

UNIFORM REGULATION FOR CONDUCTING INTERNATIONAL IUKL COMPETITIONS IN KETTLEBELL LIFTING

(come into force on 1 January 2023)

1. Purposes and goals

- Propagation and popularization of sports and healthy lifestyles on all continents;

ЕДИНЬЙ РЕГЛАМЕНТ ПРОВЕДЕНИЯ МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ МСГС ПО ГИРЕВОМУ СПОРТУ

(вступает в силу 1 января 2023 года)

1. Цели и задачи

- Популяризация спорта и здорового образа жизни;

- Strengthening of international relationship and development of the international cooperation in the field of sports;
- Increase of athletic skills, exchange of experience;
- Ensuring the principles of fair play in sport;
- The fight against doping in sport;
- Development of high performance sports;
- Determination of the strongest kettlebell lifters of the world in various competitive classes and age groups.

2. Place and dates of Competitions

Are defined in accordance with the calendar plan of sports events of IUKL.

3. Management of competitions

Overall management of preparation of the competition carries representatives of countries at the venues in cooperation with the International Union of Kettlebell Lifting (IUKL).

The main contacts of the organizers are determined in accordance with the Register of National Members of IUKL - Representatives in the countries.

Contact persons of IUKL:

- Igor Solodov (Chairman of IUKL Executive Committee)
Phone: +7 921 747 69 20; e-mail: solodovigor@yandex.ru
- Valentin Egorov (Deputy Chairman of IUKL Executive Committee)
Phone: +7 910 9758562, e-mail: evvwork@gmail.com
- Rolandas Kubilius (Chairman of IUKL Judges Committee)
Phone: +370 686 131 75; e-mail: rolandasaa@gmail.com

4. Participants and conditions

Competitions are held according to the IUKL rules, which are posted on the IUKL website www.giri-iukl.com with additions and changes on the day of competition.

The competition is open to all countries - members of IUKL.

The competition is open to athletes whose countries (organizations) are not members of IUKL and do not have their representatives in it. Their admission is determined by personal IUKL invitation and special financial conditions for participation in the competition.

Regulation – Offline competition in kettlebell lifting

- Укрепление дружбы между народами и развитие международного сотрудничества в области спорта;
- Повышение спортивного мастерства и обмен опытом;
- Обеспечение принципов честной спортивной конкуренции;
- Борьба с использованием допинга в спорте;
- Развитие спорта высоких достижений;
- Выявление сильнейших спортсменов-гиревиков в различных соревновательных классах и возрастных группах.

2. Сроки и место проведения

Определяются в соответствии с Календарным планом спортивных мероприятий МСГС.

3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство подготовкой соревнований осуществляют представители стран в местах их проведения в сотрудничестве с Международным Союзом Гиревого Спорта (МСГС).

Основные контакты организаторов определяются в соответствии с Регистром Национальных членов МСГС – Представителей в странах.

Контактные персоны МСГС:

- Игорь Солодов (Председатель Исполкома МСГС)
тел.+7 921 747 69 20; э-почта: solodovigor@yandex.ru;
- Валентин Егоров – (Зам. Председателя Исполкома МСГС)
тел. +7 910 9758562, э-почта: evvwork@gmail.com ;
- Роландас Кубилиус (Председатель коллегии судей МСГС)
тел.+370 686 131 75; э-почта: rolandasaa@gmail.com

4. Участники и условия проведения

Соревнования проводятся согласно Международных правил МСГС, которые размещены на сайте МСГС www.giri-iukl.com , с дополнениями и изменениями на день соревнований.

Соревнования открыты для всех стран – членов МСГС.

В соревнованиях могут принять участие спортсмены, чьи страны (организации) не являются членами МСГС и не имеют в нем своих представителей. Их допуск определяется персональным приглашением МСГС и особыми финансовыми условиями участия в соревнованиях.

Athletes are allowed to compete only at the request of the national federation, organization or representative of a country.

Athletes must be citizens of the country they represent or have proof of legal status that determines their affiliation with the country they represent.

National Federations recognized in their countries form a team based on their internal rules.

Organizations that do not have recognition in their countries should conduct qualifying competitions according to IUKL rules to determine the strongest athletes and form a national team.

The results of qualifying competitions should be available to the public. In case of violation of these conditions of admission of participants in a given country depends on the decision of the Board IUKL.

Continental Championships - Asian, European, Pan American, Oceania Area Championships - are held in the status of closed competitions, i.e. only athletes from countries of a specific continent / region can participate in them.

All other Continental competitions - Asian, European, Pan American, Pacific Games, Student Games, European Cup and Grand Prix - are held in the status of open competitions, i.e. athletes from all countries can participate in them without any continental restrictions.

Only those athletes who previously participated in one of the qualifications at the World Cup stages are allowed to participate in the World Cup Final.

Competitions are held by age groups and competition classes:

- Group U-16 - younger boys and girls;
- Group U-18 - older boys and girls;
- Group "Students" - male and female student athletes;
- Group U-23 - male and female junior athletes (class "Professionals", class "Amateurs");
- Group "Adults" - male and female adult athletes (class "Professionals", class "Amateurs");
- Groups "Seniors-XX" - male and female athletes (class "Veterans");
- Group "Para athletes" - male and female athletes with disabilities (classes are determined according to the classification in Para-kettlebell lifting individually for each competition).

In the group U-16 boys and girls up to and including 16 years old are competing (age is determined by year of birth, excluding date and month).

Спортсмены допускаются к участию в соревнованиях только по заявке национальной федерации, организации или представителя страны.

Спортсмены должны быть гражданами представляемой ими страны или иметь подтверждение юридического статуса, определяющего их принадлежность к представляемой ими стране.

Признанные в своих странах Национальные Федерации формируют команду на основании своих внутренних правил.

Организации, не имеющие признания в своих странах, должны проводить отборочные соревнования по правилам МСГС для определения сильнейших спортсменов и формирования национальной сборной команды.

Результаты отборочных соревнований должны быть общедоступны. В случае нарушения этих условий допуск участников от данной страны определяется решением Правления МСГС.

Континентальные Чемпионаты - Чемпионаты Азии, Европы, Панамерики, Океании - проводятся в статусе закрытых соревнований, т.е. в них могут участвовать только спортсмены из стран конкретного континента / региона.

Все остальные Континентальные соревнования – Азиатские, Европейские, Панамериканские, Тихоокеанские Игры, Студенческие Игры, Кубок и Гран-При Европы - проводятся в статусе открытых соревнований, т.е. в них могут участвовать спортсмены всех стран без каких-либо континентальных ограничений.

К участию в Финале Кубка Мира допускаются спортсмены, участвовавшие в одной из квалификаций на этапах Кубка Мира.

Соревнования проводятся по возрастным группам и соревновательным классам:

- Группа U-16 - младшие юноши и девушки;
- Группа U-18 – старшие юноши и девушки;
- Группа «Студенты» - студенты и студентки;
- Группа U-23 - юниоры и юниорки (класс «Профессионалы», класс «Любители»);
- Группа «Взрослые» - мужчины и женщины (класс «Профессионалы», класс «Любители»);
- Группы «Сениоры-XX» - мужчины и женщины (класс «Ветераны»);
- Группа «Пара-спортсмены» – спортсмены с ограниченными возможностями, мужчины и женщины (классы определяются согласно классификации в Пара-гиревом спорте индивидуально на каждом соревновании).

In the group U-18 boys and girls up to and including 18 years old are competing (age is determined by year of birth, excluding date and month).

At the same time, athletes from the U-16 group can repeatedly compete in the U-18 group in the corresponding weight category in the absence of other participant from this country in this weight and pay the entry fee.

In the group “Students” male and female athletes between the ages of 17 and 28 are competing (age is determined at the time of January 1 of the current year).

Athletes applying to the “Students” group must be officially registered as students to receive a degree or diploma at a university or similar educational institution, the status of which is recognized by the relevant national authority, in their country, as well as former students of the said educational institutions who received their degree or diploma in the previous year.

In the group U-23 male and female athletes up to and including 23 years old are competing (age of participants is determined by year of birth, excluding date and month).

In the group "Adults" male and female athletes without limitation of age are competing. At the same time, the results of performance juniors may go to adult speech set off in the same weight category in the absence of participants from this country among adults and pay the entry fee.

In the groups “Veterans” male athletes 40 years old and older and female athletes 35 years old and older with an interval of five years are competing.

In the group “Para-athletes” male and female athletes without limitation of age, with one or multiple of the eight eligible Physical Impairments recognized by the Paralympic movement as well as with Visual Impairments, if these impairments have a certain severity that impacts on sport performance in kettlebell lifting, are competing.

Taking into account the peculiarities of kettlebell lifting, athletes with a unilateral or bilateral lower limb amputation and with combinations of upper and lower limb amputations (classes A1, A2, A3, A4, A9 in accordance with the Amputee sports classification) cannot participate in competitions.

Athletes who, at the time of the start of the competition, have already fulfilled the norms of the “Professional of II category of the IUKL” and higher or the national norms of the “Master of Sports” and higher can compete only in the class of „Professionals”, and when they reach the required age, also in the class of „Veterans”.

В группе U-16 участвуют юноши и девушки в возрасте до 16 лет включительно (возраст определяется по году рождения без учета даты и месяца).

В группе U-18 участвуют юноши и девушки в возрасте до 18 лет включительно (возраст определяется по году рождения без учета даты и месяца).

При этом участники группы U-16 могут повторно выступать в группе U-18 в соответствующей весовой категории при условии отсутствия другого участника от данной страны в этом весе и оплаты стартового взноса.

В группе «Студенты» участвуют мужчины и женщины в возрасте от 17 до 28 лет по состоянию на 1 января текущего года.

Спортсмены, заявляемые в группу «Студенты» должны быть официально зарегистрированы в качестве обучающихся для получения степени или диплома в университете или аналогичном учебном заведении, статус которого признается соответствующим национальным органом, заведующим образованием, в их стране, а также бывшие студенты упомянутых учебных заведений, получившие свою ученую степень или диплом в предыдущем году.

В группе U-23 участвуют юниоры и юниорки до 23 лет включительно (возраст участников определяется по году рождения без учета даты и месяца).

В группе «Взрослые» участвуют мужчины и женщины без возрастных ограничений. При этом результаты выступления юниоров и юниорок могут идти в зачет выступления взрослых в той же весовой категории при условии отсутствия участника от данной страны среди взрослых и оплаты стартового взноса.

В группах «Ветераны» участвуют мужчины от 40 лет и старше с промежутком в 5 лет, женщины от 35 лет и старше с промежутком в 5 лет.

В группе «Пара-спортсмены» участвуют мужчины и женщины без возрастных ограничений, с одним или несколькими из восьми видов нарушений физических функций определенных для целей паралимпийского движения, а также с нарушениями зрения, если эти нарушения имеют определенную степень тяжести, которая влияет на спортивные результаты в гиревом спорте.

С учетом особенностей гиревого спорта в соревнованиях не могут принимать участие спортсмены с двусторонней или односторонней ампутацией нижних конечностей и с комбинациями ампутации верхних и нижних конечностей (классы A1, A2, A3, A4, A9 в соответствии со Спортивной классификацией ампутантов).

Спортсмены, которые на момент начала соревнований уже выполняли нормативы «Профессионала II категории МСГС» и выше или национальные нормативы «Мастер спорта» и выше, могут соревноваться только в классе «Профессионалы», а при достижении необходимого возраста – также еще и в классе «Ветераны».

All other athletes can compete freely both in the class of „Professionals” and in the class of „Amateurs”, and when they reach the required age, also in the class of „Veterans”.

All athletes can compete in an unlimited number of disciplines for each specific competition.

At the Youth World Championship in the groups U-16 and U-18, the composition of teams by age groups and weight categories is free, without restrictions.

At the Continental Championships and at the World Championship in the "Professionals" class in the U-23 and “adults” groups, in each weight category the following are allowed to participate:

- in individual disciplines (two arms long cycle / two arms jerk / snatch) 2 athletes from each country;
- in all-around 1 athlete from each country.

National Federations recognized in their countries draw up applications for participation on the basis of their internal rules.

Organizations that do not have recognition in their countries must take into account, among other things, the personal rating of the athletes when drawing up their application.

Athletes whose countries (organizations) are not members of IUKL and do not have their representatives in it are invited and allowed to compete, taking into account the personal rating of the athletes.

All other things being equal, the advantage is given to athletes with a higher personal rating from the "TOP-10" of each discipline in each weight category.

In the classes "Amateurs" and "Veterans" the composition of teams by age groups and weight categories is free, without restrictions.

At the Youth, Continental and World Games, Continental and World Student Games, Open European Cup and Grand Prix, World Cup stages, World Cup Final and World Grand Prix, in all age groups (U-16, U-18, U-23, “adults”, “veterans”) and competitive classes (“Professionals”, “Amateurs”) the admission of participants from each country by weight categories is free, without restrictions.

When conducting parallel competitions (Continental Championships, Games, Student Games, Youth Games, European Open Cup and Grand Prix, World Cup

Все остальные спортсмены могут соревноваться свободно как в классе «Профессионалы» так и в классе «Любители», а при достижении необходимого возраста – также еще и в классе «Ветераны».

Все спортсмены могут соревноваться в неограниченном количестве дисциплин на каждых конкретных соревнованиях.

На Молодежном Чемпионате Мира в группах U-16 и U-18 состав команд по возрастным группам и весовым категориям – свободный, без ограничений.

На Континентальных Чемпионатах и на Чемпионате Мира в классе «Профессионалы» в группах U-23 и «взрослые», в каждой весовой категории к участию допускаются:

- в отдельных дисциплинах (длинный цикл двумя руками / толчок двумя руками / рывок) по 2 спортсмена(-ки) от каждой страны;
- в многоборье по 1 спортсмену(-ке) от каждой страны.

Признанные в своих странах Национальные Федерации составляют заявки на участие на основании своих внутренних правил.

Организации, не имеющие признания в своих странах, при составлении заявки должны учитывать, помимо прочего, личный рейтинг спортсменов.

Спортсмены чьи страны (организации) не являются членами МСГС и не имеют в нем своих представителей, приглашаются и допускаются к соревнованиям с учетом личного рейтинга спортсменов.

При прочих равных условиях преимущество получают спортсмены с более высоким личным рейтингом из «ТОП-10» каждой дисциплины в каждой весовой категории.

В классах «Любители» и «Ветераны» состав команд по возрастным группам и весовым категориям – свободный, без ограничений.

На Молодежных, Континентальных и Всемирных Играх, Континентальных и Всемирных Студенческих Играх, Открытом Кубке и Гран-При Европы, на этапах Кубка Мира, Финале Кубка Мира и Всемирном Гран-При, во всех возрастных группах (U-16, U-18, U-23, «взрослые», «ветераны») и соревновательных классах («Профессионалы», «Любители») допуск участников от каждой страны по весовым категориям свободный, без ограничений.

При проведении параллельных соревнований (Континентальных Чемпионатов, Игр, Студенческих Игр, Молодежных Игр, Открытого Кубка и Гран-При Европы, этапов Кубка Мира) каждая страна может выставить отдельные составы команд

stages), each country may nominate separate teams for participation in specific competitions.

At the same time, for all participants, in all classes “Professionals”, “Amateurs”, “Veterans”, in all age groups, in all weight categories, in all exercises and disciplines, a parallel offset of the results can be carried out, provided compliance with the general rules for admitting participants and paying additional entry fees.

In team relay races - at all competitions, in all age groups and in all competitive classes - the composition of teams is freeform according to weight categories and age groups.

In mixed relay (jerk + snatch), each athlete can perform in two stages, first in a jerk and then in a snatch, so there can be from 2 to 4 participants in the team in the mixed relay.

In relay race each country can be represented by one team in the U-18 age group, one team in the “Professionals” class and in the “Amateurs” class in the U-23 age group, one team in the “Professionals” class and in the “Amateurs” class in the “Adults” age group and one team in the class "Veterans" excluding age groups.

It is also allowed to form relay teams from representatives of different countries with the restriction of their participation only in the individual competition, without taking into account points for relay races in the team competition.

The Board of Referees forms groups A (strongest) and B (main) when dividing the participants into competitive streams within weight categories based on the personal rating of athletes.

The Board of Referees can form mixed streams depending on the number of declared participants in groups and weight categories.

Each team and each athlete must have a uniform with the symbols of their country.

For level of preparation and health condition are responsible athletes, representatives of countries and leaders of delegations. Athletes under 18 years, as an exception, may be admitted to the competition among juniors and adults with the appropriate sports training, a doctor's certificate, and the Board's of Referees decision, after prior agreement.

5. Age groups, competitive classes, weight category, disciplines and exercises.

для участия в конкретных соревнованиях.

При этом, для всех участников, во всех классах «Профессионалы», «Любители», «Ветераны», во всех возрастных группах, во всех весовых категориях, во всех упражнениях и дисциплинах, может проводиться параллельный зачет результатов при условии соблюдения общих правил допуска участников и оплаты дополнительных стартовых взносов.

В командных эстафетах - на всех соревнованиях, во всех возрастных группах и во всех соревновательных классах - состав команд произвольный, без учета весовых категорий и возрастных групп.

В смешанных эстафетах (толчок + рывок) каждый участник / участница может выступить в двух этапах, сначала в толчке и затем в рывке, таким образом в составе команды в смешанной эстафете может быть от 2 до 4 участников / участниц.

Для участия в эстафете каждая страна может выставить только по одной команде в возрастной группе U-18, по одной команде в классе «Профессионалы» и в классе «Любители» в возрастной группе U-23, по одной команде в классе «Профессионалы» и в классе «Любители» в возрастной группе «Взрослые» и по одной команде в классе «Ветераны» без учета возрастных групп.

Также допускается формирование эстафетных сборных команд из представителей разных стран с ограничением их участия только в личном зачете, без учета очков за эстафеты в командном зачете.

Судейская коллегия формирует группы А (сильнейшие) и В (основная) при разделении участников на соревновательные потоки в рамках весовых категорий на основании личного рейтинга спортсмен.

Судейская коллегия может формировать смешанные потоки в зависимости от количества заявленных участников в группах и весовых категориях.

Каждая команда и каждый спортсмен должны иметь единую форму с символикой своей страны.

Ответственность за уровень подготовки и состояние здоровья несут сами участники, представители стран и руководители делегаций. Участники до 18 лет, как исключение, могут быть допущены к соревнованиям среди юниоров и взрослых при соответствующей спортивной подготовке, наличии разрешения врача и решения Судейской коллегии, после предварительного согласования.

5. Возрастные группы, соревновательные классы, весовые категории, дисциплины и упражнения.

5.1. Group U-16

Boys (up to and including 16 years old - age is determined by year of birth);
Girls (up to and including 16 years old - age is determined by year of birth).

Weight categories:

Boys-16: -53kg, -58kg; -63kg, -68kg; +68kg;

Girls-16: -53kg, -58kg; + 58kg;

Competitive disciplines (in the program of the World Youth Champ):

Boys-16 (with kettlebells 16 kg):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category.

Girls-16 (with kettlebells 12 kg):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category.

Additional exercises (in the program of the World Youth Games):

Boys-16 (with kettlebells 24, 20, 16 kg):

- one arm jerk;
- one arm long cycle;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes);

Girls-16 (with kettlebells 20, 16, 12 kg):

- one arm jerk;
- one arm long cycle;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes).

5.2. Group U-18

Boys (up to and including 18 years old - age is determined by year of birth);
Girls (up to and including 18 years old - age is determined by year of birth).

Weight categories:

Boys-18: - 58kg; - 63kg; - 68kg; -73kg; - 78kg; +78kg;

Girls-18: -58kg; - 63kg; +63kg.

Competitive disciplines (in the program of the World Youth Champ):

Boys-18 (with kettlebells 24 kg):

- two arms jerk ;
- snatch.

5.1. Группа U-16.

Юноши (до 16 лет включительно - возраст определяется по году рождения);
Девушки (до 16 лет включительно - возраст определяется по году рождения).

Весовые категории:

Юноши-16: -53 кг; -58 кг; -63 кг; -68 кг; +68 кг;

Девушки-16: -53 кг; -58 кг; +58 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Молодежного Чемп-а Мира):

Юноши-16 (с гирями 16 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория.

Девушки-16 (с гирями 12 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория.

Дополнительные упражнения (в программе Всемирных Молодежных Игр):

Юноши-16 (с гирями 24, 20, 16 кг):

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук);

Девушки-16 (с гирями 20, 16, 12 кг):

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук).

5.2. Группа U-18.

Юноши (до 18 лет включительно - возраст определяется по году рождения);
Девушки (до 18 лет включительно - возраст определяется по году рождения).

Весовые категории:

Юноши-18: -58 кг; -63 кг; -68 кг; -73 кг; -78 кг; +78 кг;

Девушки-18: -58 кг; -63 кг; +63 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Молодежного Чемп-а Мира):

Юноши-18 (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;

- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Girls-18 (with kettlebells 16 kg):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Additional exercises (in the program of the World Youth Games):

Boys-18 (with kettlebells 32, 28, 24 kg):

- one arm jerk;
- one arm long cycle;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes);
- relay 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

Girls-18 (with kettlebells 24, 20, 16 kg):

- one arm jerk;
- one arm long cycle
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes);
- relay 16 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.3. Group „Students”

Male students (between the ages of 17 and 28 at the time of Jan 1 of the current year);

Female students (between the ages of 17 and 28 at the time of Jan 1 of the current year).

Weight categories:

Male students: -63 kg; -68 kg.; -73 kg; -78 kg; -85 kg; -95 kg; -105 kg; +105 kg;

Female students: -58 kg; -63 kg; -68 kg; -73 kg; -78 kg; -85 kg; +85 kg.

Competitive exercises and disciplines (in the program of Asian, European, Pan American, Pacific, World Student Games):

Male students (with 24 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;

- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Девушки-18 (с гирями 16 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты;

Дополнительные упражнения (в прог-ме Всемирных Молодежных Игр):

Юноши-18 (с гирями 32, 28, 24 кг):

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук);
- эстафета 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Девушки-18 (с гирями 24, 20, 16 кг):

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук);
- эстафета 16 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

5.3. Группа «Студенты»

Студенты (от 17 до 28 лет по состоянию на 1 января текущего года);

Студентки (от 17 до 28 лет по состоянию на 1 января текущего года).

Весовые категории:

Студенты: - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; - 95 кг; - 105 кг; + 105 кг;

Студентки: - 58 кг; - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; + 85 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских, Всемирных Студенческих Игр):

Студенты (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;

- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female students (with 16 kg kettlebells):

- two arms jerk ;

- snatch.

- two arms long cycle;

- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;

- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;

- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

5.3. Group U-23

Male juniors (up to and including 23 years old - age is determined by year of birth);

Female juniors (up to and including 23 years old - age is determined by year of birth).

5.4.1. Group U-23 / Class „Professionals”

Weight categories:

Male juniors: -63 kg; -68 kg.; -73 kg; -78 kg; -85 kg; -95 kg; +95 kg.

Female juniors: -58 kg; -63 kg; -68 kg; +68 kg.

Competitive disciplines (in the program of Asian, European, Pan American, Oceania Area, World Championships):

Male juniors (with 32 kg kettlebells):

- two arms jerk ;

- snatch.

- two arms long cycle;

- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;

- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;

- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female juniors (with 24 kg kettlebells):

- two arms jerk ;

- snatch.

- two arms long cycle;

- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;

- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;

- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Additional exercises (in the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games):

Male juniors (with 40 / 32 kg kettlebells):

- one arm jerk / 40 kg;

- one arm long cycle / 40 kg;

- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Студентки (с гирями 16 кг):

- толчок двумя руками;

- рывок;

- длинный цикл двумя руками;

- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;

- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;

- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

5.4. Группа U-23

Юниоры (до 23 лет включительно - возраст определяется по году рождения);

Юниорки (до 23 лет включительно - возраст определяется по году рождения).

5.4.1. Группа U-23 / Класс «Профессионалы»

Весовые категории:

Юниоры: - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; - 95 кг; + 95 кг.

Юниорки: - 58 кг; - 63 кг; - 68 кг; + 68 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Чемпионатов Азии, Европы, Панамерики, Океании, Мира):

Юниоры (с гирями 32 кг):

- толчок двумя руками;

- рывок;

- длинный цикл двумя руками;

- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;

- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;

- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Юниорки (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;

- рывок;

- длинный цикл двумя руками;

- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;

- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;

- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Дополнительные упражнения (в программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр):

Юниоры (с гирями 40 / 32 кг):

- толчок одной рукой / 40 кг;

- длинный цикл одной рукой / 40 кг;

- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 32 кг;

- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 32 kg;
 - relay / 32 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.
- Female juniors (with 32 / 24 kg kettlebells):
- one arm jerk / 32 kg;
 - one arm long cycle / 32 kg;
 - snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 24 kg;
 - relay / 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.4.2. Group U-23 / Class “Amateurs”

Weight categories:

Male juniors: -63 kg; -68 kg.; -73 kg; -78 kg; -85 kg; -95 kg; -105 kg; +105 kg;

Female juniors: -58 kg; -63 kg; -68 kg; -73 kg; -78 kg; -85 kg; +85 kg.

Competitive disciplines (in the program of Asian, European, Pan American, Oceania Area, World Championships):

Male juniors (with 24 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female juniors (with 16 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Additional exercises and disciplines (in the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games):

Male juniors (with 32 / 28 / 24 kg kettlebells):

- one arm jerk / 32 / 28 / 24 kg;
- one arm long cycle / 32 / 28 / 24 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 28 / 24 kg;
- relay / 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

Female juniors (with 24 / 20 / 16 kg kettlebells):

- one arm jerk / 24 / 20 / 16 kg;
- one arm long cycle / 24 / 20 / 16 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 20 / 16 kg;

- эстафета / 32 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Юниорки (с гирями 32 / 24 кг):

- толчок одной рукой / 32 кг;
- длинный цикл одной рукой / 32 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 24 кг;
- эстафета / 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

5.4.2. Группа U-23 / Класс «Любители»

Весовые категории:

Юниоры: - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; - 95 кг; - 105 кг; + 105 кг;

Юниорки: - 58 кг; - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; + 85 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Чемпионатов Азии, Европы, Панамерики, Океании, Мира):

Юниоры (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Юниорки (с гирями 16 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Дополнительные упражнения и дисциплины (в программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр):

Юниоры (с гирями 32 / 28 / 24 кг):

- толчок одной рукой / 32 / 28 / 24 кг;
- длинный цикл одной рукой / 32 / 28 / 24 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 28 / 24 кг ;
- эстафета / 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Юниорки (с гирями 24 / 20 / 16 кг):

- толчок одной рукой / 24 / 20 / 16 кг;
- длинный цикл одной рукой / 24 / 20 / 16 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 20 / 16 кг;
- эстафета / 16 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

- relay / 16 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.5. Group „Adults”

Male adults (without limitation of age);

Female adults (without limitation of age).

5.5.1. Group „Adults” / Class „Professionals”

Weight categories:

Male adults: -63 kg; -68 kg.; -73 kg; -78 kg; -85 kg; -95 kg; +95 kg.

Female adults: -58 kg; -63 kg; -68 kg; +68 kg.

Competitive disciplines (in the program of Asian, European, Pan American, Oceania Area, World Championships):

Male adults (with 32 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female adults (with 24 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Additional exercises (in the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games):

Male adults (with 40 / 32 kg kettlebells):

- one arm jerk / 40 kg;
- one arm long cycle / 40 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 32 kg;
- relay / 32 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

Female adults (with 32 / 24 kg kettlebells):

- one arm jerk / 32 kg;
- one arm long cycle / 32 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 24 kg;
- relay / 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.5. Группа «Взрослые»

Мужчины взрослые (без возрастных ограничений);

Женщины взрослые (без возрастных ограничений).

5.5.1. Группа «Взрослые» / Класс «Профессионалы»

Весовые категории:

Мужчины взрослые: - 63 кг; - 68 кг; - 73 кг; - 78 кг; - 85 кг; - 95 кг; + 95 кг.

Женщины взрослые: - 58 кг; - 63 кг; - 68 кг; + 68 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Чемпионатов Азии, Европы, Панамерики, Океании, Мира, Кубка Европы, этапов и Финала Кубка Мира):

Мужчины взрослые (с гирями 32 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины взрослые (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Дополнительные упражнения (в программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр, Гран-При Европы/Мира):

Мужчины взрослые (с гирями 40 / 32 кг):

- толчок одной рукой / 40 кг;
- длинный цикл одной рукой / 40 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 32 кг;
- эстафета / 32 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины взрослые (с гирями 32 / 24 кг):

- толчок одной рукой / 32 кг;
- длинный цикл одной рукой / 32 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 24 кг;
- эстафета / 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

5.5.2. Группа «Взрослые» / Класс «Любители»

5.5.2. Group “Adults” / Class “Amateurs”

Weight categories:

Male adults: -63 kg; -68 kg; -73 kg; -78 kg; -85 kg; -95 kg; -105 kg; +105 kg;

Female adults: -58 kg; -63 kg; -68 kg; -73 kg; -78 kg; -85 kg; +85 kg.

Competitive disciplines (in the program of Asian, European, Pan American, Oceania Area, World Championships):

Male adults (with 24 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female adults (with 16 kg kettlebells):

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Additional exercises (in the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games, European/World Grand Prix):

Male adults (with 32 / 28 / 24 kg kettlebells):

- one arm jerk / 32 kg / 28 kg / 24 kg;
- one arm long cycle / 32 kg / 28 kg / 24 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 28 kg / 24 kg;
- two arms jerk-30 (marathon 30 min.) / 28 kg / 24 kg / 20 kg;
- two arms long cycle-30 (marathon 30 min.) / 28 kg / 24 kg / 20 kg;
- relay / 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

Female adults (with 24 / 20 / 16 kg kettlebells):

- one arm jerk / 24 kg / 20 kg / 16 kg;
- one arm long cycle / 24 kg / 20 kg / 16 kg;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes) / 20 kg / 16 kg;
- snatch-30 (marathon 30 min. with multiple changes of hands) / 20 kg / 16 kg;
- relay / 16 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.6. Group „Seniors” / Class „Veterans”

Male seniors (40 years old and older with an interval of five years - age is determined by year of birth);

Весовые категории:

Мужчины взрослые: -63 кг; -68 кг; -73 кг; -78 кг; -85 кг; -95 кг; -105 кг; +105 кг;

Женщины взрослые: -58 кг; -63 кг; -68 кг; -73 кг; -78 кг; -85 кг; +85 кг.

Соревновательные дисциплины (в программе Чемпионатов Азии, Европы, Панамерики, Океании, Мира, Кубка Европы, этапов и Финала Кубка Мира):

Мужчины взрослые (с гирями 24 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины взрослые (с гирями 16 кг):

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Дополнительные упражнения (в программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр, Гран-При Европы/Мира):

Мужчины взрослые (с гирями 32 / 28 / 24 кг):

- толчок одной рукой / 32 кг / 28 кг / 24 кг;
- длинный цикл одной рукой / 32 кг / 28 кг / 24 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 28 кг / 24 кг ;
- толчок двух гирь-30 (марафон 30 мин.) / 28 кг / 24 кг / 20 кг;
- длинный цикл с двумя гирями-30 (марафон 30 мин.) / 28 кг / 24 кг / 20 кг;
- эстафета / 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины взрослые (с гирями 24 / 20 / 16 кг):

- толчок одной рукой / 24 кг / 20 кг / 16 кг;
- длинный цикл одной рукой / 24 кг / 20 кг / 16 кг;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук) / 20 кг / 16 кг;
- рывок-30 (марафон 30 мин. с многократной сменой рук) / 20 кг / 16 кг;
- эстафета / 16 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

5.6. Группа «Сениоры» / Класс «Ветераны»

Мужчины-сениоры (от 40 лет и старше с промежутком в 5 лет - возраст определяется по году рождения);

Женщины-сениорки (от 35 лет и старше через каждые 5 лет - возраст

Female seniors (35 years old and older with an interval of five years - age is determined by year of birth).

In the program of Asian, European, Pan American, Oceania Area, World Champs Weight categories and kettlebells:

Male seniors 40-44: -73 kg; -85 kg; +85 kg – KB weight 24kg;
45-49: -73 kg; -85 kg; +85 kg - KB weight 24kg;
50-54: -73 kg; -85 kg; +85 kg - KB weight 24kg;
55-59: -73 kg; -85 kg; +85 kg - KB weight 24kg;
60-64: -85 kg; +85 kg; - KB weight 16kg;
65-69: -85 kg; +85 kg; - KB weight 16kg;
70-74: -85 kg; +85 kg; - KB weight 12kg;
75+: - one common weight category - KB weight 12kg.
Female seniors 35-39: -63 kg, -68kg, +68kg - KB weight 16 kg;
40-44: -63 kg, -68kg, +68kg - KB weight 16 kg;
45-49: -68kg, +68kg - KB weight 16 kg;
50-54: -68kg, +68kg - KB weight 12 kg;
55-59: -68kg, +68kg - KB weight 12 kg;
60-64: - one common weight category – KB weight 8 kg;
65+: - one common weight category - KB weight 8 kg.

Competitive disciplines:

Male seniors:

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

Female seniors:

- two arms jerk ;
- snatch.
- two arms long cycle;
- all-around (jerk + snatch + long cycle) - absolute weight category;
- relay (jerk) - 4 stages x 3 min;
- relay (long cycle) - 4 stages x 3 min.

In the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games, European/World Grand Prix

Weight categories and kettlebells:

Male seniors 40-44: - one common weight category – KB weight 32 kg;
45-49: - one common weight category - KB weight 32 kg;

определяется по году рождения).

В программе Чемпионатов Азии, Европы, Панамерики, Океании, Мира Весовые категории и вес гирь:

Мужчины-сениоры 40-44: -73 кг; -85 кг; +85 кг – гири 24 кг;
45-49: -73 кг; -85 кг; +85 кг – гири 24 кг;
50-54: -73 кг; -85 кг; +85 кг – гири 24 кг;
55-59: -73 кг; -85 кг; +85 кг – гири 24 кг;
60-64: -85 кг; +85 кг – гири 16 кг;
65-69: -85 кг; +85 кг – гири 16 кг;
70-74: -85 кг; +85 кг – гири 12 кг;
75+: - абсолютная категория – гири 12 кг.
Женщины-сениорки 35-39: -63кг; -68 кг; +68 кг – гири 16 кг;
40-44: -63 кг; -68 кг; +68 кг – гири 16 кг;
45-49: -68 кг; +68 кг – гири 16 кг;
50-54: -68 кг; +68 кг – гири 12 кг;
55-59: -68 кг; +68 кг – гири 12 кг;
60-64: - абсолютная категория – гири 8 кг;
65+: - абсолютная категория – гири 8 кг.

Соревновательные дисциплины:

Мужчины-сениоры:

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета 24 кг (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета 24 кг (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины-сениорки:

- толчок двумя руками;
- рывок;
- длинный цикл двумя руками;
- многоборье (толчок + рывок + длинный цикл) – абсолютная весовая категория;
- эстафета 16 кг (толчок) - 4 этапа x 3 минуты;
- эстафета 16 кг (длинный цикл) - 4 этапа x 3 минуты.

В программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр, Гран-При Европы/Мира

Весовые категории и вес гирь:

Мужчины-сениоры 40-44: - абсолютная категория – гири 32 кг;
45-49: - абсолютная категория – гири 32 кг;
50-54: - абсолютная категория – гири 28 кг;

50-54: - one common weight category - KB weight 28 kg;
55-59: - one common weight category - KB weight 28 kg;
60-64: - one common weight category - KB weight 24 kg;
65-69: - one common weight category - KB weight 24 kg;
70-74: - one common weight category - KB weight 20 kg;
75+: - one common weight category - KB weight 16 kg.

Female seniors 35-39: - one common weight category - KB weight 24 kg;
40-44: - one common weight category – KB weight 20 kg;
45-49: - one common weight category - KB weight 20 kg;
50-54: - one common weight category - KB weight 16 kg;
55-59: - one common weight category - KB weight 16 kg;
60-64: - one common weight category - KB weight 12 kg;
65+: - one common weight category - k.w. 12 kg.

Additional exercises:

Male seniors:

- one arm jerk;
- one arm long cycle;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes);
- two arms jerk-30 (marathon 30 min.);
- two arms long cycle-30 (marathon 30 min.);
- relay 24 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

Female seniors:

- one arm jerk;
- one arm long cycle;
- snatch-12 (12 min. with multiple hand changes);
- snatch-30 (marathon 30 min. with multiple changes of hands);
- relay 16 kg (2 stages jerk + 2 stages snatch) - 4 stages x 3 min.

5.7. Group “Para-Athletes” / Classes (determined individually at each competition)

Men Para-athletes (without limitation of age);

Women Couple athletes (without limitation of age).

In the program of the Asian, European, Pan American, Pacific and World Games

Weight categories and kettlebells:

They are determined individually at each competition.

Additional exercises:

They are determined individually at each competition.

6. Competition program

55-59: - абсолютная категория – гири 28 кг;
60-64: - абсолютная категория – гири 24 кг;
65-69: - абсолютная категория – гири 24 кг;
70-74: - абсолютная категория – гири 20 кг;
75+: - абсолютная категория – гири 16 кг.

Женщины-сениорки 35-39: - абсолютная категория – гири 24 кг;
40-44: - абсолютная категория – гири 20 кг;
45-49: - абсолютная категория – гири 20 кг;
50-54: - абсолютная категория – гири 16 кг;
55-59: - абсолютная категория – гири 16 кг;
60-64: - абсолютная категория – гири 12 кг;
65+: - абсолютная категория – гири 12 кг.

Дополнительные упражнения:

Мужчины-сениоры:

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук);
- толчок двух гирь-30 (марафон 30 мин.);
- длинный цикл с двумя гирями-30 (марафон 30 мин.);
- эстафета 24 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

Женщины-сениорки:

- толчок одной рукой;
- длинный цикл одной рукой;
- рывок-12 (12 мин. с многократной сменой рук);
- рывок-30 (марафон 30 мин. с многократной сменой рук);
- эстафета 16 кг (2 этапа толчок + 2 этапа рывок) - 4 этапа x 3 минуты.

5.7. Группа «Пара-спортсмены» / Классы (определяются индивидуально на каждом соревновании)

Мужчины Пара-спортсмены (без возрастных ограничений);

Женщины Пара-спортсмены (без возрастных ограничений).

В программе Азиатских, Европейских, Панамериканских, Тихоокеанских и Всемирных Игр

Весовые категории и вес гирь:

Определяются индивидуально на каждом соревновании.

Дополнительные упражнения:

Определяются индивидуально на каждом соревновании.

6. Программа соревнований

At the Youth World Championship U-16 / U-18, Continental Championships and World Championship in the U-23 and “Adults” groups, World Cup stages and World Cup Final, each competitive discipline, if possible, is held on a separate day, but no more than 2 disciplines in one day, namely:

Day 1 – Two arms long cycle;

Day 2 – Two arms jerk;

Day 3 – Snatch, summing up the results in all-around;

Day 4 - Team Relay (jerk and long cycle), summing up the results in the team offset.

At the Continental Championships and World Championship in the “Veterans” class, Youth, Continental and World Games, Continental and World Student Games, Open European Cup and Grand Prix, competitive disciplines and additional exercises can be combined and distributed in the program at the discretion of the Board of Referees, but no more than 2 disciplines in one day.

The preliminary schedule for each competition (by days), provisional start protocols of competitive disciplines and additional exercises must be published after pre-registration deadline, after receiving all personal applications and processing a financial obligations of the participating organizations, at least two weeks before the start of the competition.

In all competitions, a Mandate Commission is held before the Weigh-In. Only representatives of countries and teams that have fully fulfilled all financial obligations are allowed to be weighed. After the Mandate Commission and the weighing of the participants, the final schedule of the competition and the revised start protocols are prepared. After the weigh-in, a meeting of representatives of countries and teams is held, at which the results of the mandate commission are approved, and a meeting of the Board of Referees is held, at which the final schedule of the competition is approved.

7. Determination of winners and awards

Champions and prizewinners are determined in accordance with IUKL International rules of refereeing of competitions.

The individual achievements is determined in all age groups, competitive classes, weight categories in all competitive disciplines and additional exercises, in all-around

На Молодежном Чемпионате Мира U-16 / U-18, Континентальных Чемпионатах и Чемпионате Мира в группах U-23 и «Взрослые», этапах Кубка Мира и Финале Кубка Мира каждая соревновательная дисциплина, по возможности, проводится в отдельный день, но не более 2 дисциплин в один день, а именно:

1 день – Толчок двумя руками по длинному циклу;

2 день – Толчок двумя руками;

3 день – Рывок, подведение результатов в многоборье.

4 день – Командные эстафеты (толчок и длинный цикл), подведение результатов в командном зачете.

На Континентальных Чемпионатах и Чемпионате Мира в классе «Ветераны», Молодежных, Континентальных и Всемирных Играх, Континентальных и Всемирных Студенческих Играх, Открытом Кубке и Гран-При Европы соревновательные дисциплины и дополнительные упражнения могут комбинироваться и распределяться в программе на усмотрение Судейской коллегии, но не более 2 дисциплин в один день.

Предварительное расписание для каждой соревнований (по дням), предварительные стартовые протоколы в соревновательных дисциплинах и дополнительных упражнениях должны публиковаться после окончания предварительной регистрации, после получения именных заявок и выполнения всех финансовых обязательств участвующими организациями, не менее чем за две недели до начала соревнований.

На всех соревнованиях перед взвешиванием проводится мандатная комиссия. К взвешиванию допускаются только представители стран и команд, которые полностью выполнили все финансовые обязательства. После проведения мандатной комиссии и взвешивания участников готовятся окончательное расписание соревнований и уточненные стартовые протоколы. После взвешивания проводится заседание представителей стран и команд, на котором утверждаются результаты проведения мандатной комиссии и заседание судейской коллегии соревнований, на котором утверждается окончательное расписание соревнований.

7. Определение победителей и награждение

Победители и призеры определяются в соответствии с Международными правилами соревнований МСГС.

Личное первенство определяется во всех возрастных группах, соревновательных классах, весовых категориях отдельно во всех соревновательных

separately of the Championships and Games, European Cup and Grand Prix, World Cup stages, World Cup Final and World Grand Prix.

In the individual achievements of the World Cup Final for each athlete, all the results are summed up, at all stages, in all individual disciplines.

In individual disciplines, points are awarded as follows:

Two arms long cycle - 1 point per lift;

Two arms jerk – 1 point per lift;

Snatch – 0,5 points per lift.

The result in the all-around is determined as the sum of the three individual disciplines (two arms long cycle, two-arms jerk and snatch), while points are awarded as follows:

Two arms long cycle - 3 points per lift;

Two arms jerk – 2 points per lift;

Snatch - 1 point per lift.

The team achievements is determined only in the offset of the Championships, European Cup, World Cup stages and World Cup Final, namely:

- in the joint group U-16 / U-18,
- in group U-23 (jointly the class "Professionals" and the class "Amateurs"),
- in the group "Adults" (jointly the class "Professionals" and the class "Amateurs"),
- in the joint group "Seniors" (jointly all age groups in the Veterans class).

In the team offset of the Championships, the personal results of team members are taken into account only in disciplines, namely:

In the joint group U-16/U-18

- 3 best results among boys in the U-16 group + 3 best results among boys in the U-18 group in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- 2 best results among girls in the U-16 group + 2 best results among girls in the U-18 group in ~~any~~ all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- results in boys and girls team relay races in the U-18 group (one male relay race and one female relay race).

In the group U-23

- 5 best results among male juniors in the U-23 group in all separate disciplines

дисциплинах и дополнительных упражнениях, в многоборье Чемпионатов и Игр, Кубка и Гран-При Европы, этапов и Финала Кубка Мира и Всемирного Гран-При.

В личном первенстве Финала Кубка Мира для каждого спортсмена суммируются все результаты, на всех этапах, во всех индивидуальных дисциплинах.

В отдельных дисциплинах очки начисляются следующим образом:

Толчок двумя руками по длинному циклу – 1 очко за подъем;

Толчок двумя руками – 1 очко за подъем;

Рывок – 0,5 очка за подъем.

Результат в многоборье определяется как сумма в трех индивидуальных дисциплинах (толчок двумя руками по длинному циклу, толчок двумя руками и рывок), при этом очки начисляются следующим образом:

Толчок двумя руками по длинному циклу – 3 очка за подъем;

Толчок двумя руками – 2 очка за подъем;

Рывок – 1 очко за подъем.

Командное первенство определяется только на Чемпионатах, Кубке Европы, этапах и Финале Кубка Мира, а именно:

- в объединенной группе U-16 / U-18,
- в группе U-23 (совместно класс «Профессионалы» и класс «Любители»),
- в группе «Взрослые» (совместно класс «Профессионалы» и класс «Любители»),
- в объединенной группе «Сениоры» (совместно все возрастные группы в классе «Ветераны»).

В командном зачете Чемпионатов учитываются личные результаты участников команды в дисциплинах, а именно:

В объединенной группе U-16/U-18

- по 3 лучших результатов у юношей в группе U-16 + по 3 лучших результатов у юношей в группе U-18 во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- по 2 лучших результата у девушек в группе U-16 + по 2 лучших результата у девушек в группе U-18 во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- результаты в командных эстафетах юношей и девушек в группе U-18 (по одной у юношей и девушек).

В группе U-23

- по 5 лучших результатов у юниоров в группе U-23 в отдельных дисциплинах

(long cycle, jerk, snatch);

- 3 best results among female juniors in the U-23 group in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- results in male and female junior team relay races in the U-23 group (one relay race for male and one for female).

In the group “Adults”

- 5 best results among male adult in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- 3 best results among female adult in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- results in male and female adult team relay races (one relay race for male and one for female).

In the joint group „Seniors”

- all results among male seniors in all age groups in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- all results among female seniors in all age groups in all separate disciplines (long cycle, jerk, snatch);
- results in male seniors and female seniors team relay races.

In the team offset of the European Cup and World Cup stages, all personal results of all team members in all disciplines are taken into account, namely:

- all results among male in long cycle, jerk, snatch;
- all results among female in long cycle, jerk, snatch;
- results in male and female team relay races.

All previous team results in all stages, as well as the team result in these final competitions, are taken into account in the team offset of the World Cup Final.

In the team offset, the results of the “amateurs” are taken into account only after the results of the “professionals”.

Points score:

- for the 1 place in weight categories - 20 points,
- for the 2 place - 18 points,
- for the 3 place - 16 points,
- for the 4 place 15 points and further for one less.

If points are equal team who has more 1,2,3 etc. places gets the advantage.

(длинный цикл, толчок, рывок);

- по 3 лучших результата у юниорок в группе U-23 в отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- результаты в командных эстафетах юниоров и юниорок в группе U-23 (по одной у юниоров и юниорок).

В группе «Взрослые»

- по 5 лучших результатов у взрослых мужчин во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- по 3 лучших результатов у взрослых женщин во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- результаты во взрослых мужских и женских командных эстафетах (по одной для мужчин и женщин).

В объединенной группе «Сениоры»

- все результаты мужчин-сениоров во всех возрастных группах во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- все результаты женщин-сениорок во всех возрастных группах, во всех отдельных дисциплинах (длинный цикл, толчок, рывок);
- результаты в сениорских мужских и женских командных эстафетах.

В командном зачете Кубка Европы и этапов Кубка Мира учитываются все личные результаты всех участников команды во всех дисциплинах, а именно:

- все результаты мужчин в длинном цикле, в толчке, в рывке;
- все результаты женщин в длинном цикле, в толчке, в рывке;
- все результаты в мужских и женских командных эстафетах.

В командном зачете Финала Кубка Мира учитываются все предыдущие командные результаты на всех этапах, а также командный результат в этих финальных соревнованиях.

При подсчете командного первенства результаты «любителей» учитываются только после результатов «профессионалов».

Начисление очков:

- за 1 место в весовой категории - 20 очков,
- за второе – 18,
- за третье – 16,
- за четвертое – 15 очков и каждое последующее место на одно очко меньше.

При одинаковом количестве набранных очков преимущество получает команда, имеющая большее количество 1, 2, 3 и т. д. мест.

Team offset is performed one composition for each of the participating countries.

Athletes who took 1-3 places in individual achievements in each age group, in each competitive class, in each weight category are awarded with medals in the exercises, in the disciplines and in all-around.

Athletes of the teams that took 1-3 places in the relay race are awarded with medals. Teams ranked 1-3 in the team offset are awarded with cups.

According to the results of rating competitions (First group of competitions in the Calendar plan of sports events of IUKL), the current personal rating of athletes and the rating of countries are determined throughout the year.

At the end of the calendar year, based on the overall ranking in all competitions, the best athletes of the year in each age group, as well as the best team of the year, are determined.

8. Costs and Fees

Costs related to the organization and conduct of the competition is the organizers of the place of the competition and IUKL.

The costs associated with the participation of athletes in competitions (travel, meals, accreditation) are compensated by sportsmen or the organizations.

Participating in competitions maybe only after payment of comprehensive accreditation. Kinds and cost of accreditation are determined separately for each competition.

Athletes and teams from countries that are not IUKL members shall pay a double accreditation.

Athletes and teams from the IUKL, its members-countries have to pay the double accreditation in case their country did not pay an annual membership fee until March 31 of the current year.

In case of violation of the terms of comprehensive accreditation athletes and teams pay double entry fees to compensate for the costs of pre-booking services at the venue.

In connection with the consequences of the emergency caused by the COVID-19 pandemic, we ask all participants to provide for the possibility of exchanging or refunding tickets in case of a change in the date of the competition.

In case of rescheduling or canceling the competition due to an emergency, the

Командный зачет проводится по одному составу для каждой из стран-участниц.

Спортсмены, занявшие 1-3 место в личном первенстве в каждой возрастной группе, каждом соревновательном классе, каждой весовой категории награждаются медалями в упражнениях, в дисциплинах, медалями и кубками в многоборье.

Участники команд, занявших 1-3 место в эстафете, награждаются медалями.

Команды, занявшие 1-3 место в командном первенстве награждаются кубками.

По результатам рейтинговых соревнований (1 группа соревнований в Календарном плане спортивных мероприятий МСГС) в течении года определяется текущий личный рейтинг спортсменов и рейтинг стран.

По итогам календарного года, на основании общего рейтинга на всех соревнованиях, определяются лучшие спортсмены года в каждой возрастной группе, а также лучшая команда года.

8. Финансовые расходы

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований, несут организаторы по месту проведения соревнований и МСГС.

Расходы, связанные с участием спортсменов в соревнованиях (дорожные расходы, питание, аккредитация) несут сами спортсмены или их организации.

Допуск к соревнованиям происходит при условии оплаты комплексной аккредитации. Виды и стоимость аккредитации определяется отдельно для каждого соревнования.

Спортсмены и команды из стран, которые не являются членами МСГС, оплачивают аккредитацию в двойном размере.

Спортсмены и команды из стран-членов МСГС оплачивают аккредитацию в двойном размере в случае, если их страна не оплатила годовой членский взнос до 31 марта текущего года.

В случае нарушения условий комплексной аккредитации спортсмены и команды оплачивают стартовые взносы в двойном размере для компенсации расходов за предварительное резервирование услуг в месте проведения соревнований.

В связи с последствиями чрезвычайной ситуации, вызванной пандемией COVID-19, просим всех участников предусмотреть возможности обмена или возврата билетов на случай изменения даты проведения соревнований.

В случае переноса или отмены соревнований из-за чрезвычайной ситуации

accreditation fee will be refunded in full.

Bank details of IUKL:

International Union of Kettlebell Lifting (Starptautiskā svarbumbu celšanas savienība)

Registration Nr. 40008022472

Address: 110-45 Saules street, Ventspils, Latvia, LV-3605

Bank: Swedbank;

SWIFT Code: HABALV22;

Account Nr.: LV34HABA0551014046363

IBAN: LV34HABA05510140463

9. Applications

Applications for participation must be submitted to the main contacts of the organizers and IUKL no later than 4 weeks (28 calendar days) before the start of the competition.

➤ The list of documents that must be filed in the organizing committee:

1. The application form for participation - AFP (Annex 1),
2. Scan (or file in pdf format) health insurance for each participant,
3. For participants of the group “Students” - copies of documents confirming the completion of studies at the university at the time of application or a copy of the diploma received in the previous year.
4. For participants of the group “Para-Athletes” - copies of documents confirming the disabilities and level of impairments.
5. The application form for accreditation - AFA (Annex 2).
- ✓ AFP-application specified weight class of athlete, in which he plans to start;
- ✓ AFP-application specified team composition in Relay races;
- ✓ AFP-application shall include only all athletes;
- ✓ AFA-application shall include all members of the delegation;
- ✓ AFP and AFA applications must be certified by the head of the Federation of Kettlebell Lifting of the country represented by the athlete / team.

10. Visas

All athletes and representatives of countries who need to get **invitations for visas** should inform the organizers and IUKL no later than 4 weeks (28 calendar days) before the start of the competition.

аккредитационная плата возвращается в полном размере.

Банковские реквизиты МСГС:

International Union of Kettlebell Lifting (Starptautiskā svarbumbu celšanas savienība)

Адрес: ул. Саулес 110-45, г. Вентспилс, Латвия, LV-3605

Рег. № 40008022472

Банк: Swedbank,

SWIFT код: HABALV22,

№ счета: LV34HABA0551014046363

IBAN: LV34HABA05510140463

9. Заявки

Заявки на участие должны быть поданы на основные контакты организаторов и МСГС не позднее чем за 4 недели (28 календарных дней) до начала соревнований.

➤ Список документов, которые необходимо подать в Оргкомитет соревнований:

1. Заявка на участие - ЗНУ (Приложение 1),
2. Скан-копии медицинских страховок на каждого участника,
3. Для участников группы «Студенты» - копии документов, подтверждающих прохождение обучения в ВУЗе на момент подачи заявки или копию диплома, полученного в предыдущем году.
4. Для участников группы «Пара-спортсмены» - копии документов, подтверждающих ограниченные возможности и степень нарушений.
5. Заявка на аккредитацию - ЗНА (Приложение 2).
- ✓ В ЗНУ указывается планируемая весовая категория спортсмена;
- ✓ В ЗНУ также указывается состав команды на эстафеты.
- ✓ В ЗНУ указываются только все соревнующиеся спортсмены;
- ✓ В ЗНА указывается весь состав делегации;
- ✓ Заявки (ЗНУ и ЗНА) должны быть заверены руководителем федерации гиревого спорта той страны, которую представляет спортсмен / команда.

10. Визы

Все спортсмены и представители стран, которым необходимо получить **приглашения для оформления виз**, должны сообщить об этом на основные контакты организаторов и МСГС не позднее чем за 4 недели (28 календарных дней) до начала соревнований.

11. Doping control

IUKL is a signatory of the World Anti-Doping Code and is engaged in the fight against doping in kettlebell lifting. At all IUKL competitions, as well as in the inter-competition period, foreseen for doping control.

Sampling of doping tests at IUKL competitions are carried out by representatives of accredited institutions having the necessary powers in accordance with the World Anti-Doping Agency (WADA) Code, in accordance with the WADA / IUKL regulatory documents.

Surrender to control doping test is mandatory for those athletes who are winners of the competition and are and were chosen by lot.

Refusal or failure to undergo a doping test entails the responsibility stipulated by the relevant statutory WADA / IUKL.

Records and high achievements can be only registered according to the regulation of Records Registration of IUKL, under such conditions as:

- availability of doping control at competitions;
- athlete who sets the record should pass anti doping tests.

11. Допинг-контроль.

МСГС является подписантом Всемирного Анти-допингового Кода и проводит борьбу с применением допинга в гиревом спорте. На всех соревнованиях МСГС, а также в межсоревновательный период, предусмотрено проведение допинг-контроля.

Взятие допинг-проб на соревнованиях МСГС проводится представителями аккредитованных институций имеющих необходимые полномочия в соответствии с Кодексом Всемирного антидопингового агентства (WADA), в соответствии с регламентирующими документами WADA / МСГС.

Сдача допинг-пробы является обязательной для тех спортсменов, которые являются призерами соревнований или выбраны жребием.

Отказ или уклонение от прохождения допинг-теста влечет за собой ответственность, предусмотренную соответствующими регламентирующими документами WADA / МСГС.

Рекорды и высшие достижения регистрируются в соответствии с Положением о регистрации рекордов МСГС, при условии:

- наличие допинг - контроля на соревнованиях;
- выполнение спортсменом рекорда в дисциплине и сдачи этим спортсменом допинг-теста.