



Akademickie Mistrzostwa Województwa Lubelskiego 2018/2019

---

## REGULAMIN TECHNICZNY TRÓJBÓJ/DWUBÓJ SIŁOWY

### I. PROGRAM ZAWODÓW

1. Zawody w trójboju siłowym obejmują 3 konkurencje:

- a) przysiady ze sztangą,
- b) wyciskanie sztangi w leżeniu,
- c) martwy ciąg.

2. Zawody w dwuboju siłowym obejmują 2 konkurencje:

- a) wyciskanie sztangi w leżeniu,
- b) martwy ciąg.

### II. KATEGORIE WAGOWE

1. Kobiety – wstępny podział (może ulec zmianie):

- do 60 kg,
- do 70 kg,
- pow. 70 kg.

2. Mężczyźni:

- do 65 kg,
- do 75 kg,
- do 85 kg,
- do 95 kg,
- pow. 95 kg.

### III. UCZESTNICTWO

1. Uczelnia może zgłosić dowolną ilość zawodników/zawodniczek w każdej kategorii wagowej.

---

*Zawody wspierają:*



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



Lubelskie  
Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego





#### IV. PUNKTACJA

1. W AWML prowadzone są następujące klasyfikacje:
  - a. indywidualna – dla każdej kategorii wagowej – indywidualna klasyfikacja w poszczególnych kategoriach wagowych wg osiągniętych wyników,
  - b. drużynowa – obejmująca wszystkie kategorie wagowe – podstawą klasyfikacji drużynowej jest punktacja najlepszych zawodników w poszczególnych kategoriach wagowych,
  - c. indywidualna wg. formuły Wilks'a – obejmująca wszystkie kategorie wagowe – wyłonienie najlepszych zawodników bez względu na kategorię wagową – jest to klasyfikacja dodatkowa, która nie jest wliczana do klasyfikacji drużynowej.
2. Zwycięzcą w każdej kategorii wagowej zostaje zawodnik/zawodniczka, który uzyska najlepszy wynik w trójboju/dwuboju.
3. Za I miejsce zawodnik/zawodniczka otrzymuje  $n+1$  pkt., za II miejsce  $n-1$  pkt., za III miejsce  $n-2$  pkt., itd., gdzie  $n$  jest równe liczbie uczelni startujących w zawodach.
4. Do punktacji drużynowej uwzględnianych jest 5. najlepszych zawodników i 3. najlepsze zawodniczki danej uczelni bez względu na kategorię wagową.
5. W przypadku braku wymaganej liczby zawodników/zawodniczek, za każdą brakującą osobę uczelnia otrzymuje – 0 pkt.
6. Zwycięzcą zostaje ta drużyna, która zgromadzi największą liczbę punktów.
7. W przypadku zdobycia przez dwie lub więcej uczelni równej ilości, o kolejności zajętych miejsc decyduje większa ilość pierwszych miejsc, następnie drugich, itd.

#### V. POZOSTAŁE USTALENIA

1. W każdym boju zawodnik/zawodniczka ma prawo do wykonania 3 prób /podejść/.
2. Kolejne próby/podejścia wyznaczane są/ustalane są o co najmniej plus 5 kg wśród mężczyzn (wyjątek stanowi bicie rekordu kraju w trzeciej próbie w danej konkurencji), a wśród kobiet co najmniej plus 2,5 kg.
3. Zawodnik/zawodniczka zostanie sklasyfikowany jeżeli zaliczy przynajmniej po jednej próbie/podejściu w każdym z bojów.

---

**Zawody wspierają:**



**Akademickie Mistrzostwa Województwa Lubelskiego 2018/2019**

---

4. Przepisy ogólne, sprzęt i jego opis techniczny zgodny z przepisami AMP i PZKFITS ze szczególnym uwzględnieniem następujących ustaleń;

Każdego zawodnika uczestniczącego w zawodach AMWL obowiązują następujące wymagania odnośnie stroju startowego:

- a. krótkie spodenki (typu lycra) nad kolano (wymagane w bojach: przysiad i wyciskanie leżąc),
- b. koszulka z krótkim rękawem,
- c. getry do kolan (wymagane w boju: martwy ciąg),
- d. można używać pasa oraz owijać nadgarstki,
- e. zabronione jest owijanie kolan oraz używanie specjalistycznych koszulek tzw. sztywnych kostiumów.

5. Ustalenia nieujęte w powyższym regulaminie określają przepisy PZKFITS oraz AZS.

---

**Zawody wspierają:**



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki

