



FEDERAZIONE
ITALIANA
PESISTICA
Comitato Regionale
LOMBARDIA



REGOLAMENTO GARA

**“8° TROFEO “GYMNIC CLUB” DI DISTENSIONE SU PANCA”
COPPA ITALIA ES-U17-JU-SE
CAMPIONATI ITALIANI MASTER
(QUALIFICAZIONE CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI)**

**ORGANIZZATO DA ASD GYMNIC CLUB
via Como – Malnate (VA)**

PESO ATLETI:

DOMENICA 28 FEBBRAIO 2016

DALLE ORE 08,30 ALLE 09,30 TUTTE LE CATEGORIE FEMMINILI

DALLE 10,30 ALLE 11,30 TUTTE LE CLASSI MASTER

DALLE 10,30 ALLE 11,30 CLASSI UNDER 20 E CATEGORIE SENIOR KG 69

DALLE 11,30/12,30 CATEGORIE KG 85

DALLE 13,00 ALLE 14,00 CATEGORIE KG +85

Le iscrizioni vanno inviate a a: presidente@federpesistica-lombardia.it entro il **22 FEBBRAIO 2016**.
Possono partecipare tutti gli atleti in regola con il tesseramento FIPE 2016 .

La competizione osserverà le norme introdotte dal Regolamento Internazionale di Distensione su panca che **prevede la sequenza di progressione dei sollevamenti “a Round”**.

Classi di età

Esordienti: nati nel 2002

UNDER 17: da 15 fino ai 17 anni di età inclusi;

JUNIORES: da 18 fino ai 20 anni di età inclusi;

SENIORES: da 21 in poi ;

Contributo: NON PREVISTO



FEDERAZIONE
ITALIANA
PESISTICA
Comitato Regionale
LOMBARDIA



INIZIO GARA ORE 10,00

CATEGORIE DI PESO

Possono partecipare gli Atleti nati dall'anno 2002 e precedenti (tutte le classi d'età, incluse quelle Master CHE IN OCCASIONE DELLA COPPA ITALIA GAREGGIANO PER I CAMPIONATI ITALIANI MASTER).

Gli atleti Esordienti/Under15, Under 17 e juniores gareggiano suddivisi per classi di età, senza categorie di peso, mentre gli Atleti/e della classe Seniores vengono ulteriormente suddivisi in tre categorie di peso:

**Categorie Seniores maschili 69, 85, +85 Kg
Categorie Seniores femminili 58, 69, +69 Kg**

Le classifiche vengono stilate per classi d'età prendendo in considerazione il Punteggio Totale Sinclair, calcolato utilizzando la formula per il calcolo dei coefficienti Sinclair 2013/2016 (Coefficienti relativi al peso corporeo dell'atleta). Anche le tre classifiche maschili e le tre femminili della Coppa Italia Seniores vengono stilate utilizzando la formula per il calcolo dei coefficienti Sinclair.

La gara si svolge ai sensi dei Regolamenti Tecnici della FIPSE di Distensione su Panca 2016 pubblicato sul sito federale.

INFO GARA

La Competizione si svolgerà rispettando le seguenti sequenze:

INIZIO ORE 10,00

- ✓ Tutte le categorie femminili PREMIAZIONE
- ✓ Tutte le Classi Paralimpiche PREMIAZIONE
- ✓ cat. Kg 69 PREMIAZIONE
- ✓ cat. Kg 85 PREMIAZIONE
- ✓ cat. Kg +85 PREMIAZIONE