

SYSTEM SPORTU MŁODZIEŻOWEGO REGULAMIN WSPÓŁZAWODNICTWA SPORTOWEGO MŁODZIEŻY UZDOLNIONEJ

CZĘŚĆ C

Podnoszenie Ciężarów

Dział I.

Kategorie wiekowe:		
Młodzieżowcy	21-23 lata	w 2025 roku urodzeni 01.01.2002-31.12.2004
Juniorzy	18-20 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2005-31.12.2007
Juniorzy młodszy	16-17 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2008-31.12.2009
Młodzicy	13-15 lat	w 2025 roku urodzeni 01.01.2010-31.12.2012
Uwaga: Od 2026 roku kategorie wagowe zostaną dostosowane do współzawodnictwa międzynarodowego i przepisów Międzynarodowej Federacji Podnoszenia Ciężarów (IWF).		

Dział II.

Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży

1. Organizator.

Komitet organizacyjny na terenie którego rozgrywana jest OOM. W 2025 roku organizatorem OOM w bloku letnim roku będzie województwo wielkopolskie. Kierownictwo sportowe sprawuje Polski Związek Podnoszenia Ciężarów

2. Termin i miejsce zawodów.

Termin: 04-06.07.2025 r.

Miejsce: Nowy Tomyśl

Eliminacje w strefach według regulaminu i kalendarza PZPC

3. Warunki uczestnictwa.

W zawodach mogą brać udział zawodnicy i zawodniczki zgodnie z zasadami podanymi w części ogólnej Regulaminu Współzawodnictwa Sportowego Młodzieży Uzdolnionej:

- posiadać aktualną licencję zawodnika/zawodniczki PZPC;
- legitymować się oficjalnym dowodem tożsamości (dowód osobisty, paszport lub legitymacja szkolna);
- być zarejestrowanym w Powszechnym Elektronicznym Systemie Ewidencji Ludności (PESEL) lub posiadać obywatelstwo innego państwa Unii Europejskiej i indywidualny i niepowtarzalny identyfikator we właściwym dla danego państwa rejestrze;
- posiadać aktualne orzeczenie lekarskie o zdolności do uprawiania sportu.

Podział na strefy zawodów eliminacyjnych do OOM zgodnie z regulaminem Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów

Zawodnicy danego klubu muszą startować w eliminacjach tylko w okręgu, w którym klub posiada swoją siedzibę.

Do zawodów finałowych OOM zostaną zakwalifikowani:

W kategorii dziewcząt:

zawodniczki wyłonione w eliminacjach strefowych:

- a) po 6 najlepszych zawodniczek w dwuboju w poszczególnych kategoriach wagowych (8 kat x 5 zaw. = 48 zawodniczek)
- b) najlepsze zawodniczki wg tabeli Sinclaira ze wszystkich kategorii wagowych,
- c) zawodniczki kadry narodowej — reprezentantki kraju, wytypowane przez Trenera Kadry (maksymalnie 10 zawodniczek), zatwierdzone przez Kierownika Wyszkożenia

Łączna liczba startujących dziewcząt w OOM wynosi 70 zawodniczek.

W kategorii chłopców:

zawodnicy wyłonieni w eliminacjach strefowych:

- a) zawodnicy, którzy zajęli miejsca pierwsze w poszczególnych kategoriach wagowych w 4 strefach (9 kat x 1 zaw. x 4 strefy = 36 zawodników)
- b) dodatkowo 8 zawodników w każdej wadze, którzy uzyskali najlepsze wyniki w 2-boju ze wszystkich stref (8 zaw. x 9 kat = 72 zawodników)
- c) najlepsi zawodnicy wg tabeli Sinclaira ze wszystkich kategorii wagowych,
- d) zawodnicy kadry narodowej — reprezentanci kraju wytypowani przez Trenera Kadry (maksymalnie 10 zawodników), zatwierdzeni przez Kierownika Wyszkożenia.

Łączna liczba startujących chłopców w OOM wynosi 130 zawodników.

Dziewczeta i chłopcy którzy nie startowali lub nie awansowali z eliminacji strefowych zostaną umieszczeni na liście uzupełniającej wg. punktacji Sinclaira. Lista zostanie ogłoszona na 10 dni przed zawodami finałowymi OOM - podstawą do jej opracowania będą wyniki uzyskane podczas zawodów rozegranych w danym roku do 14 dni przed finałami OOM.

4. Sposób przeprowadzania zawodów.

- Zgodnie z przepisami IWF i Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów oraz niniejszym regulaminem.
- Zawody mają być rozegrane na obiekcie zatwierdzonym przez PZPC.
- Weryfikacja zawodników przeprowadzona na konferencji technicznej zamyka ostatecznie listę startową zawodników.
- Zawodnicy startują w kategoriach wagowych, w których uzyskali awans. Istnieje możliwość zmiany kategorii wagowej na konferencji technicznej o jedną kategorię wagową w wyżej lub niżej.
- Po weryfikacji zawodniczka/zawodnik może startować tylko w potwierdzonej na konferencji technicznej kategorii wagowej.

5. Łączna liczba uczestników w finałach OOM wynosi 259 osób, w tym :

- 200 zawodników (70 zawodniczek i 130 zawodników);
- 37 trenerów;
- 20 sędziów;
- 2 delegatów PZPC;

6. Zgłoszenia.

Zgłoszenia do zawodów należy przelać w terminie określonym w komunikacie organizacyjnym nr 1 opracowanym przez organizatora OOM. Zgłoszenie według regulaminu Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów.

Potwierdzenie udziału w zawodach należy przelać na 7 dni przed konferencją techniczną.

7. Program zawodów:

I dzień	przyjazd do kolacji, konferencja techniczna
II dzień	zawody
III dzień	zawody
IV dzień	zawody, zakończenie OOM-MPJM, wyjazd po obiedzie

Zawody rozegrane będą w następujących kategoriach wagowych:

Dziewczęta – 49 kg, 55 kg, 59 kg, 64 kg, 71 kg, 76 kg, 81kg, +81kg

Chłopcy – 55 kg, 61 kg, 67 kg, 73 kg, 81 kg, 89 kg, 96 kg, 102kg, +102kg.

Dział III.

SYSTEM OCEN: Zgodnie z załącznikami 1, 2, 3, 4

Dotyczy tylko kategorii: Junior, junior młodszy i młodzik.

- W przypadku mniejszej liczby startujących niż jest miejsc punktowanych w poszczególnych kategoriach wagowych, w protokole zawodów mogą być umieszczeni kolejni zawodnicy z listy rankingowej z wcześniej przeprowadzonych zawodów. Zawodnicy nie uzyskują punktów SSM.
- Zawodników ujętych w klasyfikacji końcowej zawodów na podstawie listy rankingowej w bazie danych wykazuje się na miejscach nie objętych punktacją.
- Listę rankingową należy umieścić w bazie danych z wynikami końcowymi zawodów.
- Dopuszcza się udział większej liczby zawodników po zatwierdzeniu listy startowej PZPC zgodnie z regulaminem zawodów. (Nie dotyczy OOM).
- Zawodnik zostanie sklasyfikowany gdy zaliczy co najmniej jeden z bojów (rwanie, podrzut).

Dział IV.

Podział na strefy zawodów MMM: *nie dotyczy.*

W kategorii młodzik zostaną rozegrane Mistrzostwa Polski. Do Mistrzostw Polski Młodzików kwalifikuje się po 10 dziewcząt i 10 chłopców w każdej rozgrywanej kategorii wagowej, którzy bez względu na wynik zajmują dziesięć pierwszych miejsc punktowanych. Pozostałe miejsca punktowane uzupełniają najlepsi w danej kategorii z rozegranych wcześniej eliminacji strefowych na podstawie wyników sportowych. Termin zawodów kwalifikacyjnych uwzględniony będzie w kalendarzu PZPC na rok 2025. Zawodnicy danego klubu muszą startować w eliminacjach tylko w strefie, w której wyznaczone jest województwo, w którym klub posiada swoją siedzibę. Organizatorem eliminacji będą OZPC i wojewódzkie interdyscyplinarne stowarzyszenia kultury fizycznej.

Przypominamy:

- wszystkie zagadnienia związane z punktacją SSM prowadzone są poprzez właściwy Polski Związek Sportowy,
- wnioski o zmianę kategorii wiekowej muszą być zgłoszone przez Polski Związek Sportowy, na 30 dni przed zawodami ocenianymi, poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego.
- wniosek o podział punktów składa zainteresowany klub do PZS, z kolei PZS wprowadza wniosek poprzez witrynę internetową dedykowaną Systemowi Sportu Młodzieżowego. Termin zgłoszenia wniosku o podział punktów 31 października 2025 r.
- uczestnictwo zawodników zagranicznych określają przepisy właściwego PZS.

**Regulamin szczegółowy (część C) jest nieodłączną częścią
Regulaminu ogólnego SSM (część A)**

Korespondencję dotyczącą regulaminów
i naliczania punktów prosimy przysyłać na adres:

wyniki-ssm@insp.waw.pl

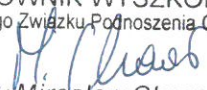
Data: 24.03.2025

Zatwierdzono: Zespół Metodyczny



Polski Związek Podnoszenia Ciężarów

KIEROWNIK WYSZKOLENIA
Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów


dr Mirosław Choroś

Dyscyplina:
PODNOŚZENIE CIĘŻARÓW

Załącznik #1: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2025

Grupa wiekowa: **MŁODZIK**

id	Nazwa wydarzenia	Ranga	Liczba stref	Rodzaj	SUMA PKT 1056
1	MIEDZYWOJEWODZKIE MISTRZOSTWA MŁODZIKÓW	MMM	4	indywidualne	
2	MISTRZOSTWA POLSKI	MP/PP	1	indywidualne	
3					

[illegible]

Dyscyplina:
PODNOŚZENIE CIĘŻARÓW

Załącznik #2: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2025

Grupa wiekowa: **JUNIOR MŁODSZY**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 1112
1	OGÓLNOPOLSKA OLIMPIADA MŁODZIEŻY	indywidualne	
2	MISTRZOSTWA POLSKI	indywidualne	
3			

[illegible]

Dyscyplina:

PODNIOSZENIE CIĘŻARÓW

Załącznik #3: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok 2025

Grupa wiekowa: **JUNIOR**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 1263
1	MISTRZOSTWA POLSKI	indywidualne	
2			
3			

[illegible]

Dyscyplina:

Załącznik #4: klucz punktacji wydarzeń SSM na rok **2025**

Grupa wiekowa: **MŁODZIEŻOWIEC**

Lp	Nazwa wydarzenia	Rodzaj	SUMA PKT 880
1	MISTRZOSTWA POLSKI	indywidualne	
2			
3			

[illegible]