

USPĚJ TOUR 2018

Seriál 5 - ti závodů v Benchpressu

Hlavní cenou je „**Diamantové členství**“, tedy celoroční neomezený vstup do všech Fitness center, které se na soutěžích podílejí a to v hodnotě **35 130 Kč**.

Druhou cenou je pak půlroční členství za **18 490 Kč** a třetí čtvrtletní za **10 200 Kč**. A to samozřejmě není vše. Ceny přesáhnou hodnotu **150 000 Kč**.

PROGRAM

- 14.4. Fitness Ural
- 16.6. Sport Studio Prima
- 8.9. Fitklub Jařest
- 3.11. Sandow
- 1.12. Elite Chodov
- 15.12. Slavnostní vyhlášení ve Fitness Ural

14.4. Fitness Ural

Místo konání: Fitness Ural, K.H. Borovského 1927, 35601 Sokolov

Kontaktní osoba: Gábina Reifová

Email: uspejtour@seznam.cz, tel.:734858030

Web: <https://www.fitnessural.cz/masters-uspej-tour/>

Fb: <https://www.facebook.com/uspejtour/>

16.6. Sport Studio Prima

Místo konání: Buchenwaldská 460/7, 36005 Karlovy Vary – Rybáře

Kontaktní osoba: Petr Veinlich

Email: wwp@seznam.cz, tel.: 608176096

Web: <https://www.fitnessural.cz/masters-uspej-tour/>

Fb: <https://www.facebook.com/uspejtour/>

8.9. Fitklub Jařest

Místo konání: Baltazara Neumanna 6, 35002 Cheb

Kontaktní osoba: Josef Řezníček

Email: reznicek@kalora.cz, tel.: 777720420

Web: <https://www.fitnessural.cz/masters-uspej-tour/>

Fb: <https://www.facebook.com/uspejtour/>

3.11. Sandow

Místo konání: Tyršova 600/21, 35301 Mariánské Lázně

Kontaktní osoba: Milan Uxa

Email: milanuxa@centrum.cz, tel.: 777335600

Web: <https://www.fitnessural.cz/masters-uspej-tour/>

Fb: <https://www.facebook.com/uspejtour/>

1.12. Elite Chodov

Místo konání: Smetanova 698, 35735 Chodov

Kontaktní osoba: Michael Madej

Email: info@elitegymfitness.cz, tel.: 606411111

Web: <https://www.fitnessural.cz/masters-uspej-tour/>

Fb: <https://www.facebook.com/uspejtour/>

PŘIHLÁŠKY

Přihlášky zasílat nejpozději 5 dní před začátkem závodu na uvedený email u daného Fitness centra, kde se aktuální závod koná.

Závodníci, kteří se rozhodnou zaplatit výhodné startovné na celou sérii soutěží, se budou registrovat pouze jednou a to na emailu:

uspejtour@seznam.cz.

Přihláška musí obsahovat celé jméno, datum narození, váhovou kategorii (není podmínka startovat v nahlášené váhové kategorii, lze změnit v den závodu).

STARTOVNÉ

1250 Kč při jednorázové platbě (250 Kč na jeden závod) na všech 5 soutěžích nejpozději do 9. 4. 2018 na účet č.: **115-6999480237/0100**. Do zprávy pro příjemce uveďte svoje jméno.

300 Kč při platbě 5dní před začátkem daného závodu na účet daného Fitness centra, které svůj účet včas zveřejní. Za Fitness URAL je to č.ú.: **115-6999480237/0100**

350 Kč při platbě v den závodu hotově v místě konání

Každý závod bude mít své doplňující propozice.

Soutěžní kategorie

Muži do 80kg, do 90kg, do 100kg, nad 100kg – vyhodnocení podle výkonu
Muži nad 50 let – vyhodnocení podle USPĚJ bodů

Ženy do 70kg, nad 70kg – vyhodnocení podle USPĚJ bodů
Ženy nad 40 let - vyhodnocení podle USPĚJ bodů

Hodnocení jednotlivých závodů

1. Výkon – skutečná zvednutá váha závodníkem
2. „USPĚJ body“ = VÝKON / TĚLESNÁ HMOTNOST závodníka

Ve **váhových kategoriích** rozhoduje zvednutý výkon v kg - vyhlášení 3 nejsilnějších závodníků z každé váhové kategorie.

V případě, že ve váhové kategorii budou méně jak 3 závodníci, může pořadatel váhové kategorie sloučit a sloučená kategorie by se vyhodnocovala dle „USPĚJ bodů“.

Ve věkových kategoriích rozhodují „USPĚJ body“ - vyhlášení nejsilnějšího závodníka z každé věkové kategorie.

O cenách pro nejúspěšnější závodníky rozhoduje pořadatel daného závodu.

Vyhodnocení USPĚJ TOUR

15. 12. 2018 ve Fitness Ural bude na základě součtu „ USPĚJ bodů“ slavnostně vyhlášeno 10 nejúspěšnějších závodníků z kategorie mužů, 5 nejúspěšnějších závodnic a nejúspěšnější závodník/závodnice z každé věkové skupiny.

Průběh a pravidla závodu

Vážení závodníků trvá 90 min. – závodník se může jít zvážit opakovaně, pokud „se nevejde“ do své nahlášené váhové kategorie. Při vážení nahlašují závodníci i své 1. (základní) pokusy.

Dalších 30 min. na rozcvičení 1. závodní skupiny

Závodní skupina – max. 16 závodníků (může být spojeno i několik váhových kategorií), pokud by ale váhová kategorie měla více jak 16 závodníků, rozdělí se závodníci podle nahlášeného základu.

Závodník má celkem 3 pokusy, do hodnocení se počítá ten nejvyšší platný pokus.

Závodník může ještě 3 minuty před zahájením své skupiny změnit 1. (základní) pokus.

Nástup na činku je podle nahlášených pokusů vzestupně – všichni závodníci z 1. skupiny absolvují první pokusy, pak nastoupí na druhé pokusy, pak na třetí pokusy. Dále nastupuje další skupina.

Hlasatel nahlásí závodníka, který jde na činku a k tomu ohlásí další 2 závodníky, kteří se připraví na svůj pokus.

Závodník má 1 minutu na zahájení pokusu, pokud nestihne nastoupit, pokus se hodnotí jako neplatný.

Závodníci, kteří absolvují pokus, nahlašují zapisovateli do 1 minuty další pokus.

V případě neúspěšného pokusu NELZE SNIŽOVAT, pouze pokus OPAKOVAT.
Zvýšit pokus se musí minimálně o 2,5kg.

Povolené vybavení – bandáže zápěstí, opasek, magnesium. Rukavice NE !!!

Jak vypadá úspěšný pokus ?!

Závodník se „uvelebí“ na lavici, vezme si činku, nebo si jí nechá podat nakladačem nebo trenérem 😊 a ČEKÁ na pokyn START od rozhodčího a až pak může spustit činku.

Osa se musí dotknout hrudníku, ale nesmí se odrážet. Pokles při tlaku je povolen.

Po dotlačení činky čeká závodník na pokyn od rozhodčího ODLOŽIT. Až poté může činku odložit do stojanu.

Zadek se po celou dobu pokusu musí dotýkat lavičky.

Aspoň část obou chodidel se musí dotýkat země.