ISF | МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ СТРИТЛИФТИНГА

Автономная некоммерческая организация содействия развитию стритлифтинга и силовых видов спорта
(далее АНО «Стритлифтинг»)

СТРИТЛИФТИНГ

Технические правила проведения соревнований

Утверждены Президиумом ISF и АНО «Стритлифтинг» 20.01.2017 г.

Версия 3.0

от 01.02.2020

Настоящие правила, являются официальным изданием технических правил проведения соревнований

по версии Международной федерации стритлифтинга (далее ISF).

Правила (версия 1,0) утверждены Президиумом ISF и вступили в силу с 20 января 2017 года.
Правила (версия 2,0) утверждены Президиумом ISF и вступили в силу с 20 января 2019 года.
Правила (версия 3,0) с правками действуют с 01 февраля 2020 года
(исправления отмечены жёлтым цветом).

Официальный текст Технических Правил опубликован на русском и английском языках,
в случае любого конфликта между русским и другим языком,
русская версия имеет преимущественную силу.

Копирование и издание без официального разрешения ISF запрещается!

Текст правил подготовлен судьями международной категории
А. ГУЛЯНОМ, Р. ХАЙРУЛЛИНЫМ, Т. ТИТОВИЧЕМ
_____
Международная федерация стритлифтинга

Примечания:
- в тексте имеются сокращения, где бы ни встречались слова «подтягивание» и «отжимание» в этом своде правил, такие ссылки считаются применимыми к упражнениям, выполняемым с дополнительным отягощением, подвешенным на цепи к поясу спортсмена, при этом подтягивания выполняются на жесткой перекладине, а отжимания – на параллельных брусьях;
- в настоящих правилах слова «спортсмен», «участник», «атлет», «он», «его» и т.п. относятся к лицам обоих полов.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА. 4
1.2. Дивизионы. 5
1.3. Возрастные категории. 5
1.4. Весовые категории. 6
1.5 Определение победителей. 6
1.6 Награждение участников. 6
1.7 Абсолютный зачёт. 7
1.8 Командное первенство. 8
1.9 Классификация турниров. 8
1.10 Допинг контроль. 9
1.11 Рекорды ISF. 9
1.12 Членство в национальных федерациях ISF. 10
1.13 Международная аффилиация. 10
2. ОБОРУДОВАНИЕ И ЕГО СПЕЦИФИКАЦИЯ 12
2.1. Весы. 12
2.2. Помосты. 12
2.3. Перекладина и брусья. 12
2.4. Диски. 13
2.5. Гири. 14
2.6. Судейская сигнализация. 14
2.7. Таймер. 14
3. ОДЕЖДА, ЛИЧНАЯ ЭКИПИРОВКА И ВНЕШНИЙ ВИД 15
3.1. Основные требования. 15
3.2. Футболка. 15
3.3. Шорты. 15
3.4. Обувь. 15
3.5. Пояс (ремень), цепь и карабин. 15
3.6. Кистевые бинты. 16
3.7. Проверка предметов личной экипировки. 16
3.8. Использование вспомогательных веществ и материалов. 16
3.9. Антисептическая обработка оборудования. 16
4. ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ 16
4.1. Классический стритлифтинг и его отдельные виды движений. 17
4.2. Многоповторный стритлифтинг и его отдельные виды движений. 17
4.3. Разрешенные виды хвата. 17
4.4. КЛАССИЧЕСКИЕ ПОДТЯГИВАНИЯ 18
Причины, по которым подход может быть не засчитан: 18
4.5. МНОГОПОВТОРНЫЕ ПОДТЯГИВАНИЯ 19
Причины, по которым повторения могут быть не засчитаны и команды судей: 19
4.6. КЛАССИЧЕСКИЕ ОТЖИМАНИЯ 20
Причины, по которым подход может быть не засчитан: 20
4.7. МНОГОПОВТОРНЫЕ ОТЖИМАНИЯ 21
5. ВЗВЕШИВАНИЕ 21
6. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ 22
6.1. Система потоков и подходов (раундов): 23
6.2. Официальные лица соревнований 24
6.3. Обязанности официальных лиц 25
6.4. Общие правила соревнований 26
6.5. Примеры ошибок в установке веса: 26
7. СУДЬ, ЖЮРИ, ТЕХНИЧЕСКИЙ КОМИТЕТ 27
7.1. Судьи 28
7.2. Квалификация судей 29
7.3. Жюри 30

1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА

1.1. Общие положения.

1.1.1 Настоящие правила - основной документ, регламентирующий базовые принципы организации и проведения соревнований по стритлифтингу и его отдельным видам движений по версии Международной федерации стритлифтинга (далее ISF).

Официальные лица (представители команд, тренеры, спортсмены и судьи), принимающие участие в соревнованиях, обязаны в своих действиях руководствоваться настоящими Правилами.

1.1.2 Стритлифтинг – вид спорта, ориентированный на развитие силы и выносливости, включающий в себя два упражнения, которые должны выполняться в следующей последовательности:

- подтягивание на перекладине (далее Подтягивания);
- отжимание на брусьях (далее Отжимания).

Оба упражнения выполняются с дополнительным отягощением, подвешенным на цепи к поясу спортсмена.

1.1.3 ISF признает соревнования по следующим видам программы:

а) классический стритлифтинг (Classic):

- подтягивание на максимум;
- отжимание на максимум;
- двоеборье.

В каждом из упражнений спортсмену предоставляется три попытки (подхода), в рамках которых он должен показать наибольший результат - максимальный вес в одном повторении.

б) многопоторный стритлифтинг (Multilift):

Дивизионы для мужчин:

- подтягивания с гирей 8 кг (юноши);
- подтягивания с гирей 16 кг (юноши, юниоры, ветераны);
- подтягивания с гирей 24 кг (мужчины – любители);
- подтягивания с гирей 32 кг (мужчины - профессионалы);
- отжимания с гирей 16 кг (юноши);
- отжимания с гирей 24 кг (юноши, юниоры, ветераны);
- отжимания с гирей 32 кг (мужчины - любители);
- отжимания с гирей 48 кг (мужчины - профессионалы);
- двоеборье 8 кг - 16 кг* (юноши);
- двоеборье 16 кг - 24 кг* (юноши, юниоры, ветераны);
- двоеборье 24 кг - 32 кг* (мужчины - любители);
- двоеборье 32 кг - 48 кг* (мужчины - профессионалы).

Дивизионы для женщин:

- подтягивания с гирей 8 кг (девушки, юниорки, ветераны);
- подтягивания с гирей 12 кг (женщины);
- ~~отжимания с гирей 8 кг (девушки);~~
- отжимания с гирей 12 кг (девушки, юниорки, ветераны);
- отжимания с гирей 16 кг (женщины);
- двоеборье 8 кг - 12 кг* (девушки, юниорки, ветераны);
- двоеборье 12 кг - 16 кг* (женщины).

В каждом из упражнений спортсмену предоставляется одна попытка, в рамках которой он должен показать наибольший результат - максимальное количество повторений.

* двоеборье: X повторений + Y повторений.
X – результат в первом упражнении, Y – результат во втором упражнении.

1.1.4 Основным документом соревнований, наряду с правилами, является положение о соревновании, далее «Положение». Иные изменения, не отраженные в правилах, могут регламентироваться и должны быть прописаны в положении о соревновании.

1.1.5 Допустимые отклонения от правил, которые могут быть изменены положением:

- объединение возрастных категорий, в рамках тех границ, что есть в официальных правилах. Допустимо объединение возрастных категорий «Ветераны М1, М2, М3 и М4», в одну категорию «Ветераны, а также объединение всех возрастных категорий в одну категорию «Открытая» для награждения в этих категориях, а также в абсолютном зачете;
- объединение весовых категорий в рамках тех границ, что есть в официальных правилах;
- определение иного порядка подсчета командного первенства.

1.1.6 В классическом стритлифтинге и его отдельных видах движений соревновательный результат определяется в килограммах.

1.1.7 В многоповторном стритлифтинге и его отдельных видах движений соревновательный результат определяется в количестве повторениях.

1.2. Дивизионы.

Соревнования между спортсменами проводятся в дивизионах:

- «С прохождением допинг-контроля», далее – «С ДК»;
- «Без прохождения допинг-контроля», далее – «Без ДК»;
- «С ограниченными возможностями и без прохождения допинг-контроля», далее – «СОВ»

с учетом разделения спортсменов в каждом дивизионе по полу, весовым категориям и возрастным группам.

1.3. Возрастные категории.

1.3.1. До соревнований допускаются лица от 13-ти лет и старше. На день соревнований спортсмен должен достигнуть минимально допустимого возраста. Спортсмены, не достигшие на момент проведения соревнований 18 лет, могут принять в них участие только с письменного согласия родителей или законного представителя ребенка, в установленной форме.

1.3.2. Относительно возрастных категорий действуют следующие правила:

- в день, когда спортсмену исполняется 18 лет, он больше не имеет права выступать в юношеской категории.
- в день, когда юниору исполняется 23 года, он больше не имеет права выступать в категории юниоров.

1.3.3. ISF признаны следующие возрастные группы:

Мужчины:

№	Категории	Возраст
1	Юноши	от 13 лет до 17 лет (включительно)
2	Юниоры	от 18 лет до 22 лет (включительно)
3	Открытая	от 13 лет и старше
4	Ветераны М1	от 40 лет до 44 лет (включительно)
5	Ветераны М2	от 45 лет до 49 лет (включительно)
6	Ветераны М3	от 50 лет до 54 лет (включительно)
7	Ветераны М4	от 55 лет до 59 лет (включительно)
8	Ветераны М5	от 60 лет и старше

Женщины:

№	Категории	Возраст
1	Девушки	от 13 лет до 17 лет (включительно)
2	Юниорки	от 18 лет до 22 лет (включительно)
3	Открытая	от 13 лет и старше
4	Ветераны М1	от 40 лет до 44 лет (включительно)
5	Ветераны М2	от 45 лет до 49 лет (включительно)
6	Ветераны М3	от 50 лет и старше

1.3.4. Разрешены перезачеты результатов соревнований из возрастных групп: юноши (девушки), юниоры (юниорки), ветераны М1, М2, М3, М4 и М5 в Открытую возрастную группу.

1.4. Весовые категории.

Женщины:

- 44,0 кг (до 44,0 кг) – только для девушек
- 48,0 кг (вес от 44,01 до 48 кг)
- 52,0 кг (вес от 48,01 до 52,0 кг)
- 56,0 кг (вес от 52,01 до 56,0 кг)
- 60,0 кг (вес от 56,01 до 60,0 кг)
- 67,5 кг (вес от 60,01 до 67,5 кг)
- 67,5 кг + (вес от 67.51 и выше)

Мужчины:

- 52,0 кг (вес до 52,0 кг) – только для юношей
- 56,0 кг (вес от 52,01 до 56,0 кг)
- 60.0 кг (вес от 56.01 до 60 кг)
- 67,5 кг (вес от 60.01 до 67,5 кг)
- 75,0 кг (вес от 67,51 до 75.0 кг)
- 82,5 кг (вес от 75.01 до 82.5 кг)
- 90,0 кг (вес от 82,51 до 90.0 кг)
- 100.0 кг (вес от 90,01 до 100.0 кг)
- 110.0 кг (вес от 100,01 до 110.0 кг)
- 125.0 кг (вес от 110,01 до 125.0 кг)
- 140 кг (вес от 125.01 до 140,0 кг)
- 140.0 кг + (вес от 140.01 и выше)

1.5 Определение победителей.

1.5.1 Победителем в двоеборье «Classic» становится спортсмен, собравший наибольшую сумму по итогу двух соревновательных движений. Остальные спортсмены идут в порядке убывания, основываясь на их результате. Спортсмены, показавшие нулевой результат в одном из упражнений, исключаются из дальнейших соревнований по двоеборью «Classic».

1.5.2 Победителем в отдельном движении «Classic» (подтягивание или отжимание) становится спортсмен, показавший наибольший результат, засчитанный судьями. Остальные спортсмены идут в порядке убывания, основываясь на их результате.

1.5.3 Победитель в двоеборье «Multilift», определяется по наибольшей сумме количества засчитанных повторений двух соревновательных движений. Остальные призовые места распределяются в порядке убывания, основываясь на результатах спортсменов. Спортсмены, показавшие нулевой результат в одном из упражнений, исключаются из дальнейших соревнований по двоеборью «Multilift».

1.5.4 Победителем в отдельном движении «Multilift» (подтягивания или отжимания) становится спортсмен, показавший наибольшее количество повторений, засчитанных судьями. Остальные призовые места распределяются в порядке убывания, основываясь на результатах спортсменов.

1.5.5 Если два или более спортсменов набирают одинаковую сумму, или показывают одинаковый результат, то более легкий классифицируется выше, чем более тяжелый. Если при взвешивании зарегистрированные спортсмены окажутся с одинаковым собственным весом, и по окончании соревнований они покажут одинаковую сумму или результат, проводиться процедура перевзвешивания участников, и более высокое место займет спортсмен, чей вес будет легче. В случае если вес спортсмена одинаковый, то обоим участникам присваивается одинаковое место, а следующее за ним место остается не занятым.

1.6 Награждение участников.

1.6.1 На турнирах ISF награждение участников в личном, абсолютном и командном зачетах происходит в соответствии с положением о соревновании.

1.6.2 Медалями и дипломами награждаются спортсмены, занявшие первые три места. Занятые места распределяются в каждой возрастной категории, а внутри них - в каждой весовой категории.

1.6.3 Разрешенная форма одежды спортсменов для церемонии награждения – полный спортивный костюм национальной команды, футболка, спортивная обувь. Контроль формы одежды на награждении осуществляет технический контролер соответствующего соревновательного потока. По решению жюри или центрального судьи, несоблюдение требований по форме одежды на награждении может лишить спортсмена права на получение медали (медалей), хотя занятое им место в итоговом протоколе сохраняется.

1.6.4 Все элементы костюма спортсмена должны быть чистыми и опрятными. Не допускается использование на костюме спортсмена надписей, эмблем и логотипов, оскорбительного содержания.

1.7 Абсолютный зачёт.

1.7.1 Абсолютные победители («лучшие спортсмены») определяются только в двоеборье, как в классическом, так и в многоповторном.

1.7.2 Победители и призёры определяются в каждой возрастной категории, среди всех весовых категорий, с учетом пола участников.

1.7.3 Абсолютным победителем в классическом стритлифтинге (двоеборье) становится спортсмен, показавший лучший результат по формуле ISF Points с учётом возрастного коэффициента (пункт 1.7.5) и весового (пункт 1.7.6).

Постоянная ссылка на формулу – www.streetlifting.ru/points

1.7.4 Абсолютным победителем в многоповторном стритлифтинге (двоеборье) становится спортсмен, показавший лучшую сумму результатов двух упражнений с учётом возрастного коэффициента (пункт 1.7.5) и весового (пункт 1.7.6)..

1.7.5 При присвоении разрядов и званий, а также при распределении призовых мест в объединённых возрастных категориях, результат, продемонстрированный участниками на соревнованиях, чей возраст старше 40 лет, увеличивается в соответствии со следующей таблицей:

№	Категории	Возраст	Процент повышения результата
1	Ветераны М1	от 40 лет до 44 лет (включительно)	2,5 %
2	Ветераны М2	от 45 лет до 49 лет (включительно)	5 %
3	Ветераны М3	от 50 лет до 54 лет (включительно)	7,5 %
4	Ветераны М4	от 55 лет до 59 лет (включительно)	10 %
5	Ветераны М5	от 60 лет и старше	12,5 %

1.7.6 При распределении призовых мест в объединённых весовых категориях, результат, продемонстрированный участниками на соревнованиях, чей вес превышает установленного порога в подтягиваниях (100 кг у мужчин и 60 кг у женщин) и в отжиманиях (100 кг у мужчин и 67,5 кг у женщин), увеличивается в соответствии со следующей таблицей:

- Мужчины:

	Подтягивания		Отжимания	
№	Весовая категория	Процент повышения результата	Весовая категория	Процент повышения результата
1	100.0 кг	10 %	100.0 кг – 110.0 кг	5 %
2	110.0 кг- 125.0 кг	30 %	110.0 кг - 115.0 кг	15 %
3	125.0 кг - 140 кг	60 %	115.0 кг - 125.0 кг	35 %
4	140.0 кг +	100 %	125.0 кг - 140.0 кг	65 %
			140.0 кг +	105 %

- Женщины:

	Подтягивания		Отжимания	
№	Весовая категория	Процент повышения результата	Весовая категория	Процент повышения результата
1	60.0 кг	10 %	67,5 кг	5 %
2	67,5 кг	30 %	75 кг	15 %
3	67,5 кг +	60 %	75 кг +	30 %

1.8 Командное первенство.

1.8.1 Согласно положению на турнире может разыгрываться командное первенство. Количество и состав команд так же определяется положением.

1.8.2 Система подсчета командного первенства так же может регулироваться положением.

1.8.3 За «базовую» систему подсчета принята следующая: командные очки начисляются только за первые десять мест, и распределяются следующим образом: 12 очков – 1 место, 9 очков – 2 место, 8 очков – 3 место, 7 очков – 4 место, 6 очков – 5 место, 5 очков – 6 место, 4 очка – 7 место, 3 очка – 8 место, 2 очка – 9 место и 1 очко – 10 место. Все участники соревнований, занявшие места ниже 10-го получают одно очко для командного зачета. Командная победа присуждается команде, набравшей наибольшее количество очков. В случае равного количества очков, победа присуждается команде, у которой больше первых мест. В случае равного количества очков, набранных командами и равного количества первых мест, победитель определяется по количеству вторых, третьих, четвертых и так далее мест.

1.8.4 Так же разрешены повышающие коэффициенты к набранным очкам в зависимости от выполненного участником разрядного норматива.

1.8.5 Командная заявка подается в оговоренные в положения сроки капитаном команды. Изменения и дополнения в ней, после окончания срока подачи заявки, допустимы только по согласованию с оргкомитетом турнира.

1.8.6 На одном турнире допускается подведение нескольких командных зачетов. Например, команд стран участниц соревнований и команд регионов или клубов.

1.8.7 Иные вопросы, связанные с командным зачетом, регулируются положением о турнире.

1.9 Классификация турниров.

1.9.1 Федерация ISF вводит следующую классификацию турниров:

- международный;
- континентальный;
- национальный;
- межрегиональный (окружной);
- региональный;
- городской, районный или клубный.

1.9.2 Требования к техническому оснащению турниров приведены в документе «Технические требования к соревнованиям ISF». Соблюдение этих требований является обязательным условием для проведения всех соревнований по версии ISF.

1.9.3 Требования к судейскому составу для проведения турниров и фиксации рекордов описаны в соответствующих пунктах настоящих правил.

1.9.4 Международный турнир - это Чемпионаты (Кубки) и Первенства мира.

- Присвоение спортивных званий до Элиты ISF включительно.
- Регистрация мировых рекордов.

1.9.5 Континентальный турнир - это Чемпионаты (Кубки) и Первенства континентов.

- Присвоение спортивных званий до МСМК (Мастер спорта международного класса) ISF включительно.
- Регистрация мировых и континентальных рекордов.

1.9.6 Национальный турнир - это Чемпионаты (Кубки) и Первенства страны.

- Присвоение спортивных званий до МС (Мастер спорта) ISF включительно.
- Регистрация национальных рекордов.

1.9.7 Межрегиональный (окружной) турнир – это Чемпионаты (Кубки) и Первенства округов страны.

- Присвоение спортивных званий до МС (Мастер спорта) ISF включительно.
- Регистрация национальных и окружных рекордов.

1.9.8 Региональный турнир - это Чемпионаты (Кубки) и Первенства регионов/субъектов стран.

- Присвоение спортивных званий до КМС (Кандидата в мастера спорта) ISF включительно.
- Регистрация региональных рекордов.
- Проводится без дивизиона с прохождением допинг-контроля.

1.9.9 Городской (районный, клубный) турнир - это Чемпионаты (Кубки) и Первенства городов, районов или клубов.

- Присвоение спортивных разрядов до 1 взрослого разряда ISF включительно.
- Регистрация региональных и городских рекордов.
- Проводится без дивизиона с прохождением допинг-контроля.

1.9.10 Для национальных отделений ISF в других странах, может быть предусмотрена иная градация турниров в зависимости от особенностей страны. Иная классификация должна быть согласована с президентом ISF.

1.10 Допинг контроль.

1.10.1 На соревнованиях по версии федерации ISF допинг контроль проводится согласно «Антидопинговых правил ISF».

1.11 Рекорды ISF.

1.11.1 Федерацией ISF регистрируются следующие виды рекордов:

- мировые;
- континентальные;
- национальные.

В региональных представительствах ISF так же могут регистрироваться региональные рекорды (субъекта страны, городские). Работа по их ведению и учету полностью ложится на национального и регионального представителя и не является обязательным требованием федерации.

1.11.2 Национальные отделения, в случае установления на их турнирах континентальных или мировых рекордов, должны в 7-дневный срок, с даты окончания турнира, предоставить протокол установленного образца и сведения о рекордах руководству федерации ISF.

1.11.3 Уровень фиксируемых на соревновании рекордов, зависит от классификации турнира. А так же от классификации судей, обслуживающих данный турнир.

1.11.4 Все рекорды фиксируются в следующих упражнениях:

- Classic - двоеборье (общая сумма);
- Classic – подтягивание в составе двоеборья (максимальный результат);
- Classic – отжимание в составе двоеборья (максимальный результат);
- Classic - подтягивание (максимальный результат);
- Classic - отжимание (максимальный результат);
- Multilift – двоеборье (общая сумма);
- Multilift – подтягивания (количество повторений);
- Multilift - отжимания (количество повторений).

1.11.5 Рекорды фиксируются в каждой возрастной, весовой категории, с различием по полу спортсменов. Так же отдельно фиксируются рекорды в дивизионах «с ДК», «без ДК» и «СОВ».

1.11.6 Регистрация рекордов происходит только на турнирах, санкционированных федерацией ISF, и при полном соблюдении правил этой федерации и соответствии им оборудования, квалификации судей.

1.11.7 Рекордные попытки могут осуществляться спортсменами в любом подходе. Если в рамках одних соревнований, в одной весовой категории осуществлено несколько удачных рекордных попыток, в качестве рекорда ISF фиксируется последний, наиболее тяжелый вес, засчитанный судейской тройкой.

1.11.8 В случае, когда два спортсмена превысили существующий рекорд в отдельном упражнении или в сумме, подняв одинаковый вес (или выполнив одинаковое количество повторений), рекордсменом будет считаться тот, чей собственный вес на взвешивании был меньше. Если оба спортсмена при взвешивании были зарегистрированы с одинаковым собственным весом, то рекордсменом будет считаться превысивший существующий рекорд первым.

1.11.9 Рекорды ISF фиксируются в дивизионах «Classic» с превышением на 0,5 кг, а в дивизионах «Multilift» на 1 повторение относительно существующих рекордных результатов.

1.11.10 Рекорды в возрастных группах должны быть засчитаны даже при условии участия в весовой и возрастной группе одного участника.

1.11.11 При отсутствии результатов в рекордной сетке, рекордами всех уровней принимаются результаты, определяемые Президиумом ISF как «Стандарт рекорда». Только спортсмен, превысивший этот результат, становиться рекордсменом.

1.11.12 Спортсмену может быть дана четвертая рекордная попытка, в каждом движении дивизионов «Classic». Единственная цель этой попытки - установка нового рекорда. Четвертая попытка не идет в сумму, не считается при подсчете места, которое спортсмен занимает на соревновании, так же, как и не учитывается при регистрации разрядного норматива, не используется для подсчета командных баллов, и не используется для подсчета результата в абсолютной категории.

Дополнительная рекордная попытка дается спортсмену только в случае удачной (засчитанной судьями на помосте) третьей попытки.

В дивизионах «Multilift» дополнительная попытка для установления рекорда не предоставляется.

1.11.13 Только заявившиеся, выступающие на турнире спортсмены могут попытаться установить рекорд в дополнительной попытке (т.е. спортсмен с нулевым результатом по итогам трёх попыток, но остающийся на турнире в качестве гостя, не может установить рекорд в четвертой попытке).

1.11.14 Спортсмены могут установить рекорд только в том дивизионе (или дивизионах) на который они подали заявку до окончания последней сессии взвешивания.

1.11.15 Перезачеты рекордов разрешены по возрастным категориям следующим образом: в зависимости от того как спортсмен заявился на турнир – «Юниор» может установить рекорд как в «Юниорах», так и в «Открытой» категории, «Юноши (девушки)» могут установить рекорд как в своей возрастной, так и «Открытой», спортсмены из «Открытой» категории могут установить рекорд только в «Открытой», «Ветераны» могут устанавливать рекорды и среди «Ветеранов», и в «Открытой».

1.11.16 Если формат турнира предопределяет, что все спортсмены могут выступать только в «Открытой» категории, не смотря на их фактический возраст (юноши, юниор или мастер), то тогда они смогут зафиксировать рекорды в их фактической возрастной категории.

1.11.17 Каждый раз, когда спортсмен устанавливает новый рекорд, он должен пройти полную проверку экипировки старшим судьей на помосте. Её должны сделать сразу же после выполнения попытки, перед тем как спортсмен покинет помост.

1.12 Членство в национальных федерациях ISF.

1.12.1 Все спортсмены, судьи, и другие официальные лица соревнований должны быть действующими членами своей национальной федерации ISF на день проведения турнира.

1.12.2 Руководством национальных отделений федерации может устанавливаться годовой членский взнос (далее «Взнос»). Размер взноса указывается в положении о соревновании. Оплата взноса спортсменами производится на регистрации (взвешивании) участников. Оплата взноса судьями производится после первичного присвоения судейской категории, или на регистрации участников турнира, до начала работы судьи.

1.12.3 Взнос оплачивается один раз в год и действует ровно 12 месяцев, начиная от даты его оплаты. По истечении этого срока взнос подлежит повторной уплате.

1.12.4 На международных турнирах все спортсмены и судьи, так же должны быть членами национальных отделений ISF. Если отделения ISF в их стране нет, то они должны вступить в национальную федерацию той страны, которая проводит турнир, оплатив годовой членский взнос. То же правило действует для иностранных участников/судей на любом открытом турнире национальной федерации ISF.

1.12.5 Все члены национальной федерации ISF вносятся в единую базу данных. Она доступна на каждом турнире у секретаря взвешивания. При регистрации участников, секретарь обязан вести проверку участников в этой базе.

1.12.6 При необходимости, если в соревнованиях участвует спортсмен из другой страны, организаторы могут запросить базу членов национального отделения ISF этой страны.

1.12.7 Для заявления на открытие регионального отделения ISF, необходимо заполнить заявку на сайте http://streetlifting.ru/branch, оставив контакты для обратной связи.

1.12.8 Решение об открытии национального отделения принимает президиум федерации ISF.

1.13 Международная аффилиация.

1.13.1 Любая страна мира может открыть у себя национальное отделение федерации ISF, выполнив установленный порядок аффилиации.

1.13.2 Для получения статуса национального отделения ISF, потенциальный представитель должен заполнить заявку на сайте http://streetlifting.ru/branch, оставив контакты для обратной связи.

1.13.3 Предоставить план работы национального отделения ISF.

В нем должны быть отражены:

- должностной список, в котором указать официальных лиц национального отделения;
- количество планируемых турниров на календарный год, их уровень;
- соответствие технического оснащения для проведения турниров, согласно «Технические требования к соревнованиям ISF». С приложением фото и описанием имеющейся материально-технической части;
- список судей или же список тех, кто будет сдавать на присвоение судейской категории.

1.13.4 Минимальное требование к плану работы национального отделения ISF на один год:

- проведение двух национальных турниров;
- подготовка судейского корпуса из одного судьи национальной категории и минимум трех – региональной категории.

Наличие одного судьи национальной категории является обязательным условием для проведения национального турнира.

В случае отсутствия судей должной квалификации в национальном отделении федерации, возможно привлечение судей из других стран или регионов. Требования к судьям и сдаче судейского теста прописаны в документе «Квалификация судей ISF».

1.13.5 Заявка на открытие национального отделения рассматривается президиумом федерации в срок до 3-х месяцев с момента получения заявления. Решение о регистрации национального отделения принимается только действующим президентом федерации ISF.

1.13.6 Обязательным требованием для национального отделения является:

- готовность выполнить все требования правил ISF;
- фиксация национальных рекордов в соответствии с правилами ISF, и выдача рекордсменам сертификатов об установлении рекорда, установленного образца. Образец можно получить по запросу в головном офисе ISF;
- фиксация континентальных и мировых рекордов, если позволяет уровень проводимого турнира, и уровень судейских категорий. Передачу информации о них руководству ISF, вместе с протоколом турнира, в течении 3 дней со дня окончания проведения турнира, для официальной регистрации этих рекордов;
- проведение соревнований с использованием документов, программного обеспечения, согласованного с руководством федерации;
- соблюдение «Антидопинговых правил ISF»;
- ведение базы членов национальной федерации ISF в установленной форме, с указанием имен и фамилий спортсменов, судей, их даты рождения, города прописки, даты оплаты взноса (если таковой установлен внутри национального отделения), турнира на котором оплачен взнос. Предоставление этой базы по запросу другим национальным отделениям, в случае если нужно подтверждение членства спортсмена этой страны в его национальном отделении ISF;
- аттестация и обучение судей, организация судейского корпуса.

1.13.7 В каждом национальном отделении должен быть избран руководитель на должность главы судейского корпуса ISF.

<u>В его обязанности входит:</u>

- обучение и аттестация судей согласно плану работы отделения. Сдача судейских тестов проводиться по единым требованиям ISF. Для аттестации судей разработана единая форма теста, которую глава судейского корпуса национального отделения ISF получает при регистрации этого отделения. Все судьи ISF обязаны сдавать экзамен именно в этой форме. Классификация судей, требования к сдаче экзаменов, а также иные требования к ним, прописаны в главе «Судьи ISF» настоящих правил.
- ведение базы судей национального отделения с указанием: фамилии, имени, даты рождения, судейской категории, даты ее присвоения, ранг и количество турниров на которых судья работал в течение года.

Присвоение национальных и региональных судейских категорий осуществляется главой судейского корпуса национального отделения ISF. Присвоение международной судейской категории осуществляется только совместно с руководителем судейского корпуса федерации ISF.

По запросу главы судейского корпуса ISF, национальные отделения должны в течение 14 дней предоставить базу судей установленного образца.

1.13.8 В случае положительного решения об открытии национального отделения, между ним и головной федерацией ISF подписывается договор установленного образца. Отделение ISF получает сертификат о представительстве.

1.13.9 Далее с руководителем национального отделения подробно обсуждается план работы.

1.13.10 Для национальных отделений могут быть введены иные требования к градации турниров, плану работы, требованиям к техническому оснащению, если они не противоречат основным правилам федерации и минимальным требованиям по работе национальных отделений.

1.13.11 Любые разногласия, предложения, а также вопросы, не оговоренные в данных правилах, подлежат рассмотрению в следующем порядке:

- президент национального отделения подает письменный запрос в произвольной форме на имя президента ISF;
- запрос подается по электронной почте по адресу: secretary@streetlifting.ru;
- максимальный срок рассмотрения запроса – 3 месяца с даты его получения;
- на каждый запрос президиум федерации должен дать официальный ответ.

1.13.12 Решение о закрытие национального отделения ISF принимается её руководителем или президиумом национального отделения. О своем решении закрыть отделение они обязаны информировать президиум ISF в письменной, произвольной форме не менее чем за 3 месяца до её закрытия.

1.13.13 Регистрация рекордов, спортивных званий, аттестация судей по версии федерации ISF, осуществляется только действующими отделениями ISF.

1.13.14 Официальным адресом электронной почты для писем является: info@streetlifting.ru

2. ОБОРУДОВАНИЕ И ЕГО СПЕЦИФИКАЦИЯ

Для каждого уровня турниров, предусмотрены разные требования по наличию и количеству оборудования. Данные требования приведены в документе «Технические требования к соревнованиям ISF».

Выполнение этих требований, является обязательным, однако все оборудование, описанное в них, должно соответствовать следующим пунктам правил:

2.1. Весы.

2.1.1. Весы для взвешивания спортсменов должны быть электронными цифровыми, показывающими вес с двумя десятичными знаками после запятой и с пределом измерения не менее 180 кг.

2.1.2. На весы для взвешивания спортсменов должен быть сертификат (свидетельство) с датой поверки в пределах одного года до даты соревнований.

2.2. Помосты.

2.2.1. Все упражнения должны выполняться на помосте, размер которого соответствует от минимума 4 х 4 м до максимума 6 х 6 м. Помост не должен возвышаться более чем на 15 см от сцены или пола.

2.2.2. Поверхность помоста должна быть плоской, нескользкой. Не разрешается применять помост из нескольких сегментов, не скрепленных между собой. Верхнее покрытие помоста должно обеспечивать хорошее сцепление ног спортсмена с ним, то есть быть не скользкой, твердой. Запрещены незакрепленные верхние покрытия на помосте.

2.3. Перекладина и брусья.

2.3.1. Перекладина для подтягиваний и брусья для отжиманий, могут представлять, как единый комплекс, так и отдельное оборудование.

2.3.2. Любой комплекс (или отдельное оборудование) должны обеспечивать безопасное выполнение упражнений, а также крепиться к помосту или устанавливаться на нем так, чтобы избегать перемещения и/или отрыва от поверхности во время выполнения упражнений.

2.3.3. Все элементы должны жестко скрепляться между собой, обеспечивая единую, прочную конструкцию. Во время выполнения упражнения, ни один элемент конструкции не должен изменять свои параметры, перемещаться, приходить в движение. Исключением может быть только специальное устройство подачи веса.

2.3.4. Перекладина и брусья не должны изгибаться при выполнении упражнений, а также должны быть строго параллельны поверхности помоста.

2.3.5. Допускается регулировка расстояния между брусьями в заданных пределах.

2.3.6. На региональных турнирах допускается использование V-образных навесных брусьев.

2.3.7. Основные параметры турника для подтягиваний:

- Минимальная высота от помоста до перекладины – 2200 мм.
- Минимальная ширина турника – 1200 мм.
- Диаметр турника должен быть в диапазоне от 28 до 30 мм.

2.3.8. Основные параметры брусьев для отжиманий:

- Минимальная высота от помоста до брусьев – 1500 мм
- Расстояние между брусьями должно быть в пределах от 450 до 600 мм.
- Диаметр брусьев должен быть в пределах от 45 до 60 мм.
- Длина, рабочей поверхности брусьев должна быть минимум 500 мм.

2.3.9. На национальных и международных турнирах применимы только сертифицированные ISF перекладина и брусья, обеспечивающие безопасное выполнение упражнений.

2.3.10. Рекомендуемые образцы: «Разборный комплекс - Перекладина с брусьями», «Брусья с регулировкой по ширине»

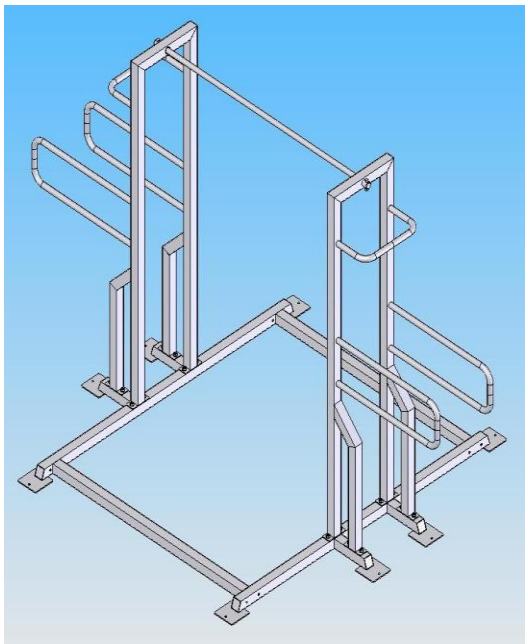

Рис.1.1 Разборный комплекс

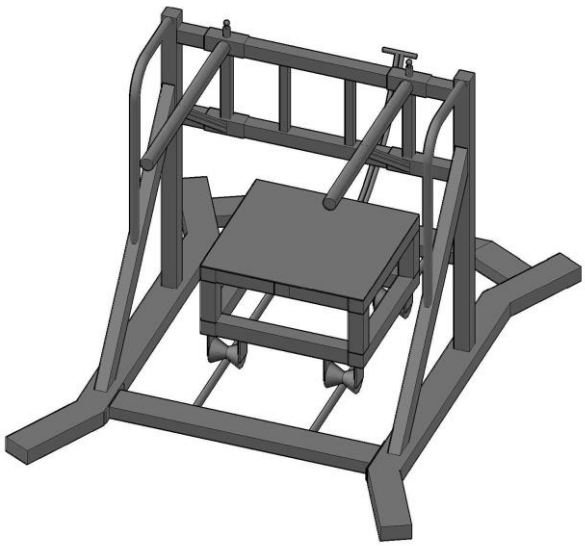

Рис. 1.2 Брусья с регулировкой по ширине

2.4. Диски.

2.4.1. Диски используются исключительно в дисциплинах «Classic».

Используемые на соревнованиях ISF диски должны удовлетворять следующим требованиям:

2.4.2. Все диски, применяемые в соревнованиях, должны быть без сколов, трещин и прочих дефектов, влияющих на безопасную их эксплуатацию;

2.4.3. Вес дисков, применяемых на соревнованиях, не должен отклоняться более чем на 10 граммов, от номинального веса.

2.4.4. Соревновательный набор должен состоять из следующих дисков: 0,5 кг; 1,25 кг; 2,5кг; 5кг; 10кг; 15кг; 20кг; 25кг. Допустимо использовать диски весом 50 кг.

2.4.5. На соревнованиях допускается использование, как металлических дисков, так и обрезиненных.

2.4.6. Толщина дисков от 25 кг не должна превышать 7 сантиметров. Диски 20 кг и меньше не должны быть толще 6 см.

2.4.7. Рекомендуется использование дисков с хватами (рис. 2).

Рис. 2 Обрезиненные диске с хватами

2.4.8. Диски должны быть следующей расцветки: 0,5 кг, 1,25 кг; 2,5 кг – любой однотонной расцветки; 5 кг – белые; 10 кг - зеленые, 15 кг - желтые, 20 кг - синие, 25 кг - красные, 50 кг - зеленые. Допустимо использование иной расцветки дисков, только при согласовании с руководителем национального отделения федерации.

2.4.9. Все диски должны иметь четкую маркировку своего веса (минимум с одной стороны). Надеваться диски должны так, чтобы судьи могли видеть маркировку каждого диска.

2.4.10. Диаметр наибольшего диска не должен превышать 45 см.

2.4.11. Диаметр внутреннего отверстия диска, должен быть достаточным для того, чтобы продеть цепь с карабином, которые крепятся к поясу атлета.

2.5. Гири.

2.5.1. Все гири, применяемые в соревнованиях, должны быть без сколов, трещин и прочих дефектов, влияющих на безопасную их эксплуатацию;

2.5.2. Вес гирь, применяемых на соревнованиях, не должен отклоняться более чем на 100 граммов от номинального веса;

2.5.3. Гири используются исключительно в дисциплинах «Multilift».

2.5.4. На турнирах ISF могут применяться гири весом:

- 8, 12, 16, 24 и 32 кг. для подтягиваний на перекладине
- 8, 12, 16, 24, 32 и 48 кг. для отжиманий на брусьях.

2.5.5. Гири должны быть следующей расцветки:

8 кг	12 кг	16 кг	24 кг	32 кг	48 кг
Розовый	Синий	Желтый	Зеленый	Красный	Золотой

Допустимо использование иной расцветки гирь, только при согласовании с руководителем национального отделения федерации.

2.6. Тумбы.

2.6.1. Тумбы используются в следующих целях:

- Для набора и установки веса;
- Занятия исходного положения спортсменом на турнике или брусьях;
- Обеспечения безопасного завершения упражнения;
- Разгрузки веса.

2.6.2. Высота тумбы должна быть от 40 до 75 см.

2.6.3. Ширина и длина тумбы не должна быть меньше 50 см

2.6.4. Тумба должна выдерживать нагрузку более 300 кг.

2.7. Устройство для облегчения набора веса.

2.7.1. Для облегчения набора веса, его установки и разгрузки, допустимо применение специальных устройств. Они могут представлять собой, как элемент конструкции комплекса для выполнения упражнений, так и отдельное приспособление.

2.7.2. Основное требование – обеспечение безопасного выполнения упражнения.

2.8. Судейская сигнализация.

2.8.1. На соревнованиях должна быть смонтирована система светозвуковой сигнализации, с помощью которой судьи должны сообщать о своих решениях. Она должна иметь информационное табло, на котором расположены в горизонтальный ряд три сигнала белого цвета и три сигнала красного цвета, а также по одному пульту для каждого из трех судей на помосте. Так же иметь двух тоновую звуковую сигнализацию.

2.8.2. Сигнализация и оценки должны быть видны судьям на помосте, жюри, секретарю, спортсмену, выступающему на помосте, зрителям.

2.8.3. Судьи сообщают о своем решении путем включения сигналов на пульте. Включение белого света означает положительную оценку «Вес взят» («Гуд лифт»), красного – отрицательную «Вес не взят» («Ноу лифт»).

2.8.4. Лампы световой сигнализации располагаются горизонтально в соответствии с расположением трех судей. По возможности, световая сигнализация должна быть устроена так, чтобы сигнализирующие лампы включались одновременно, а не по факту их включения каждым из судей.

2.8.5. Судья обязан следить за правильным выполнением спортсменом соревновательного движения. В случае нарушения правил судья имеет право подать включением пульта светозвуковой сигнал до завершения подъема. Когда большинство судей включают пульт, то звучит звуковой сигнал, оповещающий спортсмена, что его подход неудачен.

2.8.6. В случае невозможности обеспечения соревнований системой светозвуковой сигнализации, или ее поломки, оценка действий спортсмена должна производиться с применением флажков белого и красного цвета, с помощью которых судьи могут показать свое решение после голосовой команды центрального судьи «Флажки» («Флэгз»). При отсутствии флажков, судьи показываю оценку жестами рук. Большой палец, поднятый вверх, – вес взят, большой палец вниз – вес не взят.

2.9. Таймер.

2.9.1. Таймер (секундомер) используется для установки лимита времени, после вызова спортсмена на помост и до начала выполнения упражнения.

2.9.2. Таймер должны располагаться в пределах общей видимости судей на помосте, секретаря, жюри, зрителей и спортсменов в зоне выхода на помост. Иметь информационное табло, на котором виден обратный отсчет времени отведенного на выход спортсмена.

3. ОДЕЖДА, ЛИЧНАЯ ЭКИПИРОВКА И ВНЕШНИЙ ВИД

3.1 Основные требования.

3.1.1 Форма спортсменов состоит из майки, шорт, носков и спортивной обуви. Экипировка спортсмена включает в себя атлетический пояс и кистевые бинты (при желании).

3.1.2 Форма должна быть спортивной, опрятной и чистой.

3.1.3 На любом предмете одежды и экипировки запрещены надписи и изображения оскорбительного характера, противоречащие духу спортивного мероприятия. Также запрещены надписи и изображения политического и религиозного содержания (в том числе упоминание партий, объединений и т.п.).

3.1.4 Участники обязаны перед выполнением упражнений снять серьги, кольца, часы, браслеты и другие украшения.

3.1.5 Запрещается использовать любые повязки или бандажи на локтевые суставы.

3.1.6 Спортсмен с бородой должен завязать её резинкой, так чтобы кончик подбородка и шея были видны судьям.

3.1.7 Женщинам-атлетам мусульманского вероисповедания разрешается использовать полный неподдерживающий костюм, закрывающий руки и ноги, а также носить головной платок-хитжаб.

3.2 Майка.

3.2.1 На спортсмене, должна быть обязательно надета майка. Женщины также могут надевать под майку топ или бюстгальтер, при условии, что он не оказывает дополнительной поддержки.

3.2.2 Майка должна удовлетворять следующим требованиям:

- запрещено использовать майки, состоящие из какого-либо прорезиненного растягивающегося материала, так же запрещены джинсовые ткани и брезент;
- не должна иметь рукавов, карманов, пуговиц, застежек-молний.

3.3 Шорты.

3.3.1 Шорты – как женские, так и мужские, должны иметь спортивный вид и не быть длиннее уровня колен.

3.4 Обувь.

3.4.1 Во время выполнения упражнений спортсмен должен быть в обуви.

3.4.2 Обувь применяется только в виде спортивных кроссовок.

3.4.3 Запрещено использование обуви с открытой пяткой (тапочки, сланцы).

3.4.4 Запрещено использовать обувь с металлическими шипами или планками, накладками.

3.5 Пояс (ремень), цепь и карабин.

3.5.1 Участники выступают в атлетических поясах, предоставленных организаторами соревнований.

3.5.2 Пояс должен быть изготовлен из кожи или иного не растягивающегося материала из одного или нескольких слоев, склеенных и (или) прошитых между собой.

3.5.3 На соревнованиях используются пояса двух размеров: 85 и 100 см в длину. Спортсмен может выбрать пояс только до того момента, пока на нём не закреплена цепь с весом.

3.5.4 Ширина пояса не должна быть более 15 см.

3.5.5 На обоих концах пояса должны быть металлические кольца, необходимые для крепления цепи с помощью карабинов.

3.5.6 Кольца должны крепиться к поясу с помощью кнопок, заклепок или пришивания, обеспечивающих безопасное применение пояса.

3.5.7 С помощью карабинов и цепи дополнительное отягощение крепится только к металлическим кольцам на поясе.

3.5.8 Цепь должна быть изготовлена из нержавеющей стали. Длина цепи должна быть не менее 95 см.

3.5.9 Цепь должна быть единой, использование нескольких цепей запрещено. При выполнении упражнения, цепь не должна касаться помоста или элементов оборудования, кроме дополнительного отягощения, подвешенного к поясу.

3.5.10 Цепь, карабин, пояс и его составные части должны быть надежными и выдерживать массу более 200 кг.

3.5.11 На национальных и международных турнирах применимы только сертифицированные ISF цепь, карабин и пояс, обеспечивающие безопасное выполнение упражнений.

3.6 Кистевые бинты, пластыри, тейпы, бандажи.

3.6.1 Разрешается применять повязки или бинты только из эластичных однослойных фабричных материалов: медицинского крепа, полиэстера, хлопка или их комбинации.

3.6.2 Кистевые бинты не должны быть длиннее 1 м и больше 8 см в ширину. Любые липучки, вставки для крепления должны быть включены в этот 1 м по длине. В качестве вспомогательного средства крепления может быть петелька. Во время выполнения упражнения, петелька должна быть снята с большого или других пальцев.

3.6.3 Общая ширина намотки кистевых бинтов должна быть не более 12 см и проходить от середины запястья вверх по направлению к локтю, до 10 см (не более) и вниз, к кисти, до 2-х см (не более).

3.6.4 Одновременное использование более одного бинта на одной кисти – запрещено.

3.6.5 Запрещается использовать медицинскую ленту или ее аналоги (пластыри, тейпы) где-либо на теле без официального разрешения жюри или центрального судьи.

3.6.6 Все медицинские заключения в поддержку запроса спортсмена на разрешение использовать медицинские повязки и бандажи во время упражнения должны быть представлены главному судье до начала соревнования для определения их правомерности согласно правилам.

3.6.7 Использование налокотников, а также любых повязок на локтевой сустав, во время выполнения упражнений – запрещено.

3.7 Проверка предметов личной экипировки.

3.7.1 Проверка предметов личной экипировки может производиться в любое время, отведенное для соревнований. Она не является обязательной процедурой. Любой спортсмен, в случае сомнения любого из судей, может быть проверен на предмет допустимости использования экипировки, как до, так и после выступления.

3.7.2 По желанию спортсмена, он может предоставить форму для проверки на своей сессии взвешивания, не позже чем за 20 минут до начала выступлений его потока.

3.7.3 Проверку экипировки могут осуществлять только судьи, члены жюри, технического комитета.

3.7.4 Экипировка, не соответствующая нормам данных правил к применению не допускается. За исключением тех случаев, когда это можно исправить.

3.7.5 Любая принадлежность формы и экипировки должна быть запрещена, если она имеет неопрятный вид или повреждена (порвана). Имеет надписи и изображения оскорбительного характера.

3.7.6 Ошибка судей, при проверке экипировке, не дает право её использовать в ходе соревнований. Если такая ошибка обнаружилась, все подходы, которые спортсмен выполнил с её использованием, не засчитываются.

3.7.7 Любой спортсмен, установивший национальный, континентальный или мировой рекорд, должен быть немедленно проверен членами жюри или судьями на помосте.

3.8 Использование вспомогательных веществ и материалов.

3.8.1. Разрешается использование предоставленных организаторами соревнований: талька, магнезии (сухой или жидкой).

3.8.2. Запрещено использовать какие-либо вещества для обработки оборудования, за исключением тех, которые используются в качестве стерилизующих средств.

3.8.3. Запрещается использование тяг (исключение – пункт 6.5.14), кистевых перчаток, накладок на кисти и различные крюки (кроме специальных протезов для спортсменов - инвалидов).

3.9 Антисептическая обработка оборудования.

3.9.1 Кровь или открытые раны недопустимы, когда спортсмен находится на помосте. Любые повреждения должны быть обработаны и перевязаны до выхода на помост. Если кровь попала на оборудование, выполнение упражнений должно быть приостановлено, а оборудование стерилизовано дезинфицирующим раствором. Наличие такого раствора во время соревнований – ответственность организаторов.

3.9.2 Если спортсмен появляется на помосте с кровью или открытой раной, на нем лежит ответственность решения данной проблемы для того, чтобы его допустили на помост. При этом время будет продолжать идти, и если он не сможет решить эту проблему до того, как закончится время, то он лишается этого подхода.

4. ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

4.1. Классический стритлифтинг и его отдельные виды движений.

- спортсменам необходимо выполнить упражнения с максимально возможным весом отягощения, подвешенным на цепи к поясу, при этом вес пояса с цепью и карабином не учитывается;
- во время выполнения упражнений дополнительное отягощение закреплено на поясе спортсмена и расположено спереди, либо между его ног, при этом центр дополнительного отягощение не должен быть выше уровня колен;
- в зачёт отдельных упражнений идут лучшие результаты, засчитанные судьями. Сумма лучших результатов в двух упражнениях идёт в зачет двоеборья;
- в каждом упражнении разрешается не более 3 (трёх) соревновательных попыток;
- спортсмен должен выйти на помост в течение 1 (одной) минуты с момента вызова Секретарём;
- спортсмен должен занять исходное стартовое положение в течение 30 (тридцати) секунд после команды центрального судьи «Приготовиться!».
- на выполнение соревновательного подхода спортсмену даётся 1 (одна) минута с момента подачи центральным судьёй команды: «Старт!», которая обозначает начало выполнения соревновательного упражнения;
- рывки и раскачивания запрещены;
- во время выполнения упражнения никакая часть тела спортсмена, а также отягощение, подвешенное на цепи к его поясу, не должны касаться помоста, платформы (тумбы) или конструкции перекладины/брусьев.

4.2. Многоповторный стритлифтинг и его отдельные виды движений.

- спортсменам необходимо выполнить максимальное количество повторений с гирей, подвешенной на цепи к поясу, при этом вес пояса с цепью и карабином не учитывается;
- во время выполнения упражнений гиря закреплена на поясе спортсмена и расположена спереди, сзади, либо между его ног, при этом дужка (ручка) гири не должна быть выше уровня колен;
- вес гири зависит от возрастной категории атлета и выбранным им видом соревновательной программы;
- в зачёт идёт количество выполненных повторений, засчитанных судьями;
- в каждом упражнении разрешается не более 1 (одной) соревновательной попытки;
- спортсмен должен выйти на помост в течение 1 (одной) минуты с момента вызова Секретарём;
- спортсмен должен занять исходное стартовое положение в течение 30 (тридцати) секунд после команды центрального судьи «Приготовиться!».
- на выполнение соревновательного подхода спортсмену даётся 2 (две) минуты с момента подачи центральным судьёй команды: «Старт», которая обозначает начало выполнения соревновательного упражнения.
- рывки и раскачивания запрещены;
- во время выполнения упражнения никакая часть тела спортсмена, а также отягощение, подвешенное к его поясу, не могут касаться помоста, платформы (тумбы) или конструкции перекладины/брусьев.

4.3. Разрешенные виды хвата.

- при отжиманиях на брусьях спортсмены выполняют упражнения, используя «закрытый» хват, при этом ладони обращены к корпусу спортсмена;
- при подтягиваниях на перекладине спортсмены выполняют упражнение, используя хват сверху «пронированный» (пальцами от себя) или хват снизу «супинированный» (пальцами к себе). Использование «разнохвата» запрещено, как и смена одного варианта хвата на другой «перехват» во время выполнения упражнения (см. рисунок №6).

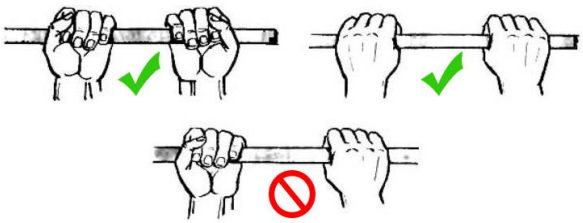

Рис. 6 Виды хвата при подтягиваниях.

- независимо от того, какой вид хвата был выбран, он должен быть «закрытым» (большой палец руки находится на стороне противоположной другим пальцам);
- руки спортсмена должны быть в контакте с перекладиной (брусьями) во время выполнения упражнений. Примечание: Улучшение сцепления не является причиной дисквалификации при условии, что обе руки остаются в контакте с перекладиной (брусьями). Участник может, например, освободить свои пальцы, если при этом его ладони остаются в контакте с перекладиной (брусьями).
- данные правила распространяются на все виды упражнений, как в классическом стритлифтинге, так и в многоповторном.

4.4. КЛАССИЧЕСКИЕ ПОДТЯГИВАНИЯ

1. Спортсмен находится на помосте у перекладины, стоя на платформе (тумбе) лицом к старшему судье.
2. По сигналу судьи «Приготовиться!», состоящему из одноимённой голосовой команды и движения рукой вверх, спортсмен занимает исходное стартовое положение:
   - висит на перекладине на выпрямленных в локтях руках, используя один из разрешенных видов хвата (пункт 4.3);
   - ноги спортсмена выпрямлены в коленях и направлены вниз, при этом скрещивание ног запрещено.

   В этой позиции спортсмен должен ожидать сигнал центрального судьи «Старт!», состоящий из движения рукой вниз и одноименной голосовой команды, который подаётся после того, как спортсмен займёт правильную позицию и прекратит какое-либо движение.

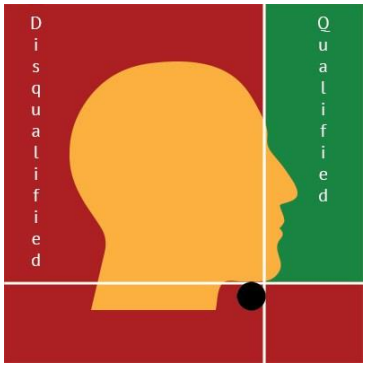

Рис. 7: Правильное положение головы и подбородка над перекладиной.

3. Получив сигнал центрального судьи для начала упражнения, спортсмен должен подтянуться и завести подбородок за перекладину, таким образом, чтобы кончик подбородка выходил за неё, как по вертикали, так и по горизонтали (см. рисунок №7), при этом касаться подбородком перекладины не обязательно.
4. Спортсмен должен самостоятельно вернуться в исходное стартовое положение (пункт 4.4.2). Как только спортсмен займёт неподвижное положение в нижней точке (несомненно, завершив движение), центральный судья должен дать сигнал к окончанию упражнения «Завершить!».
5. Сигнал к окончанию упражнения состоит из движения руки назад и отчетливой голосовой команды «Завершить!». Только после этого сигнала спортсмен может завершить выполнение упражнения, встав на платформу (тумбу) или на помост.

Причины, по которым подход может быть не засчитан:

- ошибка в принятии исходного стартового положения тела в начале и (или) в конце упражнения;
- несоблюдение какой-либо из команд центрального судьи на помосте или выполнение движения до команд или вместе с командами судьи;
- двойное движение «вверх-вниз-вверх», т.е. более чем одна попытка совершения подъёма из нижнего положения тела;
- использование рывков и/или раскачиваний при выполнении упражнения;
- неудачная попытка занять правильную позицию в верхней точке упражнения с заведением подбородка за перекладину (см. рисунок №7);
- при выполнении упражнения и до команды судьи «Завершить!», дополнительное отягощение, подвешенное к поясу спортсмена, либо же сам спортсмен, касаются конструкций перекладины (кроме кистей и подбородка спортсмена), помоста и/или тумбы;
- касание дополнительного отягощения, подвешенного к поясу спортсмена, либо же его самого, ассистентами во время выполнения упражнения до команды судьи «Завершить!»;
- вис на подбородке на турнике более 1 (одной) секунды;
- спрыгивание с перекладины до команды судьи «Завершить»;
- падение отягощения с пояса спортсмена при обрывах цепи, либо креплений пояса – в данному случае, спортсмену предоставляется дополнительная попытка.

Допускается и не является ошибкой:

- остановка без хода вниз и затем последующее движение вверх во время выполнения подъёма из нижнего положения тела;
- улучшение сцепления хвата, при условии, что обе руки остаются в контакте с перекладиной (пункт 4.3.)
- плавное однонаправленное сгибание в коленях и/или подъём ног, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами) и ноги были направлены вниз, так чтобы бёдра спортсмена не поднимались выше 30 градусов.

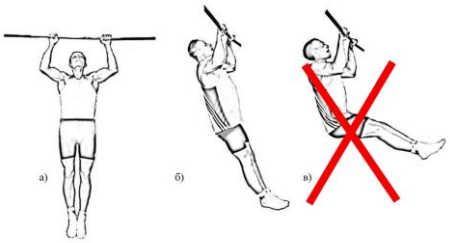

Рис. 8: Допустимое положение ног при подтягиваниях.

4.5. МНОГОПОВТОРНЫЕ ПОДТЯГИВАНИЯ

1. Спортсмен находится на помосте у перекладины, стоя на платформе (тумбе) лицом к старшему судье.
2. По сигналу судьи «Приготовиться!», состоящему из отчетливой одноимённой команды и движения рукой вверх, спортсмен занимает исходное стартовое положение:
   - висит на перекладине на выпрямленных в локтях руках, используя один из разрешенных видов хвата (пункт 4.3);
   - ноги спортсмена выпрямлены в коленях и направлены вниз, при этом скрещивание ног запрещено.

   В этой позиции спортсмен должен ожидать сигнал центрального судьи «Старт!», состоящий из движения рукой вниз и отчетливой голосовой команды "Старт!", который подаётся после того, как спортсмен займёт правильную позицию и прекратит какое-либо движение.

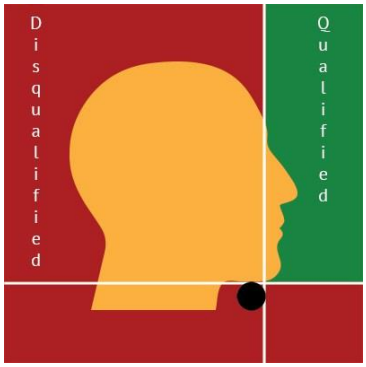

Рис. 7: Правильное положение головы и подбородка над перекладиной.

3. Получив сигнал центрального судьи для начала упражнения, спортсмен должен подтянуться и завести подбородок за перекладину, таким образом, чтобы кончик подбородка выходил за неё, как по вертикали, так и по горизонтали (см. рисунок №7), при этом касаться подбородком перекладины не обязательно.
4. Спортсмен должен самостоятельно вернуться в исходное стартовое положение (пункт 4.5.2). Как только спортсмен займёт неподвижное положение в нижней точке (несомненно, завершив движение), центральный судья должен дать сигнал к продолжению упражнения.
5. В нижнем исходном положении спортсмен ожидает команду центрального судьи, чтобы продолжить выполнение упражнения. Команда судьи состоит из отчетливой числовой команды («Один!», «Два!», «Три!» и т.д.) и подаётся сразу, как только спортсмен займёт правильное и неподвижное положение тела.
6. Очередная числовая команда судьи означает засчитанную попытку, если вместо неё звучит повторение предыдущего счёта, значит, спортсменом была допущена ошибка в крайнем повторении.
7. В случае нарушения правил, допущенного спортсменом при выполнении упражнения, центральный судья должен проинформировать его голосовой командой о наличии и виде допущенной им ошибки (например, «Два! Локти!»).
8. Спортсмен самостоятельно принимает решение о завершении выполнения упражнения, не дожидаясь сигнала судьи.

Причины, по которым повторения могут быть не засчитаны и команды центрального судьи:

- ошибка в принятии исходного положения тела в начале и (или) в конце упражнения;
- несоблюдение какой-либо из команд центрального судьи на помосте или выполнение движения до команд или вместе с командами судьи (команда судьи «Стоп! Фальстарт!»);
- использование рывков (команда судьи «Рывок!»);
- раскачивания при выполнении упражнения (команда судьи «Баланс!»);
- неудачная попытка занять правильную позицию в верхней точке упражнения с заведением подбородка за перекладину (команда судьи «Подбородок!»);
- вис на подбородке на турнике более 1 (одной) секунды (команда судьи «Подбородок!»);
- при выполнении упражнения, дополнительное отягощение, подвешенное к поясу спортсмена, либо же сам спортсмен, касаются конструкций перекладины (кроме кистей и подбородка спортсмена), помоста и/или тумбы (команда судьи «Касание!»);
- касание дополнительного отягощения, подвешенного к поясу спортсмена, либо же его самого, ассистентами во время выполнения упражнения (команда судьи «Касание!);
- использование открытого хвата, потеря контакта ладони с перекладиной или «перехват» (команда судьи «Хват!»);
- двойное движение «вверх-вниз-вверх», т.е. более чем одна попытка совершения подъёма из нижнего положения тела (команда судьи «Двойное движение!»);
- спортсмен не реагирует на замечания более 3 (трёх) повторений подряд (команда судьи «Завершить!).

Допускается и не является ошибкой:

- остановка без хода вниз и затем последующее движение вверх, во время выполнения подъёма из исходного стартового положения;
- улучшение сцепления хвата, при условии, что обе руки остаются в контакте с перекладиной (пункт 4.3.)
- плавное однонаправленное сгибание в коленях и/или подъём ног, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами) и ноги были направлены вниз, так чтобы бёдра спортсмена не поднимались выше 30 градусов.

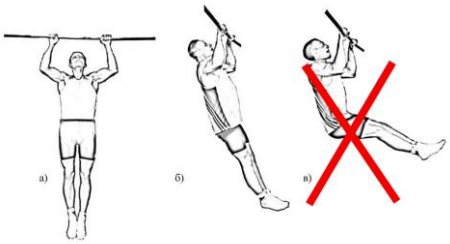

Рис. 8: Допустимое положение ног при подтягиваниях.

4.6. КЛАССИЧЕСКИЕ ОТЖИМАНИЯ

1. Спортсмен находится на помосте, стоя на платформе (тумбе) лицом к старшему судье.
2. По сигналу судьи «Приготовиться!», состоящему из одноимённой голосовой команды и движения рукой вверх, спортсмен занимает исходное стартовое положение:
   - держится на вису в вертикальном положении, оперевшись на рукоятки параллельных брусьев, при этом руки спортсмена выпрямлены в локтях;
   - плечи опущены и отведены назад, т.е. «провал в плечах» запрещён;
   - ноги спортсмена выпрямлены в коленях и направлены вниз, при этом скрещивание ног запрещено.

   В этой позиции спортсмен должен ожидать сигнал центрального судьи «Старт!», состоящий из движения рукой вниз и отчетливой голосовой команды "Старт!", который подаётся после того, как спортсмен займёт правильную позицию и прекратит какое-либо движение.
3. Получив сигнал центрального судьи для начала упражнения, спортсмен опускает тело вниз до тех пор, пока плечевая кость не будет параллельна брусьям или ниже угла 90 градусов (см. рисунок №9), при этом движение плеч спортсмена не должно опережать движение его таза. Спортсмен должен самостоятельно вернуться в исходное стартовое положение (пункт 4.6.2). Как только спортсмен займёт неподвижное положение в верхней точке (несомненно, завершив движение), центральный судья должен дать сигнал к окончанию упражнения «Завершить!».
4. Сигнал к окончанию упражнения состоит из движения руки назад и отчетливой голосовой команды «Завершить!». Только после этого сигнала спортсмен может завершить выполнение упражнения, встав на платформу (тумбу) или на помост.

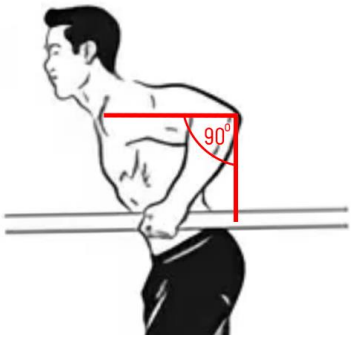

Рис. 9: Положение плечевой кости по отношению к параллельным брусьям.

Причины, по которым подход может быть не засчитан:

- ошибка в принятии исходного стартового положения тела в начале и (или) в конце упражнения;
- несоблюдение какой-либо из команд центрального судьи на помосте или выполнение движения до команд или вместе с командами судьи;
- двойное движение «вверх-вниз-вверх», т.е. более чем одна попытка совершения подъёма из нижнего положения тела;
- использование рывков и/или раскачиваний при выполнении упражнения;
- опережение движения плеч по отношению к тазу спортсмена (наклон) при опускании тела из исходного положения;
- неудачная попытка занять правильную позицию в нижней точке упражнения, когда плечевая кость параллельна брусьям или ниже угла 90 градусов;
- при выполнении упражнения и до команды судьи «Завершить!», дополнительное отягощение, подвешенное к поясу спортсмена, либо же сам спортсмен, касаются конструкций брусьев (кроме кистей), помоста и/или тумбы;
- касание дополнительного отягощения, подвешенного к поясу спортсмена, либо же его самого, ассистентами во время выполнения упражнения до команды судьи «Завершить!»;
- спрыгивание с брусьев до команды судьи «Завершить»;
- падение отягощения с пояса спортсмена при обрывах цепи, либо креплений пояса – в данному случае, спортсмену предоставляется дополнительная попытка.

Допускается и не является ошибкой:

- остановка без хода вниз и затем последующее движение вверх во время выполнения подъёма из нижнего положения;
- улучшение сцепления хвата, при условии, что обе руки остаются в контакте с брусьями (пункт 4.3.)
- плавное однонаправленное сгибание в коленях и/или подъём ног, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами) и бёдра спортсмена не поднимались выше 30 градусов.
- плавное однонаправленное движение ног назад, не более чем на 30 градусов, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами).

4.7. МНОГОПОВТОРНЫЕ ОТЖИМАНИЯ

1. Спортсмен находится на помосте, стоя на платформе (тумбе) лицом к старшему судье.
2. По сигналу судьи «Приготовиться!», состоящему из одноимённой голосовой команды и движения рукой вверх, спортсмен занимает исходное стартовое положение:
   - держится на вису в вертикальном положении, оперевшись на рукоятки параллельных брусьев, при этом руки спортсмена выпрямлены в локтях;
   - плечи опущены и отведены назад, т.е. «провал в плечах» запрещён;
   - ноги спортсмена выпрямлены в коленях и направлены вниз, при этом скрещивание ног запрещено.

   В этой позиции спортсмен должен ожидать сигнал центрального судьи «Старт!», состоящий из движения рукой вниз и отчетливой голосовой команды "Старт!", который подаётся после того, как спортсмен займёт правильную позицию и прекратит какое-либо движение.
3. Получив сигнал центрального судьи для начала упражнения, спортсмен опускает тело вниз до тех пор, пока плечевая кость не будет параллельна брусьям или ниже угла 90 градусов (см. рисунок №9), при этом движение плеч спортсмена не должно опережать движение его таза. Спортсмен должен самостоятельно вернуться в исходное стартовое положение (пункт 4.7.2). Как только спортсмен займёт неподвижное положение в верхней точке (несомненно, завершив движение), центральный судья должен дать сигнал к продолжению упражнения.

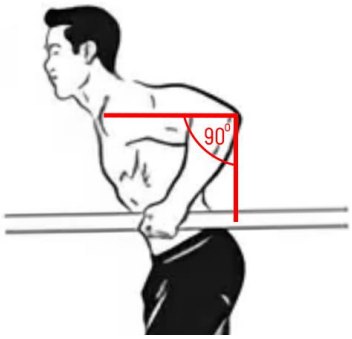

Рис. 9: Положение плечевой кости по отношению к параллельным брусьям.

4. В верхнем исходном положении спортсмен ожидает команду центрального судьи, чтобы продолжить выполнение упражнения. Команда судьи состоит из отчетливой числовой команды («Один!», «Два!», «Три!» и т.д.) и подаётся сразу, как только спортсмен займёт правильное и неподвижное положение тела.
5. Очередная числовая команда судьи означает засчитанную попытку, если вместо неё звучит повторение предыдущего счёта, значит, спортсменом была допущена ошибка в крайнем повторении.
6. В случае нарушения правил, допущенного спортсменом при выполнении упражнения, центральный судья должен проинформировать его голосовой командой о наличии и виде допущенной им ошибки (например, «Два! Локти!»).
7. Спортсмен самостоятельно принимает решение о завершении выполнения упражнения, не дожидаясь сигнала судьи.

Причины, по которым подход может быть не засчитан:

- ошибка в принятии исходного положения тела в начале и (или) в конце упражнения;
- положение тела с приподнятыми плечами во время выполнения упражнения (команда судьи «Провал в плечах!»);
- отдых в верхнем положении тела с приподнятыми плечами более 3х секунд (время для устранения нарушения). В данном случае судья даёт команду «Провал в плечах!» и ведёт обратный отчёт «3, 2, 1» и, если спортсмен не реагирует, то судья даёт сигнал к завершению упражнения (команда судьи «Завершить!»);
- несоблюдение какой-либо из команд центрального судьи на помосте или выполнение движения до команд или вместе с командами судьи (команда судьи «Стоп! Фальстарт!»);
- использование рывков (команда судьи «Рывок!»);
- раскачивания при выполнении упражнения (команда судьи «Баланс!»);
- опережение движения плеч по отношению к тазу спортсмена (команда судьи «Наклон!»);
- неудачная попытка занять правильную позицию в нижней точке упражнения (команда судьи «Угол!»);
- при выполнении упражнения, дополнительное отягощение, подвешенное к поясу спортсмена, либо же сам спортсмен, касаются конструкций брусьев (кроме кистей), помоста и/или тумбы (команда судьи «Касание!»);
- касание дополнительного отягощения, подвешенного к поясу спортсмена, либо же его самого, ассистентами во время выполнения упражнения (команда судьи «Касание!);
- использование открытого хвата, потеря контакта ладони с брусьями или «перехват» (команда судьи «Хват!»);
- двойное движение «вверх-вниз-вверх», т.е. более чем одна попытка совершения подъёма из нижнего положения тела (команда судьи «Двойное движение!»);
- спортсмен не реагирует на замечания более 3 (трёх) повторений подряд (команда судьи «Завершить!).
- спортсмен предпринимает попытки отдыха в верхней точке упражнения с «провалом в плечах» более 3 (трёх) раз за время выполнения упражнения (команда судьи «Завершить!).

Допускается и не является ошибкой:

- остановка без хода вниз и затем последующее движение вверх во время выполнения подъёма из нижнего положения;
- улучшение сцепления хвата, при условии, что обе руки остаются в контакте с брусьями (пункт 4.3.)
- плавное однонаправленное сгибание в коленях и/или подъём ног, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами) и бёдра спортсмена не поднимались выше 30 градусов.
- плавное однонаправленное движение ног назад, не более чем на 30 градусов, во время выполнения упражнения, при условии, что не было раскачки, рывковых движений (любое резкое, порывистое движение ногами).

8. ВЗВЕШИВАНИЕ

a. Взвешивание участников должно начинаться максимум за 24 часа до начала соревнований в соответствующей весовой категории. Организаторы вправе назначить первую сессию взвешивания, в любое время, в этом временном промежутке.

b. Первоначальное взвешивание продолжается минимум полтора часа. Повторное взвешивание проводится за два часа и завершается за час до начала соревнований в соответствующей весовой категории. Эти две сессии взвешивания являются обязательными. Возможно проведение дополнительных сессий предварительного взвешивания по решению Организационного Комитета соревнований. Информация обо всех сессиях взвешивания должна быть доведена до сведения спортсменов и тренеров.

c. Все спортсмены соответствующей весовой категории должны пройти взвешивание в ходе одной из двух обязательных или дополнительной (если это предусмотрено) сессий, которые осуществляются в присутствии, по меньшей мере, одного сертифицированного судьи спортивной федерации ISF.

d. Расписание взвешиваний устанавливается в регламенте соревнований и является обязательной его частью.

e. Взвешивание каждого участника проводится в отдельной комнате за закрытыми дверями или ширмой, где находятся сам участник, его представитель (тренер или менеджер) и судья или назначенное официальное лицо.

f. Спортсмены должны взвешиваться обнаженными или в нижнем белье (трусы для мужчин; бюстгальтер и трусики для женщин). Взвешивание должно проводиться официальными лицами одинакового пола с спортсменом. В этом случае могут быть назначены дополнительные официальные лица, имеющие соответственную судейскую категорию.

g. Каждый спортсмен проходит взвешивание только один раз. Перевзвешивание разрешено только тем спортсменам, чей собственный вес оказался меньше или больше, чем допустимые границы весовой категории. Эти спортсмены должны вернуться на взвешивание и пройти его вновь на одной из двух обязательных сессий взвешивания, до окончания последней сессии взвешивания в отпущенные для этой категории полтора часа; в противном случае они будут исключены из соревнований в этой весовой категории. Спортсмен, пытающийся подогнать свой вес, может взвешиваться сколько угодно раз, но в рамках времени, отведенного для весовой категории.

h. Если вес спортсмена превышает границы его весовой категории, он может перейти в следующую, более тяжелую весовую категорию. Такой спортсмен должен снова пройти процедуру взвешивания во время установленной для следующей категории сессии взвешивания, если такое установлено регламентом. Спортсмен должен соответствовать всем установленным квалификационным стандартам этих соревнований. Проверка квалификации осуществляется в присутствии спортсмена.

i. Если вес спортсмена оказывается ниже его весовой категории, он может перейти в более легкую весовую категорию, при условии, что процедура взвешивания этой весовой категории еще не закончена. Сверка квалификации осуществляется в присутствии спортсмена.

j. Официальный вес спортсмена, который заносится в протокол, будет фиксироваться с округлением до 100 грамм.

k. Участники возрастных категорий «Юноши», «Юниоры», «Ветераны» имеют право заявить об участии или перезачете в категорию «Открытая» без дополнительного взвешивания, либо пройти процедуру взвешивания повторно по собственному желанию.

l. На взвешивании, данные спортсмена заносятся в карточки участника, или в программу проведения турнира.

m. Обязательно должна быть внесена следующая информация:

- фамилия и имя спортсмена;
- дивизион, в котором выступает спортсмен;
- дата его рождения, возраст и его возрастная категория;
- страна, область и город прописки спортсмена;
- собственный вес спортсмена по результату взвешивания и его весовая категория;
- начальные попытки во всех упражнениях;
- команда;
- фамилия и имя тренера;
- бланк о принятии на себя ответственности в случае получения травмы или несчастном случае, произошедшим по вине спортсмена;
- контактные данные спортсмена (телефон, адрес почтовой и электронной почты);
- дата заполнения и личная подпись спортсмена;

Секретарь на взвешивании должен правильно занести, а спортсмен лично проверить правильность всех занесенных данных. После подписания спортсменом карточки участника, он берет на себя ответственность за достоверность всех данных в ней.

n. Карточка участника является официальным документом для проведения турнира.

o. Регистрация и взвешивание участников производится только при предъявлении документа удостоверяющего личность спортсмена.

p. На любой из сессий взвешивания может быть назначена обязательная проверка экипировки. Об этом должно быть сказано в положении о проведения турнира. В ином случае проверка экипировки не обязательна на взвешивании, но спортсмен может пройти ее добровольно, попросив судью на взвешивании проверить его экипировку.

q. В случае, когда на одной сессии взвешиваются участники нескольких весовых категорий или дивизионов, приоритет в очередности имеют те спортсмены, выступление которых начнется не более чем через 2 часа от текущего времени. В противном случае очередность взвешивания определяется самими спортсменами, ожидающими своей очереди.

r. В случае суровых погодных условий или чрезвычайных ситуаций в районе проведения соревнований, по решению технического секретаря или члена жюри время, выделенное для процедуры взвешивания, может быть продлено.

9. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЯ

a. Система потоков и подходов (раундов):

i. Все участники турнира распределяются по потокам согласно регламента проведения турнира.

- в соревновательных упражнениях «Classic» каждый поток состоит из трех попыток (раундов) для каждого участника.
- в соревновательных упражнениях «Multilift» каждый поток состоит из одной попытки (раунда) для каждого участника,

Формирование потоков, очередность подходов должны соответствовать правилам, приведенным в этой главе.

ii. Поток должен быть сформирован таким образом, чтобы все его участники выполняли одно соревновательное упражнение.

iii. Если на турнире или в потоке больше 20 спортсменов, то тогда они должны быть разделены на несколько потоков, состоящих из приблизительного равного количества участников. В одном потоке должно быть не более 20 участников.

iv. Поток может состоять, как и из одной весовой категории, так и из любой комбинации весовых категорий, на усмотрение организатора. Потоки должны классифицироваться как: "Поток 1", "Поток 2", "Поток 3" или обозначаться буквами: A, B, C и т.д.

v. Потоки формируются по весовым и возрастным категориям и по возрастанию заявленного веса в первом подходе. Спортсмены самых легких весовых, с самыми низкими первыми попытками формируют первый поток (Поток 1). Следующие потоки будут формироваться по возрастанию весовых категорий с учетом возрастания весов в первых попытках.

vi. Расстановка потоков дивизионов, в которых два соревновательных движения (Classic или Multilift), должна осуществляться следующим образом: Поток 1 выполняет три подхода первого упражнения, далее Поток 2 выполняет подход первого упражнения. В это время Поток 1 разминается на второе упражнение.

Сразу по окончании выступления Потока 2 в первом упражнении, Поток 1 начинает выполнять второе упражнение, а Поток 2 разминается на второе упражнение. И так далее. Если поток дивизиона с несколькими соревновательными движениями только один, то между выступлением этого потока должны быть поставлены выступления других дивизионов, или сделан 30 минутный перерыв на разминку.

vii. Если количество участников (соревнующихся) в одном потоке менее 10 человек, должно быть предоставлено дополнительное время в конце каждого раунда: при 9 спортсменах – 1 мин., при 8 – 2, при 7 – 3, и так далее, прибавляя по одной минуте за каждого участника. О таких перерывах секретарь турнира обязан сделать объявление и после выступления последнего участника в подходе, включить таймер на отсчет необходимого времени. За минуту до его окончания, секретарь на помосте должен объявить минутную готовность. Спортсмен так же должен сам следить за прохождением дополнительного времени. По истечении дополнительного времени пояс с отягощением разгружается, а затем устанавливается новый вес и дается одна минута очередному спортсмену для начала его подхода.

viii. В каждом раунде дополнительный вес устанавливается от меньшего к большему (в соответствии с имеющимися заявкам спортсменов). Случаев уменьшения веса не должно быть кроме ошибок.

ix. Каждый спортсмен выполняет первую попытку в первом раунде, вторую попытку во втором раунде, третью попытку в третьем раунде. Все рекордные попытки будут после третьего раунда каждого упражнения.

x. Спортсмену разрешается только одно изменение веса в первом подходе в каждом упражнении. Вес можно увеличить или уменьшить от первоначально заказанного, и тогда порядок подъемов в первом раунде должен быть соответственно изменен. Изменить вес первого подхода можно не позднее, чем за 5 минут до начала первого подхода, в котором данный спортсмен выступает. Перезаявки веса первого подхода принимаются как в сторону увеличения, так и в сторону уменьшения. Секретарь должен информировать спортсменов за минуту до окончания времени, отведенного на перезаявку стартовых весов.

xi. В случае, когда два спортсмена заявили одинаковый вес, спортсмен с меньшим собственным весом вызывается на помост первым.

xii. Время на выполнение спортсменом подхода установлено продолжительностью одна минута в дивизионе «Classic» и две минуты в дивизионе «Multilift». Время, отведенное на подход, начинает отсчитываться сразу после сигнала центрального судьи на помосте «Приготовиться».

xiii. Если попытка в раунде оказалась неудачной из-за ошибочно установленного веса на пояс, по вине ассистентов или из-за неисправности оборудования, спортсмену должна быть предоставлена дополнительная попытка к заявленному весу в конце этого раунда. Если установлен неправильный вес и это обнаружено до начала попытки спортсменом, то он может продолжить этот подход после устранения ошибки или взять дополнительную попытку в конце раунда. Во всех других случаях спортсмену предоставляется дополнительная попытка в конце раунда. Если при этом спортсмен оказался последним в раунде, то ему добавляется пять минут для выполнения дополнительного подхода, предпоследнему спортсмену в раунде добавляется четыре минуты, а третьему с конца в этом раунде добавляется три минуты для выполнения дополнительного подхода.

xiv. Спортсмен должен заявить свои второй и третий подходы в течение одной минуты по окончании предыдущего подхода. Если в течение этой минуты вес не заявлен, то спортсмену автоматически добавляется 2,5 кг к поднятому в предыдущем подходе весу для его следующего подхода. Когда в предыдущем подходе попытка спортсмена поднять вес была неудачной, и он не заявил вес для следующего подхода в течение отпущенной для этого одной минуты, то в таком случае для следующего подхода спортсмену будет установлен вес, равный весу, заказанному в предыдущем подходе. Ответственность за своевременные заявки веса в следующем подходе полностью лежит на самом участнике.

xv. Вес, заявленный на подход во втором раунде, не может быть изменен. Согласно этому правилу однажды поданная заявка на подход не может быть изъята и заменена. Пояс должен быть нагружен согласно этой заявке.

В третьем раунде разрешается дважды менять заявленный вес. Изменение заявленного на третий подход веса может быть сделано в сторону, как увеличения, так и уменьшения. Однако это разрешено только при условии, что спортсмен еще не вызван на помост к ранее заявленному весу.

xvi. Заявленный спортсменом вес на очередной раунд не может быть меньше того веса, который спортсмен уже выполнял (или же пытался выполнить) в предыдущих попытках.

xvii. Минимальный шаг изменения веса на поясе на турнирах ISF – 1,25 кг.

b. Официальные лица соревнований

- Комментатор (диктор), предпочтительно судья национальной или международной категории, говорящий на английском и на языке страны организатора соревнований.
- Технический секретарь – судья международной категории, предпочтительно пишущий и говорящий на английском и на языке страны организатора соревнований.
- Контролер времени (квалифицированный судья)
- Судьи при участниках
- Центральный судья (квалифицированный судья)
- Боковые судьи (квалифицированный судья)
- Секретари (квалифицированный судья)
- Страхующие (ассистенты).

Дополнительно могут быть назначены, если это требуется, другие официальные лица, такие как врачи, медсестры и т.д.

c. Обязанности официальных лиц

i. Комментатор (диктор):

Отвечает за квалифицированное ведение соревнований. Должен выполнять следующие обязанности:

- выступает в роли ведущего, располагает заявленные спортсменами подходы в установленном настоящими правилами порядке. Работает с протоколом или карточками участника.
- объявляет вес, требуемый для очередного подхода, фамилию и имя спортсмена.
- анонсирует порядок выхода трех следующих спортсменов, чтобы те готовились к выходу на помост.
- когда вес установлен и помост готов для выполнения упражнения, центральный судья сигнализирует об этом комментатору (диктору) командой «вес готов», который, в свою очередь, незамедлительно вызывает спортсмена на помост. Когда комментатор (диктор) объявляет, что вес установлен, считается, что спортсмену предоставлен подход, при этом включается таймер отсчета времени отведенного на выполнение подхода.

  Вес, подготовленный для выполнения попытки, объявленный комментатором, должен быть отражен на информационном табло, вместе с указанием фамилии спортсмена и его весом.

ii. Технический секретарь:

- формирует состав жюри, судей и других официальных лиц соревнований, график их работы.
- если полное жюри из трех человек не требуется, он может один быть ответственным за соблюдением правил ISF. Если технический секретарь отсутствует на соревновании, то официальное лицо самого высшего статуса должно выполнять его обязанности.
- должен взаимодействовать со всем персоналом соревнований, с судьями и спортсменами, решать любые спорные вопросы, ссылаясь на технические правила.
- проверять и контролировать соблюдение технических требований к проведению турниров ISF, наличие всей необходимой на турнире документации.
- отвечает за регистрацию рекордов и сбор информации для подготовки документов.

iii. Контролер времени (хронометрист):

- отвечает за точное ведение промежутков времени между объявлениями о том, что помост готов, и спортсмен начинает выполнять свою попытку.
- отвечает за отсчет времени, когда это требуется по правилам, например, когда спортсмен после завершения попытки должен покинуть помост в течение 30 секунд.

  Единственное исключение, если судья проверяет экипировку спортсмена, после установления нового рекорда.

  После того, как таймер был запущен, он может быть остановлен только по истечению времени, данного спортсмену на выполнение попытки или по команде главного судьи.

  После того, как Секретарь вызвал спортсмена на помост командой «На помост приглашается (имя и фамилия)», атлету дается одна минут, чтобы выйти на помост. После того, как центральный судья на помосте дал команду «Приготовиться», спортсмену предоставляется одна минута в дивизионе «Classic» и две минуты в дивизионе «Multilift» на выполнение подхода. Если спортсмен не выполняет эти требования в течение отведенного срока, хронометрист объявляет «Время», и главный судья дает громкую команду "Вес не взят" ("Ноу лифт"). Попытка в таком случае не засчитывается. Главный судья выносит окончательное решение после команды хронометриста "Время", спортсмен нарушил временное ограничение.

iv. Судьи при участниках:

- отвечают за сбор заявок от спортсменов или их тренеров на вес отягощения для очередного подхода и немедленную передачу этих данных комментатору. Спортсмен должен в течение одной минуты после завершения подхода подать заявку веса для следующей попытки комментатору через судью при участниках.
- осуществляют контроль за соблюдением правил экипировки в зоне разминки. При выявлении попытки нарушить требования к экипировке, немедленно указать на это участнику, нарушающему правила или его представителю. Если это не возможно, тогда сообщить об этом главному судье или старшему судье на помосте.

v. Секретари:

- отвечают за правильное ведение в специальной программе или на бумажных носителях: взвешивания и регистрации участников, соревнований, фиксацию всех результатов, и обеспечивают подписи трех судей на протоколах соревнований, актах рекордов и других документах, требующих подписей.
- осуществляют подготовку церемонии награждения. Распечатку грамот призеров личного, абсолютного и командного первенств.
- осуществляют допуск судей к соревнованиям ISF.

  По мере возможности функции Комментатора и Секретаря должны быть распределены между несколькими официальными представителями.

vi. Страхующие (ассистенты):

- отвечают за безопасность спортсмена, оказывают ему незамедлительную помощь в случае, если он не может преодолеть заявленный вес в процессе выполнения упражнения
- отвечают за установку веса на пояс, объявленного диктором
- очистку соревновательного оборудования или помоста по указанию центрального судьи.

Все ассистенты должны работать слаженно, как команда, и должны быть опрятно одеты в чистую одинаковую форму, в том числе в турнирные футболки.

Все ассистенты должны сообщать главному или старшему судье о любых неисправностях в оборудовании, чтобы они могли оценить проблему и принять необходимые меры, чтобы её решить.

Во время проведения соревнований на помосте должно находиться не более трёх и не менее двух ассистентов.

Когда спортсмен готовится выполнить упражнение, ассистенты могут оказать ему помощь. Однако они не должны прикасаться к спортсмену во время выполнения упражнения, т.е. в течение времени между сигналом к началу и сигналом к окончанию попытки. Исключением из этого правила, может быть только тот случай, когда упражнение вызывает опасность и может травмировать спортсмена. Тогда ассистенты по указанию центрального судьи или самого спортсмена оказывают помощь.

Если спортсмен лишен успешной попытки по вине ассистентов, ему будет предоставлена, на усмотрение судей или жюри, дополнительная попытка в конце раунда.

Любой дополнительный страхующий, который может понадобиться спортсмену, должен быть выбран перед соревнованиями и пройти инструктаж ассистента за 30 минут до начала соревнований. Дополнительные страхующие должны быть доступны для всех спортсменов во всех типах движений.

d. Общие правила соревнований

i. Во время соревнований, проводимых на помосте или сцене, только спортсмену и его тренеру, членам жюри, исполняющим обязанности судьям, секретарям и ассистентам разрешается находиться возле помоста или на сцене. На сцену, так же по согласованию, могут быть допущены фото или видео репортеры. Во время выполнения упражнения только спортсмену, ассистентам и судьям разрешается находиться на помосте. Тренеры и остальные лица, допущенные на сцену или зону возле помоста, остаются в пределах этой зоны, определенной жюри или главным судьей. Выбор зоны для тренеров должен быть сделан таким образом, чтобы каждый тренер мог сам, в пределах этой зоны, выбрать удобное место для наблюдения за выполнением упражнений и подачи указаний и сигналов спортсмену относительно технических деталей (например, глубины отжиманий). И в то же время не создавал помех работе судей, жюри, секретарей и ассистентов.

ii. Форма одежды тренеров на международных соревнованиях это спортивный костюм национальной команды, плюс футболка национальной команды или футболка, разрешенная ISF. В случае нарушения установленной формы одежды главный судья или жюри могут запретить тренеру находиться на месте проведения соревнований.

iii. Запрещается бинтоваться, одевать или поправлять экипировку, а также использовать нашатырный спирт на помосте. Единственное исключение – можно поправлять пояс.

iv. В соревнованиях, проводимых по правилам ISF, вес, подвешенный на цепи к поясу спортсмена, должен всегда быть кратным 1,25 кг. Увеличение веса должно быть не менее 1,25 кг между всеми подходами за исключением подходов на установление рекордов.

v. Ответственность за решения, принимаемые в случае ошибок в установке веса отягощения или неправильных объявлений, сделанных комментатором, лежит исключительно на старшем судье. Его решение сообщается диктору, который делает соответствующее объявление.

e. Примеры ошибок в установке веса:

- Если вес отягощения, оказался меньше, чем был заявлен, и попытка успешная, спортсмен может согласиться с этим подходом или предпочесть новый подход к первоначально заявленному весу. Если подход неудачный, спортсмену должна быть предоставлена дополнительная попытка к первоначально заявленному весу. В обоих вышеупомянутых случаях дополнительные попытки могут выполняться только в конце раунда, в котором допущена ошибка.
- Если вес отягощения, оказался больше заявленного и подход удачный, этот подход засчитывается. Однако затем вес отягощения может быть уменьшен, если это требуется для других спортсменов. Если попытка оказалась неудачной, спортсмену должна быть предоставлена дополнительная попытка к первоначально заявленному весу в конце раунда, в котором была допущена ошибка.
- Если комментатор допустил ошибку, объявив вес отягощения меньшим или большим того, что необходим спортсмену, центральный судья должен принять такое же решение, что и при ошибочно установленном весе.

- Если по каким-либо причинам спортсмен или его тренер не могут оставаться в непосредственной близости от помоста, чтобы следить за ходом соревнований, и спортсмен пропускает свою попытку, потому что диктор не объявил его, то тогда вес будет уменьшен до необходимого и спортсмену разрешена дополнительная попытка, но в конце раунда.

i. Три неудачные попытки в Classic и одна неудачная попытка в Multilift в любом упражнении автоматически исключают спортсмена из соревнований в сумме двоеборья.

ii. Ассистенты не должны помогать спортсмену в принятии исходного положения в любом из упражнений.

iii. По окончании подхода спортсмен должен покинуть помост в течение 30 секунд. При несоблюдении этого требования поднятый вес спортсмену может быть не засчитан, по усмотрению судей. Нарушение правила 30 секундного покидания помоста также контролируется жюри. Исключения из этого правила делается для спортсменов: установивших рекорд (для проверки экипировки старшим судьей), получивших какую-либо травму во время выполнения упражнений, или для спортсменов-инвалидов, например, с ослабленным зрением.

iv. Если во время разминки или соревнований спортсмен жалуется на травму или проявляет признаки ухудшения состояния здоровья и самочувствия, официально назначенный врач соревнований имеет право на осмотр спортсмена. Если врач считает, что спортсмену не рекомендуется продолжать соревнование, он может, посоветовавшись с жюри, настоять на снятии спортсмена с соревнований. Руководитель команды или тренер должны быть извещены о таком решении.

v. Любое замечание судей или жюри соревнований спортсмену до или после попытки, касающееся техники выполнения, нарушения правил или любых нарушений, связанных с экипировкой, считается словесным предупреждением. Если спортсмен повторяет нарушение, то все три судьи обязательно должны аннулировать его попытку.

vi. Если судья выносит какому-либо спортсмену устное предупреждение, он должен сразу же проинформировать других судей на помосте, где было вынесено предупреждение, потому что судьи должны работать вместе, как одна команда. Все три судьи должны будут показать красный свет в случае повторного нарушения спортсменом.

vii. Чтобы избежать заражения, кровь или частицы кожи, попавшие на оборудование или помост, рекомендуется счищать раствором антисептика, спиртом.

viii. Любой спортсмен или тренер, дискредитирующие спорт, оскорбляющие других участников соревнований своим поведением, должны быть официально предупреждены. Если нарушение продолжается, жюри, а в его отсутствие – судьи, могут дисквалифицировать спортсмена или тренера и приказать им покинуть место соревнования. Руководитель команды должен быть извещены о таком решении.

ix. Жюри или судьи могут своим решением, принятым большинством голосов, немедленно дисквалифицировать спортсмена или официальное лицо, если они считают, что допущенное нарушение правил достаточно серьезное, чтобы повлечь за собой немедленную дисквалификацию, а не предупреждение.

x. В случае оценки судей 2 к 1, спортсмен или его представитель имеет право в течение 5 (пяти) минут подать апелляцию в жюри (при наличии видеозаписи его подхода надлежащего качества, по которой можно определить ошибку судей). Вместе с видеоматериалом спортсмен или его представитель передаёт жюри залоговую сумму, в размере 1000 руб. (15 долларов США) на национальных чемпионатах и 2000 руб. (30 долларов США) на международных.

xi. В случае признания жюри факта ошибочного решения судей, залоговая сумма немедленно возвращается спортсмену или его представителю, а спортсмену предоставляется дополнительная попытка в конце идущего в настоящий момент подхода. Если до конца данного подхода осталось три выступления других спортсменов или менее, равно, как и спортсмен, подавший апелляцию, выступал последним в подходе, то перед его дополнительной попыткой даётся перерыв три минуты. Оценка судей в спорной попытке изменению не подлежит.

xii. В случае же если жюри признаёт оценку судей правильной, либо по видео однозначно и безошибочно нельзя определить правильность выполнения спортсменом подхода, дополнительная попытка спортсмену не даётся, залоговая сумма спортсмену не возвращается и передаётся в кассу для дальнейшего расходования на усмотрение Главного судьи соревнований.

xiii. В течение 30 дней со дня окончания соревнований, если имеются четкие видео рекордных подходов, в которых был установлен неправильный вес, они должны быть отправлены организатору соревнований и просматриваются членами жюри. Если признается, что вес отягощения был установлен ниже необходимого рекордного веса, будет указан правильный вес. Если, этот вес все еще остается рекордом, он будет зафиксирован как рекорд. Если признается, что вес отягощения был установлен выше необходимого рекордного веса, будет указан правильный вес и этот рекорд будет засчитан.

Такое видео используется только в целях определения правильной установки веса при подходе, который был новым рекордом. Он не будет использоваться для анализа других подходов или оспаривания решения судей.

xiv. Если у спортсмена отсутствует как минимум 50% от общего количества пальцев на одной руке, включая большой палец, то во время выполнения упражнений разрешается использовать для этой руки лямку. Крепиться она может только на запястье.

xv. Любые физические аномалии спортсмена, которые могут не позволить полностью соблюдать технические правила должны быть доведены до сведения и объяснены официальным лицам турнира. Это должно быть сделано до начала потока спортсмена. Все

xvi. Спортсмен, официальные лица и судьи помоста должны обсудить все детали и приспособить помост под этого спортсмена. Например - глухота, слепота или аномалии конечностей и (или) суставов, которые мешают правильному выпрямлению или хвату.

10. СУДЬИ, ЖЮРИ, ТЕХНИЧЕСКИЕ КОМИТЕТ

a. Судьи

i. На помосте должно быть трое судей: центральный судья и двое боковых.

ii. Трое судей располагаются в таком месте около помоста, которое они считают самым удобным для обзора в каждом из упражнений. Центральный судья, однако, должен всегда помнить, что ему следует быть на виду у спортсмена, выполняющего подтягивание или отжимание.

iii. Судьи ответственны за качественную и своевременную оценку попыток.

iv. Судьи контролируют соблюдение правил соревнований и выполнения упражнений.

v. Центральный судья отвечает за подачу необходимых сигналов во всех двух упражнениях дивизионов «Classic» и «Multilift». Боковые судьи могут подавать сигнал центральному судье, если они видят со своей точки нарушение в принятии стартового положения спортсменом.

vi. Перед началом соревнований все судьи должны удостовериться, что:

- помост и соревновательное оборудование соответствуют всем требованиям правил;
- вес гирь и дисков проверен, инвентарь, имеющий дефекты, отбракован;
- второй пояс подготовлен и расположен рядом с помостом на случай повреждения основного;
- весы работают правильно и точно (откалиброваны и сертифицированы);
- спортсмены взвешиваются в пределах времени и границ своей весовой категории;
- предметы личной экипировки спортсменов были проверены и соответствуют всем требованиям правил.

vii. Во время соревнований трое судей должны осуществлять постоянный контроль над тем, чтобы:

- вес отягощения, соответствует весу, объявленному комментатором. Для этой цели судьи могут быть обеспечены таблицами установки весов, либо, если используется специальная программа, монитором, на котором отображается графическое изображение веса.
- предметы личной экипировки спортсмена, находящегося на помосте, соответствуют требованиям правил. Если кто-либо из судей сомневается в честности спортсмена, он должен после завершения подхода сообщить старшему судье о своем подозрении. Судья тогда может снова проверить экипировку спортсмена. Если при этом обнаружится, что спортсмен выходил на помост, используя любой незаконный предмет экипировки, кроме случаев, когда эта экипировка была ошибочно разрешена судьями, то он будет немедленно дисквалифицирован с данных соревнований. В случае использования спортсменом в успешном подходе запрещенной экипировки по вине судей, ошибочно разрешивших ее, результат этого подхода должен аннулироваться, и спортсмену должен быть предоставлен дополнительный подход в конце раунда, после того, как он снимет запрещенную экипировку.

  В случаях незначительного нарушения в экипировке, спортсмену подход может быть засчитан. При этом ему выносится предупреждение с тем, чтобы это нарушение было устранено к следующему подходу. Если такое нарушение обнаружено до начала подхода, судья должен попросить исправить это нарушение, При этом время, отведенное спортсмену на подход, не останавливается.

viii. По окончании выполнения упражнения судьи объявляют свое решение посредством световой сигнализации. При этом белый свет соответствует решению «Вес взят» («Гуд лифт»), а красный – решению «Вес не взят» («Ноу лифт»).

ix. Спортсмен или его тренер могут спросить причину незачета попытки у любого из судей сразу же после подхода. Такой запрос должен быть сделан в промежуток времени пока следующий спортсмен не начал свою попытку, чтобы не мешать ходу соревнований.

x. Перед началом выполнения отжиманий на брусьях боковые судьи должны поднять руки и держать их поднятыми до тех пор, пока атлет не примет правильное стартовое положение. Если мнения большинства судей совпадают, центральный судья не дает сигнала к началу упражнения. Атлет в оставшееся до начала упражнения время может поправить свое исходное положение для получения стартового сигнала. Если атлет начал упражнение, боковые судьи, обнаружив ошибку, не сигнализируют об этом.

xi. Судьи должны воздерживаться от комментариев устных или письменных, и не получать каких-либо документов или словесных объяснений, от сторонних лиц, касающихся хода соревнований.

xii. Судья не должен пытаться влиять на решение других судей.

xiii. Судьи принимают решение о легитимности рекордных попыток, проводят повторные проверки экипировки спортсменов, совершивших рекордный подход, непосредственно на помосте (не позволяя спортсмену покинуть зону соревнования, до момента завершения проверки).

xiv. Центральный судья может советоваться с боковыми судьями, жюри или иными официальными лицами, если это необходимо в порядке ведения соревнований.

xv. Центральный судья может, по своему усмотрению, дать указание почистить оборудование или помост. Если спортсмен или тренер просят почистить оборудование или помост, эта просьба должна быть обращена к старшему судье, а не к ассистентам на помосте.

xvi. Нельзя менять судейскую бригаду в процессе соревнования одного потока. За исключением случаев, когда квалификация судей не достаточна для регистрации рекордной попытки. Желательно, чтобы одно и то же соревновательное движение у разных категорий, судила одна судейская бригада.

xvii. Избрание судьи на должность центрального судьи в одной категории не должно мешать его избранию боковым судьей в другой категории.

xviii. Во время судейства запрещено использовать телефоны или какие-либо другие электронные устройства.

xix. Экипировка и отличительные знаки судей ISF:

Мужчины:

- зимой – черный/темно-синий пиджак, темные брюки с белой рубашкой.
- летом – белая рубашка и черные/темно-синие брюки.

Женщины:

- зимой – темно-синий пиджак, черная/темно-синяя юбка или брюки, и белая блуза или рубашка.
- летом – черная/темно-синяя юбка или брюки, и белая блуза или рубашка.

Судьи турниров ISF должны иметь соответствующие отличительные знаки, шевроны.

Разрешены только черные или однотонные туфли, ботинки или теннисные туфли (сандалии или обувь с открытым носком запрещены). Все детали одежды должны быть аккуратными и чистыми на протяжении всего времени работы судьи.

xx. Примеры ошибок, которые считаются незначительными:

- петли на больших пальцах не были убраны перед упражнением.

xxi. Примеры ошибок, которые должны быть исправлены спортсменом до выполнения попытки:

- предметы, которые могли забыть снять после разминки или поддерживающие тепло (например, головные уборы, прорезиненные налокотники и т.д.)
- спортсмен не надел футболку перед выполнением упражнения.

xxii. Примеры, которые следует рассматривать как целенаправленные попытки обмана:

- использование запрещенной поддерживающей майки.
- использование более одной пары бинтов, более одного слоя (сшитые вместе бинты) или бинты запрещенной длины.

xxiii. Судьи турниров ISF, деятельность которых будет признана неудовлетворительной, должны быть отстранены от исполнения судейских функций до момента переаттестации.

Условиями отстранения судей являются:

- ненадлежащее следование условиям судейства, указанным в настоящих правилах.
- предвзятое судейство, действия в пользу одного или нескольких спортсменов в ущерб остальным участникам турнира
- совершение на соревнованиях ISF действия или действий, порочащих их репутацию в отношении любых государств, наций, рас, физических или юридических лиц.

b. Квалификация судей

i. Судья региональной категории:

- Должен быть членом ISF.
- Должен быть рекомендован своим региональным представителем и одобрен президентом спортивной федерации ISF.
- Минимальный возраст - 18 лет, и он должен иметь минимум 1 год опыта в качестве соревнующегося спортсмена в стритлифтинге и его отдельных движениях.

- Должен сдать он-лайн тест на 90% и выше по форме, принятой в ISF, и практический экзамен, под контролем председателя судейской комиссии (или кандидата на его должность) во время полноценных соревнований, санкционированных ISF.
- Должен сдать практический экзамен в течение 45 дней после сдачи письменного теста.
- Должен исполнять обязанности судьи, по крайней мере, в 2-х соревнованиях статуса не ниже регионального в течение года в федерации ISF, чтобы сохранять аккредитацию.
- Должен следить за всеми обновлениями и изменениями правил спортивной федерации ISF.
- Судья, который не работает в течение 1 (одного) года, лишается своего звания.

7.2.2. Судья национальной категории:

- Должен быть членом ISF.
- Должен быть рекомендован региональным представителем, судьей национальной или международной категории в своем регионе, и одобрен президентом ISF.
- Должен проработать судьей региональной категории минимум 2 года.
- В течение этого срока должен судить минимум на 6 соревнованиях не ниже регионального со средним опытом в пять потоков на одном соревновании.
- Должен сдать он-лайн экзамен на 95% и выше по форме, принятой в ISF под контролем председателя судейской комиссии ISF.
  Должен исполнять обязанности судьи, по крайней мере, в 2-х соревнованиях статуса не ниже национального в течение года в ISF, чтобы сохранять аккредитацию.
- Должен следить за всеми обновлениями и изменениями правил ISF.
- Судья, который не работает в течение 2 (двух) лет, лишается своего звания.

7.2.3. Судья международной категории:

- Должен быть членом ISF.
- Должен быть рекомендован председателем судейской коллегии ISF и одобрен президентом ISF из числа судей национальной категории.
- Должен проработать судьей национальной категории минимум 3 года.
- В течение этого срока, должен судить минимум на 9 соревнованиях, со средним опытом в пять потоков на одном соревновании. За этот период должен судить минимум на трех национальных и трех международных турнирах.
- Должен сдать он-лайн экзамен на 95% и выше по форме, принятой в ISF под контролем председателя судейской комиссии ISF.
- Если экзамен не сдан, кандидат должен ждать 6 месяцев до пересдачи экзамена.
- Должен следить за всеми обновлениями и изменениями правил ISF.
- Судья, который не работает в течение 2 (двух) лет, лишается своего звания.

c. Жюри

i. Жюри может быть назначено на председательство в каждом потоке соревнований. Наличие жюри является обязательным во время проведения турниров международного уровня. В отсутствии на турнире жюри, эти функции выполняет главный судья соревнований.

ii. Жюри должно состоять из трех судей, член жюри, имеющий высшую судейскую категорию, должен быть назначен председателем жюри.

iii. Жюри должно следить за тем, чтобы соблюдались все технические правила.

iv. Во время соревнований, жюри может большинством голосов заменить любого судью, оценки которого, по их мнению, показывают его некомпетентность. Перед отстранением судья получает предупреждение. Если против действия судьи поступил протест в жюри, то судья может быть информирован об этом. Жюри не должно без необходимости оказывать давление на судей на помосте.

v. Беспристрастность судей не может ставиться под сомнение, но добросовестные ошибки в судействе могут допускаться. В случае таких погрешностей судье разрешается дать объяснение своей оценке, которая послужила причиной вынесения предупреждения.

vi. Если в судействе происходит серьезная ошибка, противоречащая техническим правилам, жюри должно принять соответствующие меры для ее исправления. Они могут по своему усмотрению предоставить спортсмену дополнительную попытку.

vii. Жюри не может отменять или изменять решения судей.

viii. Члены жюри должны располагаться так, чтобы они могли без помех видеть ход соревнований.

ix. Перед каждым турниром председатель жюри должен удостовериться, что все члены жюри имеют представление о своих обязанностях и любых новых правилах, содержащихся в самой последней их редакции.