

TVIRTINU
LSD „Žalgiris“
Utenos RT pirmininkas

Algirdas Bivainis
2025-11-14

**UTENOS RAJONO MOKINIŲ ŠTANGOS SPAUDIMO VARŽYBŲ,
SKIRTŲ LSD „ŽALGIRIS“ UTENOS RT IR „RL GYM“ PRIZAMS LAIMĖTI**

NUOSTATAI – PROGRAMA

I. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

- populiarinti fizinį aktyvumą moksleivių tarpe;
- išaiškinti štangos spaudimo stipriausius moksleivius;
- išaiškinti pajėgiausias komandas.

II. DALYVIAI

Varžybose dalyvauja bendrojo ugdymo mokyklų, neformaliojo švietimo įstaigų ir klubų dalyviai. Dalyvių amžius – 14 metų ir vyresni mokiniai. Dalyvių svorio kategorijos: merginos: iki 63 kg ir daugiau kaip 63 kg., vaikinai iki 59, 66, 74, 83, 93 ir daugiau kaip 93 kg. Sportininkų skaičius vienoje svorio kategorijoje neribojamas.

Visi dalyviai startuoja individualiai (su savimi turėti mokinio ir sveikatos pažymėjimus).

III. ORGANIZAVIMAS IR VYKDYMAS

Varžybos vykdomos 2025-12-10 RL Gym sporto ir sveikatingumo klube (J. Basanavičiaus g. 56, Utena). Varžybas organizuoja LSD „Žalgiris“ Utenos RT ir asociacija „RL GYM“. Varžybų vyr. teisėjas Modestas Puišė. Varžybų dalyvių svėrimas nuo 15.00-15.30 val. **Varžybų pradžia 15.30 val.** Varžybų dieną mokyklų vadovai teisėjų kolegijai pateikia mokyklos vadovo patvirtintą ir sveikatos priežiūros specialisto vizuotą paraišką, kurioje nurodoma: mokyklos pavadinimas, dalyvio vardas, pavardė, gimimo metai, klasė ir vadovo vardas, pavardė. Varžybos vykdomos pagal jėgos trikovės taisykles. Veiksmui atlikti duodami trys bandymai. Įskaitomas geriausias rezultatas. Svoris mažiausiai didinamas kas 2,5 kg.

IV. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

Varžybos asmeninės. Asmeninėje įskaitoje išaiškinamas nugalėtojas ir prizininkai kiekvienoje svorio kategorijoje.

V. APDOVANOJIMAS

Varžybų atskirų kategorijų nugalėtojai ir prizininkai apdovanojami diplomais, medaliais ir asmeniniais prizais.

VI. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Varžybos - viešas renginys, kuriame gali būti filmuojama ir fotografuojama. Komanda pateikdama paraišką patvirtina, kad jos dalyviai sutinka su filmuotos ar fotografuotos medžiagos platinimu žiniasklaidoje ir internete.

Nuostatus parengė
Irma Maigienė
Tel. 8-601-77720
