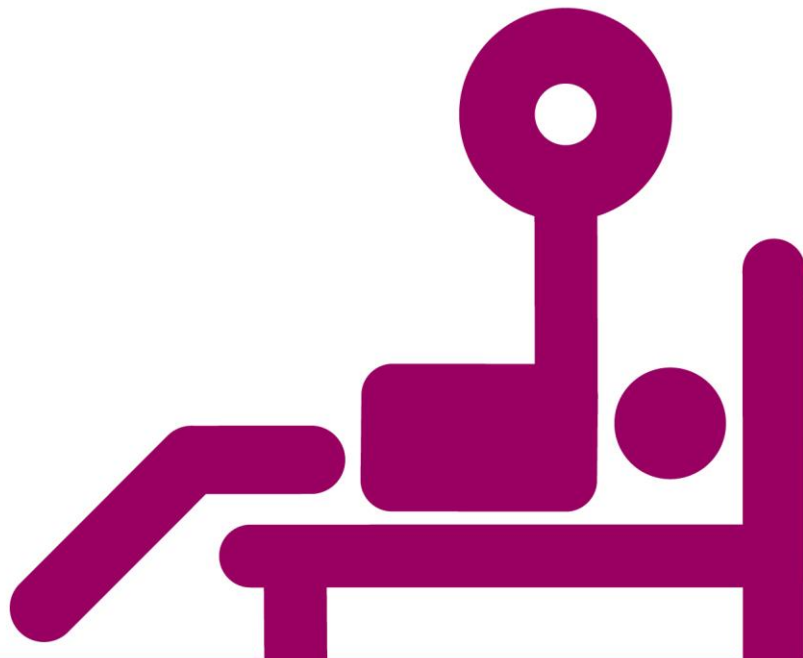




# Fekvénymás

2020/2021. TANÉVI  
VERSENYKIÍRÁS



**2020/2021. TANÉVI  
XX. FEKVENYOMÁS DIÁKOLIMPIA®  
ORSZÁGOS DÖNTŐ VERSENYKIÍRÁSA**

A Fekvenyomás Diákolimpiát az oktatásért felelős miniszter a Magyar Diáksport Szövetséggel (a továbbiakban: MDSZ) közösen hirdeti meg, a versenyt az MDSZ-szel kötött védjegyhasználati szerződés alapján a Magyar Erőemelő Szövetség rendezi meg.

### 1. A verseny célja

- A fekvenyomás sport népszerűsítése az általános és középiskolák tanulói és pedagógusai körében.
- Lehetőséget nyújtani arra, hogy a diákok eredményesen képviseljék iskolájukat a diákolimpiai döntőn.
- A diákok fizikai aktivitásra, rendszeres testmozgásra ösztönzése, az egészségfejlesztő testmozgás és az egészséges életmód népszerűsítése.
- A tanév „**Magyarország Fekvenyomás Diákolimpiai® Bajnoka**” címnek, valamint a további helyezések eldöntése.
- A felsőoktatási felvételi eljárásról szóló 423/2012. (XII.29.) Korm. rendelet 21. §-a alapján a felvételi eljárás során Diákolimpia® országos döntőn elért legalább 3. helyezetteknek járó többlet 10 pont jogosultjainak meghatározása.

### 2. A verseny rendezője

A Magyar Diáksport Szövetséggel kötött védjegyhasználat alapján a **Magyar Erőemelő Szövetség** szervezésében kerül megrendezésre.

### 3. A verseny helyszíne, időpontja

#### Országos eldöntők

A 2020/2021. tanévben nem kerül sor.

#### Országos döntő

**Helyszín:** Szikszó Városi Uszoda, PLÁZS (3800 Szikszó, Malom u. 5-7.)

**Időpont:** 2021. június 05-06.

**Technikai értekezlet:** 2021. június 05. 08.00

**Fővédnök:** Sváb Antal, Szikszó város polgármestere

#### Védnökök:

Szabó Árpád - Szerencsi Tankerületi Központ igazgatója

Berke Lóránd - Magyar Erőemelő Szövetség elnöke

**Versenyigazgató:** dr.Szatmáry-Antal Tamás (e-mail: [tamas.antal.szatmary@kk.gov.hu](mailto:tamas.antal.szatmary@kk.gov.hu))

**Technikai igazgató:** Gömöri József (e-mail: [innoteam@freemail.hu](mailto:innoteam@freemail.hu))

### 4. A verseny résztvevői

A Magyar Diáksport Szövetség 2020/2021. tanévi Versenykiírás „Versenyszabályzat” VII. pontja szerint résztvevő tanulók.

#### Korcsoportok:

IV. korcsoport: 2006 - 2007 évben születettek,

V. korcsoport: 2004 - 2005 évben születettek,

VI. korcsoport: 2001 - 2003 évben születettek.

#### Felversenyzés:

A versenyzők csak a saját korcsoportjukban versenyezhetnek.

**Korlátozás**

Csapatban kizárólag egy iskola tanulói indulhatnak.

**Részvevők****Országos döntő:**

A köznevelési intézmények azon tanulói, akik a megadott nevezési határidőig nevezéssel rendelkeznek.

**5. Versenyszámok, súlycsoportok**

Egyéni és csapatversenyben:

Lányoknál: 43, 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, +84 kg-os súlycsoport

Fiúknál: 53, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120 kg-os súlycsoport

**6. Versenyek lebonyolítása**

A versenyzőnek három gyakorlat bemutatására van lehetőség. A három gyakorlat közül a legnagyobb súlyú érvényesen teljesített gyakorlat számít be a végeredménybe.

Csapatversenyben mind a leány, mind a fiú csapatversenyben a hat legjobb helyezést elérő versenyző eredménye kerül értékelésre.

Az országos döntőn a kezdő súly valamennyi leány súly- és korcsoport esetén 25 kg, valamennyi fiú súly-és korcsoport esetén 30 kg.

Csapatversenyben a csapatot minimum 3 fő alkotja, de maximum 6 fő eredménye értékelhető.

**7. Nevezés**

A Magyar Diáksport Szövetség 2020/2021. tanévi Versenykiírás „Versenyszabályzat” X. pontja szerint.

A nevezést valamennyi versenyszámban elektronikus úton, az Magyar Diáksport Szövetség honlapján kialakított nevezési rendszerben kell megtenni a versenykiírásban rögzített határidőig.

Online nevezési felület: <https://nevezes.diakolimpia.hu/>

A nevezést kizárólag az érintett iskola alkalmazásában álló tanár készítheti el. **A nevezés megkönnyítése érdekében javasolt a versenykiírás mellékletét képező „Diákolimpia® Nevezést igénylő lap” kitöltése és testnevelő részére történő átadása, mely alapján a testnevelő a nevezést pontosan elvégezheti.**

**Nevezési határidő: 2021. április 30.**

**Nevezési díj**

- Egyéni verseny: 2500 Ft/fő
- Csapatverseny: 5000 Ft/csapat

A nevezési díjakat a Magyar Erőemelő Szövetség számlájára (nem a címére!) kell befizetni **a nevezések alapján kapott számla szerint**.: Magyar Erőemelő Szövetség 10100840-45044800-01000006.

**A nevezések alapján elkészített nevezési lista a Magyar Erőemelő Szövetség honlapján kerül közzétételre.**

**Amennyiben – akár utólag is – megállapításra kerül, hogy az egyéni vagy a csapatban szereplő versenyző a jelen „7. Nevezés” pontban foglaltakat nem tartotta be – különösen, ha az Online nevezés rendszerben nem került nevezésre –, az egyéni versenyző vagy a csapat eredménye megsemmisítésre kerülhet – a versenyző(k) részére felvételi többletpont igazolás nem kerül kiállításra.**

## 8. Költségek

A verseny rendezési költségeit a rendezők biztosítják.

A részvétel költségeit a részt vevő iskolák, egyesületek, intézmények biztosítják.

## 9. Igazolások

A Magyar Diáksport Szövetség 2020/2021. tanévi Versenykiírás „XII pontja” szerint.

A versenyzők a versenyek során kötelesek maguknál tartani a társadalombiztosítási azonosító jelet tartalmazó hatósági igazolványukat (TAJ kártya) vagy annak másolatát!

## 10. Díjazás

Versenyszámonként az 1-3. helyezettek (egyéni versenyzők és csapatok) érmet és oklevelet vehetnek át, az 1-3. helyezett csapatok továbbá serlegdíjazásban is részesülnek.

## 11. Sportági rendelkezések

### Öltözet

- Fiúknak és lányoknak egységesen rövid ujjú póló és rövidnadrág.
- Csuklószorító, öv használata engedélyezett.
- **Fekvenyomó ruházat használata nem engedélyezett!**

### Eredményhirdetés

- A benevezett versenyzők a nevezéssel tudomásul kell, veszik, hogy a verseny az eredményhirdetés végéig tart! Az előbb távozó versenyzők a versenyből kizárásra, eredményük törlésre kerül
- Minden egyéb kérdésben, amelyre ezen versenykiírás nem tér ki a Diákolimpia® „Versenyszabályzata” és a Magyar Erőemelő Szövetség hatályos szabályzatában meghatározottak szerint kell eljárni.

- **A verseny részletes lebonyolítása:**

### 2021.június 5. (szombat)

Verseny:10:00 óra - leány 43 - 57kg

Mérlegelés: 8:00 - 9:30

Verseny:11:30 óra – leány 63 - +84kg

Mérlegelés: 9:30 - 11:00

### EREDMÉNYHIRDETÉS LÁNYOK RÉSZÉRE

Verseny:14:00 óra – fiú 53 - 59kg

Mérlegelés: 12:00 - 13:30

Verseny: 15:30 óra – fiú 66 - 74kg

Mérlegelés: 13:30 - 15:00

### EREDMÉNYHIRDETÉS AZ 53-59-66-74kg RÉSZÉRE

## 2021.június 6. (vasárnap)

Verseny: 10:00 óra - fiú 83 - 93kg  
Mérlegelés: 8:00 - 9:30

Verseny: 12:00 óra fiú 105 - +120kg  
Mérlegelés: 10:00 - 11:30

EREDMÉNYHÍRDETÉS

### További információ:

**Magyar Erőemelő Szövetség**  
Honlap: [www.hunpower.hu](http://www.hunpower.hu)  
Versenyigazgató: dr.Szatmáry-Antal Tamás  
mobil: 20/430-11-46  
e-mail: [tamas.antal.szatmary@kk.gov.hu](mailto:tamas.antal.szatmary@kk.gov.hu)



## Diákolimpia® Nevezést igénylő lap

(kitöltése nem minősül nevezésnek, csak a nevezés támogatására szolgál)



<b>Verseny megnevezése</b>			
<b>Korcsoport</b>		<b>Nem</b>	
<b>Versenyszám</b>	<b>EGYÉNI</b>		
<b>Név</b>			
<b>Születési idő</b>			
<b>Születési hely</b>			
<b>Anyja neve</b>			



## Diákolimpia® Nevezést igénylő lap

(kitöltése nem minősül nevezésnek, csak a nevezés támogatására szolgál)



<b>Verseny megnevezése</b>			
<b>Korcsoport</b>		<b>Nem</b>	
<b>Versenyszám</b>	<b>CSAPATVERSENY</b>		
<b>Csapattag 1. Név/Születési idő</b>			
<b>Csapattag 2. Név/Születési idő</b>			
<b>Csapattag 3. Név/Születési idő</b>			
<b>Csapattag 4. Név/Születési idő</b>			
<b>Csapattag 5. Név/Születési idő</b>			
<b>Csapattag 6. Név/Születési idő.</b>			
<b>Csapattag 7. Név/Születési idő.</b>			
<b>Csapattag 8. Név/Születési idő.</b>			
<b>Csapattag 9. Név/Születési idő.</b>			
<b>Csapattag 10. Név/Születési idő.</b>			

# KORONAVÍRUSSAL KAPCSOLATOS ÓVINTÉZKEDÉSEK

# DIÁK OLIMPIA

A DIÁKOLIMPIA® RENDEZVÉNYEKEN KIZÁRÓLAG EGÉSZSÉGES VERSENYZŐ, HIVATALOS KÍSÉRŐ, SZERVEZŐ ÉS EGYÉB KÖZREMŰKÖDŐ VEHET RÉSZT.

A DIÁKOLIMPIA® RENDEZVÉNYEN A VERSENYZŐKÖN, HIVATALOS KÍSÉRŐKÖN (CSAPATVEZETŐ/FELKÉSZÍTŐ), SZERVEZŐKÖN ÉS AZ EGYÉB KÖZREMŰKÖDŐKÖN KÍVÜL MÁS SZEMÉLY NEM TARTÓZKODHAT.

A RÉSZTVEVŐK SZÁMÁRA KÖTELEZŐ AZ ALÁBBI ELŐÍRÁSOK, AJÁNLÁSOK BETARTÁSA:

- ÉRKEZZETEK SPORTRUHÁZATBAN A VERSENYRE, LEHETŐSÉG SZERINT **KERÜLJÉTEK AZ ÖLTÖZŐ KÖZÖS HASZNÁLATÁT!**
- ÉRKEZÉSKOR A MEGFELELŐ **KÉZMOSÁS VAGY KÉZFERTŐTLENÍTŐ HASZNÁLATA** KÖTELEZŐ, EZT KÖVETŐEN A RENDEZVÉNY IDŐTARTAMA ALATT ENNEK RENDSZERES ISMÉTLÉSE AJÁNLOTT!
- A RENDEZVÉNYEK HELYSZÍNÉN A VERSENYZŐK, HIVATALOS KÍSÉRŐK, JÁTÉKVEZETŐK A SPORTTEVÉKENYSÉGEN KÍVÜLI IDŐSZAKBAN, VALAMINT A KÖZREMŰKÖDŐK (RENDEZŐK, ÖNKÉNTESOK, VERSENYBÍRÓK, ASZTALSZEMÉLYZET) SZÁMÁRA A RENDEZVÉNY TELJES IDŐTARTALMA ALATT **KÖTELEZŐ A MASZK HASZNÁLATA!**
- **KERÜLJÉTEK AZ ARCOTOK – KÜLÖNÖSEN A SZEMETEK ÉS SZÁTOK – ÉRINTÉSÉT!**
- A FOLYADÉK PÓTLÁSÁRA **HASZNÁLJÁTKOZ SAJÁT KULACSOZTOKAT VAGY FLAKONOTOKAT!**
- A MÉRKŐZÉS/VERSENY ELŐTT/UTÁN, ILLETVE AZ EREDMÉNYHIRDETÉS SORÁN **A KÉZFOGÁSOS ÜDVÖZLÉST NEM AJÁNLUJUK, HELYETTE AZ ÖKÖL VAGY KÖNYÖK ÖSSZEÉRINTÉSÉT JAVASOLJUK!**
- TÖREKEDJETEK A ZSÚFOLTSÁG ELKERÜLÉSÉRE, ÉS A **1,5–2 MÉTERES VÉDŐTÁVOLSÁG MEGTARTÁSÁRA**, KÜLÖNÖSEN A MEGNYITÓ, EREDMÉNYHIRDETÉS, IGAZOLTATÁS STB. SORÁN!



WWW.MDSZ.HU