



# PUCHAR ZARZĄDU GŁÓWNEGO AZS w Trójboju Siłowym Kobiet

## Regulamin techniczny

### I. PROGRAM ZAWODÓW:

1. Zawody obejmują:
  - a. przysiady ze sztangą
  - b. wyciskanie sztangi leżąc
  - c. martwy ciąg
2. Przepisy ogólne - zgodnie z regulaminem PZKFiTS.
3. Sprzęt i jego opis techniczny - zgodnie z regulaminem PZKFiTS.
4. Kostium i wyposażenie osobiste - zgodnie z regulaminem PZKFiTS.
5. Boje siłowe i ich wykonanie - zgodnie z regulaminem PZKFiTS.
6. Ważenie - zgodnie z regulaminem PZKFiTS.
7. Porządek zawodów - dostępny będzie po zamknięciu listy zgłoszeń.

### II. SPOSÓB RYWALIZACJI I PUNKTACJA:

1. W zawodach prowadzone są następujące klasyfikacje:
  - indywidualna - dla każdej kategorii wagowej - indywidualna klasyfikacja medalowa w poszczególnych kategoriach wagowych wg osiągniętych wyników trójboju.
  - drużynowa - obejmująca wszystkie kategorie wagowe - podstawą klasyfikacji drużynowej jest punktacja zawodników wg formuły Wilks'a.
2. Klasyfikacja indywidualna prowadzona będzie w kategoriach wagowych 57kg, 63kg, 72kg, 84kg, +84kg.
3. Do punktacji drużynowej uwzględniane są 3 najlepsze zawodniczki danej uczelni bez względu na kategorię wagową.
4. Zwycięzcą zostaje ta drużyna, która zgromadzi największą liczbę punktów Wilks'a.
5. Punktacja prowadzona jest dla wszystkich startujących zawodniczek.
6. W przypadku zdobycia przez dwie lub więcej uczelni równej ilości punktów, o kolejności zajętych miejsc decyduje większa ilość pierwszych miejsc, następnie drugich, itd.
7. Zespoły są klasyfikowane w punktacji drużynowej, jeżeli w zawodach zostaną sklasyfikowane minimum 2 zawodniczki.

**Akademicki Związek Sportowy  
Uniwersytetu Śląskiego**

ul. Bankowa 12  
40-007 Katowice

tel. 32 359 1997  
e-mail [azs@us.edu.pl](mailto:azs@us.edu.pl)

