



נוהל תחרויות איגוד הרמת משקולות

מאשרים:

תפקיד	שם	חתימה	תאריך
יו"ר ועדת ביקורת			
יו"ר האיגוד			
יו"ר הוועדה המקצועית			
מזכיר האיגוד			

מהדורה: **2**



טבלת שינויים

יזם השינוי ותפקידו	מהות השינוי	תאריך שינוי	מהדורה
	נוהל חדש	01/04/13	0
חיים לבל יו"ר וועדת תקנונים	עדכונים בהמשך לדרישות מנהל הספורט	24/11/13	1
חיים לבל	עדכון כללי והוספת טופס תנאי השתתפות בתחרות	26/10/14	2

1. מבוא

1.1 מטרת נוהל זה היא לקבוע כללים להשתתפות בתחרויות בהרמת משקולות, לרבות מועדים, ניקוד, פרסים, הרשמה ושיפוט.

ניהול התחרויות כפוף לחוקה הבינלאומית בהרמת משקולות, ולהחלטות הנהלת האיגוד, כפי שיתקבלו מעת לעת.

1.2 סוגי תחרויות:

תחרות לאומית קבוצתית מתמשכת לקביעת דירוג קבוצות בישראל.	תחרות ליגה
תחרות לאומית אישית לקביעת אלופי/אלופות ישראל וקביעת דרוג של המשתתפים בתחרות.	אליפות ישראל
תחרות אישית, למטרת עמידה בקריטריונים הנקבעים על ידי הנהלת האיגוד.	תחרות מבחן
תחרות אישית או קבוצתית, שמטרתה להפיץ את ענף המשקולות לציבור הרחב, לטובת קידום הענף בישראל	תחרות פתוחה
תחרות אישית במסגרת האגודות, מטרתה מתן ניסיון תחרותי לספורטאים מתחילים ומעקב התקדמות לספורטאים מתקדמים	תחרות הזמנה

2. תנאי השתתפות - כללי

התנאים הכלליים בסעיף זה הם תנאי מינימום לניהול תחרויות, התקפים לכל סוגי התחרויות.

2.1 גיל המשתתפים

יוכלו להשתתף בתחרויות משתתפים לפי קטגוריות הגיל הבאות. קביעת הגיל תעשה לפי שנת לידה.

ילדים/ילדות	קדטים/קדטיות	נוער/נערות	עד 23	בוגרים/בוגרות
10-15 שנה	13-17 שנה	15-20 שנה	21-23 שנה	20 ומעלה.



2.2 הרשמה

- ההרשמה של האגודות לתחרויות תיעשה בכתב, על גבי טופס רישום שישלח לאיגוד בדואר אלקטרוני או בפקס שיפורסמו על ידי האיגוד.
- ההרשמה תיסגר 14 יום לפני מועד קיום התחרות
- עלות ההרשמה לתחרות תהיה כפי שתפרסם על ידי האיגוד.
- אגודה שלא תשתף ספורטאים/ים שנרשמו לתחרות, תידרש לתשלום קנס בגובה שייקבע על ידי האיגוד.

2.3 תנאי השתתפות

2.3.1 תנאי השתתפות בתחרות אישית

- הספורטאי רשום כחוק באיגוד הרמת המשקולות.
- הספורטאי בעלי אישור על ביצוע בדיקות רפואיות בכפוף לחוק הספורט.
- הספורטאי בעל ביטוח תקף.
- הספורטאי שילם דמי השתתפות בתחרות.

2.3.2 תנאי השתתפות בתחרות קבוצתית

- בנוסף לתנאי ההשתתפות בתחרות האישית, עבור תחרות קבוצתית יש לעמוד בתנאים הבאים:
- הקבוצה שילמה לאיגוד את דמי החברות.
 - הקבוצה נרשמה במועד ושילמה את דמי ההשתתפות בתחרות.

2.4 מועדי התחרויות ומתכונתן

- מועדי התחרויות ומתכונתן יהיו לפי שנתון הפעילות ועל פי החלטות האיגוד ומארגני התחרויות, בהתאם לאפשרויות ניהול התחרות בכל מקום ומקום ומספר הנרשמים (המשתתפים) לתחרות.
- האיגוד יפרסם בעוד מועד לקבוצות שנרשמו לתחרות פרטים מדויקים על לוחות הזמנים של התחרויות ועל מועדי השקילה.
- ספורטאי או ספורטאים שיאחרו למועד השקילה הרשמי, לא ייטלו חלק בתחרות.
- תחרויות שאינן כלולות בשנתון, טעונות באישור מראש של הנהלת האיגוד.



2.5 הופעה והתנהגות

- חובה על הספורטאים להופיע בבגד תחרות כנדרש בחוקה הבינלאומית.
- חובה על הספורטאים להישמע לחברי הוועדה המארגנת ולהנהלת התחרות.
- שופטי התחרות יהיו רשאים להפסיק השתתפות של ספורטאי עקב התנהגות בלתי הולמת.
- ספורטאי שדווח לאיגוד, כי התנהגותו הייתה בלתי הולמת, יועמד לדין בפני ועדת המשמעת של האיגוד.

3. תחרות ליגה

תנאי התחרות בליגה יהיו כמוגדרים להלן:

תנאי התחרות	נושא
<ul style="list-style-type: none"> • כל קבוצה תוכל לשתף לכל היותר 5 ספורטאים או ספורטאיות בכל קטגוריית גיל. 	מספר ספורטאים
<ul style="list-style-type: none"> • בכל מחזור תתקיים תחרות ליגה לבוגרים ובוגרות, נערים ונערות, קדטים וקדטיות. • מספר המחזורים בשנה יהיה 3. שניים רגילים ואחד גמר. • בכל מחזור, יתקיימו 10 מקצים שיתפרסו על פני ימים ה'-שבת. • למעט מחזור הגמר, המקצים יהיו מעורבים מבחינת קטגוריות גיל וקבוצות. הרכב וכמות כל מקצה ייקבע על ידי מזכיר הענף. • בכל מחזור ניתן לרשום משתתפים חדשים. 	מחזורים ומקצים
<p>במחזור הגמר, ישתתפו במקצה אחד, 3 הקבוצות בכל קטגוריית גיל שסכום הניקוד המצטבר שלהם ב-2 המחזורים, היה הגבוה ביותר.</p>	מחזור גמר
<ul style="list-style-type: none"> • חישוב הניקוד יעשה על פי טבלת סינקלר. • בסיום כל מחזור, תחשוב לכל קבוצה הניקוד המצטבר רק של המשתתפים שסיימו בקרב 2. • ניקוד ספורטאי שמשתתף בתחרות בחו"ל - יצורף לניקוד של קבוצתו, בתנאי שנרשם לתחרות הליגה (כאחד מ-5 הספורטאים של הקבוצה) והתחרות בה השתתף התקיימה בטווח של \pm ארבעה שבועות ממועד תחרות הליגה. 	ניקוד
<p>יענקו פרסים לקבוצות שסכום הניקוד במחזור הגמר, מציב אותן במקומות 1, 2, 3. הפרסים יוענקו גם במקרים בהם השתתפו בליגה פחות משלוש קבוצות.</p>	פרסים
<p>מקום התחרות ייקבע על ידי הנהלת האיגוד, ויאושר על ידי הממונה על הבטיחות.</p>	מקום התחרות



4. אליפויות ישראל

4.1 יתקיימו 5 אליפויות לאומיות אישיות:

1. אליפות ישראל לבוגרים/בוגרות.
2. אליפות עד ישראל עד 23.
3. אליפות ישראל לנוער/נערות.
4. אליפות ישראל לקדטים/קדטיות.
5. אליפות ישראל לילדים/ילדות.

4.2 תנאי השתתפות מיוחדים לאליפויות ישראל

בנוסף לתנאי ההשתתפות הכלליים שהוגדרו בסעיף 2:

4.2.1 באליפות ישראל בוגרים/בוגרות

יורשו להשתתף רק ספורטאים וספורטאיות שקבעו בתחרות במהלך 24 החודשים האחרונים, תוצאת מינימום, שהינה ברמה של 225 נקודות לספורטאים ו 115 נקודות לספורטאיות, על פי טבלת סינקלר.

רק תוצאה שהושגה בתחרות רשמית של האיגוד ובנוכחות שלושה שופטים תחשב כקבילה להשתתפות באליפות ישראל בוגרים/בוגרות.

הערה: למרות ששם התחרות היא "אליפות בוגרים/בוגרות", לא תהיה הגבלה על גיל המשתתפים.



5. תחרות מבחן, פתוחה והזמנה

5.1 תחרות מבחן:

- לא יינתנו פרסים על ידי האיגוד.
- תחרות מבחן תתקיים למטרות הבאות בלבד:
 - קביעת עמידה בקריטריונים להשתתפות בתחרויות בינלאומיות.
 - קביעת סגלי נבחרות לאומיות.
 - קביעת עמידה בקריטריון לתחרות אליפות ישראל בוגרים / בוגרות.
- קיום תחרות מבחן מותנית באישור הנהלת האיגוד.
- השתתפות של ספורטאי בתחרות מבחן שמטרותיה השתתפות בתחרויות בינלאומיות / קביעת סגלי נבחרות לאומיות, מותנית באישור של הנהלת האיגוד.

5.2 תחרות פתוחה:

- לא יינתנו פרסים על ידי האיגוד.
- בקשה לקיום התחרות בשנה מסוימת, תוגש למזכיר האיגוד עד סוף חודש ספטמבר בשנה שלפניה.
- התוצאות שיושגו בתחרויות אלו לא יוכלו להוות קריטריון להשתתפות באליפויות ישראל, בתחרות בינלאומית או לקביעת שיא ישראלי או בינלאומי.
- הבקשה לתחרות וקביעת מתכונתה, לרבות פרסים, תאושר על ידי הנהלת האיגוד.
- מספר השופטים ייקבע על פי החלטת הנהלת האיגוד בהמשך להמלצת הוועדה המקצועית.
- התחרות תנוהל ותתועד על גבי טופס רשמי של האיגוד.

5.3 תחרות הזמנה:

- כל התנאים הרשומים תחת "תחרות פתוחה" תקפים גם ל"תחרות הזמנה".
- בנוסף:
 - בתחרות ישתתפו לפחות 3 אגודות בנוסף לאגודה המזמינה. כל אגודה תשתף 5 ספורטאים לפחות.
 - בתחרות יהיה נוכח שופט רשמי מטעם האיגוד, שאינו נמנה על אחת האגודות הלוקחות חלק בתחרות המקומית.



6. בעלי תפקידים בתחרות

פרק זה עוסק בכוח האדם ובאביזרים ובמתקנים הנדרשים לקיום תחרות.

6.1 לכל תחרות ימנה מזכיר האיגוד בעלי תפקידים לתחרות

כלהלן, אלא אם הוחלט אחרת על ידי הנהלת האיגוד:

- מנהל תחרות
 - כרוז
 - מגיש עזרה ראשונה בעל רישיון כדין
 - 2 טענים (שניים בפועל ואחד עתודה)
 - 5 שופטים (ראשי, 2 שופטי צד, שופט זמן, שופט עתודה).
- השופטים ימונו על ידי יו"ר ועדת השיפוט. הרחבה ראה בסעיף "שופטים"

6.2 התנאים הנדרשים לתחרות

- תנאים טכניים:
 - מתחם שקילה ומשקל אדם תקין
 - מתחם חימום הכולל במות הרמה ומשקולות (כמות הבמות והמשקולות בחימום יהיו בהתאם למספר המשתתפים, ולא פחות מבמת חימום פר 4 מתחרים)
 - מגנזיום
 - במת תחרויות ראשית
 - סט משקולות תחרותיות
 - כהל רפואי לניקוי מוט ההרמה
 - אביזרי ניקיון לניקוי במת התחרות
 - 2 כסאות לטענים
 - 3 עמדות שיפוט הכוללות שולחן, כיסא ו 2 דגלים – אחד בצבע אדום ושני בצבע לבן, בכל עמדה.
 - עמדת הגשת עזרה ראשונה הכוללת מיטה, שולחן עם 2 כסאות
 - שולחן מזכירות עם 3 כסאות, הכולל מקום לכרוז, מנהל תחרות ושופט זמן.
 - שעון עצר
 - סמוך לשולחן יהיה מקור מתח להפעלת מחשב לניהול התחרות ומדפסת
 - במידת הצורך, מערכת כריזה אשר תשמע במתחם החימום ובמתחם התחרות
 - במידת הצורך, אמצעי קשר בין מתחם התחרות למתחם החימום.
- כוח אדם: בעלי התפקידים המוזכרים לעיל



6.3 מזכיר האיגוד

מזכיר האיגוד יעביר למנהל התחרות את רשימת בעלי התפקידים על גבי טופס ייעודי לכל המאוחר יומיים לפני קיום התחרות.

6.4 מנהל התחרות

באחריות מנהלי התחרות:

- ליצור קשר עם בעלי התפקידים שבוע לפני התחרות ויודא השתתפותם.
- לוודא ביום התחרות, הימצאות, תקינות ובטיחות כל האביזרים, המתקנים וכוח האדם הדרוש לקיום התחרות באולם התחרות
- לבדוק כי כל הספורטאים המשתתפים, עונים לדרישות נוהל זה.
- לרכז את תיעוד התחרות ויעביר למזכיר האיגוד.
- להודיע לכרוז להכריז על פתיחת ונעילת השקילה וירכז את תוצאות השקילה בטופס ניהול תחרות ייעודי.
- יאסוף את כתבי המינוי מהשופטים, ישווה עם רשימת השופטים לתחרות ויצרף אותם את טופס ניהול התחרות.
- בסיום התחרות, יודא חתימת השופטים על טופס ניהול התחרות.
- לוודא שהטענים מיומנים ומבינים את תפקידם
- לוודא קיום אישור בתוקף של מגיש עזרה ראשונה מטעם מד"א והימצאות ערכת עזרה ראשונה במתחם התחרות
- לקבל ולרשום את בקשות הספורטאי / מאמן / ראש קבוצה, למשקל ההרמה בבמת התחרות
- לנהל רישום של ההרמות המוצלחות והפסולות בטופס ניהול התחרות
- לנהל את סדר השתתפות הספורטאים לתחרות, על פי החוקה הבינלאומית.
- למסור לאיגוד דו"ח ניהול התחרות הכולל את טופס ניהול התחרות, טופס השקילה, אישור טופס הסמכה של מגיש עזרה ראשונה, מהלך התחרות וכל אירוע אחר בעל חשיבות לתחרות.

6.5 הכרוז

באחריות הכרוז:

- להכריז על פתיחת ונעילת השקילה בהתאם להוראת מנהל התחרות
- לעקוב ולהכריז על סדר כניסות הספורטאים לתחרות בהתאם לרישום מנהל התחרות בטופס ניהול התחרות.
- יכריז על החלטת השופטים לגבי אישור או פסילה של כל הרמה



6.6

מגיש עזרה ראשונה

מגיש עזרה ראשונה נדרש להיות בעל תעודת הסמכה בתוקף מטעם מד"א, לשבת במשך כל התחרות בעמדה המיועדת לו, להציג את מקור התעודה למנהל התחרות ביום התחרות ולתת לו עותק שיצורף לדו"ח ניהול התחרות. לדאוג להימצאות ערכת עזרה ראשונה ביום התחרות באולם התחרות הכוללת:

כמות (ביחידות)	הפריט
10	אגד 3 אינטש
1	איספלנית נייר 1 אינטש
1	גזה זולין (סטריילית)
2	חוסם עורקים - 2 מטרים
1	מספריים לעזרה ראשונה
10	משולש-בד
1	סד פלסטי ליד
10	סיכות בטחון
1	סרט שרוול מזהה לחובש
1	עט כדורי
1	פד גזה סטרילי 3x3 אינטש
10	פד יוד
12	פד לחיטוי עור
1	פנס כיס
1	פנקס שורות קטן
8	תחבושת-שדה אישית קטנה
2	תחבושת-שדה בינונית
2	תחבושת לכוויות
1	מפוח אמבו 1000 סמ"ק
1	מסכה להנשמה מס' 2
1	מסכה להנשמה מס' 5
1	מנתב אוויר מס' 1
1	מנתב אוויר מס' 2
1	מנתב אוויר מס' 3
1	משאבת-רגל אמבו
2	קטטר שאיבה מס' 8
2	קטטר שאיבה מס' 18
1	ראש קשיח לקטטר שאיבה
1	שקית להעשרת חמצן
1	אלונקה
1	אטם למכשיר "רוברט שאו"
1	וסת-חמצן למכשיר נייד
1	מכל-חמצן 100%
1	מסכת-חמצן 100%
1	מפתח למכל-חמצן
1	צינור לחמצן (משקפיים)



6.7 טענים

באחריות הטענים:

- לשבת במקום שיועד להם, בצידי הבמה, לאורך כל התחרות.
- לטעון את משקולות התחרות על פי הנחיית כרוז התחרות
- לוודא ניקיון במת התחרות וסטריליות מוט התחרות במידת הצורך, או, על פי דרישת השופטים. המוט ינוקה בעזרת כהל רפואי שיסופק על ידי מנהל התחרות.

7. שופטים

7.1 מינוי שופטים

- מזכיר האיגוד יעביר אל יו"ר וועדת השיפוט, בקשה למינוי שופטים לתחרות, לא יאוחר משבועיים מקיום התחרות.
- השופטים לתחרויות ימונו על ידי יו"ר וועדת השיפוט, בטופס ייעודי.
- יו"ר וועדת השיפוט יעביר למזכיר האיגוד, באמצעות דוא"ל או פקס, לכל המאוחר שבוע לפני קיום התחרות, טופס ייעודי המסכם את השופטים הממונים.

7.2 שקילה

- השופט ראשי יגיע לאולם התחרות, לכל המאוחר חצי שעה לפני תחילת השקילה ויוודא את קיום ושמישות כל האביזרים הנדרשים לשיפוט בתחרות (משקל גוף תקין, עמדות שיפוט, דגלים, שעון עצר, סט משקולת תחרותית) עם הגעת השופטים לאולם התחרות, יציגו השופטים את כתבי המינוי האישיים למנהל התחרות.
- שקילת ספורטאי תתבצע בנוכחות הספורטאי, מאמן אישי/ראש קבוצה ושני שופטי תחרות בלבד.
- מאמן אישי / ראש קבוצה, יציג בפני השופטים, כרטיס משתתף בתוקף של הספורטאי. השופט יזהה את הספורטאי על פי התמונה בכרטיס המשתתף, ובמקרה של ספק בזיהוי, יוצג בפני השופט, אמצעי זיהוי אחר בנוסף לכרטיס המשתתף.
- תוצאות השקילה תירשמנה בטופס ייעודי.
- מאמנו אישי/ראש קבוצה, יאשר לשופט לרשום את תוצאות השקילה, בחתימה בטופס הייעודי ולאחר מכן לא ניתן יהיה להישקל שוב ולעדכן את המשקל.
- ספורטאי שתוצאת שקילתו לא אושרה לרישום סופי על ידי מאמן אישי / ראש קבוצה, עד מועד סיום השקילה, לא ישותף בתחרות.
- הופעת הספורטאים בשקילה, תהיה בהתאם לחוקה הבינלאומית.



7.3 שיפוט במהלך התחרות

- אישור ופסילת הרמה תהיה על פי החוקה הבינלאומית
- החלטת השופטים לא ניתנת לערעור על ידי שום בעל תפקיד או גוף באיגוד הרמת המשקולות במהלך התחרות.
- ניתן להגיש תלונה על תפקוד לקוי של שופט, על יו"ר וועדת השיפוט, לאחר התחרות והתלונה תטופל במסגרת וועדת השיפוט והנהלת האיגוד.
- בסיום התחרות, יחתמו שופטי התחרות בטופס ניהול התחרות במזכירות.
- תחרות תתקיים בתנאי לנוכחות שופטים מוכרזים ומאושרים ע"י האיגוד

8. נספחים

- טופס 1 - בעלי תפקידים לתחרות הרמת משקולות
- טופס 2 - מינוי שופט לתחרות
- טופס 3 - סיכום מינוי שופטים לתחרות
- טופס 4 - שקילת ספורטאים – תחרות קבוצתית
- טופס 5 - שקילת ספורטאים – תחרות אישית
- טופס 6 - בקשה לתחרות הזמנה / פתוחה
- טופס 7 – הרשמה לתחרויות
- קובץ/טופס ניהול תחרות נשים - כולל מקדמי סינקלר נשים
- קובץ/טופס ניהול תחרות גברים - כולל מקדמי סינקלר גברים



טופס 1 - בעלי תפקידים לתחרות הרמת משקולות

בתחרות _____ שתתקיים ב- _____ בתאריך _____ בשעה _____ ייטלו חלק בעלי התפקידים הבאים:

תפקיד	שם פרטי + משפחה	טלפון נייד	דוא"ל	הערות
מנהל התחרות				
כרוז				
טען א'				
טען ב'				
טען עתודה				
מגיש עזרה ראשונה				
שופט ראשי				
שופט צד א'				
שופט צד ב'				
שופט זמן				
שופט עתודה				

תאריך _____

מזכיר איגוד הרמת משקולות _____



טופס 2 - מינוי שופט לתחרות

לכבוד מר/גב' _____

הנך מתמנה כשופט ראשי / צד / זמן / עתודה, בתחרות _____

שתתקיים ב- _____ בתאריך _____ בשעה _____

_____ תאריך

_____ יו"ר וועדת שיפוט
איגוד הרמת משקולות



טופס 3 - סיכום מינוי שופטים לתחרות

לכבוד: מזכיר איגוד הרמת משקולות

בתחרות _____

שתתקיים ב- _____ בתאריך _____ בשעה _____

יישפטו השופטים הבאים:

שם השופט	טלפון נייד	דוא"ל	תפקיד בתחרות
			שופט ראשי
			שופט צד א'
			שופט צד ב'
			שופט זמן
			שופט עתודה

כל השופטים עודכנו על ידי לגבי מקום ומועד התחרות.

תאריך _____

יו"ר וועדת שיפוט
איגוד הרמת משקולות



טופס 6 - בקשה לתחרות הזמנה / פתוחה

לכבוד:

מנכ"ל האיגוד להרמת משקולות

	אנו אגודת:
--	-------------------

מבקשים לקיים תחרות הזמנה / פתוחה, בכפוף ל"נוהל תחרויות איגוד הרמת משקולות"

				שם התחרות:
				במקום:
	צפי מס' משתפים:		בשעה:	בתאריך:

			שם ראש האגודה:
	חותמת:		חתימה:

אישורים:

[] מאשר				יו"ר ועדת השיפוט:
[] לא מאשר מהסיבה:				
	תאריך:		חתימה:	שם:

[] מאשר				מזכירות איגוד הרמת משקולות
[] לא מאשר מהסיבה:				
	תאריך:		חתימה:	שם:
				חותמת מזכירות האיגוד:



טופס 7 – טופס הרשמה לתחרויות

טופס הרשמה לתחרויות לשנת הפעילות - 2014

את טופס ההרשמה יש להדפיס או לכתוב בכתב יד ברור ולשלוח לפקס 04-8201339 או ל E-MAIL:
(dnidn1@walla.co.il)

להלן רשימת הספורטאים/יות של אגודת הספורט _____, אותם/ן אבקש לרשום
לתחרות _____, שתתקיים: (מקום) _____ (בתאריך) _____

מס'	שם ומשפחה	ת.ז.	שנת לידה	קבוצה
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
17				
18				
19				
20				
21				
22				



מס'	שם ומשפחה	ת.ז.	שנת לידה	קבוצה
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				

הערות:

הריני מצהיר כי הפרטים שמסרתי מדויקים, ולא חלו שינויים בריאותיים או אחרים אצל הספורטאים/יות אותם/ן רשמתי לתחרות הנ"ל.

תאריך

חתימה

יו"ר הקבוצה