

# **Reglugerð Kraftlyftingasambands Íslands (KRAFT) um kraftlyftingakeppni**

I. kafli. ALMENN ÁKVÆÐI

II. kafli. UM KEPPENDUR

III. kafli. UM MÓTAHALD

IV. kafli. UM SKRÁNINGU Á MÓT

V. kafli. UM FRAMKVÆMD MÓTA

VI. kafli. UM DÓMARA Á MÓTUM KRAFT

VII. kafli. UM VERÐLAUN OG VIÐURKENNINGAR

VIII. KAFLI. UM BROT Á REGLUM OG VIÐURLÖG

## **I. kafli. ALMENN ÁKVÆÐI**

### **1. gr. Keppnisreglur**

Mót á mótaskrá Kraft skulu fara fram samkvæmt lögum og reglugerðum KRAFT og ekki brjóta gegn lögum og reglum ÍSÍ eða IPF. Framkvæmd skal fylgja tæknireglum IPF og öðrum reglum svo sem við á, en stjórn KRAFT getur sett nánari reglur og leiðbeiningar um einstök mót og framkvæmd þeirra. Mótshaldari er framkvæmdaaðili móts og heldur það í umboði KRAFT. Öll vafaatriði og frávik skal bera undir stjórn KRAFT og eru háð samþykki stjórnar KRAFT.

### **2. gr. Keppnistímabil**

Keppnistímabilið er frá 1. janúar – 31. desember.

### **3. gr. Aldurs – og þyngdarflokkaskipting**

Aldurs- og þyngdarflokkaskipting er samkvæmt reglum IPF.

Á íslensku nefnast aldursflokkarnir: flokkur telpna /dregja, flokkur unglunga, opinn flokkur, öldungaflokkur I, II osfrv.

### **4. gr. Félagaskráning**

Allar skráningar miðast við skráningu í Felix, félagakerfi ÍSÍ. Keppendur skulu vera skráðir iðkendur í félagi innan KRAFT. Dómarar, stangarmenn, starfsmenn á ritaraborði, þjálfarar og aðstoðarmenn keppenda skulu vera skráðir iðkendur eða félagar í félagi innan KRAFT.

### **5. gr. Framkoma og ábyrgð**

Keppendur, forystumenn og aðrir fulltrúar félaga skulu jafnan sýna drengskap og forðast hvaðeina sem rýrt gæti álit almennings á íþróttinni og koma fram af hollustu, heiðarleika og sönnum íþróttanda. Þeir sem taka þátt í starfi kraftlyftingahreyfingarinnar skulu leitast við að gera ekkert það sem til vanvirðu má telja fyrir íþróttina. Sérhvert félag er ábyrgt fyrir framkomu keppenda sinna og allra þeirra sem hafa hlutverk á vegum þess í tengslum við mótahald og keppni.

## **6. gr. Þátttaka á mótum utan KRAFT**

Engum félagsmanni í aðildarfélagi að KRAFT er heimilt, án sérstaks leyfis KRAFT, að keppa, dæma, starfa eða aðstoða keppendur á kraftlyftingamótum, innanlands eða erlendis, sem haldin eru á vegum aðila sem ekki eru innan KRAFT eða undir lögsögu IPF. Með sama hætti má enginn sem er í keppnisbanni eða sem ekki er skráður í aðildarfélagi KRAFT keppa, dæma, starfa eða aðstoða keppendur á kraftlyftingamótum sem haldin eru af aðildarfélagi KRAFT án sérstaks leyfis KRAFT.

## **7. gr. Lágörk**

Stjórn KRAFT er heimilt að ákveða að lágörk skulu gilda á Íslandsmeistaramótum og öðrum mótum hverju sinni. Lágörk skulu kynnt á kraft.is og taka gildi við upphaf næsta keppnistímabils. Lágörk til þátttöku á innanlandsmótum má setja á öllum mótum sem eru á mótaskrá KRAFT.

Lágörk á búnaðarmót má setja á klassísku móti. Lágörk á klassísk mót má ekki setja á búnaðarmóti jafnvel þó keppt sé án búnaðar.

## **II. Kafli. UM KEPPENDUR**

### **8. gr. Hlutgengi**

Rétt til þátttöku í mótum hafa allir meðlimir aðildarfélaga KRAFT sem eru skuldlausir við sambandið og sín félög og eru skráðir iðkendur í kraftlyftingafélagi í Felix.

Erlendum ríkisborgurum er heimil þátttaka í mótum á mótaskrá KRAFT, en geta ekki sett Íslandsmet né hlotið Íslandsmeistaratitil.

Til að mega keppa á mótum innan KRAFT þarf keppandi að vera skráður kraftlyftingaiðkandi í aðildarfélag innan KRAFT a.m.k. mánuði fyrir mótisdag . Ef um er að ræða meistaramót þarf viðkomandi að vera skráður a.m.k. þrjú mánuði fyrir mótisdag.

Undanþága frá þessu ákvæði, t.d. vegna erlendra gestakeppenda, er háð samþykki stjórnar KRAFT. Erlendir keppendur skulu leggja fram skriflegt leyfi frá sínu sérsambandi.

Á mótum KRAFT mega þeir einir keppa sem eru hlutgengir skv. mótareglum þessum. Mótshaldara eða öðrum er ekki heimilt að leyfa öðrum að keppa á mótum KRAFT t.d. sem gestakeppendur. Undanþága frá þessu ákvæði er alfarið háð samþykki stjórnar KRAFT.

### **9. gr. Ábyrgð keppanda**

Keppandi er sjálfur ábyrgur fyrir því að allar persónlegar upplýsingar séu réttar, svo sem aldur, flokkur og keppnisréttindi. Hann æfir sig á eigin ábyrgð og ber mótshaldari og KRAFT því enga ábyrgð á meiðslum er hann kann að verða fyrir.

Geti keppandi ekki mætt til þátttöku á móti skal hann tilkynna mótshaldara og KRAFT það svo fljótt sem auðið er á netföngum sem eru gefin upp á skráningareyðublaði.

### **10. gr. Lyfjanotkun**

Öllum meðlimum í aðildarfélögum að KRAFT ber að kynna sér gildandi lög og reglur um lyfjamál og undanþágur frá þeim og fara eftir þeim. Meðlimur sem fallið hefur á lyfjaprófi, gerst brotlegur við gildandi lög og reglur um lyfjamál, sætir rannsókn fyrir meint brot eða

bíður dómsniðurstöðu sem varðar hugsanlegt brot á lögum og reglum um lyfjamál má ekki keppa, dæma, starfa eða aðstoða keppendur á mótum á vegum aðildarfélaga KRAFT fyrr en dómur er genginn í málinu.

Keppandi sem hefur hlotið refsingu vegna lyfjamisnotkunnar missir skilyrðislaust öll sín skráðu met og þarf að endurgreiða alla styrki og útlagðan kostnað sem hann hefur fengið frá sínu félagi, KRAFT eða ÍSÍ á síðustu 12 mánuðum frá gildistöku dómsins.

### **III. kafli. UM MÓTAHALD**

#### **11. gr. Flokkun móta**

Félagsmót:

Félagsmót eru ekki sett á mótaskrá KRAFT.

Auglýsing, skráning og framkvæmd er í höndum hvers félags. Keppendur skulu vera skráðir í Felix.

Opin mót:

Opin mót eru á mótaskrá KRAFT og hlíta viðeigandi greinum þessarar reglugerðar. Undirrituð keppnisskýrsla skal skila til KRAFT innan tveggja vikna og verða úrslit þá skráð í gagnabanka KRAFT. Árangur gildir sem lágmark á innanlandsmót.

Meistaramót:

Um þessi mót gilda ítrústu reglur sem tekið er á í þessari reglugerð. Á þessum mótum má setja íslandsmet og árangur gildir sem lágmark í landsliðsúrtaf.

Á hverju ári skal halda Bikarmeistaramót KRAFT í kraftlyftingum og bekkpressu og Bikarmeistaramót KRAFT í klassískum kraftlyftingum og klassískri bekkpressu svo og eftirtalin Íslandsmeistaramót: Íslandsmót/Íslandsmeistarmót í kraftlyftingum í öllum aldursflokkum, Íslandsmót/Íslandsmeistarmót í klassískum kraftlyftingum í öllum aldursflokkum, Íslandsmót/Íslandsmeistarmót í bekkpressu opinn flokkur, Íslandsmót/Íslandsmeistarmót í klassískri bekkpressu opinn flokkur og Íslandsmót/Íslandsmeistarmót í réttstöðulyftu opinn flokkur

Mótin fara fram í umboði KRAFT og má ekki nota þessi heiti á önnur mót. Mótshaldari má ekki halda önnur mót samhliða meistaramótum KRAFT nema með sérstöku leyfi stjórnar.

#### **12. gr. Mótanefnd**

Mótanefnd í umboði stjórnar KRAFT annast yfirstjórn mótamála, niðurröðun þeirra og eftirlit með framkvæmd.

Mót er aðeins gilt, að farið sé eftir lögum og reglugerðum KRAFT, IPF og ÍSÍ.

Mótanefnd getur lagt til bann við að mót fari fram, ef sýnt þykir, að ekki verði farið eftir gildandi reglum og lagt til ógildingu úrslita við stjórn KRAFT ef brotið var gegn reglum við framkvæmd mótsins. Ákvörðun um ógildingu er í höndum stjórnar.

### **13. gr. Mótaskrá**

Mótanefnd KRAFT samþykkir mót og ber ábyrgð á mótaskrá. Mótanefnd birtir mótaskrá næsta árs í síðasta lagi 1. október ár hvert að fengnu samþykki stjórnar. Skráin skal birt á kraft.is og auglýst eftir mótshaldara á öllum meistaramótum. Mótanefnd samþykkir mótshaldara á öllum meistaramótum.

Beiðni um skráningu á opnu móti á mótaskrá skal berast fyrir 1.september og fylgja eftirfarandi :

- a) nafn og lýsing móts
- b) hvort um sé að ræða mót með eða án búnaðar
- c) dagsetning og mótsstaður
- d) mótshaldari og ábyrgðarmaður

Skýrt skal taka fram hvort keppt verði með eða án búnaðar, en þessum mótum skal halda aðskildum nema með sérstöku leyfi mótanefndar. KRAFT.

Félög þurfa að vera skuldlaus við KRAFT og ÍSÍ til að fá samþykkt mót á mótaskrá.

### **14. gr. Auglýsing móta**

Önnur mót en félagsmót skal auglýsa á heimasíðu mótshaldara og á kraft.is með a.m.k. mánaðar fyrirvara.

Í auglýsingu um mót skal koma fram:

- a) hvers konar mót er um að ræða
- b) dagsetning og staðsetning
- c) mótshaldari og ábyrgðarmaður
- d) upphæð þátttökugjalds og bankaupplýsingar
- e) skráningarfrestur og hver tekur við skráningu
- f) önnur sérstök ákvæði

### **15. gr. Breytingar á mótaskrá**

Allar breytingar frá áður auglýstri mótaskrá eru háðar samþykki mótanefndar og skal gera eigi síðar en tveimur mánuðum fyrir mót nema sérstakar aðstæður krefjist þess. Mótanefnd skal strax tilkynna formönnum allra félaga breytingarnar og auglýsa á kraft.is.

### **16.gr. Ógilding og niðurfelling móta**

Stjórn KRAFT getur ógilt mót ef alvarlegur misbrestur er á framkvæmd, t.d. ef gild keppnisskýrsla berist ekki innan tveggja vikna eða óhlutgengir keppa eða starfa á mótinu. Við ógildingu skal mótshaldari greiða sekt til KRAFT að upphæð kr. 100.000,- og endurgreiða keppnisgjöld. Ef mótshaldari hættir við að halda mót sem er á mótaskrá KRAFT

án samþykkis mótanefndar eða með skemmri fyrirvara en tveimur mánuðum skal hann greiða sekt til KRAFT að upphæð kr. 100.000,-

#### **IV. kafli. UM SKRÁNINGU Á MÓT**

##### **17. gr. Þátttökuréttur**

Öll aðildarfélög KRAFT eiga rétt á að taka þátt í öllum mótum á mótaskrá KRAFT svo fremi sem þau eru skuldlaus við KRAFT og ÍSÍ

##### **18. gr. Skráningarferli**

Á félagsmótum fer skráning fram samkvæmt ákvæðum hvers félags, þó þannig að allir keppendur séu skráðir félagar í Felix.

Á opnum mótum fer skráning fram samkvæmt auglýstum ákvæðum mótshaldara. Til að tryggja hlutgengi allra keppenda skal, ekki seinna en viku fyrir mót, senda lista með kennitölum keppenda til kraft@kraft.is til yfirlestrar áður en hann er birtur.

Á meistaramótum skal skráning fara fram á þar til gerðum eyðublöðum sem má nálgast á kraft.is. Skráning sendist til mótshaldara og afrit til KRAFT með tölvupósti innan auglýsts skráningarfrests. Skrá skal bæði keppendur og aðstoðarmenn og dómara og skulu eingöngu skráðir aðilar, fulltrúi mótanefndar og fulltrúar stjórnar hafa aðgang að upphitunar- og keppnissvæði fyrir utan starfsmenn mótsins.

Listi yfir skráða keppendur á mótum sem eru á mótaskrá er birtur á kraft.is um leið og hann liggur fyrir.

##### **19. gr. Skráningarfrestur**

Skráningarfrestur á mótum á mótaskrá er tvískiptur. Fyrri skráningarfrestur er 21 dagur og má ekki bæta við keppendum eftir þann tíma. Frá skráningu á mót hafa félög viku til að ganga frá greiðslu keppnisgjalda og breytingum á skráningu í þyngdarflokka. Lokað er fyrir breytingar 14 dögum fyrir mót.

##### **20. gr. Keppnisgjald**

Aðildarfélögin greiða þátttökugjald fyrir sína keppendur innan auglýsts tímafrests og tekur skráning ekki gildi fyrr en gjaldið hefur verið greitt.

Keppnisgjald er ákveðið á kraftlyftingaþingi.

Núgildandi gjald: á mótum þar sem keppt er í öllum þremur greinum skal vera 7000 krónur, en 5500 krónur þegar keppt er í einni grein.

Stjórn KRAFT getur ákveðið önnur gjöld fyrir einstök mót.

Gjaldið rennur til mótshaldara að fráskildum 1000 ISK af hverju gjaldi sem renna til unglíngastarfs KRAFT. Gjaldkeri KRAFT innheimtir þetta gjald frá mótshaldara þegar lokaskráningarfrestur er útrunninn

##### **21. gr. Afskráning**

Ef keppandi hættir við þátttöku á móti skal hann tilkynna mótshaldara og KRAFT það svo fljótt sem auðið er á netföngum sem erum gefin upp á skráningareyðublaði.

Keppandi á ekki rétt á endurgreiðslu keppnisgjalds ef lokaskráningarfrestur er útrunninn.

## **V. kafli. UM FRAMKVÆMD MÓTA**

### **22. gr. Tímasetningar og starfsmenn á mótum**

Á meistaramótum skal mótshaldari senda tímaplan og dómatalista á netfang formanns dómara nefndar til samþykktar áður en það er birt, og skal það liggja fyrir ekki seinna en viku fyrir mót. Vigtun keppenda skal ekki hefjast fyrr en kl. 08:00 að morgni keppnisdags og keppni skal eigi hefjast fyrr en kl. 10:00 að morgni mótsdags. Stjórn KRAFT getur gefið heimild til að víkja frá framangreindu ákvæði.

Mótshaldari skal tryggja aðgang keppenda að keppnisvigt frá kl. 20:00 kvöldið fyrir mót.

Það er verkefni mótshaldara að sjá til þess að nægilegur fjöldi dómara og starfsmanna sé á mótinu.

Hvert félag sem sendir 5 eða fleiri keppendur á mót skal leggja til að minnsta kosti einn dómara.

Forskráning dómara til dómgæslu á keppnisárinu fer fram á kraft.is og skulu félög hvetja sína dómara til að nýta þann möguleika

Beiðni um skráningu keppenda öðlast þá fyrst gildi þegar ofangreindu ákvæði er fullnægt .

Forfallist skráður dómari er það á ábyrgð þess félags sem hann er fulltrúi fyrir að finna og tilkynna staðgengil. Ef tilkynntur starfsmaður eða staðgengill hans mætir ekki til starfa skal viðkomandi félag greiða kr. 10.000 í sekt til mótshaldara fyrir hvern þann starfsmann sem ekki mætir. Viðkomandi félagi er ekki heimil þátttaka á mótum fyrr en sekt hefur verið greidd.

Fyrstu tvö starfsár hvers félags hefur það heimild til að senda starfsmann í stað dómara.

Í samráði við mótshaldara getur félag sent annan starfsmann í stað dómara, t.d. stangarmann

Starfsmenn skulu vera auðkenndir með fatnaði eða merkjum.

### **23. gr. Dómgæsla**

Eingöngu dómara skráðir á gildandi dómatalista KRAFT mega dæma á mótum.

Dómgæsla á mótum skal vera samkvæmt reglum IPF. Dómara skulu ávallt vera snyrtilega klæddir og ekki í íþróttafötum. Þeir skulu ekki vera merktir tilteknu félagi.

Á öllum mótum sem eru á mótaskrá skulu þeir sem sinna dómgæslu hverju sinni koma frá amk tveimur félögum.

Ef dómari dæmir á móti sem hann sjálfur keppir á, er kvendómara óheimilt að dæma í kvennaflokkum og karldómara óheimilt að dæma í karlaflokkum.

Dómari skal ávallt mæta tímanlega til að geta gengið úr skugga um að keppnisaðstaða og vigtunaraðstaða sé fullnægjandi.

Dómara mótis skulu án tafar koma skriflegri skýrslu til stjórnar KRAFT verði þeir varir við brot gegn reglum þessum við framkvæmd mótisins.

## **24. gr. Keppnisgögn**

Mótshaldari útvegar keppnisskýrslur, meldingarmiða, borðspjöld, rásnúmerlista, og eyðublöð fyrir skoðunarmenn búnaðar og hæðartöku. Skjölin má prenta út á kraft.is

## **25. gr. Keppnisskýrsla og úrslit**

Mótshaldari ber ábyrgð á útfyllingu og undirritun keppnisskýrslu og gilda þau úrslit sem þar eru skráð ef upp kemur ágreiningur. Allir reitir skulu útfylltir og þess gætt að skýrslan sé vel læsileg. Keppnisskýrsla skal undirrituð af öllum dómurum og ritara.

Að loknu móti skal senda undirritaða keppnisskýrslu til KRAFT. Hún þarf að berast innan tveggja vikna frá mótsdegi og verða þá úrslit færð í gagnabanka KRAFT. Ef hún berst ekki innan frestsins varðar það ógildingu mótsins smbr. 16.grein.

Á félagsmótum verða úrslit birt eftir reglum félagsins.

## **26. gr. Fjármál og stuðningsaðilar**

Mótshaldari ber ábyrgð á fjármálum vegna mótsins og renna þáttökugjöld til hans nema annað sé ákveðið að frádregnum 1000 kr af hverju gjaldi sem rennur til unglíngastarfs KRAFT.

Stjórn KRAFT áskilur sér rétt til að banna auglýsingar og skreytingar / orðsendingar á mótsstað ef þær eru taldar stríða gegn anda íþróttarinnar eða almennu velsæmi eða eru í andstöðu við samninga sem KRAFT hefur gert.

## **VI. kafli. UM DÓMARA Á MÓTUM KRAFT**

### **27. gr. Dómararéttindi**

Eingöngu dómara af dómaraalista mega dæma á mótum KRAFT. Listi yfir dómara með réttindi til að dæma skal ávallt aðgengilegur á kraft.is. Dómaranefnd KRAFT ber ábyrgð á að listinn sé réttur hverju sinni.

Til að vera á listanum þurfa dómara að uppfylla eftirtalin skilyrði:

- hafa staðist dómarapróf KRAFT
- vera skráður félagi eða iðkandi í kraftlyftingafélagi í Felix
- hafa dæmt á móti á vegum KRAFT eða tekið þátt í upprifjunarnámskeiði á sl. tveimur árum

Allir dómara hafa dómaraskírteini þar sem dómgæsla er skráð og vottuð af mótshaldara og gildir það sem staðfesting á dómgæslu. Dómari ber ábyrgð á að skírteinið sé uppfært. Dómari á dómaraalista KRAFT sem dæmir á kraftlyftingamóti sem ekki heyrir undir KRAFT eða IPF án sérstaks leyfis stjórnar KRAFT fellur sjálfkrafa út af dómaraalista.

## **VII. kafli. UM VERÐLAUN OG VIÐURKENNINGAR**

### **28.gr. Verðlaun veitt af mótshaldara**

Á félagsmótum og opnum mótum eru verðlaunaveitingar alfarið í höndum mótshaldara.

Á meistaramótum skal mótshaldari veita verðlaun fyrir þrjú efstu sætin í hverjum þyngdarflokkum og til stigahæsta keppenda í karla- og kvennaflokkum. Á aldursskiptum mótum

skal verðlauna stigahæsta keppenda í telpnaflokki, drengjaflokki, unglingsflokk karla og kvenna og öldungaflokki karla og kvenna (ein öldungaverðlaun karla og ein kvenna).

Mótshaldari má líka veita önnur verðlaun ef honum svo sýnist, t.d. fyrir stigahæstu lyftur í einstökum greinum og stigahæsta liðið.

### **29. grein. Verðlaun og viðurkenningar veitt af KRAFT**

KRAFT veitir eftirfarandi verðlaun á hverju ári

Á Bikarameistaramótum KRAFT í kraftlyftingum og klassískum kraftlyftingum, bekkpressu og klassískri bekkpressu:

Farandbikar fyrir stigahæstu keppendur í karla- og kvennaflokki.

Í lok keppnistímabils:

Viðurkenningar til kraftlyftingamanna ársins í karla- og kvennaflokki og liða ársins í karla- og kvennaflokki.

## **VIII. KAFLI. UM BROTT Á REGLUM OG VIÐURLÖG**

### **30. grein.**

Þeir sem verða varir við brott á þessum reglum skulu koma skriflegum ábendingum þar um sem fyrst til stjórnar KRAFT.

Tekið er við ábendingum frá stjórnnum aðildarfélaganna, dómurum, nefndarmönnum, starfsmönnum og stjórnarmönnum KRAFT.

Með brott á þessum reglum verður farið eins og lög og reglugerðir sambandsins kveða á um.

Reglugerð þessi öðlast þegar gildi.

Samþykkt á fundi stjórnar Kraftlyftingasambands Íslands 15.apríl 2019