

ŠTANGOS SPAUDIMAS

I. VYKDYMO LAIKAS IR VIETA

1. Tarpzoninės varžybos – 2025 m. sausio 23/24/25/26 d.
2. Finalinės varžybos – 2025 m. vasario 7/8 d.
3. Į tarpzonines ir finalines varžybas atvykstama iki 11.00 val.

II. DALYVIAI

4. Varžybose dalyvauja bendrojo ugdymo mokyklų komandos.
5. Dalyvių svorio kategorijos: merginos: iki 63 kg ir daugiau kaip 63 kg., vaikinai 53, 59, 66, 74, 83, 93, 105 ir daugiau kaip 105 kg.
6. Komandos sudėtis – 8 dalyviai ir komandos vadovas.
7. Dalyvių amžius 14 metų ir vyresni.

III. PROGRAMA

8. Varžybos vykdomos pagal jėgos trikovės taisykles
9. Veiksmui atlikti duodami trys bandymai. Įskaitomas geriausias rezultatas. Svoris mažiausiai didinamas kas 2,5 kg. Lietuvos moksleivių rekordai gali būti didinami 0,5 kg.
10. Sportinė apranga. Trumpa. Marškinėliai trumpomis rankovėmis, neuždengiantys alkūnių. Kelnaitės turi būti aptemptos, nedengti kelių. Galima startuoti su sportiniu triko. Leidžiama naudoti diržą ir rankų riešus.
11. Tarpzoninių varžybų pogrupiai sudaromi teritoriniu principu.
12. Tarpzoninės varžybos vyksta švietimo ir sporto skyrių, kurie pogrupiuose įrašyti pirmieji, sporto bazėse.
Pirmas pogrupis: **Šiaulių r., tel. (+370 605) 970 72, (+370648)84365** Šilalės r., Šilutės r., Klaipėdos r., Tauragės r., Kelmės r., Rietavo sav. Plungės r. Šiauliai, Mažeikių r., Joniškio r.
Antras pogrupis: **Lazdijų r. tel. (+370 687) 37868**, Druskininkų sav. Varėnos r., Alytus, Alytaus r., Marijampolės sav. Birštonas, Prienų r., Vilnius, Vilniaus r., Švenčionių r., Ignalinos r.
Trečias pogrupis, Vyks **Kaune, Kauno Algio Žikevičiaus saugaus vaiko mokykloje, Ašigalio g. 23. 2025 m. sausio 23 d. Tel.+370 689 58467**, Kaišiadorių sav. Širvintų r., Kauno r., Ukmergės r., Kėdainių r. Panevėžys, Radviliškio r., Pasvalio r., Biržų r., Raseinių r.
13. Komandų vadovai dėl tarpzoninių varžybų smulkesnės informacijos kreipiasi į varžybų organizatorius nurodytais telefonais.
14. Tarpzoninių varžybų komandos, iškovojusios 1–3 vietas, patenka į finalines varžybas.
15. Finalinių varžybų vieta ir dalyviai bus pranešti po tarpzoninių varžybų.
16. Pasibaigus tarpzoninėms varžyboms, švietimo ir sporto skyriai, vykdę varžybas, kitą darbo dieną turi išsiųsti rezultatų lenteles, pasirašytas varžybų vyr. sekretoriaus, į

Lietuvos neformaliojo švietimo agentūrą, el. paštu vytautas.glovackas@linesa.lt. Rezultatų lentelėje būtina nurodyti nesutrumpintus ir tikslus mokyklų pavadinimus.

IV. NUGALĖTOJŲ NUSTATYMAS

17. Įskaiton imama po 16 geriausių kiekvienos svorio kategorijos rezultatų, už I vietą skiriama 19 tšk., II – 17, III – 15, IV – 13, V – 12 tšk., ir t. t., už XVI vietą – 1 taškas.

18. Laimi komanda, surinkusi daugiausiai taškų. Surinkus vienodą taškų sumą, pirmenybė teikiama komandai, kurios dalyviai užėmė daugiau pirmųjų, antrųjų, trečiųjų ar tolimesnių vietų.

19. Komandai įskaitomi 6 (šešių) mokinių geriausi rezultatai (iš startuojančių 8 mokinių).

V. PARAIŠKOS

20. Komandos mokytojai (vadovai), atvykę į varžybas, pagal bendruosiuose nuostatuose nurodytus reikalavimus teisėjų kolegijai pateikia vardines paraiškas ir mokinių pažymėjimus.

LINEŠA renginių koordinatorius Vytautas Glovackas
Tel. (8 674) 972 94, el. p. vytautas.glovackas@linesa.lt