

Tolvydas Skalikas

ŠIAULIŲ MIESTO MOKSLEIVIŲ 9-12 KLASIŲ RANKŲ LENKIMO VARŽYBŲ NUOSTATAI

I. Tikslai ir uždaviniai

1. Populiarinti kūno kultūrą ir sportą moksleivių tarpe.
2. Išaiškinti stipriausius moksleivius ir mokyklas rankų lenkimo rungtyje.

II. Varžybų laikas, vieta ir dalyviai

3. Varžybos vykdomos 2015 m. balandžio 23 d., 15.00 val., „Saulėtekio“ gimnazijoje (Lieporių g. 2, Šiauliai).
4. Varžybose gali dalyvauti visi norintys 9-12 klasių moksleiviai (merginos ir vaikinai).
5. Vardinės paraiškos (priedas 1) dalyvauti varžybose pristatomos **prieš varžybas iki 14.30 val.** Išankstinė registracija iki 2015 m. balandžio 22 d. S. Daukanto g. 25 (Šiaulių lengvosios atletikos maniežas, 2 aukštas, Sporto visiems skyrius), tel. (8 41) 43 73 28, arba el. paštu: turistas@splius.lt
6. Dalyviai skirstomi į grupes:
Vaikinu: I grupė-9 klasės, II grupė-10 klasės, III grupė-11 klasės, IV grupė-12 klasės.
Merginu: I grupė-9 klasės, II grupė-10 klasės, III grupė-11 klasės, IV grupė-12 klasės.
7. Esant mažiau nei 4 dalyviams grupėse jos bus jungiamos.
8. Už mokinių dalyvavimą ir sveikatą varžybų metu ir joms pasibaigus atsako delegavusi organizacija.

III. Pagrindinės rankų lenkimo taisyklės

9. Startinė padėtis:
 - susikabinusios dešinės rankos turi būti vertikaliajoje padėtyje stalo centre;
 - laisva ranka įsikabinus į šoninę rankeną;
 - kovos metu bent viena koja turi būtina liesti grindis;
10. Kova:
 - pergalė skiriama tam kovotojui, kuris priverčia priešininko ranką paliesti ant stalo esančią kaladėlę arba kirsti jos viršutinės plokštumos liniją;
11. Taisyklių pažeidimas (bus skiriami baudos balai. 2 balai - įskaitoma pergalė priešininkui):
 - priešlaikinis startas;
 - teisėjų komandos nevykdymas;
 - alkūnės pakėlimas;
 - abiejų kojų pakėlimas nuo grindų.
12. Varžybų sistema atsižvelgiant į dalyvių skaičių bus paskelbta varžybų vietoje.

IV. Apdovanojimas

13. Rankų lenkimo varžybų nugalėtojai ir prizininkai apdovanojami medaliais ir kitais rėmėjų prizais.
14. Mokyklos bendroje komandinėje įskaitoje užėmusios 1-3 vietas apdovanojamos taurėmis.
15. Masiškiausiai dalyvavusi komanda ir jos vadovas apdovanojami specialiais prizais.

V. Organizatoriai

16. Šiaulių lengvosios atletikos ir sveikatingumo centras, S. Daukanto g. 25, tel. (8 41) 43 73 28, turistas@splius.lt, www.lengvojiatletika.lt.

VI. Partneriai

17. Šiaulių miesto rankų lenkimo sporto klubas „Reflex“.
18. Šiaulių „Saulėtekio“ gimnazija.

VII. Rėmėjai

19. I. Į. „Adiada“.