

XXIII. Nógrád Vármegyei Fekvenyomó Kupa 2023. Balassagyarmat

A verseny célja: A sportág népszerűsítése, tehetségek felfedezése.
A vármegyei férfi, női bajnoki címek eldöntése.

A verseny rendezője: A Vitalitás Sportegyesület Erőemelő Szakosztálya

Versenyigazgató: Honti Attila Tel: 06/20/ 332-8989, vitalitasse@gmail.com
Információ: www.vitalitas-se.hu

A verseny helyszíne: Balassagyarmat, Vitalitás Sportcentrum, Kóvári u. 19.

A verseny időpontja: 2023. november 05. (vasárnap)

A verseny résztvevői: A 14. életévüket betöltött versenyengedéllyel nem rendelkező Nógrád vármegyei sportolók, illetve Nógrád vármegyei egyesületnél igazolt versenyzők. Az egyesületi tagságot illetve a vármegyei érdekeltséget igazolni kell!!!

Versenyszabály, kor és súlycsoportok: a MERSZ szabályai alapján

Súlycsoportok	melléklet szerint		
Korcsoportok (női/férfi)	Ifjúsági	14 – 18. év között	(2005 – 2009)
	Junior	19 – 23. év között	(2000 – 2004)
	Felnőtt	24 – 39. év között	(1984 – 1999)
	Masters I	40 – 49. év között	(1974 – 1983)
	Masters II	50 év fölött	(1973 v. ez előtt született)

Figyelem! Mindenki csak a saját korcsoportjában versenyezhet!

Díjazás: Súlycsoportonként és korcsoportonként minden helyezett részére oklevél, I –III. helyezettnek érem is. Abszolút kategória esetében oklevél, serleg.

Nevezés: A versenyen bárki elindulhat, aki egészségesnek érzi magát és megfelel a nevezési feltételeknek.

Nevezés a helyszínen!

Nevezési díj: 2.000 ft (azaz kétezer forint)/fő, melyet a helyszínen kell fizetni.

Öltözet: Kantáros mez vagy rövidnadrág, rövid ujjú póló, sportcipő
Szabadidő vagy civil ruhában versenyezni nem lehet!
Fekvenyomó ruha használata nem engedélyezett!

A verseny tervezett időrendje

2023. november 05.

Megnyitó: 10.00 óra

<u>Mérlegelés</u>	<u>Súlycsoport</u>	<u>Versenyzés</u>
8.00 - 8.40	összes női és fiú ifjúsági, junior versenyző mérlegelése	10.15
8.40 - 9.15	összes felnőtt, masters versenyző mérlegelése	11.00

A mérlegelési időt kérjük betartani! 9.15 óra után már nincs regisztrálás és mérlegelés!

Egyebek:

- A versenyzők saját érdekében – sérülés, orvosi ellátás miatt – tartsák maguknál a TAJ kártyát vagy annak másolatát.
- A versenyen árusítás csak a szervezők hozzájárulásával végezhető.
- A korábbi évek eredményei, valamint a megyei csúcsok megtekinthetők a www.vitalitas-se.hu honlapon

! A versenyen mindenki saját felelősségére indul!

Eredményes felkészülést kívánnak a szervezők!



melléklet

Súlycsoportok

NŐK

Ifjúsági, Junior

43 kg

47 kg

52 kg

57 kg

63 kg

69 kg

76 kg

84 kg

+84 kg

Felnőtt, masters

47 kg

52 kg

57 kg

63 kg

69 kg

76 kg

84 kg

+84 kg

FÉRFIAK

Ifjúsági, junior

53 kg

59 kg

66 kg

74 kg

83 kg

93 kg

105 kg

120 kg

+120 kg

Felnőtt, masters

59 kg

66 kg

74 kg

83 kg

93 kg

105 kg

120 kg

+120 kg