

KISAKUTSU

Opiskelijoiden painonnoston ja voimanoston SM 2022

OSM-kilpailut painonnostossa ja voimanostossa järjestetään 12.-13.11.2022 Tampereella. Järjestävänä tahona toimii Herwannan Hauiskääntö yhteistyössä Tampereen Pyrinnön kanssa. Jo 12. kertaa järjestettävät kilpailut kisataan viime vuosilta tuttuun tapaan Tampereen yliopiston Tamppi Areenalla, joka tarjoaa mahtavat puitteet vahvimpien opiskelijoiden mittelöihin. Kilpailut toimivat myös valintakilpailuna voimanoston kilpasarjalaisille opiskelijoiden arvokilpailuihin.

Kilpailussa on omat sarjansa korkeakoulu- ja toisen asteen opiskelijoille. Painonnosto ja voimanosto kilpaillaan sekä kilpasarjassa (osallistumisvaatimuksena lajiliiton lisenssi) että rentosarjassa, johon voivat osallistua vain lisenssittömät nostajat. Molemmissa lajeissa kilpailevat osallistuvat myös lajien yhdistelmään, Supertotaliin. Kilpailu käydään painonnostossa Sinclair-pisteissä ja voimanostossa IPF GL -pisteissä. Supertotalissa painonnoston Sinclair-pisteet ja voimanoston Wilks-pisteet lasketaan yhteen. Voimanostossa kilpaillaan klassisen voimanoston säännöin.

Painonnostokisa käydään lauantaina 12.11. ja voimanosto sunnuntaina 13.11. Osa voimanoston rentosarjasta saatetaan pitää jo lauantaina riippuen voimanoston osallistujamäärästä, jotka selviävät viimeistään ilmoittautumisen sulkeuduttua. Osallistuminen kilpailuihin edellyttää voimassa olevaa yliopiston, ammattikorkeakoulun tai toisen asteen oppilaitoksen opiskelijakorttia, läsnäolotodistusta tai todistusta valmistumisesta kuluvana tai edellisenä kalenterivuotena.

Ilmoittautuminen tulee tehdä viimeistään 16.10.2022 täyttämällä kaavakkeen tästä linkistä:

<https://forms.gle/c5PJfvNqJvTUqmSr7>

Ilmoittautuminen on sitova.

Osallistumismaksu yhteen lajiin 32 € tai Supertotal 55 €. Osallistumismaksu tulee olla maksettuna 16.10.2022 mennessä. Maksu suoritetaan tilille:

Herwannan Hauiskääntö
FI16 5731 6520 1662 83
Viite: 10320220

Joukkuekilpailu:

Oppilaitosten välisessä joukkuekilpailussa ratkaistaan kiertopalkinto Voimanpesän kohtalo. Joukkuekilpailu ei vaadi erillistä ilmoittautumista, sillä jokainen nostaja tienaa sijoituksensa mukaan pisteitä edustamalleen oppilaitokselle. Pisteet sijoituksen mukaan: 7, 5, 4, 3, 2, 1

Tarkemmat aikataulut ilmoitetaan, kun sarjojen osallistujamäärät ovat selvillä. Seuraa tapahtuman kotisivuja, jossa ilmoitetaan muun muassa aikataulut sekä ryhmäjaot ja josta on nähtävissä aiempien vuosien tulokset:

Tapahtuman kotisivut: <http://hkaanto.fi/osm/>

Rentosarjan lajikuvaus: <https://goo.gl/xQnDXP>

Aloittelijan opas painon- ja voimanostoon:

<http://hkaanto.fi/osm-opiskelijoiden-painon-ja-voimanoston-sm-kisat/aloittelijan-opas/>

Kisoihin liittyvät tiedotteet löydät myös Instagramista seuraamalla @herwannanhauiskaanto sekä myöhemmin julkaistavasta Facebook-tapahtumasta Herwannan Hauiskäännön Facebook-sivuilta.

Osoite: Tamppi Areena Korkeakoulunkatu 12, 33720 Tampere

Herwannan Hauiskääntö yhteistyökumppaneineen toivottaa sinut lämpimästi tervetulleeksi OSM2022 -tapahtumaan Tampereelle.

