

Dokument Výboru Federace českého silového trojboje
Č. : 01/2011
Revize 0

PRAVIDLA SILOVÉHO TROJBOJE



Zpracoval: Hurdálek Libor
Dne: 7.7.2010
Schválil: Výbor FČST
Dne: 1.12. 2011
Platnost: od 1.12.2011

1. Úvodní ustanovení.....	3
1.1. Cíl.....	3
1.2. Rozsah závaznosti	3
2. Pravomoc a odpovědnost	3
3. Základní pojmy	3
4. Pravidla silového trojboje.....	4
4.1. Základní ustanovení	4
4.2. Všeobecná ustanovení	4
4.2.1. Disciplíny silového trojboje	4
4.2.2. Určování váhy na čince	4
4.2.3. Typy mistrovských soutěží.....	4
4.2.4. Věkové kategorie.....	5
4.2.5. Váhové kategorie.....	5
4.2.6. Nominace na závody	6
4.2.7. Bodové hodnocení národních družstev	6
4.2.8. Vyhlášení nejlepšího závodníka	7
4.2.9. Potvrzení členství	7
4.3. Technické vybavení a jeho specifikace	7
4.3.1. Soutěžní pódium.....	7
4.3.2. Osy a kotouče	7
4.3.3. Uzávěry	8
4.3.4. Stojany na dřepy.....	8
4.3.5. Lavička na tlaky v leže.....	8
4.3.6. Světelná signalizace	9
4.4. Technika bezpečnosti	9
4.5. Osobní výstroj	9
4.5.1. Dres	9
4.5.2. Vybavení pod dres.....	9
4.5.3. Doplnky vybavení	10
4.5.4. Opasek	10
4.5.5. Obuv	10
4.5.6. Bandáže	11
4.5.7. Obvazy a náplasti	11
4.5.8. Všeobecná ustanovení	11
4.6. Kontrola osobní výstroje závodníka.....	12
4.7. Disciplíny silového trojboje	12
4.7.1. Dřep.....	12
4.7.2. Tlak v leže na rovné lavici	13
4.7.3. Mrtvý tah.....	15
4.8. Vážení.....	15
4.9. Průběh soutěže.....	16
4.9.1. Systém	16
4.9.2. Sbor organizačních pracovníků soutěže	18
4.9.3. Oficiální členové GPC	19
4.9.4. Pódium	19
4.9.5. Nakládání činky.....	19
4.10. Rozhodčí.....	21
4.10.1. Základní ustanovení	21
4.10.2. Porušení pravidel při zaujetí výchozího postavení.....	22
4.10.3. Porušení pravidel.....	23

4.10.4. Rozhodování.....	24
4.10.5. Nominace rozhodčích.....	24
4.11. Jury.....	24
4.12. Světové rekordy.....	25
4.13. Reshelův vzorec pro stanovení pořadí závodníků bez rozdílu hmotnosti.....	26
5. Vazby mezi dokumenty.....	27
6. Dokumentační výstupy.....	27

1. Úvodní ustanovení

1.1. Cíl

Výbor federace vydává tento dokument v souladu se Stanovami FČST.

Cílem dokumentu je definovat pravidla pro pořádání soutěží pod hlavičkou GPC a povinnosti a práva z toho vyplývající.

1.2. Rozsah závaznosti

Tato Pravidla silového trojboje (dále jen Pravidla) jsou závazná pro všechny členy, pořadatele, závodníky, rozhodčí, činovníky, funkcionáře FČST a zahraniční účastníky startující na národních a pohárových soutěžích pořádaných v ČR pod hlavičkou FČST.

Pravidla dále definují podmínky pro pořádání a účast závodníků na mezinárodních soutěžích, které probíhají pod asociací GPC a nejsou pořádány FČST.

Všechny soutěže silového trojboje v České republice (ČR), které jsou řízeny a organizovány FČST, se konají podle těchto Pravidel.

2. Pravomoc a odpovědnost

Výbor federace

Odpovědnost:

- schvalování změn a doplňků Pravidel,
- vydávání revizí Pravidel,
- aktualizaci Pravidel v návaznosti na změny a doplňky schválené kongresem zastřešující federace GPC,
- seznámení členů federace s Pravidly a jeho doplňky a změnami.

Členové federace

Odpovědnost:

- dodržovat ustanovení zanesená v Pravidlech,
- řídit se Pravidly.

3. Základní pojmy

Soutěže - jednotlivé soutěže organizované a pořádané asociací nebo zahrnuté do kalendáře soutěží FČST.

FČST – Federace českého silového trojboje.

GPC (Global Powerlifting Committee) – Nadnárodní asociace silového trojboje sdružující jednotlivé členské národní asociace.

Člen národní federace – člen federace příslušného státu, který splnil podmínky pro členství v dané národní federaci (podmínky určují vnitřní dokumenty národní federace).

4. Pravidla silového trojboje

4.1. Základní ustanovení

Změny a doplňky Pravidel je oprávněn vydávat pouze Výbor FČST. O změnách a doplňcích je povinen informovat členy federace nejpozději 30 dnů před začátkem soutěžního období v příslušném kalendářním roce. Za počátek soutěžního období se v tomto případě považuje datum první soutěže pořádané v kalendářním roce pod hlavičkou FČST.

Změny a doplňky, které nemají trvalý charakter, vyhláší Výbor federace před začátkem soutěžního období s určením doby a podmínek jejich trvání.

4.2. Všeobecná ustanovení

4.2.1. Disciplíny silového trojboje

Global Powerlifting Committee (GPC) rozlišuje tři disciplíny, které je nutno absolvovat podle pravidel GPC:

- a) Dřep
- b) Tlak na lavici
- c) Mrtvý tah

Silový trojboj je pak tvořen absolvováním všech tří výše uvedených disciplín.

Každý soutěžící má v jednotlivých disciplínách tři základní pokusy. Nejvyšší platný pokus z každé disciplíny se započítává do výsledku soutěže v silovém trojboji.

Vedle tří pokusů je možno na soutěžích absolvovat v každé disciplíně ještě čtvrtý dodatkový pokus. Čtvrté pokusy se však nezapočítávají do výsledku silového trojboje. Slouží pouze k možnosti překonání národních nebo nadnárodních rekordů.

Vítězem kategorie je soutěžící, který dosáhne nejvyšší výsledek v trojboji. Pokud dosáhnou dva i více závodníků ve stejné kategorii stejného výsledku v trojboji, je pořadí stanoveno podle navážené hmotnosti před závodem a to tak, že závodník s nižší naváženou hmotností se umístí před závodníkem s vyšší naváženou hmotností.

Pokud jsou u dvou či více závodníků stejné výsledky trojboje i stejná hmotnost navážená před závodem, rozhodne hmotnost po ukončení závodu a to podle klíče, že závodník s nižší naváženou hmotností se umístí před závodníkem s vyšší naváženou hmotností.

V případě, že budou u dvou či více závodníků stejné výsledky v trojboji i stejné navážené hmotnosti před i po závodě, dělí se o umístění a ocenění. Za těchto podmínek budou mít například dva závodníci umístění na prvním místě a další závodník získá třetí místo, další pak čtvrté a tak dále.

4.2.2. Určování váhy na čince

Určování váhy na čince se na všech soutěžích podle pravidel GPC určuje v kilogramech (kg).

4.2.3. Typy mistrovských soutěží

GPC prostřednictvím svých jednotlivých národních členských asociací organizují a řídí následující mistrovské soutěže:

- Otevřená mistrovství světa – Evropy mužů a žen
- Otevřená mistrovství světa – Evropy mužů a žen masters

- Otevřená mistrovství světa – Evropy mužů a žen juniorů (do 23 let včetně)
- Otevřená mistrovství světa – Evropy mužů a žen dorostenců (do 19 let včetně)

Federace českého silového trojboje pořádá mistrovské soutěže ČR a pohárové soutěže podle pravidel Soutěžního řádu FČST a podle těchto Pravidel.

4.2.4. Věkové kategorie

GPC a jednotlivé národní asociace schvalují a registrují světové, evropské a národní rekordy v jednotlivých disciplínách a silovém trojboji v následujících váhových a věkových kategoriích:

Věkové kategorie pro muže a ženy

Kategorie	Další členění	Věk	Poznámka
Open - Senior	O	24 - 39	
Masters		40 a výše	
	M 1	40 - 44	
	M 2	45 - 49	
	M 3	50 - 54	
	M 4	55 - 59	
	M 5	60 - 64	
	M 6	65 - 69	
	M 7	70 - 74	
	M 8	75 - 79	
	M 9	80 a výše	
Submasters	S	33 - 39	Slouží pouze pro účely vytvoření rekordů. Závodník soutěží v kategorii Open
Junior	J	20 - 23	
Dorostenci - Teens		13 - 19	
	T 1	13 - 15	
	T 2	16 - 17	
	T 3	18 - 19	

Věkem se rozumí počet let, kterých dosáhne závodník ke dni svého startu na příslušné soutěži.

4.2.5. Váhové kategorie

Váhové kategorie pro muže

Kategorie	Váhové rozpětí
52,0 kg	Do 52,0 kg včetně
56,0 kg	Od 52,01 kg do 56,0 kg
60,0 kg	Od 56,01 kg do 60,0 kg
67,5 kg	Od 60,01 kg do 67,5 kg
75,0 kg	Od 67,51 kg do 75,0 kg
82,5 kg	Od 75,01 kg do 82,5 kg
90,0 kg	Od 82,51 kg do 90,0 kg
100,0 kg	Od 90,01 kg do 100,0 kg
110,0 kg	Od 100,01 kg do 110,0 kg
125,0 kg	Od 110,01 kg do 125,0 kg
140,0 kg	Od 125,01 kg do 140,0 kg
140,0 + kg	Od 140,01 kg a výše

Váhové kategorie pro ženy

Kategorie	Váhové rozpětí
44,0 kg	Do 44,0 kg včetně
48,0 kg	Od 44,01 kg do 48,0 kg
52,0 kg	Od 48,01 kg do 52,0 kg
56,0 kg	Od 52,01 kg do 56,0 kg
60,0 kg	Od 56,01 kg do 60,0 kg
67,5 kg	Od 60,01 kg do 67,5 kg
75,0 kg	Od 67,51 kg do 75,0 kg
82,5 kg	Od 75,01 kg do 82,5 kg
90,0 kg	Od 82,51 kg do 90,0 kg
90,0 + kg	Od 90,01 kg a výše

4.2.6. Nominace na závody

Každá národní asociace (národní družstvo) může nominovat libovolný počet soutěžících podle váhových a věkových kategorií. Jednotlivé národní asociace si mohou stanovit kvalifikační limity nutné pro zařazení do jejich nominace. V jedné váhové kategorii nesmí být více než tři soutěžící stejné národnosti.

Každá národní asociace musí zaslat svou nominaci závodníků generálnímu sekretáři GPC a organizačnímu výboru mistrovství (světa, Evropy) minimálně 21 dní před zahájením soutěže.

4.2.7. Bodové hodnocení národních družstev

Na nadnárodních mistrovstvích probíhá bodové hodnocení národních družstev, Národní družstvo pak tvoří všichni závodníci startující za danou národní asociaci.

Bodové hodnocení na všech mistrovstvích světa a Evropy pořádaných pod hlavičkou GPC je následující: 12, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 a 1 bod pro nejlepších deset umístění v každé váhové kategorii podle klíče: 1. místo = 12 bodů, 2. místo = 9 bodů atd.

Bodové hodnocení pro jiné mezinárodní soutěže stanovuje národní svaz a organizační výbor pořádající soutěž. Bodové hodnocení družstev na národních soutěžích je zpřesněné soutěžním řádem příslušné federace.

Do soutěže družstev se započítávají pouze bodové hodnocení šesti nejlépe umístěných soutěžících každého národního družstva. Pro každé družstvo tak bude do hodnocení započteno maximálně 6 závodníků. V případě rovnosti bodového hodnocení získává lepší umístění družstvo, které má největší počet prvních míst. V případě, že u družstev bude dosažen i stejný počet prvních míst, získá lepší umístění družstvo, které dosáhlo větší počet druhých míst atd., až po vyčerpání umístění šesti klasifikovaných soutěžících.

V kategorii muži – Masters se do soutěže družstev započítává bodové hodnocení deseti nejlépe umístěných soutěžících každého národního družstva.

4.2.8. Vyhlášení nejlepšího závodníka

Na všech soutěžích GPC je vyhlášován nejlepší závodník (muž i žena) bez rozdílu váhy podle váhových koeficientů. Do hodnocení se započítávají pouze vítězi jednotlivých kategorií. (způsob určení nejlepšího závodníka je v kap. 4.13.)

4.2.9. Potvrzení členství

Na národních soutěžích a mistrovstvích světa a Evropy musí závodníci předložit doklad potvrzující členství v příslušné národní asociaci, vydaný na uvedenou soutěž a kopii osobního dokladu. Tyto doklady je nutno předložit při prezentaci na příslušné závody.

4.3. Technické vybavení a jeho specifikace

4.3.1. Soutěžní pódium

Všechny disciplíny probíhají na pódiu o rozměrech minimálně 2,46 m x 2,46 m. Povrch pódia musí být pevný a nesmekavý. Může být potažený kobercem nebo jiným textilním materiálem. Po dobu soutěže se nesmí v prostoru pódia zdržovat jiné osoby než závodník, tři rozhodčí, nakladači, popřípadě jiné oficiální osoby, jejich účast si vyžadují okolnosti. Jakékoliv činnosti se mohou vykonávat pouze za pomoci výše uvedeného personálu.

4.3.2. Osy a kotouče

Na všech soutěžích, které probíhají podle pravidel GPC, se mohou používat pouze kotoučové nakládací činky. Po dobu celé soutěže a pro všechny disciplíny se mohou použít pouze takové osy a kotouče, které odpovídají pravidlům GPC.

- a) Osa musí být rovná, vroubkovaná a musí odpovídat následujícím rozměrům:
 - Celková délka nesmí přesáhnout 2,2 m s výjimkou speciální osy pro dřep.
 - Vzdálenost mezi vnitřními čely objímek nábojů činky nesmí přesáhnout 1,32 m a nesmí být kratší než 1,31 m.
 - Průměr osy nesmí být větší než 29 mm a menší než 28 mm s výjimkou speciální osy na dřep
 - Osa musí být opatřena uzávěry na obou koncích
 - Hmotnost osy s uzávěry musí být 25 kg s výjimkou speciální osy na dřep.
 - Hmotnost speciální osy na dřep s uzávěry musí být 30 kg.
 - Průměr náboje osy nesmí být větší než 52 mm a menší než 49,5 mm
 - Osa musí být asymetricky označena značkami, které vymezují rozteč 81 cm
 - Celková délka speciální osy pro dřep nesmí přesahovat 2,4 m a průměr nesmí být větší než 32 mm. Délka náboje osy nesmí přesáhnout 508 mm a vzdálenost mezi vnitřními čely objímek nábojů osy nesmí přesahovat 1,434 m.

- b) Kotouče musí odpovídat následujícím podmínkám
 - Všechny kotouče používané při soutěžích nesmí překročit hmotnostní toleranci $\pm 0,25\%$ z uvedené hodnoty váhy kotouče.
 - Velikost otvoru ve středu kotouče musí odpovídat průměru osy, aby se vyloučil zbytečný pohyb kotoučů.
 - Na soutěži musí být k dispozici následující kotouče: 1,25 kg, 2,5 kg, 5 kg, 10 kg, 15 kg, 20 kg, 25 kg, 45 kg, 50 kg.

- Při pokusu o překonání rekordu mohou být použity kotouče lehčí a to: 0,25 kg a 0,5 kg
- Všechny kotouče musí mít jasně viditelné označení hmotnosti a na osu činky se nasouvají v pořadí od nejtěžšího kotouče co nejbližší ke středu osy, po nejlehčí kotouče v klesajícím pořadí tak, aby byl váhový údaj na každém kotouči čitelný.
- První nejtěžší kotouče nasunutá na osu činky musí být nasunutá čelní stranou dovnitř, zatímco ostatní kotouče se nasazují čelní stranou ven.
- Průměr každého kotouče nesmí být větší než 45 cm.
- Kotouče musí mít následující barvy:
 - 10 kg a níže – libovolná barva vyjma níže uvedených
 - 15 kg – žlutá
 - 20 kg – modrá
 - 25 kg – červená
 - 45 kg – zlatá
 - 50 kg – zelená

4.3.3. Uzávěry

Při soutěžích se vždy musí používat uzávěry a to na každém konci osy. Každý uzávěr musí vážit 2,5 kg.

4.3.4 Stojany na dřepy

Stojany na dřepy musí být pevné konstrukce a musí zajišťovat maximální stabilitu. Základna musí být zkonstruovaná tak, aby nepřekážela soutěžícímu ani nakladačům. Stojany na dřepy mohou být jednodílné nebo ze dvou zvláštních dílů nastavených tak, aby udržely osu činky ve vodorovné poloze.

Stojany na dřepy musí být nastavitelné tak, aby bylo možno regulovat výšku stojanu podle výšky soutěžícího.

Všechny hydraulické stojany musí být zajistitelné v požadované výšce pomocí západky – mechanická pojistka.

Na všech mistrovstvích světa, Evropy a republikových soutěžích musí být stojan na dřepy nastavitelný s hydraulickým mechanismem, nebo certifikovaný stojan na dřepy známý jako „monolift“.

4.3.5. Lavička na tlaky v leže

Lavička na tlaky v leže musí mít pevnou konstrukci a musí poskytovat maximální stabilitu. Musí dále odpovídat následujícím požadavkům:

- Musí být rovná a pevná.
- Délka – nesmí být menší než 1,22 m.
- Šířka – nesmí být užší než 29 cm a širší než 32 cm.
- Výška – nesmí být menší než 42 cm a větší než 45 cm měřeno od podlahy po horní hranu výplně povrchu lavičky bez jejího stlačení.
- Stojany lavičky pro odložení osy činky musí být nastavitelné a to v rozsahu minimálně 82 cm a maximálně 100 cm.

- Výška stojanů, které jsou nenastavitelné, musí být minimálně 87 cm a maximálně 100 cm.
- Uváděné výšky stojanů lavičky jsou měřeny od podlahy po osu, která je umístěna v klidové poloze na stojanech.
- Minimální vzdálenost mezi vnitřními stranami stojanů musí být 1,10 m

4.3.6. Světelná signalizace

Pro oznámení rozhodnutí rozhodčích slouží světelná signalizace. Každý rozhodčí ovládá bílé a červené světlo. Tyto dvě barvy označují platný pokus (bílé světlo) a neplatný pokus (červené světlo).

Světla jsou uspořádána horizontálně tak, aby v řadě odpovídala pozicím všech tří rozhodčích. Musí být konstruované takovým způsobem, aby se rozsvítila všechna současně a to po rozhodnutí hlavního rozhodčího a ne postupně tak, jak je zapínají jednotliví rozhodčí.

Pro případ nouzové situace (například výpadek elektrické energie) obdrží každý rozhodčí malý červený a bílý praporek, kterým bude signalizovat svá rozhodnutí. Rovněž se dá oznamovat rozhodnutí rozhodčích pomocí palce ruky a to s palcem vzhůru (platný pokus) nebo palec dolů (neplatný pokus).

4.4. Technika bezpečnosti

V případě kdy je osa a nebo jiné vybavení či zařízení umazáno krví nebo jinými substancemi, musí být okamžitě očištěné peroxidem vodíku a vytřené do sucha.

V případě že krvácí závodník, musí být krvácející rána okamžitě vyčištěna a obvázána obvazem, aby nedošlo k dalšímu ušpinění náradí a technického vybavení.

4.5. Osobní výstroj

4.5.1. Dres

Soutěžní dres by měl odpovídat svou velikostí velikosti závodníka. Může být z více vrstev volitelné šířky, ale musí tvořit jeden kus v celku.

Ramínka dresu musí být po dobu pokusu na ramenou.

Dres může mít libovolnou barvu, nebo více libovolných barev.

Nohavice dresu nesmí být delší než do poloviny stehů – měřeno od rozkroku ke kolenům.

Superdres pro tlak na lavici v leže může být uzavřený nebo otevřený. U otevřeného dresu se musí zakrýt na zádech překrytí části superdresu tak, aby nebylo vidět pokožku závodníka a to pomocí látky a suchých zipů nebo použitím trička bez rukávů.

Látka či trička zakrývající mezeru superdresu na zádech musí mít stejnou barvu jako má superdres a nesmí obsahovat žádné pomocné prvky.

Superdres může být vícevrstvý libovolné barvy.

Na tričku nesmí být nápis urážlivého charakteru.

4.5.2. Vybavení pod dres

Pod dres na dřepy je povolené obléci pouze jedno tričko a to s rukávem nebo bez rukávů. Může se rovněž skládat z více vrstev, ale musí tvořit jeden kus v celku. Tloušťka trička nesmí zvětšovat, zesilňovat nebo zvyšovat přirozenou muskulaturu závodníka. Rukávy nesmí přesahovat přes lokty.

Spodní kalhoty (trenky, slipy atd.) nebo powerspodky (briefsů) je přípustné obléci pod dres za podmínky, že jejich délka nepřesáhne délku nohavic dresu a zároveň výška nepřesáhne střed trupu. Mohou se skládat z více vrstev libovolného materiálu, ale musí opět tvořit jeden kus v celku.

4.5.3. Doplnky vybavení

Ponožky nesmí zakrývat kolena a nesmí se dotýkat bandáží. Punčochy, které zakryjí celou končetinu stejně jako elastické kalhoty či kalhoty, nejsou povolené.

Speciální případy – ženy mohou používat ochranné spodní prádlo, případně kalhotky. Je dovolené obléci podprsenku za podmínky, že tato neobsahuje žádné pomocné prvky. Použití tampónů, vložek a podobných hygienických potřeb, které slouží k dámské hygieně je povolené.

Chrániče holení z látky nebo plastu, které sahají od kotníku až ke spodní části kolena, mohou být použity při mrtvém tahu.

4.5.4. Opasek

Opasek musí být umístěn přes dres.

Hlavní část opasku musí být složená z kůže nebo jiného podobného neroztahujícího se materiálu. Pokud je u opasku použito více vrstev, musí být jednotlivé vrstvy mezi sebou sešité nebo slepené. Na opasku se nesmí nacházet žádné kovové přívěsky (vyjma přezky).

Opasek nesmí mít v žádném případě doplňující měkké podklady, zpevnění nebo jakékoliv jiné podpurné vyztužení na okrajích nebo na povrchu opasku.

Kovová přezka má být pomocí švů nebo kování upevněna na konci opasku. Toto jsou jediné kovové předměty, které mohou být na opasku použity. Dále jsou zakázány jakékoliv nafukovací součásti na vnitřní či vnější straně opasku.

V blízkosti kovové přezky má být kožené, tkaninové nebo nylonové poutko, které je přichyceno k opasku kováním případně je přišito.

Z vnější strany opasku může být nápis: jméno závodníka, země či klubu.

Může být použit jedno či dvouzubý opasek či opasek s pákovým mechanismem.

Rozměry opasku:

- šířka opasku může být maximálně 10 cm
- tloušťka opasku nesmí být větší než 13 mm

4.5.5. Obuv

Obuv s kovovými špicemi či podpatky není povolená. Rovněž není povolené soutěžit bez obuvi pouze v ponožkách.

4.5.6. Bandáže

Bandáže by se měly skládat z elastické tkaniny, bavlny, polyesteru a nebo kombinace těchto materiálů. Gumové bandáže nejsou povolené. Bandáže mohou být použity následovně:

- Bandáže na zápěstí mohou být široké 8 cm a 1 m dlouhé. Jako alternativa může být použit elastický obvaz, který nesmí být širší než 10cm. Kombinace těchto dvou řešení však není povolená. Pokud se jedná o namotávací bandáže na zápěstí, je u nich povoleno oko na palec a suchý zip. Oko musí být z palce při pokusu sejmuté. Při použití nesmí být bandáž namotána víc jak 10 cm pod a víc jak 2 cm na zápěstí. Celková délka namotání bandáže tak nesmí překročit 12 cm.
- Bandáže na kolena mohou být dlouhé maximálně 2,5 m a 8 cm široké. Jako alternativa může být použita neoprénová bandáž, která však nesmí být širší než 20 cm. Kombinace obou uvedených řešení není povolena. Bandáž na koleno nesmí být namotána víc jak 15 cm nad a 15 pod koleno. Namotání bandáže tak může být dlouhé max. 30 cm. Nesmí se však dotýkat ponožek a ani dresu na dřep.
- Bandáže na lokty jsou povoleny jen u dřepu a mrtvého tahu. Mohou pokrývat pouze oblast lokte a nesmí sahat od předloktí až k rameni. Mohou být z gumového materiálu nebo mohou být elastické. Musí však tvořit jeden kus a pokud jsou použity bandáže, nesmí být delší než 1 m. Kombinace bandáží a náloketníků není povolená.

4.5.7. Obvazy a náplasti

Obvazy nebo náplasti mohou být použity pouze na palci. Na jiných částech těla mohou být použity pouze po svolení rozhodčím nebo příslušným zástupcem GPC. Náplasti ani obvazy nesmí být použity tak, aby pomáhaly závodníkům při výkonu.

S povolením a pod dohledem rozhodčích, zodpovědného funkcionáře a oficiálního lékaře, případně medika může závodník použít na zraněné svaly náplasti, obvazy, bandáže nebo obvazové materiály. Podobnými obvazovými materiály mohou být ošetřena i poranění na dlaních. Pokud však budou použity, nesmí sahat až přes hřbet ruky.

4.5.8. Všeobecná ustanovení

- Použití oleje, tuku nebo jiných mazacích prostředků na tělo, dresy nebo jiné části osobní výbavy závodníka je zakázané. Vstřebatelné látky terapeutického charakteru jsou povoleny, ale nesmí být viditelné po dobu pokusu na pódiu. Pudr, křída, mastek a magnézium jsou povoleny. Použití sprejů je povoleno jen na tělo závodníka.
- Na vybavení, které se nalézá na pódiu, nemůže být záměrně nanášeno magnesium či podobné prostředky.
- Dres a osobní výbava závodníka musí být čistá, odpovídající předpisům a všeobecně akceptovatelná. Pokud nebudou osobní výbava a dres závodníka splňovat tyto požadavky, je věcí rozhodnutí hlavního rozhodčího, aby závodníka diskvalifikoval z další účasti v závodě.
- Nepřiměřená motivace (např. nadávání, údery apod.) by měla být limitovaná na základě upozornění rozhodčím.
- Osobní asistent závodníka (trenér) musí být oblečen sportovně a všeobecně akceptovatelně. Pokud nespĺňuje tuto podmínku, bude vykázán z pódia.

4.6. Kontrola osobní výstroje závodníka

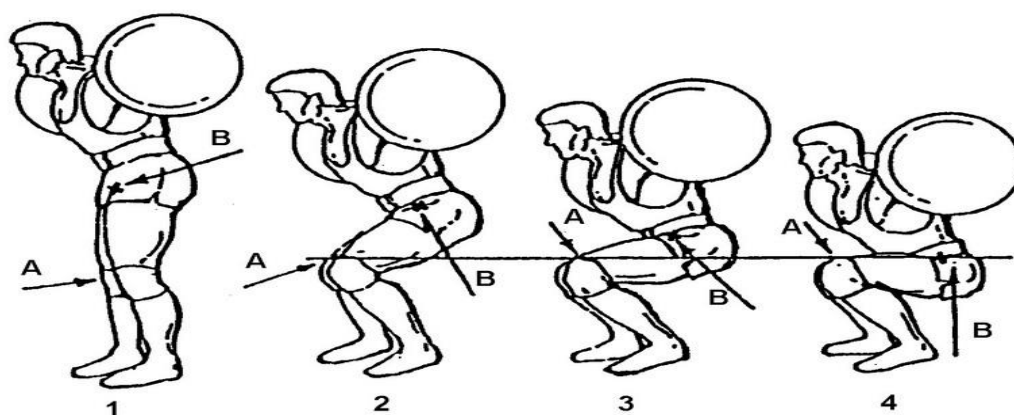
- a) Na závodech není prováděna před zahájením soutěže žádná oficiální kontrola dresů a osobní výstroje závodníků.
- b) Je na vlastní odpovědnosti každého závodníka, aby nastoupil na pódium upravený tak, aby jeho dres i osobní výbava byly v souladu s pravidly.
- c) Pokud bude mít závodník pochybnosti o správnosti své výstroje a dresu, může nechat v době vážení vykonat jejich kontrolu. Tato kontrola musí být vykonána rozhodčím GPC, ne osobnou odpovědnou za vážení. Každá pochybnost o legálnosti vybavení musí být zprostředkována na odpovědné osoby GPC a může být zkontrolována i před závodníkem.
- d) Věci osobní výbavy, které nebyly uvedeny výše, jako například čelenky, náramky, hodinky, šperky a pro ženy věci osobní hygieny jsou povoleny. Čepice, šátky na krk a čelenky, které zakrývají hlavu jako čepice, není povoleno nosit na pódiu.
- e) Všechny části oblečení, které nosí závodník nebo jeho asistent, musí být odstraněny, pokud jsou špinavé, roztrhané, vulgární a nebo uráží závody. Závodníkovi je pak povoleno pokračovat v pokusu až poté, kdy si uvede svou výstroj do pořádku.
- f) Pokud má závodník v době pokusu nepovolenou část oděvu, popřípadě je později dokázáno, že nebyla povolena, ztrácí tento pokus platnost. Závodník může být i diskvalifikovaný z celého závodu. Menší prohřešky uváděné v odstavci „e“ by měly být závodníkovi před pokusem připomenuty a následně odstraněny.
- g) Každý závodník může být zkontrolován jak před tak po pokusu, pokud má rozhodčí pochybnosti o jeho výbavě.
- h) Každý závodník, který úspěšně absolvuje pokus o nový rekord, musí být zkontrolován. Kontrola může být zběžná, nebo může být i podrobnější. Podrobnější kontrola by měla být vykonána mimo pódium a to buď třemi rozhodčími nebo funkcionáři stejného pohlaví, jako je závodník. V každé případě musí dát rozhodčí po kontrole pokyn moderátorovi soutěže a osobě zodpovědné za sledování rekordů, zda je tento pokus uznán.

4.7. Disciplíny silového trojboje

4.7.1. Dřep

- a) po převzetí činky ze stojanu čelem k hlavnímu rozhodčímu se může závodník pohnout dopředu nebo dozadu pouze natolik, aby zaujal základní výchozí postavení. Činku si položí na ramena tak, aby nebyla níže než 3 cm pod horním krajem deltového svalu. Činka má být držena horizontálně pře ramena, prsty rukou pevně svírají osu a kolena jsou napnutá.
- b) Závodník musí vyčkat na povel hlavního rozhodčího. Hlavní rozhodčí dá povel až, když je závodník připraven ve správné poloze k provedení dřepu a to s napnutými kolena a s činkou správně uloženou na ramenou. Svou připravenost signalizuje závodník hlavnímu rozhodčímu zdvihnutím hlavy. Povel hlavního rozhodčího se skládá z:
 - pohybu zdvižené paže směrem dolů
 - a zřetelného a hlasitého povelu „dřep“ (squat).
- c) Po povelu hlavního rozhodčího vykoná soutěžící dřep a to tak hluboko, aby se bod, ve kterém horní část stehna přechází v trup, byla níže než je horní část kolen.
- d) Soutěžící se musí dostat plynulým pohybem do vzpřímené polohy s napnutými nohami. Dvojitý kmit v dolní pozici dřepu a nebo jakýkoliv další zpětný pohyb během dřepu nejsou povolené. Když stojí závodník opět nehybně ve vzpřímené poloze s napnutými kolena, dá hlavní rozhodčí pokyn k odložení činky.

- e) Signál na odložení činky se skládá:
- ze zpětného pohybu ruky (horem nazad)
 - a zřetelného a hlasitého pokynu „odložit“ (rack).
- f) Závodník odkládá činku za pomoci nakladačů do stojanu teprve po povelu k odložení.
- g) Závodník nesmí držet objímky nábojů osy a nebo kotouče činky, může se však okrají rukou objímek nábojů dotýkat.
- h) Na pódiu nesmí být současně víc než pět a méně než dva nakladači.
- i) Závodník může požádat nakladače o pomoc při snímání činky ze stojanu. Nakladači však nesmí fyzicky asistovat závodníkovi během pokusu od povelu k zahájení a ukončení dřepu. Mohou jen pomoci udržovat kontrolu, pokud by se smeknul a nebo vykázal zřejmou nestabilitu.
- j) Soutěžící dostává pouze jeden povel k zahájení pokusu ve dřepu.
- k) Se souhlasem hlavního rozhodčího může dostat soutěžící doplňkový pokus na té samé hmotnosti, pokud předcházející pokus byl neplatný zaviněním nakladačů.



Neplatné pokusy ve dřepu:

- Nevyčkání závodníka na pokyn hlavního rozhodčího na začátku nebo na konci pokusu.
- Dvojitý kmit v dolní poloze dřepu a nebo jakýkoliv zpětný pohyb během pokusu (od povelu „dřep“ po povel „odložit“).
- Nedodržení vzpřímené polohy s napnutými koleny na začátku a nebo na konci pokusu.
- Pohyb nohy nebo nohou do strany, který se dá považovat za krok nebo zakopnutí.
- Nedostatečná hloubka dřepu a nedosáhnutí správné polohy tak, aby přechod stehna v trup byl pod rovinou kolen.
- Jakýkoliv pohyb nohou (rozuměj chodidel) po povelu rozhodčího „dřep“ po povel „odložit“.
- Kontakt nakladačů s činkou a nebo soutěžícím mezi povely rozhodčího „dřep“ a „odložit“.
- Kontakt lokte nebo předloktí s nohou mezi povely „dřep“ a „odložit“.
- Pokud vrácení činky do stojanu bude uděláno s úmyslem klamat.
- Pokud dojde k pádu nebo spadnutí činky během pokusu.

4.7.2. Tlak v leže na rovné lavici

- Lavice stojí hlavou (stojany) směrem k hlavnímu rozhodčímu.
- Závodník musí ležet na lavici na zádech a s rameny a hýžděmi v kontaktu s povrchem lavičky. Prsty nohou (podrážky bot) musí být v kontaktu s podlahou. Hlava může být v libovolné poloze.

- c) Pro dosažení stabilní pozice může závodník použít podložky pod nohy. Podložky nesmí být větší než 45 x 45 cm. Podložky pod nohy mohou tvořit i jednotlivé kotouče činky.
- d) Na pódiu nesmí být současně více než pět a méně než dva nakladači. Ti mohou pomoci závodníkovi přemístit činku ze stojanů do napnutých paží. Nakladač, který pomohl závodníkovi v přemístění činky ze stojanů musí okamžitě ustoupit tak, aby nezakrýval výhled hlavnímu rozhodčímu a postaví se na jednu stranu stojanů. Pokud tento nakladač včas neopustí určený prostor, nebo jinak neumožní hlavnímu rozhodčímu vykonávat jeho povinnosti, může hlavní rozhodčí prohlásit pokus za neplatný signálem rozsvícení tří červených světel.
- e) Vzdálenost rukou na ose činky nesmí být větší než 81 cm, měřeno mezi ukazováky obou rukou. V případě, že závodník vinou zranění nebo jiného anatomického problému přesáhne tento stanovený limit polohy ukazováků rukou, musí na tuto okolnost před každým pokusem upozornit rozhodčí. Rozhodčí, pokud je to nevyhnutelné, pak změni označení na ose činky. Spodní úchyt, popřípadě obrácené či bezpalcové uchopení osy činky není povolené.
- f) Když je úchop v pořádku, soutěžící spustí osu činky na hrudník a čeká na pokyn hlavního rozhodčího.
- g) Pokyn hlavního rozhodčího prezentuje (je tvořen) jasný a hlasitý povel „tlak“ (press) a to ihned, jakmile činka zaujme polohu na hrudi závodníka.
- h) Závodník má pouze jeden pokyn na započetí jednoho pokusu.
- i) Po zaznění povelu hlavního rozhodčího na zdvih (tlak) závodník tlakem zvedne činku nahoru. Činka po povelu „tlak“ již nesmí klesnou na hrudník. Závodník musí dotlačit činku do napnutých rukou a v této poloze vyčkat do povelu hlavního rozhodčího k odložení činky. Povel hlavního rozhodčího k odložení činky zní „odložit“ (rack). Činka se během pokusu může pohnout horizontálně a zastavit se během zdvihu, ale nesmí se pohnout zpět směrem ke hrudi závodníka.

Neplatné pokusy

- a) Nevyčkání na povel hlavního rozhodčího na začátku a nebo na konci pokusu (tlak – odložit).
- b) Jakákoliv změna zaujetí polohy těla během pokusu tj. především zvednutí hýždí, nohou (nohy) nebo pohyb rukou (ruky) na ose činky.
- c) Odrazení osy činky od hrudníku.
- d) Pokud závodník spustí nebo uloží činku opět na hrudník po povelu hlavního rozhodčího na zdvih (tlak).
- e) Znatelně nerovnoměrné napínání rukou během zdvihu a nebo při dokončení pokusu (Toto však je na rozhodnutí rozhodčích závodů).
- f) Jakýkoliv pohyb (či pokles) osy činky směrem dolů během pokusu (mezi povely „tlak“ a „odložit“).
- g) Kontakt činky s nakladačem mezi povely k zahájení a ukončení pokusu.
- h) Jakýkoliv dotyk chodidel závodníka (podrážek bot) s lavičkou.
- i) Vědomý dotyk činky o stojan během pokusu o zdvih s úmyslem pomoci si.
- j) Je odpovědností každého závodníka informovat podavače činky, aby opustil pódium ihned, když je připravený k pokusu, tzn. když má činku správně a bezpečně uchopenou. Podavač se již nesmí vrátit na pódium, dokud není pokus dokončený ať platně či neplatně. Je maximálně důležité, aby podavač opustil pódium, aby nezakrýval výhled hlavnímu rozhodčímu na závodníka. Porušení tohoto uvedeného nařízení může pro závodníka znamenat neplatný pokus.

4.7.3. Mrtvý tah

- a) Závodník stojí čelem k přední straně pódia. Činka musí ležet horizontálně před nohama závodníka. Je uchopená libovolně oběma rukama a následně je zdvihnutá, bez jakéhokoliv poklesu během dráhy vzhůru, dokud závodník nestojí vzpřímeně.
- b) Po ukončení pokusu musí být napnutá kolena a závodník musí stát ve vzpřímené poloze.
- c) Povel hlavního rozhodčího se skládá z:
 - pohybu zdvihnuté a napnuté ruky směrem dolů
 - a z jasného a hlasitého povelu „odložit“ (down).
- d) Povel nebude vydaný dokud závodník nedrží činku bez pohybu a dokud nezaujal předepsaný závěrečný postoj.
- e) Jakékoli přizdvihnutí činky před zahájením pokusu, nebo úmyslný pokus takto udělat se počítá jako pokus.

Neplatné pokusy

- a) Jakýkoliv pohyb činky dolů před dosažením konečné polohy.
- b) Nedožení pohybu do vzpřímeného postoje.
- c) Nepropnutí kolen po ukončení pokusu.
- d) Podepření osy činky na stehnech a podstrčení kolen pod osu. Podepření se pak definuje jako poloha těla, která nemůže být dosažena bez protiváhy činky.
- e) Pohyb nohou do stran, který může být považován za krok.
- f) Spuštění činky před povelom hlavního rozhodčího (odložit).
- g) Spuštění činky na pódium bez kontaktu a kontroly obou rukou.

4.8. Vážení.

- a) Vážení soutěžících musí být provedené maximálně 24 hodin před začátkem soutěže pro určenou váhovou a věkovou kategorii. První vážení musí trvat jeden a půl hodiny. Další vážení začíná dvě hodiny před vlastní soutěží příslušné kategorie a musí být ukončeno 60 až 90 před zahájením soutěže. Tato dvě vážení jsou povinná. Dále je možno uskutečnit i dodatkové vážení a to po rozhodnutí organizačního výboru a funkcionářů soutěže. Informace o zařazení závodníků do váhových a věkových kategorií musí být vyvěšena a předána soutěžícím a trenérům. Harmonogram vážení jednotlivých kategorií musí být zveřejněn a oznámen závodníkům a jejich doprovodu.
- b) Všichni soutěžící jsou povinni se zvážet v době povinného a nebo dodatečného vážení, která se uskuteční za účasti zástupců organizačního výboru a alespoň jednoho rozhodčího GPC. Všichni účastníci závodů se musí přihlásit do zahájení prvního vážení, čímž dají najevo svou účast.
- c) Vážení se uskutečňuje osobně, neveřejně a nachází se při něm jen závodník, případně jeho trenér a rozhodčí, nebo určený zástupce organizačního výboru.
- d) Na mistrovství světa a Evropy musí být na vážení jmenovaní alespoň dva oficiální zástupci ze dvou různých zemí.
- e) Výsledky vážení se mohou zveřejnit až po té, kdy je vážení pro příslušnou kategorii ukončeno a to podle harmonogramu či po ukončení schváleného dodatkového vážení..
- f) Soutěžící jsou váženi nazí a nebo ve spodním prádle (spodky u mužů, podprsenka a kalhotky pro ženy). Všichni závodníci jsou váženi za přítomnosti stejného pohlaví jako jsou sami.
- g) Pokud si nejsou závodníci jisti oblečením používaným na vážení, mohou se obrátit na rozhodčí.
- h) Pro určení pořadí na vážení se provede losování. Losováním se též určuje pořadí v jakém půjdou soutěžící na pokus v dané kategorii pokud nebude určeno jinak.

- i) Každý soutěžící se váží pro oficiální zápis pouze jednou. Opakované vážení je povolené jen u závodníků, jejichž tělesná hmotnost je vyšší či nižší než limit kategorie, do které nastupují. Na vážení se musí vrátit do ukončení oficiálního časového limitu vážení, jinak budou vyloučeni ze soutěže v dané kategorii. Soutěžící mohou být váženi tolikrát, kolikrát požádají, ale jen po dobu stanovenou pro vážení.
- j) Pokud váha soutěžícího přesahuje limit jeho váhové kategorie, může přestoupit do kategorie vyšší, jež odpovídá jeho aktuální hmotnosti. Tito závodníci však musí absolvovat celou proceduru vážení v čase určeném pro jejich novou kategorii.
- k) Závodník, který je lehčí, než je limit pro jeho váhovou kategorii, může být přeřazený do nižší váhové kategorie za podmínky dodržení všech kvalifikačních postupů a pravidel.
- l) Oficiální váha se zapisuje na 0,1 kg.
- m) Závodník, který se neodvážil nejdříve 30 minut před zahájením svého pokusu, se nemůže účastnit soutěže v daném kole. Podle uvážení oficiálních zástupců GPC z důvodu uvedených překážek (počasí, dopravní kalamita a jiné nebezpečné podmínky) je možné čas určený na vážení prodloužit.
- n) Pokud mají dva závodníci zaregistrovanou stejnou tělesnou hmotnost a dosáhnou v soutěži stejný výsledek, budou po ukončení soutěže převáženi a lehčí závodník dosáhne lepšího umístění před těžším. Pokud závodníci dosáhnou stejnou tělesnou hmotnost i po převážení, budou se dělit o umístění a ocenění. Za těchto podmínek budou mít například dva závodníci umístění na prvním místě a další závodník získá třetí místo, další pak čtvrté a tak dále.
- o) Závodník musí před zahájením pokusů a v určeném čase zkontrolovat a nahlásit zapisovatelům výšku stojanů. Dále závodník nahlásí při vážení první pokusy jednotlivých disciplín.

4.9. Průběh soutěže

4.9.1. Systém

- a) Při vážení závodník a nebo jeho trenér nahlásí hmotnosti prvních pokusů pro všechny disciplíny. Tyto hmotnosti musí být uvedeny v kartě hlasatele a v soutěžním zápisu podepsaného závodníkem a nebo jeho trenérem. Karta hlasatele a soutěžní zápis se následně ponechá u oficiální osoby, která provádí vážení. Následně obdrží závodník jedenáct prázdných lístků pro nahlašování dalších pokusů během závodu. Tři lístky jsou pro dřep, tři pro tlak v leže a pět pro mrtvý tah. Pro každou disciplínu jsou určeny lístky jiné barvy. Po prvním pokusu závodníka v disciplíně se musí závodník nebo trenér rozhodnout pro hmotnost dalšího pokusu. Zvolenou hmotnost zaznamená do odpovídající pozice lístku pro příslušnou disciplínu a vyplněný lístek předá sekretáři soutěže či jinému pověřenému funkcionáři a to do jedné minuty po ukončení svého prvního pokusu. Stejný postup se absolvuje po druhém a případně i třetím pokusu a to ve všech disciplínách. Zodpovědnost za předložení údajů v určeném časovém limitu je výhradně věcí závodníka a jeho trenéra. Dále je nutno pamatovat, že políčko pro první pokusy na všech lístcích se používá pouze pro povolenou změnu prvního pokusu, pokud je tato změna možná. Podobně i čtvrté a páté políčko pro lístky na hlášení mrtvého tahu se používá pouze pro zvolené změny ve třetím pokusu, pokud je tato nutná. Pro závodníky v tlaku na rovné lavici se používají stejné lístky jako na mrtvý tah.
- b) Pokud závodí 10 závodníků, jsou zařazeni do jedné skupiny. Pokud se soutěže zúčastní nejednou 15 a více závodníků, mohou být rozděleni do dvou a více skupin. Vytvoření těchto skupin stanoví rozhodčí se souhlasem organizačního výboru určeného pro danou soutěž. Pokud je to možné, musí být závodníci jedné váhové kategorie zařazeni do jedné

skupiny. Takto se vytvoří skupiny A, B, C atd. Do skupiny A jsou obvykle zařazeni závodníci jedné váhové kategorie, do skupiny B pak další atd. Pokud jsou rozdělení závodníci jedné kategorie do dvou či více skupin, jsou do první skupiny zařazeni závodníci s nižšími nahlášenými výkony pro první pokusy s vyššími do druhé atd. První skupina absolvuje všechny tři kola pokusů ve dřepu, potom následuje druhá a třetí skupina. Následně absolvuje první skupina tři kola pokusů v tlaku na lavici, bezprostředně následuje druhá a pak třetí skupina. Stejně se to opakuje i u mrtvého tahu. Závodník, který neměl ani jeden platný ze tří soutěžních pokusů, je automaticky vyloučen ze soutěže. Pokud je ve skupině méně než 10 závodníků, zařazuje se přestávka 5 minut po ukončení každého kola a rovněž po všech čtvrtých pokusech o vytvoření rekordu.

- c) Každý závodník udělá první pokus v prvním kole, druhý ve druhém a třetí ve třetím kole.
- d) Činka musí být v během kola nakládána progresivně a to podle zásady postupného zvyšování hmotnosti. Hmotnost činky se během kola za žádných okolností nesnižuje. Výjimku tvoří omyly popsáné v odstavci „h“. V tomto případě se tak učiní až na konci příslušného kola.
- e) Pořadí závodníků v každém kole je dáno nahlášenými hmotnostmi činky pro jejich pokusy a to od nejnižší hmotnosti pro pokus po nejvyšší. V případě, že mají dva či více závodníků zvolenu stejnou hmotnost činky pro pokus v daném kole, nastupuje jako první na pokus závodník s nižším vylosovaným číslem (losuje se při vážení).
- f) Pokud má závodník neplatný pokus, nemůže jej opakovat ihned. Musí vyčkat do dalšího kola kde již pokračuje dalším pokusem případně se stejnou hmotností.
- g) Pokud je v jednom kole neúspěšný pokus vinou chybně naložené činky (chyba nakladačů či jiné zavinění), je závodníkovi umožněn další pokus se správnou hmotností a to na konci kola, ve kterém k omylu došlo a to bez ohledu na zvyšování hmotnosti v daném kole. Pokud je závodník posledním soutěžícím daného kola, obdrží 4 minuty od naložení činky pro provedení doplňkového (opravného) pokusu. Pokud se podobná chyba vyskytne u závodníka zahajujícího kolo a doplňkový (opravný) pokus mu byl poskytnut na konci předchozího kola, poskytnou se mu rovněž 4 minuty mezi doplňkovým pokusem z předchozího kola a řádným pokusem dalšího kola. Toto jsou dvě výjimky, kdy závodníci nastupují na pokusy sami po sobě.
- h) Závodník má povolenu jednu změnu hmotnosti pro první pokus v každé disciplíně. Změna hmotnosti může být směrem dolů i nahoru oproti původně nahlášené hmotnosti. Pořadí nástupu závodníků v prvním kole se pak podle toho změní. Pokud je závodník členem první skupiny, může k této změně dojít kdykoliv avšak nejpozději do pěti minut před zahájením startu prvního kola dané disciplíny. Závodníci dalších skupin mají stejnou možnost do startu pěti posledních závodníků posledních kol předcházejících skupin v dané disciplíně. Konec času pro změnu nahlášených pokusů musí oznámit hlasatel. Pokud již byl pokus změněn, nemůže se nahlášení vzít zpět. Činka musí být naložena na požadovanou hmotnost a je spuštěna časomíra.
- i) Závodník musí nahlásit svůj druhý a třetí pokus do 1 minuty po ukončení předcházejícího pokusu. Pokud takto neučiní ve stanoveném intervalu 1 minuty, ztrácí svůj pokus v dalším kole. Pokud takto ztratí závodník svůj následující pokus, hlasatel to ohlásí.
- j) Nahlášené hmotnosti činky pro druhé kolo se nemohou měnit. Rovněž není možno měnit nahlášené hmotnosti činky pro třetí kolo ve dřepu a tlaku na rovné lavici.
- k) Ve třetím kole mrtvého tahu je povolena změna nahlášené hmotnosti činky za podmínky, že závodník nebyl vyzván k pokusu a není ještě oznámeno, že činka je připravená („ready“ nebo „loaded“). Ve druhém pokusu mrtvého tahu má závodník právo udělat jednu změnu, ve třetím pokusu jsou povoleny dvě změny. Změny při třetím pokusu mohou být i v případě, že je závodník vyvolaný na pokus, ale ještě nebylo oznámeno, že činka je připravena.

- l) Pokud je v jedné části závodu pouze jedna skupina, bude mezi jednotlivými disciplínami zařazena přestávka 20 – 30 minut.
- m) Pokud jsou závodníci rozděleni do dvou či více skupin v jedné části závodu, budou se tyto skupiny na pódiu střídát po jednotlivých disciplínách. Mezi jednotlivými disciplínami nebudou delší přestávky než je nutný čas na úpravu pódia. Například, pokud se účastní soutěže dvě skupiny, ukončí první skupina všechny tři kola ve dřepu a následuje ihned druhá skupina, které rovněž provede tři kola dřepů. Takto mají závodníci každé skupiny dostatek času na rozcvičení a přípravu.

4.9.2. Sbor organizačních pracovníků soutěže

Sbor organizačních pracovníků soutěže tvoří:

- a) hlasatel,
- b) časoměřič,
- c) rozhodčí pro účastníky závodů,
- d) zapisovatelé,
- e) technický sekretář,
- f) nakladači.

Povinnosti organizačních pracovníků soutěže

- a) Hlasatel má na starosti hladký průběh soutěže. Jedná jako ceremoniář a zařazuje karty závodníků ve správném pořadí podle hmotnosti pokusů, či v případě potřeby i podle startovních čísel. Oznamuje hmotnost požadovanou pro další pokus a jméno závodníka. Pokud je činka naložena a soutěžní plocha je připravena pro další pokus, oznámí tuto skutečnost hlavní rozhodčí hlasateli a ten následně vyhlásí, že činka je připravena a vyzve závodníka jménem na pódium. Údaje oznámené hlasatelem musí být rovněž zobrazené na výsledkové tabuli umístěné na dobře viditelném místě. Hlasatel též nese odpovědnost za oznámení možnosti nahlášení změny hmotnosti činky před prvními pokusy jednotlivých disciplín a to minimálně 5 minut před zahájením soutěže první skupiny, popřípadě 5 posledních závodníků první skupiny před příchodem skupiny druhé.
- b) Časoměřič je odpovědný za přesné měření času mezi ohlášením, že činka je připravena a začátkem pokusu závodníka. Dále odpovídá za měření a záznam další spotřeby času např. zda závodník po svém pokusu opustí pódium do 30 vteřin. Jakmile závodníkovi běží čas dá se zastavit jen po uplynutí povoleného limitu, začátkem pokusu nebo rozhodnutím hlavního rozhodčího. V důsledku tohoto je velmi důležité aby závodník nebo jeho trenér ověřil výšku stojanů před tím, než je soutěžící vyzván k nástupu, protože po ohlášení, že činka je připravena, se začíná čas měřit. Jakékoliv další úpravy stojanů je nutno udělat během jedné minuty povoleného času na zahájení pokusu. Výjimku tvoří případ, kdy zapisovatel výšky stojanů se dopustil prokazatelné chyby v záznamu. Z tohoto důvodu je nutné, aby tento záznam podepsal závodník nebo trenér, protože jde o oficiální záznamy soutěže.
- c) Rozhodčí pro závodníky jsou odpovědní za vybírání kartiček s požadovanou hmotností činky pro další pokus a to od závodníka nebo jeho trenéra a za jejich okamžité předání zapisovateli a hlasateli. Závodník má k dispozici jednu minutu od ukončení svého pokusu pro podání kartičky s požadovanou hmotností činky pro další pokus.
- d) Zapisovatelé jsou odpovědní za přesné zaznamenání průběhu soutěže a po jejím ukončení za to, že všichni rozhodčí podepíší oficiální zápisy, protokol a všechny další doklady vyžadující jejich podpis.
- e) Technický sekretář odpovídá za registraci stanovených evropských a světových rekordů, sběr potřebných informací a přípravu dokladů.

- f) Nakladači jsou odpovědní za nakládání činek, nastavení stojanů podle požadavků závodníků, čištění činek i pódia na žádost hlavního rozhodčího a obecně za to, že je pódium dostatečně udržované a vypadá čistě a upraveně po dobu celé soutěže. Na pódiu po dobu soutěže nemůže být méně než dva a více než pět nakladačů. Před zahájením dřepu nebo tlaku v leže mohou nakladači závodníkovi pomoci zvednout činku ze stojanů. Rovněž mohou pomoci zvednout činku ze dřepu v případě, že závodník zjevně ztratí rovnováhu. Též mohou pomoci vrátit činku do stojanů po absolvování pokusu (oznámeno hlavním rozhodčím „odložit“). Nakladači se však nesmí dotknout závodníka nebo činky po celou dobu vlastního pokusu, tj. v době mezi signály hlavního rozhodčího pro zahájení a ukončení pokusu. Jedinou výjimkou z tohoto pravidla je situace, kdy dojde k situaci, která by mohla vyústit ve zranění závodníka. V tomto případě mohou nakladači přistoupit na pokyn hlavního rozhodčího nebo na žádost závodníka a odebrat mu činku.

4.9.3. Oficiální členové GPC

President, generální sekretář, předseda technické komise a vicepresidenti jmenují 5 členů jury, která soutěž řídí a řeší vzniklé spory. Z pěti členů jury musí být minimálně tři ze zemí, které mají zastoupení na závodech. Na menších mezinárodních závodech tvoří jury tři členové z nichž minimálně dva musí být ze zemí, které mají zastoupení na dané soutěži.

4.9.4. Pódium

Po dobu soutěže se na pódiu a v jeho bezprostředním okolí mohou pohybovat pouze soutěžící a jejich trenér, členové jury, rozhodčí a nakladači. Po dobu pokusu může být na pódiu pouze závodník, nakladači a rozhodčí. Trenéři zůstávají v prostoru vyznačeném pro tento účel. Asistujícím pomocníkům závodníka je účast na pódiu zakázána v průběhu soutěže ve dřepu a mrtvém tahu. Asistující pomocník závodníka může být na pódiu pouze při disciplíně tlak v leže na lavici a to pro podání činky závodníkovi. Po podání činky musí pódium opustit. Závodník si nesmí oblékat výstroj, dres, namotávat bandáže, opasek a nebo požívat čpavek v prostoru pódia.

4.9.5. Nakládání činky

Na soutěžích GPC musí být hmotnost činky tvořena násobkem 2,5 kg. Nejmenší možný rozdíl mezi jednotlivými pokusy pak je 2,5 kg. Hmotnost činky se pak oznamuje v kg.

Výjimky z tohoto pravidla:

- a) V pokusu o vytvoření rekordu musí být hmotnost činky nejméně o 500 g (0,5 kg) vyšší než je stávající rekord.
- b) Po dobu soutěže může závodník požádat o pokus o vytvoření rekordu s hmotností činky, která není násobkem 2,5 kg, ale může ji dosáhnout v rámci jeho povolených pokusů. Pokud je pokus úspěšný, zaznamenává se na kartě výsledků pro součet do závodů jen nejbližší násobek 2,5 kg, přesná váha výkonu se zapíše do listiny rekordů.
- c) Pokusy o rekord je možno provádět v rámci kteréhokoliv nebo i všech pokusů závodníka a to za předpokladu, že udržuje minimální zvýšení oproti stávajícímu rekordu o 500 g (0,5 kg)

Na všech soutěžích se činka nakládá na dosažení konkrétní váhy s využitím nejtěžších kotoučů. Hlavní rozhodčí oznamuje hlasatelovi všechna rozhodnutí přijatá souvislosti s nesprávným naložením hmotnosti činky a nebo nesprávným oznámením hlasatele, chyby nakladačů či jiných přestupků, které se vyskytly na pódiu. Hlasatel tato rozhodnutí následně oznámí. Takováto

rozhodnutí musí být dokonzultována s ostatními rozhodčími, kteří asistují při startu příslušné disciplíny.

Příklady chyb při naložení činky:

- a) Pokud je na čince naloženo méně než závodník požadoval a pokud je pokus úspěšný, může se závodník rozhodnout, zda úspěšný pokus přijme nebo požádá o nový pokus s původní nahlášenou hmotností. Pokud není pokus úspěšný, je závodníkovi dána možnost opakovat pokus s původně požadovanou hmotností. V obou případech se může pokus provádět až na konci kola, ve kterém se chyba stala.
- b) Pokud je činka těžší než závodník původně požadoval a pokus je úspěšný, přiznává se závodníkovi jako pokus úspěšný. Pro následující soutěžící bude hmotnost činky snížena podle jejich nahlášených pokusů. Pokud není pokus úspěšný, má závodník k dispozici další pokus s původně nahlášenou hmotností na konci kola, ve kterém se chyba stala.
- c) Pokud není na každém konci osy stejná zátěž, nebo dojde během pokusu k jakékoliv poruše činky nebo kotoučů, či dojde k poruše a závadě na pódiu a pokus je přesto tyto faktory úspěšný, může závodník pokus akceptovat, nebo se rozhodnout pro opakování pokusu. Pokud není úspěšný pokus násobkem 2,5 kg, zapíše se do záznamu výsledek nejbližší nižší celému násobku 2,5 kg. Pokud je pokus neúspěšný, má soutěžící právo dalšího pokusu. Tento pokus se však může provádět až na konci kola, ve kterém se chyba stala.
- d) Pokud udělá chybu hlasatel, oznámením nižší nebo vyšší hmotnosti činky než závodník požadoval, rozhodne hlavní rozhodčí stejně jako v případě chyby při naložení činky.
- e) Pokud závodník nenastoupí na svůj pokus, protože hlasatel zapomněl nahlásit jím požadovanou hmotnost činky, nebo oznámí nesprávně jméno závodníka, bude hmotnost činky snížena a hlavní rozhodčí dovolí závodníkovi provést pokus během soutěže v uvedeném kole. V případě, že by se takto narušila příprava na soutěž ostatním závodníkům, nastoupí na základě rozhodnutí hlavního rozhodčího závodník na opakovaný pokus až na konci kola.

Příklady dalších chyb a podmínek

- a) Tři neúspěšné pokusy v kterékoliv disciplíně automaticky vyřazují závodníka ze soutěže.
- b) Na začátku pokusu může závodníkovi nakladač pomoci pouze při odebrání činky ze stojanu pro dřep a tlak na lavici v leže. Rovněž v případě, kdy v začínající pozici pro dřep vykáže známky nerovnováhy. Jakákoliv pomoc při zaujímání základní pozice je nepřijatelná.
- c) Po ukončení pokusu musí soutěžící opustit pódium do 30 vteřin. Při nedodržení tohoto pravidla může hlavní rozhodčí, po dohodě se zbývajícími dvěma rozhodčími, prohlásit pokus za neplatný.
- d) V případě, že závodník trpí nějakou fyzickou vadou (např. je hluchý, slepý atd.) musí se tato skutečnost oznámit porotě (jury) a rozhodčí připraví nejvhodnější podmínky pro sportovní pokus tohoto závodníka. Pro hluchotu a slepotu, které mohou překážet při zaujmutí základního postavení, je nutno mít nejvyšší pochopení při takovýchto osobních podmínkách.
- e) Každý závodník nebo trenér, který se na pódiu chová vulgárně a nesportovně, bude oficiálně varovaný. Pokud bude v tomto chování pokračovat, může jury nebo v její přítomnosti sbor rozhodčích, diskvalifikovat závodníka a trenérovi nařídit, aby opustil budovu, ve které soutěž probíhá. Vedoucí družstva musí být oficiálně informován o varování i o případné diskvalifikaci.
- f) Všechny protesty a stížnosti na rozhodčí, které se týkají průběhu soutěže nebo chování kterýchkoliv osob účastnících se soutěže, je nutno adresovat na jury (na republikových soutěžích delegátovi). Stížnost musí předseda jury (delegát) projednat s vedoucím

príslušného družstva a nebo v jeho nepřítomnosti s týmovým trenérem. Toto projednání musí proběhnout ihned po činnosti, která byla podnětem k podání stížnosti. Pokud je to nevyhnutelné, může jury dočasně zastavit průběh soutěže a nechat přezkoumat podnět stížnosti. Stížnost se podává ústně vedoucím družstva nebo trenéru v přítomnosti jednoho popřípadě dvou členů jury. Po nutném přezkoumání protestu informuje jury a přijatým řešením. Verdikt jury je konečný a není možné odvolání.

4.10. Rozhodčí

4.10.1. Základní ustanovení

- Soutěž rozhodují tři rozhodčí: hlavní (střední) a dva postranní rozhodčí.
- Hlavní rozhodčí dává závodníkům signály pro zahájení a ukončení pokusu ve všech třech disciplínách. Zodpovídá rovněž za správnost informací pro hlasatele, kontrolu připravenosti činky, potvrzuje rekordy a odpovídá dále za rozhodnutí ostatních rozhodčích po dobu soutěže.
- Signály v jednotlivých disciplínách jsou následující:

Dřep	Vizuální signál	Hlasový signál	Kdy
Začátek	Pohyb vztyčené a napřažené paže směrem dolů	Pokyn „dřep“ (squat)	Když závodník zaujme zahajovací polohu- stojí vzpřímeně s napnutými kolena a činkou na ramenou
Konec	Pohyb paže směrem vzad (horem nazad)	Pokyn „odložit“ (rack)	Když závodník zaujme konečnou polohu - stojí vzpřímeně s napnutými kolena a činkou na ramenou
Tlak v leže	Vizuální signál	Hlasový signál	Kdy
Začátek	Není	Pokyn „tlak“ (press)	Když činka zaujme polohu na hrudi závodníka.
Konec	Není	Pokyn „odložit“ (rack)	Když činka zaujme vodorovnou polohu v propnutých rukách závodníka.
Mrtvý Tah	Vizuální signál	Hlasový signál	Kdy
Začátek	Bez signálu	Bez signálu	
Konec	Pohyb vztyčené a napřažené paže směrem dolů	Pokyn „odložit“ (down)	Když závodník stojí ve zpřímené poloze s napnutými kolena a činku svírá v obou rukou.

Vizuální a hlasový signál se vydává současně, přičemž hlasový signál musí být jasný a hlasitý.

- Jakmile je činka po ukončení pokusu odložená, oznámí rozhodčí svá rozhodnutí pomocí světél. Bílé světlo znamená „platný pokus“ (good lift) a červené světlo znamená „neplatný pokus“ (no lift).
- Všichni tři rozhodčí musí zaujmout takovou pozici, ze které mají nejlepší přehled. Hlavní rozhodčí musí mít na paměti, že ho závodníci musí při dřepu a mrtvém tahu dobře vidět. Mezi jednotlivými signály pro konání pokusu se nesmí hlavní rozhodčí pohybovat. Musí zůstat na místě, které na začátku zaujal, aby nepřekážel závodníkovi během provádění pokusu. Postranní rozhodčí nesmí překážet nakladačům ve výkonu jejich povinností, musí si však vybrat takovou pozici, aby měli co nejlepší přehled o průběhu pokusu. Po dobu dřepu musí postranní rozhodčí zaujmout místo po bocích závodníka a ne vzadu. Nakladači, kteří poskytují pomoc v průběhu pokusu mají zajistit svým postavením výhled

pro postranní rozhodčí a to tak, aby v plné míře zajistili svou činnost při provádění pokusu závodníkem. Překážky, které brání výhledu rozhodčím musí být odstraněny před zahájením pokusu, tj. postranní rozhodčí musí požádat nakladače o změnu pozice pro zajištění dobrého výhledu na průběh pokusu.

- f) Před soutěží se jury, rozhodčí a popřípadě pověřené osoby přesvědčí, že:
- Pódium a sportovní vybavení splňuje podmínky určené pravidly. Prověří přesné hmotnosti os a kotoučů a neodpovídající vybavení bude vyřazeno.
 - Váhy jsou funkční a vykazují vážené hodnoty přesně.
 - Hmotnosti závodníků odpovídají limitům váhových kategorií a že vážení všech závodníků proběhlo v určeném čase.
 - Úbor a předměty osobní potřeby závodníků byly, pokud je to nutné, zkontrolované, schválené a nevyhovující vyřazené. Časoměřič (pokud jeho funkci nevykonává rozhodčí), hlasatel, zapisovatelé, sekretář světových a evropských rekordů a nakladači jsou seznámeni se svými povinnostmi a pravidly, která se jich týkají.
- g) Během soutěže musí rozhodčí kontrolovat, že:
- Hmotnost naložené činky odpovídá hmotnosti, kterou oznámil hlasatel. Rozhodčí mohou být k tomuto účelu vybaveni rozpisem hmotnosti kotoučů a činek.
 - Úbor a osobní pomůcky závodníka na pódiu jsou v souladu s platnými pravidly.
 - Pokusy jsou hodnoceny hesly „good lift“ nebo „no lift“ („platný pokus“ a „neplatný pokus“) a všechny aspekty a činnosti závodu jsou v souladu s platnými pravidly pro výkon soutěže.
- h) Pokud během soutěže závodník pokus nezvládá je nutno zajistit následující:
- Rozhodčí musí být během výkonu pokusu maximálně pozorní. Hlavní rozhodčí v takovémto případě může dát signál pohybem paže směrem dolů prováděný slovním pokynem „odložit“ (down) a to během disciplíny mrtvý tah, nebo požádat nakladače aby bezpečným způsobem odebrali závodníkovi činku v pokusu ve dřepu nebo tlaku v leže na lavici.
- i) Společně nemohou rozhodovat dva rozhodčí pokud jsou v přímém příbuzenském stavu.
- j) Pokud rozhodčí před začátkem pokusu ve dřepu a nebo tlaku na lavici v leže zjistí, že není správná startovní poloha činky nebo závodníka, mohou na to upozornit.

4.10.2. Porušení pravidel při zaujetí výchozího postavení

Pokud rozhodčí rozhodnou většinou hlasů, že došlo k chybě, nedá hlavní rozhodčí pokyn k zahájení pokusu, nebo vydá pokyn vrátit činku na stojan („rack“). Hlavní rozhodčí, který vidí překážku v zahájení pokusu a postranní pro zakrytí výhledu (ne například pro uchopení náboje osy a nebo kotoučů během pokusu ve dřepu, nebo širší úchop než 81 cm při tlaku na lavici v leže) může samostatně vydat pokyn „rack“ (odložit činku).

Závodník nebo trenér budou na požádání informováni o důvodu, proč nebyl vydán povel k zahájení pokusu. Závodník pak má zbytek svého časového limitu na opravu umístění činky či vlastní pozice, aby byla v souladu s pravidly a mohl být vydán povel k zahájení pokusu.

Vydáním povelu k zahájení pokusu upozorní hlavní rozhodčí časoměřiče, že pokus byl zahájen a je nutno zastavit časomíru.

Pokud některý z rozhodčích zjistí při zaujetí základního postavení pro pokus chyby, musí na to závodníka upozornit. Jedná se o následující chyby:

- a) Porušení pravidel při zaujetí výchozího postavení pro dřep:
- Dotyk ruky (rukou) s nábojem osy nebo kotouči činky.
 - Nedodržení vzpřímené polohy
 - Nedostatečně napnutá kolena.

- Horní hrana osy činky nesmí být uložena níže než 3 cm měřeno od horního okraje deltového svalu.
- b) Porušení pravidel při zaujmutí výchozího postavení pro tlak v leže na lavici:
- Vzdálenost rukou na ose činky je vyšší než 81 cm, měřeno mezi ukazováky obou rukou.
 - Chodidla závodníka (podrážky bot) se nedotýkají podlahy (případně použité podložky).
 - Dotyk chodidla závodníka (podrážek bot) s lavičkou nebo její konstrukcí.
 - Hýždě a ramena závodníka se nedotýkají povrchu lavičky.

4.10.3. Porušení pravidel

- a) Pokud před začátkem pokusu zjistí některý z postranních rozhodčích zjevné porušení pravidel ve vztahu k oblečení či jiné výbavy závodníka, upozorní na to hlavního rozhodčího. Hlavní rozhodčí po obdržení takového upozornění, či na základě vlastního zjištění, může k danému problému zaujmout vlastní stanovisko. Pokud bude závodníkovi při kontrole dokázané úmyslné porušení pravidel, bude závodník okamžitě diskvalifikovaný, Pokud dojde k porušení pravidel nedopatřením závodníka, bude závodníkovi poskytnuta možnost pokračovat po odstranění zjištěné chyby (nesouladu s pravidly) v závodě. Čas na odstranění chyby nebude započítáván do vykonání pokusu. Kvalifikace porušení pravidel ze strany závodníka a následných sankcí proti němu je věcí rozhodnutí rozhodčích.

Porušení pravidel:

- Použití více jak jednoho a nebo zakázaného dresu pro dřep a mrtvý tah.
- Použití více jak jednoho a nebo zakázané dresu (trička) pro tlak na lavici v leže.
- Použití více než jedné powerspodků (briefsů).
- Použití více než jednoho páru bandáží nebo bandáží přesahujících povolené maximální rozměry.
- Použití oleje, masti a jiných mazadel na tělo, oděv či osobní vybavení.
- Jiné přestupky podobného charakteru.

Porušení pravidel nedopatřením nebo nevědomostí:

- Podkolenky překrývající kolenní bandáže.
- Bandážování přesahuje povolenou maximální délku a to na zápěstí 12 cm a 30 cm na kolenou.
- Použití bandáží, jejichž rozměry jsou větší než maximálně povolené.
- Oděvy a doplňky použité při rozcvičce (čepice, gumové návleky atd.), které závodník zapomněl odložit před nástupem na pokus.
- Jiné přestupky podobného charakteru.

- b) Pokud některý z rozhodčích má pochybnosti o správném použití oděvu, výstroje nebo osobního vybavení závodníka, které porušují patnáct pravidla, musí počkat dokud závodník neukončí probíhající pokus. Následně může být závodník zkontrolován. V případě, pokud je porušení způsobené neznalostí a nebo nedopatřením, musí být závodník upozorněn, že uvedený přestupek se již nesmí v následujících pokusech opakovat. Pokus, ve kterém se závodník uvedeného přestupku dopustil, mohou rozhodčí uznat za neplatný. Pokud se závodník i po upozornění dopustí uvedeného přestupku, rozhodčí jeho

pokus již klasifikují jako neplatný. V případě, že rozhodčí posoudí toto porušení jako úmysl s cílem podvádět, bude soutěžící ze soutěže diskvalifikován.

- c) Rozhodčí jsou povinni v případě neplatnosti pokusu, pokud to bude nutné, poukázat na příčiny závodníkovi či jeho trenérovi. Toto vysvětlení má být krátké, aby nebyla odváděna pozornost od pokusu následujícího soutěžícího. Rozhodčí se zdržují komentářů a nepřijímají žádné doklady nebo verbální vysvětlení, týkající se průběhu soutěže.

4.10.4. Rozhodování

- a) Rozhodčí nesmí ovlivňovat rozhodnutí ostatních rozhodčích. Každý rozhodčí rozhoduje o platnosti či neplatnosti pokusu samostatně a to bílým nebo červeným signálem. V žádném případě rozhodčí nesmí zdvihnout ruku na zahájení pokusu, pokud není zajištěna nutná bezpečnost závodníka.
- b) Hlavní rozhodčí může konzultovat s ostatními rozhodčími, jury a nebo s kterýmkoliv jiným funkcionářem všechny náležitosti pro zajištění řádného průběhu soutěže.
- c) Po soutěži podepíší všichni tři rozhodčí oficiální výsledky, protokoly rekordů a ostatní dokumenty, které podpis vyžadují.

4.10.5. Nominace rozhodčích

- a) Na mistrovství světa a mezinárodních soutěžích jsou vybráni jen rozhodčí GPC. Na mezinárodní soutěže nemohou být vybráni dva rozhodčí z jedné země pro hodnocení jedné kategorie. Na mezinárodní závody mohou být vybráni nejvíce dva rozhodčí z jedné země. Pro mistrovství světa a mezinárodní soutěže volí rozhodčí jury.
- b) Výběr rozhodčího pro funkci hlavního rozhodčího v jedné kategorii nevylučuje jeho výběr pro funkci postranního rozhodčího v kategorii jiné.
- c) Rozhodčí GPC mohou být oficiálními představiteli GPC na základě nedostatečného plnění svých funkcí a kompetentnosti při rozhodování zbavení rozhodcovské licence.
- d) Rozhodčí a členové poroty budou jednotně oblečeni a to následovně:
- Muži – Tmavé kalhoty a košile s odpovídajícím znakem GPC
 - Ženy – tmavá sukně nebo kalhoty a košile s odpovídajícím znakem GPC

4.11. Jury

- a) Na mistrovství světa a mezinárodní soutěže jmenují představitelé GPC jury (porotu), která řeší všechny problémy vzniklé po dobu soutěže. Povinností jury je:
- Zajistit, aby byla dodržována technická pravidla.
 - Řešit vzniklé spory a dané protesty.
 - Dohlížet na chod soutěže.
 - Dohlížet na práci rozhodčích.

Pro mistrovství světa se nominuje 5 členů jury (poroty) v níž jsou zastoupeny alespoň 3 zúčastněné země. Pro jiné mezinárodní soutěže jsou jmenováni 3 členové jury, kde jsou zastoupeni alespoň 2 zúčastněné země. V případě nepřítomnosti jednoho člena jury se jmenuje náhradní člen.

- b) Členové jury jsou jmenováni před začátkem soutěže oficiálními představiteli GPC – prezidentem, generálním sekretářem, předsedou technického výboru, viceprezidentem a jinými oficiálními představiteli.
- c) Všichni členové jury musí mít statut rozhodčího GPC.

- d) Po dobu soutěže může jury většinovým rozhodnutím vyměnit kteréhokoliv z rozhodčích, jehož rozhodování podle jejich názoru svědčí o jeho ne odbornosti. Rozhodčí musí být před výměnou napomenutý.
- e) Pokud se v práci rozhodčích vyskytne vážná chyba, která je v rozporu s technickými pravidly, může jury udělat opatření k nápravě této chyby. Může podle svého rozhodnutí povolit soutěžícímu další pokus, ale nemůže již změnit rozhodnutí rozhodčích.
- f) Členové jury musí být přítomni po dobu všech pokusů probíhajících na soutěži.

4.12. Světové rekordy

- a) Na mistrovství světa, mezinárodních a národních mistrovstvích, které jsou schváleny a uznány GPC jsou uznávány světové rekordy podle následujících podmínek:
 - Soutěž se koná podle pravidel GPC.
 - Závodník, který dosáhl světový rekord je (skutečným) členem národní federace, která je členem GPC.
 - Závodník, který dosáhl světový rekord je (skutečným) členem GPC, pokud v jeho zemi neexistuje národní federace, která je členem GPC.
 - Pokud pokus uznali alespoň dva rozhodčí GPC, kteří potvrzují, že byly splněny všechny technické požadavky a splněny všechny nutné náležitosti.
 - Pokud osa činky a kotouče, které se používají, byly odváženy před začátkem soutěže a jejichž přesná váha je písemně zaznamenaná a potvrzená ze strany rozhodčích a jury, nebo pokud byla činka rozhodčími zvážena ihned po absolvování platného pokusu, který je novým světovým rekordem.
 - Pokud byl závodník navážen v čase stanoveném pro vážení v harmonogramu soutěže.
 - Váhy musí mít certifikát, který potvrzuje jejich přesnost ne starší 6 měsíců, vztaženo k pokusu o vytvoření rekordu. Certifikát musí být vydán pověřeným úřadem. Může se i jednat o certifikát o testu potvrzený úřadem pro míry a váhy, případně jiným úřadem zplnomocněným k této činnosti.
 - Dresy a ostatní vybavení závodníka odpovídají platným pravidlům.
- b) Kopie přihlášek k platnosti světového rekordu je nutno zaslat předsedovi technického výboru GPC a matrikáři rekordů GPC a to nejpozději do jednoho měsíce od vytvoření nového rekordu.
Kopie přihlášky k platnosti světového rekordu se musí shodovat s kopiemi oficiálního záznamu výsledků.
V případě platnosti světového rekordu v kategorii Teens, Juniorů (do 23 let) a Masters, musí být věk závodníka zaznamenaný a potvrzený rozhodčími GPC, pokud doklad potvrzující věk závodníka nebyl zaslán zároveň s přihláškou k platnosti rekordu.
Odpovědnost za předložení tohoto dokladu matrikáři rekordů a předsedovi technického výboru GPC je na soutěžícím. Pokud takto nebude učiněno, nemůže být rekord potvrzen.
- c) Pokud má závodník, účastníci se soutěže GPC, platný třetí pokus, jehož hodnota se svou hmotností neliší o více než 20 kg od doposud platného rekordu, může být závodníkovi rozhodnutím jury nebo hlavního rozhodčího povolen čtvrtý pokus mimo soutěž. Tento čtvrtý pokus se nezapočítává do celkového výsledku soutěže.
- d) O překonání rekordu v rámci čtvrtých pokusů mimo soutěž se mohou pokusit pouze závodníci, kteří se účastnili dané soutěže.
- e) Za žádných okolností se nesmí závodníkům, kteří se neúčastnili dané soutěže, povolit pokus o překonání rekordu v jednotlivých disciplínách.
- f) V případě, že dva závodníci té samé kategorie vytvořili stejný rekord v některé z disciplín a nebo trojboje, bude držitelem rekordu prohlášen závodník s nižší hmotností. Pokud váží závodníci i po převážení stejně, budou za držitele rekordu prohlášeni oba.

- g) Nové rekordy platí jen, pokud je předcházející rekord překonán nejméně o 500 gramů (0,5 kg). Hodnoty mezi násobky 0,5 kg nejsou započítávány, tj. přesná hmotnost rekordního výkonu 87,7 kg se bere jako 87,5 kg.
- h) Rekord bude platit pouze pro váhovou kategorii, která odpovídá hmotnosti závodníka zjištěné při oficiálním vážení.
- i) Součtem nejlepších platných pokusů ze všech disciplin (vyjma čtvrté pokusy) vzniká rekord v trojboji. Pro jeho přiznání je nutno splnit následující podmínky:
- j) Rekord je platný pouze pokud byly činky a kotouče před závodem zváženy.
- k) Rekord tvořený součtem tří disciplín je násobkem 2,5 kg.
- l) Čtvrté pokusy nelze do rekordu zahrnout.
- m) Rekordy vytvořené v jednotlivých disciplínách budou uznané pouze tehdy, pokud soutěžící zdárně dokončil soutěž v trojboji, tzn. že měl v každé disciplíně platný alespoň jeden pokus.
- n) Rekordy, které jsou vytvořeny na soutěžích silového trojboje v jednotlivých disciplínách se nepočítají jako světové rekordy GPC, ale registrují se v jednotlivých disciplínách jako oficiální rekordy.
- o) Pokud se závodník pokouší čtvrtým doplňkovým pokusem o vytvoření světového rekordu a nachází se ve skupině mezi čtyřmi posledními závodníky, kteří vykonávají své třetí pokusy, bude mu umožněn před čtvrtým pokusem odpočinek v délce 3 minut. Poslednímu soutěžícímu ve skupině, který chce vykonat čtvrtý pokus se umožní odpočinek v délce 6 minut.

4.13. Reshelův vzorec pro stanovení pořadí závodníků bez rozdílu hmotnosti

Pro výpočet podle reshelova vzorce pro určení pořadí bez rozdílu hmotnosti slouží tabulka reshelových koeficientů. Podle reshelova koeficientu je každému závodníkovi přiřazen koeficient v závislosti na jeho navážené a zapsané tělesné hmotnosti.

a) Zjištění nejlepšího závodníka:

Dosažený výkon v trojboji x reshelův koeficient = reshelovy body (přepočtený výkon)

Závodník s nejvyšším počtem reshelových bodů je vyhlášen jako vítěz soutěže.

b) Zjištění nejlepšího závodníka Masters:

Reshelovy body x GPC Masters formule = přepočtený výkon Masters

GPC Masters formule přiděluje každému závodníkovi masters koeficient a to podle jeho věku zapsaného v protokolu ze závodu.

Závodník s nejvyšším počtem přepočteným výkonem Masters je vyhlášen jako vítěz soutěže.

c) Zjištění vítěze v soutěži družstev různých hmotnostních kategorií:

Sečteme všechny reshelovy body jednotlivých členů družstev. Družstvo s nejvyšším počtem reshelových bodů je vítězem soutěže družstev.

5. Vazby mezi dokumenty

Nadřazené dokumenty:

- Pravidla GPC

Související dokumenty

- Soutěžní řád FČST

6. Dokumentační výstupy

- nejsou