

REGULAMIN SIŁOWANIA NA ŁAPE

ZASADY OGÓLNE

1. Organizatorem "Siłowania na łapę" jest Wydział Matematyki i Informatyki
2. Zgłoszenia należy wysłać na adres igor.miodynski@gmail.com najpóźniej do 17 maja 2011 roku (do godz. 24:00)
3. W zawodach mogą brać udział studenci (dzienni i zaoczeni) posiadający ważną legitymację studencką oraz pracownicy naukowci UWM w Olsztynie (w kategoriach open mogą brać udział wszyscy chętni, którzy ukończyli 18 rok życia i zgłoszą swój udział w określonym terminie- patrz pt.2)
4. Zawody rozpoczną się 20.05.2011 (piątek) o godzinie 16:00 w klubie studenckim Rakor
5. Wszyscy zawodnicy są zobowiązani do zachowania trzeźwości podczas trwania zawodów. Po złamaniu tego zakazu organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji zawodnika
6. Zawodnicy mogą brać udział w następujących kategoriach:
 - o mężczyźni do 75 kg na prawą rękę
 - o mężczyźni do 85 kg na prawą rękę
 - o mężczyźni powyżej 85 kg na prawa rękę
 - o mężczyźni kategoria open na prawą rękę (dla wszystkich chętnych!!!)
 - o mężczyźni kategoria open na lewą rękę (dla wszystkich chętnych!!!)
 - o kobiety kategoria open na prawą rękę (dla wszystkich chętnych!!!)
7. Kategorie mogą ulec zmianie w zależności od zgłoszonej liczby osób
8. Ważenie odbędzie się przed rozpoczęciem zawodów
9. W kategoriach open mogą brać udział wszyscy chętni (także zawodnicy startujący w innych kategoriach)
10. Zawody rozgrywane będą na specjalnie przygotowanym stole
11. Zawody rozgrywane będą w systemie "do dwóch przegranych" Ogólne zasady wyglądają następująco:
 - o Na początku losowane są pary
 - o Osoby, które wygrały przechodzą do grupy A, te które przegrają do grupy B
 - o Osoba bez pary przechodzi szczęśliwym losem dalej (zarówno w grupie A jak i B)
 - o Przegrani z grupy A przechodzą do grupy B
 - o Przegrani z grupy B odpadają z dalszej rywalizacji
 - o W półfinale walczy wygrany z grupy B i przegrany z ostatniej walki w grupie A
 - o W finale walczy wygrany z grupy A i wygrany z półfinału

Poniżej przykład rozegrania zawodów przy 11 startujących osobach:

- Na komendę "Łokieć na stół" zawodnicy ustawiają się, opierając łokieć ręki walczącej na podłokietniku.
 - Uchwyt rąk musi być nad centrum stołu.
 - Łokieć może się znajdować w dowolnym miejscu poduszki podłokietnika.
 - Uchwyt: dłoń przycięnięta do dłoni przeciwnika, kciuk obejmuje kciuk przeciwnika, kostka kciuka musi być widoczna, nadgarstki wyprostowane.
 - Wolną ręką zawodnik trzyma się drążka stołu.
 - Przedramię wolnej ręki może, ale nie musi dotykać blatu stołu.
 - Barki muszą być ustawione równolegle do bliższej krawędzi stołu.
 - Paznokcie muszą być krótkie, obcięte tak, aby nie ranić dłoni przeciwnika.
 - Ramiona przed startem mogą być pochylone w jedną stronę.
 - Bark i głowa nie może przekraczać linii środkowej stołu przed i w trakcie walki.
 - Przed startem odległość między barkiem a przedramieniem ma wynosić szerokość dłoni, tak jak odległość między podbródkiem a ręką.
4. Sygnałem do rozpoczęcia walki wydawanym przez sędziego jest komenda: "Gotowi-START".
5. Na zakończenie walki sędzia podaje komendę "STOP", rękoma zatrzymuje dłonie walczących i wskazuje zwycięzcę.
6. Przegrana:
- Przegrywa zawodnik, jeśli jakakolwiek część od naturalnej linii jego nadgarstka do końca palców znajdzie się poniżej poziomu poduszek lub dotknie poduszki.
 - Za złamanie zasad w pozycji przegranej (45 stopni od pionu lub więcej) zawodnikowi łamiącemu przepisy zalicza się przegraną.
 - Dwukrotny faul.
7. Nie ma limitu czasu na rozegranie walki.
8. Zawodnik otrzymuje faul:
- falstart-rozpoczęcie walki przed komendą "Gotowi-START",
 - dyskusję z sędzią,
 - utratę wolnej dłoni z rczką stołu,
 - ignorowanie komend sędziego,
 - umyślnie rozrywa uchwyt,
 - zaciska palce umyślnie i złośliwie wbijając paznokcie w dłoń przeciwnika,
 - poruszy się przy ustawieniu sędziowskim,
 - przyjmie niebezpieczną pozycję,
 - uniesie łokieć (oderwie) od podłokietnika,
 - zsunie łokieć z podłokietnika,
 - przekroczy barkiem lub głową podczas walki linię centralną stołu,
 - pomaga sobie, naciskając na dłoń swoim barkiem, podbródkiem lub głową (niedozwolony kontakt),
 - zejdzie barkiem "walczącej ręki" poniżej blatu stołu,
 - umyślnie pchnie własną rękę w ramie przeciwnika,
 - umyślnie spycha łokieć przeciwnika z poduszki,
 - niestosowne słownictwo, niesportowe zachowanie,

- zgadza się na postawienie (oparcie) nogi przeciwnika o nogę stołu po swojej stronie, a podczas walki ją spycha,
 - jeśli zawodnik podczas walki (po zgłoszonym przed rozpoczęciem walki braku pozwolenia przeciwnika na oparcie stopy o nogę stołu po jego stronie) próbuje się o nie zapierać swoimi nogami
9. Zawodnicy nie otrzymują faulu, jeżeli jednocześnie oderwą łokieć od podłokietnika. Walka zostaje wtedy przerwana i powtórzona.
10. Po otrzymaniu faulu zawodnicy mają 30 sekund na odpoczynek.
11. Ustawienie sędziowskie:
- zawodnicy mają 60 sekund na ustawienie się. Jeśli ustawienie trwa dłużej albo sędzia stwierdzi, że zawodnicy nie ustawiają się, ogłasza "ustawienie sędziowskie",
 - w ustawieniu sędziowskim faule są przyznawane za poruszenie (od chwili podania komendy o ustawieniu sędziowskim do komendy rozpoczęcia walki) jakąkolwiek częścią własnego ciała.

12. Rozerwanie:

- po obustronnym rozerwaniu zawodnicy wiązani są pasem,
- rozerwaniem, karany faulem jest umyślne wyciągnięcie ręki z uchwytu przez jednego z zawodników w pozycji dla niego wygranej, a która nie jest w stanie zakończyć, "dobijając" dłoń przeciwnika do poduszki.
- rozerwanie w pozycji przegranej oznacza przegraną dla zawodnika. Za pozycję przegrana uważa się odchylenie przedramienia od pionu o 45 i więcej stopni.

13. Pozycje niebezpieczne:

- zawodnik skręca tułów, wysuwa bark do przodu bez kontroli wzrokowej dłoni,
- ręka wyprostowana przy jednoczesnym opuszczeniu barku ręki walczącej poniżej linii stołu (w takiej pozycji zawodnik przegrywa walkę).