и не более пяти помощников.

4.1.9. Участник может призвать на помощь помощников для снятия штанги со стоек. Как только штанга покинула стойки, помощники не должны более помогать участнику в принятии исходного положения, размещении ног, положения штанги и т. д.

4.1.10. Участнику может быть дана дополнительная попытка с тем же весом по распоряжению старшего судьи, если неудача в попытке произошла из-за ошибки одного или нескольких помощников.

4.2. Причины дисквалификации в приседании

4.2.1. Несоблюдение сигналов старшего судьи при выполнении или завершении движения.

4.2.2. Двойное подпрыгивание или более одной попытки подняться из нижнего положения.

4.2.3. Неспособность принять прямое положение с выпрямленными коленями в начале и при завершении упражнения.

4.2.4. Любое перемещение ног в сторону, назад или вперед во время выполнения движения.

4.2.5. Неспособность согнуть колени и опускать тело до тех пор, пока поверхность ног в тазобедренном суставе не будет ниже верха колен.

4.2.6. Изменение положения штанги на плечах после начала выполнения движения.

4.2.7. Контакт со штангой помощников в период между сигналами судьи.

4.2.8 Контакт локтей или верхней части рук с ногами.

4.2.9. Невозможность возвращения штанги на стойки.

4.2.10. Любая попытка бросить или опрокинуть штангу.

4.3. Жим лежа

4.3.1. Передняя часть скамьи для жима лежа должна размещаться на помосте лицом к старшему судье.

4.3.2. Участник должен лежать на спине, контактируя головой, плечами, и тазом с плоской поверхностью скамьи. Его обувь должна стоять ровно на полу. Это положение должно сохраняться во время всей попытки.

4.3.3. Если костюм участника и поверхность скамьи недостаточно контрастного цвета, чтобы дать возможность судьям определить движение вверх в точках касания, то поверхность скамьи может быть покрыта соответствующим образом.

4.3.4. Для достижения твердого положения ног участник может использовать диски или подставки не выше 30 см. При этом вся ступня его ноги должна плоско лежать на поверхности. Если используются подставки, их размер не должен превышать 45 см X 45 см.

4.3.5. На помосте должны присутствовать не менее двух и не более четырех помощников. Участник может призвать на помощь помощников для снятия штанги со стоек. Снятие производится на выпрямленные руки, а не на грудь.

4.3.6. Расстояние между руками не должно превышать 81 см (измеренное между указательными пальцами).

4.3.7. После взятия штанги на вытянутые руки, участник должен опустить ее на грудь и ждать сигнала судьи.

4.3.8. После подачи сигнала для выполнения движения штанга выжимается вверх на полностью выпрямленные вверх руки и держит-выжимается вверх на полностью выпрямленные вверх руки и держится неподвижно, пока не будет дана четкая команда: "На стойки!".

4.4. Причины дисквалификации в жиме лежа

4.4.1. Неподчинение сигналам судьи в начале или завершении движения.

4.4.2. Любое изменение в принятом положении во время самого движения, то есть любое движение вверх головы, плеч, ягодиц или ног от первоначальных точек контакта со скамьей или полом, или боковое движение рук на штанге.

4.4.3. Подпрыгивание или амортизация штанги от груди.

4.4.4. Вжатие штанги в грудь после получения сигнала судьи.

4.4.5. Любое неровное выпрямление рук при совершении движения.

4.4.6. Остановка штанги во время ее выжимания.

4.4.7. Любой контакт ног участника со скамьей или ее подставками.

4.4.8. Умышленный контакт между грифом и стойками во время движения, чтобы облегчить жим.

4.5. Тяга

4.5.1. Штанга должна лежать горизонтально у ног участника, взята произвольным хватом обеими руками и поднята одним непрерывным движением, пока участник не будет стоять прямо.

4.5.2. Участник должен стоять лицом в зал.

4.5.3. При завершении движения колени должны быть полностью выпрямлены, а плечи отведены назад.

4.5.4. Сигнал старшего судьи должен состоять из движения рукой вниз и ясной команды: "Вниз!". Сигнал не дается, пока штанга не остановится, а участник не примет явно законченного положения.

4.5.5. Любой подъем штанги или любое намеренное движение поднять штангу должны считаться попыткой.

4.6. Причины дисквалификации в тяге

4.6.1. Любая остановка штанги, прежде чем она достигнет конечного положения.

4.6.2. Неспособность стать прямо с откинутыми назад плечами.

4.6.3. Неспособность полностью выпрямить колени при завершении движения.

4.6.4. Поддерживание штанги бедрами во время выполнения движения.

4.6.5. Любое боковое движение ног, шаг вперед или назад.

4.6.6. Опускание штанги до сигнала старшего судьи.

4.6.7. Возвращение штанги на помост без сохранения контроля обеими руками.

§ 5. ВЗВЕШИВАНИЕ

5.1. Взвешивание участников должно происходить не ранее чем за два часа до начала соревнования в данной категории. Все участники в данной категории должны присутствовать на взвешивании, которое будет проводиться в присутствии трех назначенных судей для данной категории.

5.2. Взвешивание длится 1.5 часа. Оставшиеся 0.5 часа перед началом соревнования используются для заключительной подготовки к соревнованию.

5.3. Взвешивание для каждого участника должно проводиться в закрытой комнате, где присутствуют только участник, его тренер или менеджер и трое судей. Истинный вес участника не объявляется до тех пор, пока все участники, соревнующиеся в данной категории, не прошли взвешивания.

5.4. Участники должны взвешиваться обнаженными. В соревнованиях, где участники-женщины, процедура взвешивания может быть изменена, чтобы спортсменок взвешивали должностные лица женского пола. Для этой цели могут быть назначены дополнительные должностные лица-женщины.

5.5 Во время взвешивания должна происходить процедура осмотра костюма и личного снаряжения, если она не была выполнена ранее, однако участники должны быть сначала взвешены для заранее определенного вида движения. Костюм будет осматриваться только после того, как все участники взвесились первый раз. Трое назначенных судей ответственны за проверку, измерение и запись в регистрационном листе, детали экипировки описаны в разделе "Костюм и личное снаряжение". Элементы экипировки должны быть одобрены и промаркированы соответственно. Судья, ответственный за эту проверку, будет отвечать и за соответствие записанных элементов экипировки тем, которые участник будет носить и использовать на помосте.

5.6. Вначале проводится жеребьевка для установления порядка взвешивания. В соревнованиях с большим количеством участников в каждой категории жеребьевка и осмотр экипировки может начаться за один час до взвешивания. Жеребьевка также устанавливает порядок подъема веса во время соревнования, когда участники закажут одинаковый вес для своих попыток.

5.7. Каждый участник может быть взвешен только один раз. Только тем, чей вес больше или меньше, чем весовые пределы категории, в которой они собираются выступать, дозволено вернуться к весам. Они должны вернуться к весам в пределах 1.5 часов, если он был готов к взвешиванию вовремя, но не успел встать на весы из-за большого числа атлетов, пытающихся уложиться в весовую категорию. Ему может быть разрешено одно взвешивание на усмотрение судьи.

5.8. Атлет должен выступать в своей обычной весовой категории. Однако каждый спортсмен имеет право "уйти" в категорию выше или ниже, чем его обычная категория. Если атлет хочет изменить свою категорию, он должен предстать перед главным судьей в комнате для взвешивания за 10 минут до начала взвешивания своей окончательно выбранной категории. Если он хочет перейти в более высокую категорию, то должен также сообщить главному судье своей первоначальной категории, о выбывании за 10 минут до взвешивания в первоначальной категории;

если новая весовая категория атлета разделена на несколько групп из-за большого числа участников, он автоматически включается в первую группу, если только он не представит

неопровержимых доказательств общей суммы, выполненной в этой весовой категории на национальном или международном уровне в течение предыдущих 12 месяцев.

Пример А: атлет, намеревавшийся выступить в категории 90 кг и желающий участвовать в категории 82.5 кг, должен предстать перед старшим судьей категории 82.5 кг за 10 минут до начала взвешивания в этой категории.

Пример Б: атлет, намеревавшийся выступить в категории 90 кг, хочет выступить в категории 100 кг. Он должен сообщить старшему судье категории 90 кг до начала взвешивания этой категории о своем желании перейти в категорию более высокую. Атлет должен предстать перед старшим судьей категории 100 кг за 10 минут до взвешивания в ней.

Сам атлет должен знать свою первоначальную категорию. Заявления, что ошибка была допущена в заявке, не принимаются.

5.9. В турнирах, показательных выступлениях, фестивалях и дружеских встречах взвешивание может происходить, по взаимному согласию, ранее, чем за два часа до начала соревнования. Однако, если участник заявит желание установить мировой рекорд, он (она) должен вновь взвеситься за два часа до начала соревнования.

5.10. Если два участника имели одинаковый вес при взвешивании и затем набрали одинаковую сумму, то в конце соревнования их должны вновь взвесить, и победа будет присуждена более легкому. Однако, если их вес вновь будет одинаков, они должны разделить место и каждый получает награду. В случае, если в подобных обстоятельствах установлен рекорд в сумме трех движений, та же процедура применяется для определения рекордсмена. В таком случае два участника делят 1 - 2 места, следующий участник занимает 3 место и т.д.

5.11. Участники должны, если требуется, проверить высоту стоек для приседания и жима лежа и подставок под ноги до начала соревнования.

§ 6. ПОРЯДОК СОРЕВНОВАНИЯ

6.1. Организатор должен назначить следующих официальных лиц:

- а) судью-информатора;
- б) хронометриста (лучше квалифицированного судью);
- в) распорядителей-посыльных;
- г) протоколистов;
- д) помощников на помосте.

Если потребуется, то могут быть назначены дополнительные лица, например, врачи, медсестры и т.д.

6.2. Обязанности официальных лиц:

- а) информатор ответственен за эффективное проведение соревнования. Он действует как церемониймейстер и организует попытки, выбранные участниками, в порядке,

продиктованном весом, и, если необходимо, номером жеребьевки. Он объявляет вес, затребованный для следующей попытки, и фамилию участника.

Когда штанга нагружена, а помост освобожден для выполнения движения, старший судья говорит информатору, который в свою очередь объявляет, что вес установлен и вызывает участника на помост. Попытки, объявляемые информатором, должны показываться на каком-либо табло, установленном на видном месте;

б) хронометрист ответственен за точную запись промежутка времени между объявлением о готовности штанги и началом попытки участника. Он также ответственен за запись временных допусков, когда это требуется, то есть когда участник после попытки должен покинуть помост в пределах 30 секунд. Участнику дается одна минута до начала попытки после вызова на помост. Если участник не предпринял попытки в отведенное время, хронометрист называет время и старший судья должен дать ясную команду: "На стойки!" или "Опустить!" в зависимости от вида движения. Движение не засчитывается, а попытка аннулируется. Когда участник начинает движение в пределах установленного времени, часы останавливаются. Если участник предпринимает вторую или третью попытки, используя обычную систему, и в то же время имеет очередь на выполнение движения, ему дается три минуты с предупредительным сигналом в конце первых двух минут. Как только пущены часы для участника, их можно остановить: при истечении срока на попытку, при начале выполнения движения или по распоряжению главного судьи. Следовательно, чрезвычайно важно, чтобы участник или его тренер проверили высоту стоек для приседания до вызова атлет, поскольку, как только объявлено, что штанга загружена, часы пускают. Любые дальнейшие регулирования стоек должны быть сделаны в пределах одной минуты. Определение начала попытки зависит от вида выполняемого движения. В приседаниях и жиме лежа начало попытки совпадает с начальным сигналом судьи (см. раздел "Судьи", § 7, п. 3). В тяге началом является решительная попытка участника поднять штангу.

Тренеры должны оставаться в пределах места для тренеров, определенного жюри или ответственным техническим секретарем;

в) распорядители-посыльные ответственны за незамедлительную передачу информации о весах дальнейших попыток от участников или их тренеров судье-информатору. Распорядитель должен подойти к участнику сразу после попытки и спросить вес, необходимый для следующей попытки. Участнику дается одна минута между завершением попытки и сообщением судье-информатору через распорядителя веса, необходимого для его следующей попытки. Если участник не даст требуемый вес для следующей попытки в пределах одной минуты и информатор узнает об этом, то вес на штанге будет увеличен по требованию следующего участника в нормальной последовательности;

г) протоколисты ответственны за точную регистрацию хода соревнования и по его окончании обеспечивают подписи трех судей на официальных таблицах весов, свидетельствах о рекордах или любых других документах, требующих подписи;

д) помощники ответственны за загрузку и разгрузку штанги, регулировку стоек для приседания и скамей, как требуется; за разгрузку штанги или удаление посторонних с помоста по требованию главного судьи, и в общем за обеспечение хорошего состояния и аккуратного, чистого вида помоста во все время соревнования;

На помосте всегда должно быть не менее двух и не более пяти помощников. Когда участник готовится к попытке, помощники могут помочь ему снять штангу со стоек. Они также могут помочь в возвращении штанги после попытки. Однако они не должны касаться участника или штанги во время самой попытки, то есть в период времени между начальным и завершающим сигналами. Единственное исключение из этого правила - если выполнение движения неудачно и вероятно повлечет травму участника, помощники могут, по требованию старшего судьи или самого участника, прийти на помощь и освободить участника от штанги. Если участник лишен в общем-то успешной попытки из-за ошибки помощника, а не по своей вине, то по распоряжению судей в конце раунда ему может быть дана другая попытка с тем же весом.

Заявление для участия в чемпионате мира или региона должно включать лучшую сумму атлета с указанием даты и места проведения соревнования за последние 12 месяцев. Будут рассматриваться только суммы, показанные на национальных или международных соревнованиях.

6.3. Во время прохождения любого соревнования на помосте или сцене могут находиться только участник и его тренер, члены жюри, официальные судьи и помощники. Во время выполнения движения только участнику, помощникам и судьям разрешено присутствовать на помосте.

6.4. Участник не должен бинтоваться или поправлять костюм в пределах помоста. Единственное исключение из этого правила - он может поправлять ремень.

6.5. На обычных соревнованиях штанга нагружается с постепенным увеличением веса. Участник, затребовавший самый легкий вес, поднимает первым. Вес штанги не может быть уменьшен, как только движение выполнено с объявленным весом. Следовательно, участнику вместе с тренером необходимо наблюдать за увеличивающимся весом штанги и быть готовым совершить попытку при выбранном весе.

Единственное исключение из этого правила допускается во время международного матча между двумя участниками или двумя странами, соревнующимися в различных весовых категориях. В этом случае участники могут чередовать вес, требуемый для их попыток. Участник, потребовавший самый малый вес в первом движении, должен выполнять движения первым и, следовательно, устанавливает порядок чередующихся попыток в течение всего данного движения.

6.6. Когда два или более участников хотят выполнить первые попытки в любом виде движения со штангой одинакового веса, они должны поднимать вес в порядке жеребьевки, проведенной заранее.

6.7. Участник, выполняющий первую попытку, должен быть впереди участников, предпринимающих вторую и третью попытки с тем же весом. Сходным образом, участник, выполняющий вторую попытку, должен быть впереди любого участника, желающего выполнить третью попытку с тем же весом.

6.8. В признаваемых ИПФ соревнованиях вес на штанге всегда должен быть кратным 2.5 кг. Увеличение должно быть по крайней мере 5 кг между первой и второй попыткой и 2.5 между второй и третьей попытками. Вес объявляется в килограммах.

Исключения из этого правила:

- а) требование увеличить вес на 2.5 кг между первой и второй попытками означает, что участник не хочет предпринимать третью попытку;
- б) увеличение на 2.5 кг допустимо во время жима лежа между первой и второй попытками в том случае, если участник - женщина;
- в) в рекордной попытке, предпринятой вне соревнования, вес на штанге должен быть по крайней мере на 500 г больше предыдущего рекорда. Эта рекордная попытка должна быть выполнена в нормальной последовательности увеличения веса во время соревнования, а не в конце выполнения движения.

Если во время соревнования участнику, затребовавшему рекордную попытку, вес которой не кратен 2.5 кг, в пределах его допустимых попыток удастся поднять вес, то на официальном бланке будет указан ближайший вес, кратный 2.5 кг, а точный вес штанги будет указан в записи рекордов. Например, 333 кг было затребовано участником во второй попытке, и попытка оказалась удачной, следовательно в официальном бланке будет записано 332.5 кг, а в таблице рекордов - вес 333 кг. После этого четвертая попытка все еще может быть разрешена.

6.9. Старший судья на помосте несет личную ответственность за решения, принятые в случае ошибок загрузки штанги или неправильных объявлений информатора. Его решение передается информатору, который делает соответствующие объявления.

Примеры ошибок загрузки:

- а) если на штанге меньший вес, чем первоначально участник затребовал и попытка успешна, спортсмен может засчитать успешную попытку или выполнение новой попытки с первоначально заказанным весом. Если попытка не будет успешной, участнику будет дана дополнительная попытка с первоначально затребованным весом в конце раунда;
- б) если на штанге установлен более тяжелый вес, чем первоначально затребован, и попытка успешна, участнику будет засчитана попытка. Однако, вес может быть уменьшен снова, если потребуется для других участников. Если попытка неудачна, участнику будет дана дополнительная попытка с первоначально затребованным весом;
- в) если вес неодинаков с каждой стороны штанги или произошли какие-то изменения с дисками во время выполнения движения или помост стоит неровно, а попытка успешна, участник может засчитать попытку или предпринять новую попытку. Если попытка неудачна, участнику предоставляется добавочная попытка в конце данного раунда;
- г) если информатор делает ошибку, объявив вес легче или тяжелее, чем затребован участником, главный судья принимает те же решения, как для ошибок в загрузке;
- д) если по какой-либо причине участнику или его тренеру невозможно оставаться в пределах помоста, чтобы следить за ходом соревнования, и участник пропускает свою попытку, потому что информатор не объявил его на соответствующий вес, тогда вес будет уменьшен до требуемого и участнику разрешено совершить его попытку.

6.10. Три неудачные попытки в любом движении автоматически исключают участника из соревнования.

6.11. Кроме первоначальной помощи в снятии штанги со стоек, участник не должен получать никакой поддержки от помощников в принятии исходного положения для попытки.

6.12. После завершения попытки участник должен покинуть помост в течение 30 секунд. По усмотрению судей несоблюдение этого правила участником может привести к дисквалификации его попытки.

6.13. Если соревнования участник получает травму, врач имеет право его обследовать. Если он считает уместным для участника прекратить выступление, то проконсультировавшись с жюри, может настоять на этом решении. Руководитель команды или тренер должен быть официально информирован о таком решении.

6.14. Любой участник или тренер, из-за плохого поведения на помосте или судья при отсутствии жюри могут дисквалифицировать участника и приказать тренеру покинуть место соревнований. Руководитель команды должен быть официально информирован о предупреждении и дисквалификации.

6.15. На международном соревновании все апелляции против решения судей, жалобы, касающиеся хода соревнований или поведения лица (лиц), принимающих участие в соревнованиях, должны быть поданы жюри в письменном виде. Обращение или жалоба должны быть поданы председателю жюри руководителем команды или, в его отсутствие, тренером команды. Это должно быть сделано немедленно после происшествия, по поводу которого подается жалоба или обращение.

При необходимости жюри может временно остановить ход соревнования и удалиться для рассмотрения вердикта. После обсуждения и принятия решения большинством, жюри должно вернуться, и председатель известит истца о решении. Решение жюри будет считаться окончательным без права обращения в любую другую инстанцию. В случае, если жалоба была направлена против участника или официального лица противоположной команды, письменная жалоба должна сопровождаться суммой в 50 английских фунтов или ее эквивалента в любой валюте.

Если жюри в своем решении посчитает, что жалоба имеет фривольный или зловещий характер, тогда вся сумма или ее часть могут быть взяты и переданы ИФП по усмотрению жюри.

6.16. Обязательный перерыв в 5 минут должен происходить между окончанием одного движения и началом другого движения, то есть между приседанием и жимом лежа и между жимом лежа и тягой.

6.17. Как только штанга загружена соответственно затребованному весу и названа фамилия участника, участник не может изменить вес своей попытки.

§ 7. СУДЬИ

7.1. Число судей три: старший или центральный судья и двое боковых судей.

7.2. Старший судья ответственен за подачу необходимых сигналов во всех трех движениях.

7.3 Требуемые сигналы для трех движений таковы:

Вид движения
Начало
Окончание

Приседания

Видимый сигнал, состоящий из движения руки вниз вместе с ясным сигналом:
"Приседайте!"

Видимый сигнал, состоящий из обратного движения руки вместе с ясным сигналом команды: "На стойки!"

Жим лежа

Звуковой сигнал команды: "хлопок". Если участник глух, судья может дать визуальный сигнал участнику

Визуальный сигнал, состоящий из движения руки к судье со звуковым сигналом: "На стойки!"

Тяга

Сигнал не требуется

Визуальный сигнал, состоящий из движения вниз со звуковым сигналом: "Вниз!"

7.4. Как только штанга возвращена на стойки или на помост по окончании движения, судьи объявляют их решения с помощью световых сигналов. Белый цвет - "Хороший подъем", красный цвет - "Неудача".

7.5. Трое судей должны сесть наилучшим образом, с их точки зрения, вокруг помоста для каждого из трех движений. При этом старший судья должен быть легко узнаваемым для участника, выполняющего приседание или тягу.

7.6. Перед соревнованием судьи должны совместно убедиться, что:

- а) помост и оборудование для соревнования соответствуют во всех отношениях правилам;
- б) весы работают правильно и точны;
- в) взвешивание участников проходит в пределах весовых и временных промежутков для их весовых категорий;
- г) костюмы и личное снаряжение участников соответствуют правилам во всех отношениях.

7.7. Во время соревнования судьи должны совместно убедиться, что:

- а) вес нагруженной штанги соответствует весу, объявленному информатором. Судьи могут быть снабжены таблицами для этой цели;
- б) на помосте костюм участника и личное снаряжение соответствуют тем элементам, которые были предъявлены, проверены и промаркированы при взвешивании. Если какой-либо судья при этом сомневается, он должен после завершения вида движения сообщить старшему судье о своих подозрениях. Трое судей могут тогда вновь осмотреть костюм и

личное снаряжение участника. Если обнаружено, что тот носит элемент экипировки, непроверенный при взвешивании, участник будет немедленно дисквалифицирован.

7.8. Если во время выполнения подъема судья заметил ошибку, достаточную для дисквалификации в этом виде движения, процедура такова:

а) если наблюдатель - боковой судья, то он должен поднять руку, чтобы привлечь внимание к ошибке. Если старший судья и боковые судьи согласны между собой, старший судья должен остановить выполнение движения в безопасной, по его мнению, точке. Он должен просигнализировать участнику нисходящим движением руки и ясной командой: "На стойки!" или "Поставить!";

б) если наблюдатель - старший судья, он не должен поднимать руки, а должен осмотреть (проверить), согласен ли хоть один судья с ним. Если один или оба судьи согласны, старший судья останавливает выполнение движения, как описано в п.7.8 а.

7.9. До начала движения, если любой из судей не засчитывает положения штанги или исходного положения участника, они могут привлечь внимание к ошибке, как ранее описано в п.7.8 а. Если существует мнение большинства среди судей, что нарушение есть, старший судья не даст сигнала для начала движения. От старшего судьи не требуется объяснять ошибку участнику. Участник имеет остаток неистраченного времени для исправления положения штанги или положения тела, чтобы получить сигнал разрешения.

7.10. Судьи должны воздерживаться от комментариев и не получать какие-либо документы или словесные отчеты, касающиеся хода соревнования.

7.11. Судья не должен пытаться влиять на решения других судей.

7.12. Старший судья может консультироваться с боковыми судьями, с жюри или любым другим официальным лицом для ускорения хода соревнования.

7.13. После соревнования трое судей должны подписать официальные таблицы очков, свидетельства о рекордах или любые другие документы, требующие подписи.

7.14. На международных соревнованиях судьи будут выбраны техническим комитетом и должны доказать свою компетентность на международных и национальных чемпионатах.

7.15. На международных соревнованиях среди судей проводится жеребьевка, чтобы решить, какую категорию они будут судить. Двое судей одной национальности не могут быть избраны для судейства в одной и той же категории на соревновании с участием более двух стран.

7.16. Выбор судьи как старшего судьи в одной категории не мешает его избранию в качестве бокового судьи в другой весовой категории.

7.17. На чемпионатах мира могут судить только судьи первой и второй категорий. Каждая сторона может назначить максимум трех судей для обслуживания чемпионата мира.

7.18. Судьи и члены жюри должны быть одеты в следующую униформу:

мужчины: зимой - темно-синий пиджак с соответствующей эмблемой ИПФ на левой груди и серые брюки с белой рубашкой и галстуком. Летом - белая рубашка и серые брюки, галстук не обязателен;

женщины: зимой - темно-синий пиджак с соответствующей эмблемой ИПФ на левой груди, серая юбка или брюки и белая блузка. Летом - серая юбка или брюки и белая блузка.

Жюри должно определить, носить ли зимнюю или летнюю униформу.

7.19. Характеристика для судьи второй категории такова:

- а) национальный судья с хорошим положением в своей федерации;
- б) должен быть рекомендован своей национальной федерацией;
- в) должен сдать письменный экзамен второй категории на чемпионате мира, континента, региональных играх, международном турнире, чемпионате страны;
- г) должен набрать 90 или более процентов проходного балла как в письменных, так и в практических экзаменах.

7.20. Характеристики для судьи первой категории таковы:

- а) должен быть судьей второй категории с хорошей репутацией не менее двух лет;
- б) должен судить по крайней мере два международных или национальных чемпионата;
- в) должен пройти практический экзамен первой категории на чемпионате мира, континента, региональных играх или международном турнире;
- г) должен судить в качестве старшего судьи по крайней мере 100 попыток, 50 из которых должны быть приседания;
- д) должен набрать по крайней мере 90 процентов и более правильных решений по сравнению с решениями членов жюри, а не своих товарищей-судей;

Основания для назначения должны быть таковы:

- а) компетенция кандидата как судьи;
- б) предыдущий ранг судьи второй категории;
- в) пригодность судить будущие международные соревнования.

7.21. Выбор кандидата для исследования ИПФ будет предметом следующих требований:

- а) число полученных назначений (рекомендаций);
- б) число имеющихся мест для экзамена;
- в) современные требования к судьям первой категории внутри каждой страны.

7.22. Процедуры проверок таковы:

а) вторая категория:

тест будет дан только после того, как полное и обстоятельное перечисление правил в письменном виде будет дано под руководством выбранного судьи первой категории, который назначается на должность главного экзаменатора ИПФ. Практический экзамен последует за письменным экзаменом во время соревнования, на котором кандидат должен сидеть за столом жюри или рядом с ним и судить в общей сложности 100 попыток, разделенные как можно точнее на все три вида движений. Кандидат в этот момент должен находиться под наблюдением хотя бы одного судьи первой категории. Кандидат должен набрать по крайней мере 90 процентов правильных решений по сравнению с решениями членов жюри.

б) первая категория:

практический экзамен будет назначен кандидату только на чемпионате мира, континента, региональных играх или международном турнире. Кандидат будет исследован жюри, которое должно состоять из трех судей первой категории и набрать минимум 90 процентов правильных решений.

7.23. В случае, если страна не имеет действующих судей первой категории, ИФП может назначить судей второй категории для проведения и проверки письменного и практического экзаменов судей второй категории.

7.24. Все тестовые листы должны быть обсчитаны председателем технического комитета или лицом, назначенным техническим комитетом. После подсчета генеральный секретарь должен быть информирован о результатах.

7.25. После получения результатов тестирования генеральный секретарь ИПФ должен сообщить кандидату и секретарю его национальной федерации о результатах.

7.26. Экзаменационные листы подсчета должны быть отмечены следующим образом:

- а) все правильные попытки, судимые кандидатом, должны отмечаться черточкой (/);
- б) все неправильные попытки, судимые кандидатом, должны отмечаться крестиком (X);
- в) все попытки, не выполненные участником, должны отмечаться нулем (0);
- г) за всеми ошибочными попытками должно следовать число, показывающее, сколько ошибок не заметил кандидат;
- д) когда дается неправильный сигнал (слишком рано или слишком поздно), экзаменатор должен отметить это крестиком (X) и буквой "С", означающими, что был подан неправильный сигнал;
- е) когда сигнал необходим и дается в незавершившемся движении, он должен быть отмечен как (0) и засчитан как попытка;

ж) все экзаменационные листы подсчета, без каких-либо исправлений или добавлений, должны быть посланы в технический комитет ИПФ или предназначены для обсчета.

7.27. Жюри при тщательном изучении определит успех или неудачу практического экзамена кандидата.

7.28. При завершении теста (экзамена) дата назначения судьи должна быть датой проведения экзамена.

7.29. Кандидаты, не сдавшие экзамен, должны ждать, по крайней мере, 6 месяцев до следующей переэкзаменовки.

7.30. Перерегистрация:

а) все судьи должны проходить перерегистрацию в ИПФ, чтобы их характеристики были приемлемы и современны;

б) перерегистрация должна происходить во время каждого олимпийского года;

в) на судью возлагается ответственность послать необходимые 10 фунтов взноса казначею ИПФ вместе с кратким описанием международных и национальных соревнований, судимых им за прошедший регистрационный период;

г) судья, который был бездействен в течение четырех лет или не смог перерегистрироваться, теряет свой мандат;

д) карточка, представленная в пределах 12 месяцев до олимпийских игр, не нуждается в возобновлении до следующего олимпийского года.

7.31. Секретарь ИПФ должен обеспечить каждую национальную федерацию:

а) списком нынешних судей с правильно зарегистрированными мандатами;

б) списком тех судей, которые нуждаются в перерегистрации для сохранения своих мандатов.

7.32. Квалификация, необходимая для регистрации:

а) первая категория: должен присутствовать или назначен судьей, по крайней мере, на одном или более международном чемпионате вместе с чемпионатами страны в общем количестве, по крайней мере, трижды за четырехлетний период между олимпийскими играми;

б) вторая категория: должен присутствовать или назначен судьей, по крайней мере, трижды на международных или национальных чемпионатах.

§ 8 ЖЮРИ И ТЕХНИЧЕСКИЙ КОМИТЕТ

8.1. Жюри

8.1.1. На чемпионатах мира и континента должно быть назначено жюри для контроля за каждым видом упражнений.

- 8.1.2. Жюри должно состоять из президента ИПФ как председателя и четырех других членов, один из которых должен быть председателем технического комитета, запасной член должен быть назначен для каждого жюри.
- 8.1.3. Все члены жюри должны быть международными судьями первой категории.
- 8.1.4. Все члены жюри должны представлять различные страны, за исключением президента и председателя технического комитета.
- 8.1.5. Функция жюри - обеспечивать правильное применение технических правил.
- 8.1.6. Во время соревнования жюри может большинством голосов заменить любого судью, чьи решения, по мнению жюри, показывают его некомпетентность. Означенный судья должен получить предупреждение до его смещения.
- 8.1.8. Каждый член жюри должен иметь три красные карточки протеста, отмеченных соответственно 1, 2 и 3. Если член жюри желает подвергнуть сомнению решение судьи, он должен положить карточку, относящуюся к этому судье, перед председателем жюри. Председатель должен проконсультироваться с остальными членами жюри и принять соответствующее решение, основанное на мнении большинства.
- 8.1.9. Если произошла серьезная ошибка в судействе, которая противоречит техническим правилам, жюри может принять соответствующее решение для исправления ошибки. Оно может, по своему усмотрению, дать участнику добавочную попытку.
- 8.1.10. Жюри не должно отменять решения судей или изменять их.
- 8.1.11. Члены жюри должны быть размещены так, чтобы беспрепятственно видеть соревнование.
- 8.1.12. Перед каждым соревнованием председатель жюри должен удостовериться, что члены жюри имеют безупречное знание своей роли и всех новых правил, которые изменяют или дополняют действующие правила.
- 8.1.13. Выбор спортсменов для проверки на допинг-контроль всегда производится жюри при помощи произвольной жеребьевки. Если на соревновании нет жюри, тогда ответственный секретарь соревнований назначит председателя для проведения такой жеребьевки перед свидетелями.
- 8.2. Технический комитет ИПФ
- 8.2.1. Должен состоять из председателя, избранного конгрессом и шести членов из различных стран, назначенных председателем.
- 8.2.2. На комитет возлагается изучение всех требований и предложений технического характера, вносимых в ИПФ федерациями-участниками.
- 8.2.3. Решения - предмет одобрения конгресса ИПФ.
- 8.2.4. Назначает старших и боковых судей на чемпионаты мира.

8.2.5. Обучает и инструктирует судей, чья компетентность ниже международного уровня и вновь экзаменует тех, которые уже достигли этого уровня.

8.2.6. Информировывает конгресс ИПФ, президента и секретаря о том, какие судьи избраны судить после экзамена или переэкзаменовки.

8.2.7. Организует курсы для судей перед любым важным соревнованием, таким, как чемпионаты мира. Расходы на эти курсы берут федерации-организаторы.

8.2.8. Предлагает конгрессу ИПФ прекращение карточки судьи как международного судьи, когда это кажется необходимым.

8.2.1.0. Ответственен за осмотр всего оборудования, переданного различными изготовителями с единственной целью - иметь возможность использовать маку "Одобрено ИПФ" в коммерческих рекламах. Если предмет (предметы) удовлетворяют всем нынешним правилам и инструкциям ИПФ, взимается гонорар и выдается свидетельство утверждения техническим комитетом.

8.2.11. В конце каждого года взнос в 100 фунтов должен быть передан ИПФ для повторного свидетельства. Если меняется дизайн, предмет вновь должен быть передан техническому комитету для инспекции и выдачи свидетельства.

8.2.12. Если в любое время после выдачи свидетельства одобрения, изготовитель меняет дизайн личного или спортивного оборудования, которое было прежде одобрено, а ныне не соответствует правилам и инструкциям ИПФ, то ИПФ снимает оборудование. ИПФ не будет давать другого свидетельства, пока не исправят изменения дизайна и предмет снова не будет передан техническому комитету на рассмотрение.

§ 9. МИРОВЫЕ РЕКОРДЫ

9.1. Чемпионаты мира, континента, региона и стран

9.1.1. На чемпионатах мира, континента, региона и стран, санкционированных и признаваемых ИПФ, мировые рекорды утверждаются без взвешивания штанги или участника, при условии, что участник взвешен правильно до соревнования, и, что судьи или технический комитет проверили вес штанги и дисков до соревнования.

9.1.2. Участник должен предстать для осмотра тремя судьями. См. раздел "Костюм и личное снаряжение".

9.1.3. Требования для регистрации мирового рекорда следующие:

а) соревнование должно проводиться под санкцией международной федерации ИПФ;

б) каждый из судей должен обладать действующей карточкой международного судьи ИПФ и быть членом национальной федерации, входящей в ИПФ;

в) справедливость и компетенция судей всех наций-участников не подлежит сомнению. Следовательно, мировой рекорд может быть подтвержден судьями той же страны;

г) за исключением чемпионатов мира, мировые рекорды на всех других соревнованиях засчитываются только в том случае, если рекордсмен прошел допинг-контроль.

9.2. Все другие соревнования

9.2.1. Если рекорд установлен не на перечисленных выше соревнованиях, требуется следующее добавление к вышеперечисленным требованиям 9.1.2. и 9.1.3.:

а) сразу после успешной попытки (рекордной), трое судей должны взвесить штангу и записать ее точный вес. Они должны приготовить список отдельных весов грифа и каждого диска, которые были использованы в успешной попытке.

9.2.2. Трое судей должны подписать объективный письменный отчет, подтверждающий, что информация, данная по следующим пунктам верна:

а) фамилия участника, дата его рождения;

б) название страны участника;

в) наименование, место и дата соревнования;

г) вес участника;

д) вес штанги и отдельных дисков;

е) то, что весы были признаны точными на официальной проверке в пределах шести месяцев до соревнования

9.2.3. К прошению о регистрации рекорда должна быть приложена копия таблицы взвешивания грифа и всех дисков.

9.2.4. По завершении прошения о рекорде оно должно быть подписано тремя судьями и председателем жюри или секретарем национальной федерации.

9.2.5. Прощение о рекорде должно быть послано генеральному секретарю ИПФ не позднее одного календарного месяца со дня установления рекорда.

9.2.6. Если участник в одном из соревнований (п.9.1) успешно проведет попытку, вес которой на 20 кг меньше нынешнего мирового рекорда, то ему может быть представлена, по усмотрению жюри, четвертая попытка вне соревнования. В противном случае не дается никаких дополнительных попыток.

9.2.7. Только спортсмены, действительно участвовавшие в соревновании, могут "идти на рекорд" в четвертой попытке вне соревнования.

9.2.8. Ни при каких обстоятельствах участникам, не принимавшим участие во всем соревновании, не разрешается идти на установление рекордов в отдельных видах движений.

9.2.9. Если два участника, превысят нынешний рекорд в отдельном виде движения или в сумме и будут иметь одинаковый результат, новым рекордсменом будет объявлен более легкий по весу участник. Если оба спортсмена весят одинаково, оба будут считаться рекордсменами.

9.2.10. Новые рекорды действительны только, если они превосходят предыдущий рекорд, по крайней мере, на 500 г. Доли 500 г должны игнорироваться, то есть вес 87 кг 700 г будет зарегистрирован как 87 кг 500 г.

9.2.11. Существует официальный рекорд мира в сумме трех движений. Этот рекорд должен отвечать следующим требованиям:

- а) он установлен во время соревнования, которое признала или санкционировала ИПФ;
- б) рекорд установлен участником, зарегистрированным в федерации-члене ИПФ;
- в) рекорд в сумме трех движений действителен только, если гриф и диски, использованные на соревновании, были взвешены до соревнования;
- г) хотя штангу и участника не надо взвешивать после соревнования, письменный отчет, сходный во всех отношениях с тем, который требуется в случае рекордов в отдельных видах движений, должен быть составлен и подписан тремя судьями;
- д) рекорд будет действителен только для весовой категории участника, определенной на официальном взвешивании;
- е) никакая четвертая попытка не может включаться в сумму движений.

9.2.12. Не только мировые рекорды, но и континентальные, региональные и национальные рекорда, установленные при тех же условиях, как и мировые рекорды, должны быть признаны и зарегистрированы.

9.2.13. Установление рекордов в отдельных видах движений будет действительно только в том случае, если участник набирает общую сумму в соревновании.