

LAJIKUVAUS: Leuanveto

Toistoleuanvedossa on kuusi ydinsääntöä:

1. Jokainen veto lähtee kyynärnivelet täysin oienneena tuomarin merkistä vasta, kun käsien liike ylös-alas-suunnassa on silmin nähden pysähtynyt
2. Leuankärjen tulee ylittää vetotanko sekä pysty- että sivuttaissuunnassa
3. Pään tulee osua 20 cm tangon yläpuolella olevaa merkkistoppariin
4. 45 cm (+100 kg sarjoissa 50 cm) tangon etupuolella on pleksi, joka rajoittaa heilumista, muttei estä sitä. Jalat saavat osua pleksiin, mutta siitä ei saa ottaa tukea tai potkaista itselleen vauhtia
5. Jalkojen tulee olla nilkkojen kohdalta ristissä
6. Otetta ei saa muuttaa tai irrottaa kesken suorituksen

Lisäpainoleuanvedossa on kaksi ydinsääntöä

1. Veto lähtee heilumattomasta roikunnasta kyynärnivelet oienneena. Tuomarin ”vedä”-komennon jälkeen saa tuottaa koko kehollaan niin paljon kehoa ja lisäpainoja ylöstuottavaa voimaa kuin kykenee
2. Leuankärjen tulee ylittää vetotanko sekä pysty- että sivuttaissuunnassa

Tarkemmat säännöt ja lisätietoa lajista löytyy Suomen Leuanveto Ry:n sivuilta <http://www.slry.fi/>