

PROPOZÍCIE

E-SAFKST CUP 2. kolo VO VYTRVALOSTNOM DREPE

Všeobecné ustanovenia

Usporiadateľ: Slovenská asociácia fitness, kulturistiky a silového trojboja

Dátum konania pre vytrvalostný trojboj:

- dorastenci/dorastenky: **17.08.2020**
- juniori/juniorky: **18.08.2020**
- open muži/ženy: **19.08.2020**
- masters muži/ženy: **20.08.2020**

Prihlášky pre vytrvalostný drep: do **16.08.2020**

- Zástupcovia klubov posielajú prihlášky prostredníctvom Informačného systému SAFKST: <https://safkst-info.sk/>.
- Kontakt pri problémoch s prihlasovaním: Jozef Benč, 0905264870.
- Súťažiacim budú po prihlásení na súťaž odoslané prístupové údaje a inštrukcie pre nahranie videozáznamu na portál spolu so štartovým číslom.

Úhrada nákladov: rozhodcom podľa smerníc SAFKST.

Vyhodnotenie vytrvalostného trojboja: **23.08.2020 18:00**

Technické ustanovenia

Predpis: Súťaží sa v súlade s Pravidlami pre vytrvalostný trojboj a tlak na lavičke.
Mužské kategórie: maximálny počet opakovaní s činkou hmotnosti 80% telesnej hmotnosti napríklad: $(74,30 \text{ kg} / 100) \times 80 = 59,44 \text{ kg}$
Vždy zaokrúhľujeme k najbližšej možnej váhe, ktorú dokážeme na činku naložiť. Kotúče s najnižšou povolenou váhou predstavujú 1,25 kg.
Ženské kategórie: maximálny počet opakovaní s činkou hmotnosti 50% telesnej hmotnosti napríklad: $(74,30 \text{ kg} / 2) = 37,15 \text{ kg}$
Vždy zaokrúhľujeme k najbližšej možnej váhe, ktorú dokážeme na činku naložiť. Kotúče s najnižšou povolenou váhou predstavujú 1,25 kg najnižšia hmotnosť naloženia činky je 25,00kg.
Zmena pravidiel je vyhradená a platná pre E-SAFKST CUP 2 kolo.

Podmienky štartu: Platná licenčná karta na rok 2020 a včas zaslaná a riadne vyplnená prihláška.

Kategórie: Muži: dorastenci, juniory, open, masters.
Ženy: dorastenky, juniorky, open, masters.

Činovníci súťaže

Sekretár súťaže: Mgr. Kristián Slíž
Rozhodcovia: Nomináciu rozhodcov uverejní ŠTK po ukončení prihlasovania.

Ceny

Doplňky výživy pre prvých troch súťažiacich v jednotlivých vekových kategóriách, ktoré im budú doručené na adresu bydliska kuriérom.

propozície schválil
Pavol Kovalčík
viceprezident SAFKST

