

2018

IWF HANDBOOK 2018

IWF:N TEKNISET- JA KILPAILUSÄÄNNÖT, SEKÄ
ERILLISMÄÄRÄYKSET 2018-2020
KÄÄNNÖS TAISTO KUOPPALA JA SANTERI SILTALA

SISÄLTÖ

1	Osanottajat	4
1.1	Ikäryhmät	4
1.2	Painoluokat	4
2	Kaksi nostomuotoa	7
2.1	Yleistä	7
2.2	Tempaus	7
2.3	Työntö	7
2.4	Kaikkia nostoja koskevat yleiset säännöt	8
2.5	Virhesuoritukset	9
2.6	Epätäydelliset liikesuoritukset ja asennot	10
3	Tilat, välineet ja dokumentit	11
3.1	Kilpailualue (FOP = Field of Play)	11
3.2	Kilpailupaikan muut tilat	13
3.3	Välineet	14
3.4	Viralliset kilpailuasiakirjat ja lomakkeet	20
4	Kilpailijoiden VARUSTEET	25
4.1	Yleistä	25
4.2	Asu	25
4.3	Painonnostokengät	26
4.4	Vyö	26
4.5	Siteet ja laastarit ja teipit	26
4.6	Hansikkaat ja kämmensuojat	27
4.7	Muut asusteet	28
4.8	Henkilökohtaiset elektroniset laitteet	28
4.9	Valmistajien identifiointi (tuotemerkit)	29
5	Kilpailut	30
5.1	IWF:n kilpailutapahtumat	30
5.2	Mm-kilpailut	30
5.3	Olympialaiset	31
5.4	Nuorten olympialaiset	31
5.5	Nk. Multisport games – muut kuin olympialaiset	31
5.6	Yliopistojen (fisu:n) mm-kilpailut	32
5.7	Universiadit	33

6	IWF:n kilpailutapahtuma	34
6.1	Kilpailua edeltävät toimenpiteet – ilmoittautuminen	34
6.2	Lopullisten ilmoittautumisten vahvistus.....	35
6.3	Arpominen ja Tekninen kongressi / konferenssi	35
6.4	Punnitus.....	36
6.5	Esittely	36
6.6	Kilpailun kulku.....	37
6.7	Tauko.....	39
6.8	Urheilijoiden ja joukkueiden paremmuusjärjestys	39
6.9	Palkintojenjakoseremonia.....	41
7	Tekniset toimihenkilöt	42
7.1	Määrittely	42
7.2	Yleiset ehdot	42
7.3	Tuomareiden luokkakorotus	43
7.4	Mm- kisojen ja olympialaisten tekniset toimihenkilöt.....	45
7.5	JURY	46
7.6	Kilpailun johtaja.....	48
7.7	Tuomarit	49
7.8	Teknisen tarkastaja.....	50
7.9	Pääyhdyshenkilö.....	51
7.10	Ajanottaja	52
7.11	Kilpailujen sihteeri.....	52
7.12	Kuuluttaja	53
7.13	Kilpailujen lääkäri.....	54
7.14	Muu tukihenkilöstö.....	55
8	Ennätykset.....	55
9	Seremoniat	56
9.1	Avajaiset	56
9.2	Päättäjäiset.....	56
10	Säännökset.....	56
10.1	Kielieroavuudet.....	56
10.2	Tulkinta.....	56
10.3	Proteesit	56
	Määräykset	58
	Määräys sääntöön 1.2 - kilpailusarjat.....	58

Määräys sääntöön 3.1.1 – Kilpailulava ja koroke	59
Määräys sääntöön 3.3.2 – Kilpailulava	59
Määräys sääntöön 3.3.3 – Tanko	60
Määräys sääntöön 3.3.3.11 - Kuormaustaulukko.....	65
Määräys sääntöön 3.3.4 – Vaa'at	79
Määräys sääntöön 3.3.5 – Kilpailunumerot / Urheilijaluvat / Huoltajaluvat.....	79
Määräys sääntöön 3.3.6.1 – Tuomarivalojärjestelmä	80
Määräys sääntöön 3.3.6.12 Juryn kontrolliyksikkö.....	81
Määräys sääntöön 3.3.6.14 - Ajanottolaite.....	81
Määräys sääntöön 5.1 - IWF:n kilpailutapahtumat.....	81
Määräys sääntöön 5.2 - Maailmanmestaruuskilpailut	83
Määräys sääntöön 6.4 - Punnitus	88
Määräys sääntöön 6.5 - Esittely.....	91
Määräys sääntöön 6.6.5 - 20 kilon sääntö	92
Määräys sääntöön 6.6.6 - Kuulutusjärjestys ja sääntöön 6.8 paremmuusjärjestys.....	93
Määräys sääntöön 6.9 - Palkintojenjakoseremoniat	95
Määräys sääntöön 7.3 - Tuomareiden luokkakorotus	96
Määräys sääntöön 7.5 - Jury	99
Määräys sääntöön 7.9. - Pääyhdyshenkilö	99
Määräys sääntöön 7 - Muu kilpailuhenkilöstö	100
Määräys sääntöön 9 - Seremoniat.....	101
9.1 Avajaiset	101
9.2 Päätäjäiset.....	102

1 OSANOTTAJAT

1.1 IKÄRYHMÄT

1.1.1 Painonnostourheilussa järjestetään kilpailuja miehille ja naisille. Urheilijat kilpailevat säännöissä määritellyissä sarjoissa ikänsä ja painonsa mukaan.

1.1.2 Toiminnassaan IWF hyväksyy neljä (4) ikäluokkaa:

TYTÖT	JA	POJAT:	13-17-vuotiaat
JUNIORIT:			15-20-vuotiaat
SENIORIT:	15-vuotiaat	ja sitä	vanhemmat
MASTERS:	35-vuotiaat ja sitä vanhemmat		

Kaikki ikäluokat määräytyvät urheilijan syntymävuoden mukaan.

1.1.3 Olympialaisiin ja nuorten olympialaisiin pätevät Kansainvälisen Olympiakomitean säännöt

1.1.4 Kansainvälisen Yliopistojen Urheiluliiton (FISU)alaisissa kilpailuissapätevät FISU:n säännöt.

1.2 PAINOLUOKAT

1.2.1 Miehillä, sekä junioreilla että senioreilla, on kahdeksan (8) painoluokkaa. Kaikki IWF:n sääntöjen mukaan järjestettävät kilpailut käydään seuraavissa painoluokissa ja järjestyksessä:

1. 56kg
2. 62kg
3. 69kg
4. 77kg
5. 85kg
6. 94kg
7. 105kg
8. +105kg

1.2.2 Naisilla, sekä junioreilla että senioreilla, on kahdeksan (8) painoluokkaa. Kaikki IWF:n sääntöjen mukaan järjestettävät kilpailut käydään seuraavissa painoluokissa ja järjestyksessä:

1. 48kg
2. 53kg
3. 58kg

4. 63kg
5. 69kg
6. 75kg
7. 90kg
8. +90kg

1.2.3 Poikien (17 v) ikäluokassa on kahdeksan (8) painoluokkaa. Kaikki IWF:n teknisten kilpailusääntöjen ja määräysten mukaiset kilpailut tulee järjestää näissä sarjoissa ja tässä järjestyksessä paitsi nuorten Olympialaiset, joihin pätee eri määräykset.

1. 50kg
2. 56kg
3. 62kg
4. 69kg
5. 77kg
6. 85kg
7. 94kg
8. +94kg

1.2.4 Tyttöjen (17 v) ikäluokassa on kahdeksan (8) painoluokkaa. Kaikki IWF:n teknisten kilpailusääntöjen ja määräysten mukaiset kilpailut tulee järjestää näissä sarjoissa ja tässä järjestyksessä paitsi nuorten Olympialaiset, joihin pätee eri määräykset.

1. 44kg
2. 48kg
3. 53kg
4. 58kg
5. 63kg
6. 69kg
7. 75kg
8. +75kg

1.2.5 Nuorten Olympialaisten painoluokat:

Pojat:

1. 56 kg
2. 62 kg
3. 69 kg
4. 77 kg
5. 85 kg
6. +85 kg

Tytöt:

1. 44 kg
2. 48 kg
3. 53 kg
4. 58 kg
5. 63 kg
6. +63 kg

- 1.2.6 IWF:n alaisissa kv-kilpailuissa kukin jäsenmaa voi ilmoittaa enintään kymmenen (10) miesurheilijan ja kymmenen (10) naisurheilijan kokoisen joukkueen. Osallistua voi kuitenkin vain kahdeksalla (8) mies- ja kahdeksalla (8) naisurheilijalla siten että eri painoluokissa voi olla enintään kaksi urheilijaa samasta maasta.

Poikkeustapaukset:

- Olympialaiset
- Nuorten olympialaiset
- Nk. multisport games

- 1.2.7 Kilpailuissa urheilija saa kilpailla vain yhdessä painoluokassa. Poikkeuksen muodostaa tapaus, jolloin eri ikäluokkia on yhdistetty samaan kilpailuun (esim. 17 vuotiaat nostavat omassa ikäluokassaan, nuorten ikäluokassa ja yleisessä sarjassa). Näissä tapauksissa järjestäjien tulee huomioida kilpailuaikataulua laatiessaan se, että urheilija voisi nostaa vain yhdessä kilpailussa ja tulos huomioitaisiin myös muihin mahdollisiin ikäluokkiin.

2 KAKSI NOSTOMUOTOA

2.1 YLEISTÄ

Painonnostourheilussa IWF hyväksyy kaksi (2) nostomuotoa, joiden tulee tapahtua seuraavassa järjestyksessä: a) tempaus b) työntö.

Kummatkin nostot on suoritettava kaksin käsin. Kummassakin nostomuodossa on kolme (3) yritystä.

2.2 TEMPAUS

2.2.1 Ennen noston alkua tanko on vaakasuorassa nostolavan keskellä. Nostaja ottaa alkuasennon kyykistyen ja tarttumalla tankoon, joka on nostajan edessä, kämmenpuolet alaspäin ja nostaa sen yhdellä liikkeellä nostolavasta suorille käsivarsille pään yläpuolelle joko saksi- tai kyykkytyyliä käyttäen. Tämän yhtäjaksoisen nostoliikkeen aikana tanko liikkuu lähellä vartaloa ja saa liukua reisiä myöten. Ainoastaan jalkaterät saavat koskettaa nostolavaa tempausnostonaikana. Nostaja saa käyttää kyykky- tai saksiasennosta nousemiseen niin paljon aikaa kuin hän tarvitsee. Nostettu paino on pidettävä liikkumattomana loppuasennossa kädet ja jalat täydellisesti ojennettuina ja jalkaterät, vartalo ja tanko samalla linjalla. Nostaja odottaa tuomareiden alaskomentomerkkiätangon laskemiseksi lavalle. Tuomarit antavat alaskomentomerkkin heti kun nostaja saavuttaa kaikilta kehon osilta liikkumattoman loppuasennon.

2.3 TYÖNTÖ

2.3.1 Ensimmäinen vaihe, rinnallevedo:

Ennen noston alkua tanko on vaakasuorassa nostolavan keskellä. Nostaja ottaa alkuasennon kyykistyen ja tarttumalla tankoon, joka on nostajan edessä, kämmenpuolet alaspäin ja nostaa sen yhdellä liikkeellä lattiasta olkapäiden korkeudelle käyttäen joko saksi-tai kyykkytyyliä. Tämän yhtäjaksoisen nostoliikkeen aikana tanko liikkuu lähellä vartaloa ja saa liukua reisiä myöten. Tanko ei saa koskettaa rintaa ennen rinnallevedon loppuasentoa, jolloin tanko lepää solisluiden päällä, rintakehällä tai koukistetuille käsivarsilla. Ainoastaan jalkaterät saavat koskettaa nostolavaa rinnallevedon aikana. Jalkaterät asetetaan yhdensuuntaisesti samalle linjalle ja jalat ojennetaan suoriksi ennen ylöstyöntöä. Nostaja voi aikarajoituksetta tulla tähän asentoon. Jalkaterien tulee olla rinnakkain ja sivulta katsottuna samassa linjassa vartalon ja tangon kanssa.

2.3.2 Toinen vaihe, ylöstyöntö:

Nostajan on oltava hetki liikkumatta rinnallevedon jälkeen ennen ylöstyöntöä. Jalkojen koukistuksella ja sitä seuraavalla jalkojen ja käsien yhtäaikaisella ojennuksella nostaja nostaa tangon täysin ojennetuille käsivarsille pään yläpuolelle yhdellä yhtäjaksoisella liikkeellä. Loppuasennossa nostaja saattaa jalat takaisin samalle linjalle käsien ja jalkojen ollessa ojennettuina jalkaterät, vartalo ja tanko samalla linjalla.

Nostaja odottaa tuomareiden alas-komentomerkkiä tangon laskemiseksi nostolavalle. Tuomarit antavat alas-komennon heti, kun nostaja saavuttaa kaikilta kehon osilta liikkumattoman loppuasennon.

Ennen ylöstyöntöä, nostaja saa korjata tangon asentoa seuraavista syistä:

- a) siirtää peukalot samalle puolelle tankoa muiden sormien kanssa tai avata ne sormilukosta, jos hän on sitä käyttänyt.
- b) jos hengitys on estynyt
- c) jos tanko aiheuttaa kipua
- d) muuttaa oteleveyttä

Tangon asettelua edellä mainituista syistä ei voida katsoa erilliseksi ylöstyöntöyritykseksi.

2.4 KAIKKIA NOSTOJA KOSKEVAT YLEISET SÄÄNNÖT

2.4.1 Sormilukkotekniikan käyttö on sallittua. Sormilukko tarkoittaa peukalon viimeisen nivelenpeittämistä saman käden muilla sormilla tankoon tartuttaessa.

2.4.2 Tuomarien on hylättävä kaikki sellaiset kesken jääneet nostoyritykset molemmissa nostomuodoissa, joissa tanko on noussut polvien korkeudelle.

2.4.3 Tuomarien antaman alas-komentomerkin jälkeen nostajan on laskettava tanko alas vartalonsa etupuolelta, eikä hän saa pudottaa sitä tahallaan eikä tahattomasti. Hän saa irrottaa otteensa tangosta, kun se on laskeutunut hänen hartiatasonsa alapuolelle.

- 2.4.4 Jos nostaja jonkin anatomisen epämuodostuman vuoksi ei voi ojentaa käsivarttaan täysin suoraksi, on hänen ilmoitettava tästä kilpailun kolmelle tuomarille ja jurylle ennen kilpailun alkamista ja vielä muistutuksena ennen jokaista nostoa ollessaan lavalla. Ilmoitusvelvollisuus anatomisesta poikkeuksesta on täysin urheilijan vastuulla. Jury voi halutessaan pyytää kilpailulääkärin tutkimaan urheilijan.
- 2.4.5 Nostaja saa tempauksessa tai rinnallevedossa käyttää kyykkyjoustoja helpottaakseen ylösnousuaan.
- 2.4.6 Magnesiumin (magnesium karbonaatti) käyttö käsissä, reisissä jne. on sallittua.
- 2.4.7 Rasvan, öljyn, veden, talkin tai muun vastaavan liukastusaineen käyttö reisissä on kielletty. Nostajalla ei saa olla reisissään mitään em. ainetta saapuessaan kilpailualueelle. Nostajaa, joka käyttää ko. liukasteita, on määrättävä poistamaan ne välittömästi. Mikäli kello on käynnissä sitä, ei pysäytetä pois pyyhkimisen aikana.
- 2.4.8 Nostaja itse vastaa siitä, että hän saattaa loppuun jokaisen kilpailunoston IWF:n teknisten- ja kilpailusääntöjen, sekä tehtävissään olevien teknisten toimihenkilöiden vaatimusten mukaan.

2.5 VIRHESUORITUKSET

2.5.1 Kaikkia nostoja koskevat virhesuoritukset ja -asennot

- 2.5.1.1 Veto riipuksista mikä tarkoittaa tangon liikkeen pysähtymistä vedon aikana.
- 2.5.1.2 Koskeminen lattiaan muulla ruumiinosalla kuin jalkaterillä.
- 2.5.1.3 Tauko käsivarsien ojennuksen aikana.
- 2.5.1.4 Noston päättyminen punnerrukseen mikä tarkoittaa sitä että saavutettuaan alle menon syvimmän asennon kyykky- tai saksiasennossa sekä tempauksessa että työnnössä, nostajan kädet jatkavat ojennusliikettä.
- 2.5.1.5 Käsivarsien koukistaminen ja ojentaminen siirryttäessä loppuasentoon.
- 2.5.1.6 Lavalta poistuminen kesken nostosuorituksen, ts. jokin kehonosa koskettaa nostolavan ulkopuolella olevaa aluetta.

2.5.1.7 Tangon pudottaminen hartiatason yläpuolelta.

2.5.1.8 Tangon laskeminen lavalle epäonnistuu; tanko on kokonaisuudessaan laskettava lavalle.

2.5.1.9 Nostaja ei ole alkuasennossa kohtisuoraan keskituomaria kohden.

2.5.1.10 Tangon laskeminen ennen tuomarien alas komentomerkkiä.

2.5.2 Tempausta koskevat virhesuoritukset

2.5.2.1 Tangon pysähtyminen noston aikana.

2.5.3 Rinnallevetoa koskevat virhesuoritukset

2.5.3.1 Tangon kääntyminen tai asettuminen rinnalle alemmaksi kuin lopullinen asento aiheuttaen nk. kaksoiskäännön ja usein kutsutun epäpuhtaan rinnallekäännön.

2.5.3.2 Kyynärpään tai olkavarren koskettaminen reiteen tai polveen.

2.5.4 Ylöstyöntöä koskevat virhesuoritukset

2.5.4.1 Jokainen selvästi aloitettu ylöstyöntöyritys, jota ei suoriteta loppuun. Tällä tarkoitetaan vartalon tai polvien taivuttamista.

2.5.4.2 Jokainen tahallinen tangon heilauttaminen, jolla pyritään saavuttamaan etua nostossa. Nostajan on oltava liikkumatta ennen ylöstyönnön aloittamista.

2.6 EPÄTÄYDELLISET LIIKESUORITUKSET JA ASENNOT

2.6.1 Noston lopussa eriaikainen tai epätäydellinen käsivarsien ojennus.

2.6.2 Noston päättyminen loppuasentoon, jossa jalkaterät eivät ole sivulta katsottuna samalla linjalla yhdensuuntaisesti vartalon ja tangon kanssa.

2.6.3 Polvien epätäydellinen ojentuminen noston loppuasennossa.

3 TILAT, VÄLINEET JA DOKUMENTIT

3.1 KILPAILUALUE (FOP = FIELD OF PLAY)

Painonnostourheilussa kilpailualue koostuu seuraavista tiloista:

- Kilpailulava ja koroke
- Kilpailutoimihenkilöiden ja teknisten toimihenkilöiden pöydät
- Lämmittelyalue

3.1.1 Kilpailulava ja koroke (kilpailuareena)

3.1.1.1 Kaikki nostot tulee suorittaa kilpailulavalla.

3.1.1.2 Kilpailulavan ympärillä on oltava metrin levyinen vapaa alue. Tämän alueen on oltava tasainen ja sillä ei saa olla mitään esteitä; ei myöskään levypainoja.

3.1.1.3 Jos kilpailulava on sijoitettu korokkeelle, korokkeen tulee noudattaa sitä koskevia määräyksiä 3.1.1

3.1.1.4 Magnesiumia ja hartsia pitää olla nostajien käytettävissä heti heidän noustessaan lavalle.

3.1.1.5 Tangon ja lavan puhdistamista varten kilpailulavan läheisyyteen tulee varata antiseptista puhdistusainetta, teräsharjoja, puhdistusharjoja ja rättejä levynvaihtajien ja erityisesti tangon desinfiointiin nimettyjen henkilöiden käyttöön.

3.1.1.6 Paarit tai sairaankuljetukseen tarkoitettu kantoteline tulee olla sijoitettuna kilpailulavan/korokkeen lähelle.

3.1.1.7 Kilpailukorokkeen läheisyyteen tulee merkitä joukkueen valmennusjohdolle osoitettu paikka.

3.1.1.8 Kilpailutapahtuma voidaan järjestää useammalla kilpailulavalla samanaikaisesti

3.1.2 Teknisten toimihenkilöiden ja kilpailusihteeristön pöydät

Kaikissa IWF:n kilpailuissa teknisten toimihenkilöiden ja kilpailun sihteeristön työpöydät noudattavat samaa kaavaa.

- 3.1.2.1 Juryn pöytä: sijoittuu niin, että siitä on esteetön näköala kilpailulavalle ja korokkeelle. Juryn pöydän etäisyys kilpailulavan keskipisteestä saa olla enintään 10 m ja se sijoittuu sivutuomarin ja keskituomarin pöytien väliin sille puolelle, mistä urheilijat nousevat kilpailukorokkeelle.
- 3.1.2.2 Tuomareiden pöydät:
- a) Keskituomarin tulee istua neljän (4) metrin etäisyydellä kilpailulavan etureunasta mitattuna tuomaripöydän takareunaan ja samassa linjassa kilpailulavan keskipisteen kanssa.
 - b) Sivutuomareiden tulee istua samassa linjassa keskituomarin kanssa ja 3-4 metrin etäisyydellä hänestä.
 - c) Varalla olevalle tuomarille tulee olla merkitty istuin kilpailualueella.
- 3.1.2.3 Kilpailulääkärin pöytä: Kilpailulääkäreille tulee varata istuin ja pöytä lähelle portaita, mistä urheilijat nousevat kilpailukorokkeelle ja lämmittelypuolelle tarkoitukseen sopivaan paikkaan.
- 3.1.2.4 Kilpailusihteeristön pöydät: Tarpeellinen määrä pöytiä ja tuoleja tulee varata sihteeristölle sille puolelle kilpailukoroketta, mistä urheilijat nousevat kilpailukorokkeelle.
- 3.1.2.5 Levynvaihtajien sijainti: Levynvaihtajille varattu alue tuoleineen sijaitsee vastapäätä nostajien kilpailukorokkeelle johtavia portaita.
- 3.1.2.6 IWF:n henkilöille nimetty pöytä: MM-kilpailuissa ja Olympialaisissa tulee varata 3-5 henkilölle pöytä, joka sijaitsee juryn pöydän kanssa symmetrisesti kilpailukorokkeeseen nähden.

3.1.3 Verryttelyalue

3.1.3.1 Kilpailuun valmistautumista varten kilpailijoilla tulee olla käytössä verryttelyalue, joka sijaitsee lähellä kilpailulavaa. Tällä alueella tulee olla:

- tarpeellinen määrä numeroituja lämmittelylavoja alkaen numerosta 1
- tankoja, magnesiumia, hartsia jne. riittävästi ottaen huomioon kilpailijoiden lukumäärä
- kovaääninen, joka on yhteydessä kuuluttajan mikrofoniin
- reaaliaikainen tulostaulu
- nostoyritystaulu
- virallisen ajanottolaitteen näyttö
- reaaliaikainen videokuva kilpailulavan tapahtumista
- pääyhdyshenkilön ja kilpailulääkärin pöydät
- vettä ja virvoitusjuomia
- jäätä mahdollisten vammojen hoitoon
- tarvittaessa muita pöytiä
- saniteettitilat (ei pakollinen)

3.1.3.2 Kilpailusihteeri ilmoittaa punnituksen yhteydessä kilpailijoiden kilpailunumeron mukaan lämmittelylavat.

3.2 KILPAILUPAIKAN MUUT TILAT

3.2.1 IWF:n kilpailuissa pitää kilpailupaikalla olla seuraavat lisätilat:

- Anti-Doping kontrollitilat
- Pukeutumistilat sisältäen suihkun
- Urheilijoiden lepotilat
- Kilpailuorganisaation toimistot
- Ensiaputilat/lääkäreiden operaatiohuone
- IWF:n kokoustila
- IWF:n toimistotilat (presidentin, pääsihteerin ja sihteeristön huoneet)

- Lehdistökeskus
- Sauna
- Teknisten toimihenkilöiden huone
- Harjoitustilat (voivat sijaita myös muualla mutta mieluummin kilpailupaikan yhteydessä)
- VIP-tilat
- Punnitus- ja kontrollipunnitustilat

3.2.2 Kilpailupaikalla ja muissa tiloissa on sallittu vain IWF:n hyväksymät ammattimaista kuvauskalustoa käyttävät henkilöt (kamerat, videonauhoituslaitteisto, kuvauslennokit).

3.3 VÄLINEET

3.3.1 Yleiset määräykset

3.3.1.1 Olympialaisissa, Nuorten Olympialaisissa, maanosien ja alueiden monilajikilpailuissa, maanosien ja alueiden mestaruuskilpailuissa ja FISU:n kilpailuissa voidaan käyttää ainoastaan IWF:n lisenssin omaavia urheiluvälineitä.

3.3.1.2 IWF:n hallitus valitsee lisenssin omaavien valmistajien joukosta tankovalmistajat jalavavalmistajat Olympialaisiin ja Nuorten Olympialaisiin.

3.3.1.3 IWF:n Technology and Information System (TIS) tietokoneohjelman käyttö on pakollista MM-kilpailuissa (17v, nuoret ja yleinen sarja), FISU:n MM-kilpailuissa, Grand Prix ja maanosien Olympialaisten valintakilpailuissa.

3.3.2 Kilpailulava

IWF valtuuttaa kahdenlaisten painonnostolavojen käytön; Kilpailu- ja lämmittely/harjoituslavat. Molempien tulee täyttää seuraavat laatuvaatimukset:

3.3.2.1 Kilpailulava:

- neliskulmainen
- mitat 4m x 4m
- korkeus 0,1m

3.3.2.2 Lämmittely/harjoituslava:

- mitat 3m leveä ja 2,5-3m pitkä

3.3.3 Kilpailutanko

3.3.3.1 Tanko koostuu seuraavista osista:

- Tanko
- Levyt
- Lukot

3.3.3.2 Tanko

Sekä miesten että naisten kilpailu-ja harjoitustankojen tulee täyttää seuraavat vaatimukset:

3.3.3.3 Miesten tanko painaa 20kg.

3.3.3.4 Naisten tanko painaa 15kg.

3.3.3.5 Levyt

IWF valtuuttaa kahdenlaisten levyjen käytön: Kilpailu-ja harjoituslevyt. Molempien tyyppien tulee täyttää seuraavat vaatimukset;

3.3.3.6 Kilpailulevyt (paino kiloina / väri)

25 kg	punainen
20 kg	sininen
15 kg	keltainen
10 kg	vihreä
5 kg	valkoinen
2,5 kg	punainen
2 kg	sininen
1,5 kg	keltainen
1 kg	vihreä
0,5 kg	valkoinen

3.3.3.7 Harjoittelulevyt

- värit kuten kilpailulevyissä
- voidaan myös valmistaa mustina varustettuna painon mukaisella värireunuksella ja tekstillä "Harjoitus"

3.3.3.8 Lukot

Levypainojen kiinnittämiseksi tankoon jokaiseen tankoon kuuluu lukot molempiin päihin. Lukkojen tulee täyttää seuraavat vaatimukset:

- kaksi lukkoa yhtä tankoa kohden
- lukon paino 2,5kg kpl

3.3.3.9 Kilpailulevyjä tulee käyttää kilpailulavan tangossa sekä verryttelytilan tangoissa.

3.3.3.10 Harjoittelulevyjä saa käyttää harjoittelupaikalla poikkeuksena Olympialaiset ja Nuorten Olympialaiset tai jos IWF niin päättää.

3.3.3.11 Tangon lastaus

Levyt lastataan ja varmistetaan lukoilla tangon puslaan. Tanko lastataan painavimmat levyt ensin ja kevyemmät sitten laskevassa järjestyksessä tangonpäähän päin. Levyt tulee lastata niin, että sekä tuomarit että juryn jäsenet voivat tunnistaa kaikkien levyjen painomäärät.

3.3.3.12 Tarpeellinen määrä miesten ja naisten tankoja ja levyjä tulee olla käytössä jokaiseen kilpailuun.

3.3.4 Vaa'at

3.3.4.1 Maailmanmestaruuskilpailuissa, Olympialaisissa ja muissa IWF:n alaisissa kilpailuissa pitää olla käytettävissä useita identtisiä vaakoja

3.3.5 Kilpailunumerot / kulkuluvat

3.3.5.1 Kilpailunumeroita käytetään kilpailijoiden tunnistamisen vuoksi kilpailun aikana. Kullekin ryhmälle jaetaan kilpailunumerot urheilijoiden arpanumeron mukaisesti.

3.3.5.2 Urheilijoille jaetaan kulkuluvat kilpailuryhmittäin ja ne ovat voimassa ainoastaan kyseissä kyseisen ryhmän kilpailun keston ajan.

3.3.5.3 Joukkueen valmennusryhmän tulee kantaa kulkulupia kilpailun aikana heidän tunnistamiseksi. Jokaisen ryhmän urheilijoiden valmennusryhmille jaetaan kulkuluvat, jotka ovat voimassa ainoastaan kyseisen ryhmän kilpailun keston ajan.

3.3.6 Kilpailujen tietojärjestelmä

TIS (= Technology and Information System) on laaja kilpailun ohjaukseen tarkoitettu sovelluskokonaisuus, joka sisältää varsinaisen ohjelman (softan) ja seuraavat laitteet:

3.3.6.1 Tuomarivalojärjestelmä

3.3.6.2 Tuomarivalojärjestelmä on laitteisto, jolla tuomarit antavat tuomiot nostoista.

3.3.6.3 Tuomarivalojärjestelmä sisältää yhden kontrollikonsolin jokaista kolmea tuomaria kohden ja yhden kontrollikonsolin jurya varten.

3.3.6.4 Kunkin heistä on annettava alas komento painamalla valkoista painiketta hyväksytyt noston ollessa kyseessä ja punaista painiketta hylätyn noston ollessa kyseessä aina voimassa olevien, kaikkia nostoja koskevien sääntöjen mukaan.

3.3.6.5 Heti kun kaksi tuomareista on antanut samanlaisen tuomion, valojärjestelmä antaa nostajalle sekä näkyvän että kuuluvan alas komennon tangon laskemiseksi lavalle.

3.3.6.6 Mikäli yksi tuomareista painaa valkoista painiketta ja toinen punaista, kolmannen reagoimatta mitenkään, viimeksi mainittu kuulee tuomarilaitteestaan jaksottaisen äänimerkin, joka kehottaa häntä tekemään päätöksen.

3.3.6.7 Äänimerkki on vain muistutus tuomarille; Tuomarin tulee olla varma tuomiostaan joko Hyväksytty nosto tai Hylätty nosto. Äänimerkin tarkoitus ei ole pakottaa tuomaria tekemään päätöstään. Kun kaksi valkoista valoa tai kaksi punaista valoa on syttynyt ja Alas-äänimerkki on kuulunut ja näkynyt ja kolmas tuomari ei ole antanut tuomiotaan, laitteisto muistuttaa häntä yhtämittäisellä äänimerkillä antamaan tuomion.

- 3.3.6.8 Kolme (3) sekuntia sen jälkeen kun kaikki kolme tuomaria on antanut tuomionsa, tuomiovalot syttyvät tuomareiden tuomioita vastaavasti (hyväksyty/hylättynosto). Tuomiovalot pysyvät näkyvissä vähintään kolme (3) sekuntia.
- 3.3.6.9 Tuomareilla on aikaa kolme (3) sekuntia muuttaa päätöksensä sen jälkeen kun näkyvä ja kuuluva alas komentomerkki on annettu ja ennen kuin lopullinen päätös tulee näkyviin. Jos on liian myöhäistä vaihtaa päätöksestä ilmoittavaa valon väriä, tulee tuomarin nostaa pieni lippu ilmoittaakseen muutoksesta. (ei välttämättä punainen)
- 3.3.6.10 Kun alas komento on annettu ja tuomiovalot palavat ja kilpailija ei siitä huolimatta laske tankoa alas, keskimmäisen tuomarin pitää sanoa "alas" ja antaa kädellä merkki nostajalle tangon laskemiseksi lavalle.
- 3.3.6.11 Kilpailun aikana juryn jäsenet voivat valvoa tuomareiden työskentelyä käyttämällä valvontalaitteita. Jokainen tuomareiden päätös voidaan todeta valvontalaitteiden valoista, jotka syttyvät välittömästi tuomareiden painaessa vastaavia painikkeita. Hitaat ja nopeat tuomiot sekä tuomitsematta jättämiset voidaan todentaa välittömiä tai myöhempitä toimenpiteitä varten. Mikäli juryn puheenjohtaja haluaa kutsua jonkun tuomareista juryn pöydän luo hän voi tehdä niin painamalla kutsupainiketta juryn kontrolliyksikössä, jolloin ao. tuomari saa kuuluvan kutsusignaalin omassa tuomarilaitteessaan.

3.3.6.12 **Juryn kontrolliyksikkö**

Juryn jäsenet antavat jokaisesta nostosta tuomionsa laitteella, joka on juryn pöydällä. Jokaisella juryn jäsenellä on oma laite, jossa on punainen ja valkoinen painike.

3.3.6.13 **Yhteydenpitojärjestelmä**

Langaton puheyhteys tai puhelinyhteys pitää olla käytössä Juryn, kilpailusihteeristön ja pääyhdyshenkilön välillä.

3.3.6.14 **Ajanottolaite**

Sähköisen ajanottolaitteen tulee olla sekunnin välein laskevalla näytöllä varustettu. Laitteeseen tulee voida asettaa mikä tahansa aika nolasta viiteentoista (15) minuuttiin.

3.3.6.15 Nostoyritystaulu

Nostoyritystaulu pitää olla näkyvillä kilpailualueella sekä kilpailu-, että lämmittelytilassa. Taulun tulee näyttää seuraava informaatio:

- nimi (sukunimi kirjoitettuna isoin kirjaimin; etunimen ensimmäinen kirjain isolla ja loput pienin kirjaimin)
- IWF/NOC :n virallinen maan tunnus
- tangon paino
- yrityksen järjestysnumero
- urheilijan kilpailunumero
- tuomareiden tuomioiden näyttövalot (mikäli mahdollista)
- ajanottolaitteen näyttö (mikäli mahdollista)

3.3.6.16 Tulostaulu

Tulostaulu tulee sijoittaa sellaiseen paikkaan kilpailu- ja lämmittelyalueella, että siitä kilpailun kulku on nähtävissä.

3.3.6.17 Tulostaulun tulee sisältää seuraava informaatio kaikista urheilijoista kilpailtavana olevassa ryhmässä ja tietojen tulee olla näkyvissä koko ajan:

- urheilijan kilpailunumero numerojärjestyksessä
- jokaisen urheilijan nimi siinä muodossa kun se on kilpailunumeron kanssa kirjattu
- syntymävuosi
(ei enää kilpailupainoa)
- IWF/NOC:n maatunnus
- kolme (3) tempausyritystä
- kolme (3) työntöyritystä
- yhteistulos
- lopullinen sijoitus
- seuraavaksi nostovuorossa oleva nostaja

3.3.6.18 Onnistuneet ja epäonnistuneet yritykset tulee merkitä selkeästi erottuvasta (yliviivauksella tai väreillä)

3.3.6.19 Ennätysten näyttötaulu

Kilpailtavana olevan sarjan ennätysten pitää olla näkyvissä kilpailualueella. Ennätystä koskevan tiedon tulee olla näkyvissä koko ryhmän kilpailun ajan ja se tulee päivittää heti kun uusi ennätys syntyy.

3.3.6.20 Videonäyttötaulu

Kilpailualueella sekä itse hallissa että lämmittelypuolella on oltava videonäyttötaulu.

3.4 VIRALLISET KILPAILUASIAKIRJAT JA LOMAKKEET

3.4.1 Kilpailutapahtuman säännöt

3.4.1.1 Neljä (4) kuukautta ennen IWF:n kilpailutapahtumaa järjestävä liitto/järjestelykomitealähehtää kaikille osallistuville maille IWF:n kilpailutapahtuman säännöt julkaisemalla ne Internetissä ja lähettämällä ne sähköpostissa/postitse.

3.4.1.2 IWF:n kilpailutapahtuman sääntöjen tulee sisältää seuraava informaatio:

- tapahtuman tarkka ajankohta yksityiskohtaisine tietoineen kilpailuohjelmasta ja muista tapahtumista
- kilpailupaikka
- harjoittelupaikka
- jokaisen sarjan minimitulorajat (yl. sarjan MM-kilpailut)
- taloudelliset ehdot
- tarjotut majoitus- ja kuljetuspalvelut
- lehdistön akreditointikaavakkeet
- ennakoilmoittautumiskaavakkeet
- lopulliset ilmoittautumiskaavakkeet
- järjestelykomitean yhteystiedot
- muu tarpeellinen tieto

3.4.2 Ilmoittautumiskaavakkeet

3.4.2.1 Ennakkoilmoittautumiskaavakkeen tiedot:

- jäsenliiton nimi
- urheilijoiden nimet
- urheilijoiden syntymäajat
- urheilijoiden kilpailusarjat
- Entry Total (ilmoitettu yhteistulos) ryhmiin jakoa varten ottaen huomioon säännön (**20 kg sääntö**6.6.5)
- mukana seuraavat joukkueen jäsenet; nimet ja tehtävät valmentaja, johtaja, lääkäri jne)
- allekirjoitus ja päivämäärä

3.4.2.2 Maksimimäärä urheilijoita ennakkoilmoituskaavakkeessa on kymmenen (10) naista ja kymmenen (10) miestä.

3.4.2.3 Lopullinen ilmoittautumiskaavake sisältää:

- jäsenliiton nimi
- urheilijoiden nimet
- urheilijoiden syntymäajat
- urheilijoiden kilpailusarjat
- Entry Total (ilmoitettu yhteistulos) ryhmiin jakoa varten ottaen huomioon säännön (**20 kg sääntö**6.6.5)
- mukana seuraavat joukkueen jäsenet; nimet, tehtävät (valmentaja, johtaja, lääkäri jne)
- allekirjoitus ja päivämäärä

Maksimimäärä urheilijoita lopullisessa ilmoittautumiskaavakkeessa on kymmenen (10) naista ja kymmenen (10) miestä; näistä koostuu täydet joukkueet kahdeksan (8) naista ja kahdeksan (8) miestä plus kaksi (2) varalla olevaa urheilijaa kummastakin sukupuolesta. Varalla olevat urheilijat tulee merkitä lopullisessa ilmoittautumiskaavakkeessa.

3.4.3 Vahvistuskaavake – Verification Form

3.4.3.1 Vahvistuskaavake sisältää tiedot, jotka vastaavat lopullisessa ilmoittautumiskaavakkeessa olevia tietoja:

- Jäsenliitto

- urheilijoiden nimet
- urheilijoiden syntymäajat
- urheilijoiden kilpailusarjat
- yhteistulos
- allekirjoitus ja päivämäärä

3.4.3.2 Maksimimäärä urheilijoita vahvistuskaavakkeessa on kahdeksan (8) naista ja kahdeksan (8) miestä (täydet joukkueet kummassakin sukupuolella) ja korkeintaan kaksi urheilijaa yhtä kilpailusarjaa kohden. Poikkeuksena kilpailut, joissa 17-vuotiaat ja nuoret kilpailevat yhtä aikaa samassa kilpailussa.

3.4.4 Starttilistapaketti

3.4.4.1 Starttilistapakettiin kuuluu:

- aikataulu, josta ilmenee kilpailujen päivämäärät ja kellonajat,
- kilpailuryhmät ja nimetyt tekniset toimihenkilöt
- teknisten toimihenkilöiden työvuorolistat
- jokaisen kilpailuryhmän starttilistat, joista ilmenee kilpailijoiden arvontanumero, nimi, syntymäaika, IWF/NOC maatunnus ja kilpailijan ilmoitettu yhteistulos

3.4.5 Punnituspöytäkirja

3.4.5.1 Jokaista kilpailuryhmää varten laaditaan punnituspöytäkirja, jossa on jokaista urheilijaa koskevat tiedot:

- arpanumero
- nimi
- syntymäaika
- IWF/NOC kansallisuustunnus
- yhteistulos (Entry Total)
- punnituspaino
- ensimmäiset yritykset tempauksessa ja työnnössä
- punnituksessa mukana olevien teknisten toimihenkilöiden allekirjoitukset

3.4.6 Kilpailijakortti

3.4.6.1 Jokaiselle urheilijalle laaditaan kilpailijakortti ja siihen kirjataan kaikki nostoihin liittyvät vahvistukset ja muutokset sekä urheilijan/valmentajan allekirjoitukset jokaista kirjausta kohden teknisten ja kilpailusääntöjen mukaisesti.

Kilpailijakortti sisältää seuraavan informaation:

- nimi
- syntymäaika
- IWF:n mukainen kansallisuustunnus
- kilpailusarja
- kilpailuryhmä (mikäli tiedossa)
- ilmoitettu yhteistulos (Entry Total)
- kilpailijanumero (kirjataan punnituksen loputtua)

3.4.7 Kilpailupöytäkirja

3.4.7.1 Tämä lomake, käsinkirjoitettuna tai tietokonetulosteena, on virallinen kilpailun tuloksia osoittava asiakirja sisältäen seuraavat tiedot jokaisesta urheilijasta:

- kilpailunumero
- arpanumero
- nimi
- syntymäaika
- IWF:n mukainen kansallisuustunnus
- punnituspaino
- kaikki nostot molemmissa nostomuodoissa
- yhteistulos
- ennätystulokset mikäli niitä syntyy
- juryn puheenjohtajan ja kilpailusihteerin allekirjoitukset

3.4.7.2 Onnistuneet ja epäonnistuneet yritykset tulee merkitä selkeästi erottuvasta (yliviivauksella tai väreillä).

3.4.8 Lopulliset kilpailutulokset

3.4.8.1 Tulokset voidaan laatia joko paperisina tai sähköisessä muodossa. Ne jaetaan kilpailujen päätyttyä kaikille osanottajadelegaatioille, Niiden tulee sisältää seuraavat asiat:

- aikataulu
- joukkuetulokset ilmaistuna järjestyksessä voittajasta alaspäin; maan kansallistunnus, saavutetut pisteet ja urheilijoiden lukumäärä
- jokaisen kilpailusarjan tulokset tempauksessa, työnnössä ja yhteistuloksessa sisältäen urheilijan nimi, syntymäaika, kansallisuustunnus, urheilijan paino, kilpailuyritykset ja tulos
- uudet ennätykset sisältäen kilpailusarjan, nimen, syntymäajan, kansallisuustunnuksen ja ennätyksen kilomäärän
- kilpailupöytäkirjat

4 KILPAILIJOIDEN VARUSTEET

4.1 YLEISTÄ

4.1.1 Urheilijoiden tulee pukeutua painonnostoasuun ja nostokenkiin.

4.1.2 Urheilija voi käyttää seuraavia asusteita huomioiden muut asusteisiin liittyvät säännökset:

- Ihonmyötäinen kokovartaloasu
- T-paita
- Shortsit
- Sukat
- Nostovyö
- Siteitä
- Laastareita
- Teippiä
- Hanskat tai kämmensuojat
- Alusasu
- Koruja
- Hiuskiinnikkeitä
- Uskonnollinen päähine / päähine

4.2 ASU

4.2.1 Kilpailijalla tulee olla kilpailuasun, joka täyttää seuraavat kriteerit:

Kilpailuasun tulee olla:

- yksiosainen
- kaulukseton

Kilpailuasun voi olla:

- minkä värinen tahansa

Kilpailuasun ei saa peittää:

- kyynärpäitä
- polvia

4.2.2 Asussa voi olla seuraavia painatuksia:

- nimi
- lempinimi
- seuran nimi
- kansallisuustunnus/logo/lippu

4.3 **PAINONNOSTOKENGÄT**

4.3.1 Urheilijalla tulee olla urheilujalkineet.

4.4 **VYÖ**

4.4.1 Vyötä saa käyttää kilpailuasun päällä, ei sen alla

4.4.2 Painonnostajan käyttämän vyön suurin sallittu leveys vyön leveimmällä kohdalla on 120 mm.

4.5 **SITEET JA LAASTARIT JA TEIPIT**

4.5.1 Sidetarpeilla käsitetään monenlaisista materiaaleista valmistettuja kiinnittymättömiä siteitä. Tunnetuimpia materiaaleja ovat sideharso, joustoside, neopreeni, kumi tai nahka.

4.5.1.1 Siteillä ei ole mittarajoitusta.

4.5.1.2 Yksiosaisia elastisia polvisuojia, jotka sallivat vapaat liikelaajuudet, saa käyttää. Polvisuojia/siteitä ei saa vahvistaa minkäänlaisin jousin, hihnoin, muovisin tai metallisin tukirakentein.

4.5.1.3 Käsien sisä- ja ulkopuolella saa käyttää siteitä, jotka saa kiinnittää ranteisiin.

4.5.1.4 Siteitä ei saa missään vaiheessa kiinnittää tankoon.

4.5.1.5 Vartalossa olevat siteet tulee olla nostopuvun alla.

- 4.5.1.6 Siteet saavat ulottua korkeintaan 5cm päähän kyynärpäältä käden ala- ja yläpuolella.
- 4.5.2 Laastarit ovat pieniä kiinnittyviä kangaskudoksesta, muovista tai lateksista tehtyjä siteitä, joissa on imukykyinen tyyny. Laastareilla hoidetaan pieniä haavoja.
 - 4.5.2.1 Laastareita saa käyttää tarvittaessa pienten haavojen hoitoon tarpeen mukaan.
 - 4.5.2.2 Sormiin kiinnitetyt laastarit eivät saa ylettyä sormenpäiden yli.
 - 4.5.2.3 Laastareita ei saa kiinnittää missään vaiheessa tankoon.
- 4.5.3 Teippi on valmistettu joko peräänantamattomasta puuvillakankaasta tai viskoosista, jota myös urheiluteipiksi kutsutaan. Teippi voi myös olla nk. terapeutin teippi (Kinesioteippi) joka on kiinnittyvä elastinen puuvillakudoksinen teippi monin eri väri vaihtoehtoin.
 - 4.5.3.1 Sormiin kiinnitetyt teipit eivät saa ylettyä sormenpäiden yli.
 - 4.5.3.2 Käsien sisä- ja ulkopuolella käytetyt teipit saa kiinnittää rannesiteisiin.
 - 4.5.3.3 Teippejä tai vastaavia ei saa kiinnittää missään vaiheessa tankoon
 - 4.5.3.4 Teipit saavat ulottua korkeintaan 5cm päähän kyynärpäältä käden ala- ja yläpuolella.
 - 4.5.3.5 Teippiä voi käyttää missä tahansa kilpailuasun alla, mukaan lukien siteet, paitsi kyynärpäissä. Kyynärpää alue lasketaan olevan 5cm kyynärpään ala- ja yläpuolella.

4.6 HANSIKKAAT JA KÄMMENSUOJAT

- 4.6.1 Kämmenien suojaamiseksi erityisten sormettomien hansikkaiden käyttö on sallittu (esim. voimistelun kämmensuojat, pyöräilyhansikkaat)
- 4.6.2 Nämä hansikkaat saavat peittää ainoastaan sormien tyvinivelen.

4.6.3 Mikäli sormissa käytetään lisäksi teippejä, pitää niiden ja hansikkaiden väliin jäädä selvästi havaittava väli.

4.7 **MUUT ASUSTEET**

4.7.1 Kilpailuasun alla voi olla vain yksi ihonmyötäinen kokovartaloasu (Unitard).. Sen tulee täyttää seuraavat kriteerit ja olla:

- yksi- tai kaksiosainen
- ihonmyötäinen
- kaulukseton
- voi peittää kyynärpäät ja polvet
- voi olla minkä värinen tahansa
- ei saa olla kuvioitu tai design tuote

4.7.2 Kilpailuasun alla voidaan käyttää vain yhtä T-paitaa. T-paidan tulee olla:

- kaulukseton
- ei saa peittää kyynärpäitä
- voi olla minkä värinen tahansa

4.7.3 Kilpailuasun alla tai päällä voi olla vain yhden shortsit. Shortsien tulee olla:

- ihonmyötäiset
- eivät saa peittää polvia
- saavat olla minkä väriset tahansa

4.7.4 Kilpailutrikoon sijasta ei voi käyttää T-paitaa ja shortseja/urheiluhousuja.

4.7.5 Tukka/tukkalaitteet ja päähineet katsotaan kuuluvan osaksi päätä.

4.7.6 Urheilijat osallistuvat kilpailuihin yhtenäisissä kansallisen liittonsa määräämissä/hyväksymissä edustusasuissa. Tässä mielessä palkintojenjakojuhlallisuudet ovat osa kilpailutapahtumaa.

4.8 **HENKILÖKOHTAISET ELEKTRONISET LAITTEET**

4.8.1 Henkilökohtaisia elektronisia (iPod, tablettitietokone, puhelin jne.) laitteita ei saa ottaa mukaan kilpailulavalle/korokkeelle. Niitä voi ja saa käyttää lämmittelytilassa. Poikkeuksena lääketieteelliset laitteet (kuulokojeet ja vastaavat). IWF/isäntämaan liitto/järjestelykomitea tai mikä tahansa kilpailujen järjestelyorganisaatio ei ole vastuussa urheilijoiden, joukkueiden jäsenten tai kilpailujen teknisten toimihenkilöiden henkilökohtaisista omaisuuksista.

4.9 **VALMISTAJIEN IDENTIFIOINTI (TUOTEMERKIT)**

4.9.1 Kaikissa IWF:n tapahtumissa urheilijan kussakin varusteessa saa olla seuraavanlaisia mainoksia maksimikooltaan 500 neliösenttimetriä:

- a) välinevalmistajan tai tuotteen logo, nimi tai molemmat ja/tai
- b) urheilijan tukijan logo, nimi tai molemmat

Tuotevalmistajien yksilölliset tuotemerkit eivät sisälly tähän sääntöön.

4.9.2 Olympialaisissa ja nuorten olympialaisissa Kansainvälisen Olympiakomitean mainossäännöt ovat voimassa.

5 KILPAILUT

5.1 IWF:N KILPAILUTAPAHTUMAT

- 5.1.1 IWF:n kilpailutapahtumat ovat kansainvälisiä kilpailuja, jotka on merkitty IWF:n kilpailukalenteriin tällä nimikkeellä.
- 5.1.2 IWF:n kilpailutapahtuman järjestelyorganisaation tulee taata kaikille IWF:n täysivaltaisten jäsenliittojen jäsenille osanotto-oikeus kilpailuihin.
- 5.1.3 Kaikissa IWF:n kilpailutapahtumissa pitää olla tempaus- ja työntökilpailu.
- 5.1.4 MM-kilpailujen, FISU MM-kilpailujen, Olympialaisten tai Nuorten Olympialaisten aikana ei saa järjestää mitään suurempaa painonnostokilpailua alkaen 30 päivää ennen ja jatkuen 30 päivää jälkeen ao. tapahtuman muutoin kuin IWF:n valtuutuksella.

5.2 MM-KILPAILUT

- 5.2.1 Alle 17 v MM-kisat pidetään joka vuosi nuorten kesäolympialaisten pitovuosia lukuun ottamatta.
- 5.2.2 Nuorten MM-kilpailut pidetään joka vuosi.
- 5.2.3 MM-kilpailut pidetään joka vuosi paitsi kesäolympiavuosina.
- 5.2.4 MM-kilpailuihin voivat osallistua ainoastaan ne urheilijat, joiden kilpailukelpoisuuden IWF on vahvistanut.
- 5.2.5 Kulta-, hopea-, ja pronssimitalit jaetaan kolmelle ensimmäiselle sijoitukselle tempauksessa, työnnössä ja yhteistuloksessa jokaisessa painoluokassa.

5.3 OLYMPIALAISET

- 5.3.1 Heti kun IWF:n hallitus, KOK, IWF:n tekniset delegaatit ja Olympialaisten järjestelykomitea (OCOG) ovat sopineet kaikista kisoihin liittyvistä yksityiskohdista, IWF informoi kaikkia jäsenliitojaan niistä. Kuitenkin vähintään 24 kk ennen Olympialaisten avajaisia.
- 5.3.2 Kaikki urheiluun ja teknisiin sekä kilpailusääntöihin liittyvät asiakirjat pitää IWF:n hallituksen vahvistaa ennen kuin ne julkaistaan.
- 5.3.3 Kansallinen Olympiakomitea (NOC) voi ilmoittaa urheilijoita Olympialaisten ja Nuorten Olympialaisten kilpailuihin noudattaen vallitsevia valintamenettelyjä "Olympic Games Qualification Regulation".
- 5.3.4 Olympialaisten kulta-, hopea- ja pronssimitalit jaetaan kolmelle ensimmäiselle sijoitukselle yhteistuloksessa jokaisessa painoluokassa.
- 5.3.5 IWF:n hallitus nimeää kaksi (2) teknistä edustajaa (Technical Delegates) Olympialaisia varten. Heidän tehtävänä on koordinoita ja auttaa olympialaisten painonnostokilpailujen teknisissä järjestelyissä.

5.4 NUORTEN OLYMPIALAISET

- 5.4.1 Kohdan 5.3 säännöt ovat voimassa.
- 5.4.2 IWF:n Tapahtumadelegaatti nimetään nuorten olympialaisiin. Hänen tehtävänä on koordinoita ja auttaa nuorten olympialaisten painonnostokilpailujen teknisissä järjestelyissä.

5.5 NK. MULTISPORT GAMES – MUUT KUIN OLYMPIALAISET

- 5.5.1 Multisport Games painonnostokilpailujen (maanosien, alueellisten tms.) valvonnasta vastaa IWF.
- 5.5.2 Kaikki urheiluun ja teknisiin sekä kilpailusääntöihin liittyvät asiakirjat ja dokumentit tulee IWF:n vahvistaa ennen julkaisua. Multisport Games säännöt tulee julkaista englanniksi ja kielillä, joilla kilpailujen järjestelykomitea katsoo olevan tarpeellista.

- 5.5.3 IWF tarkastaa kaikki tilat ja välineet ja hyväksyy painonnostokilpailujen tekniset toimihenkilöt kuultuaan maanosan ja alueellisen liiton ja /tai kisajärjestäjien edustajia.
- 5.5.4 IWF:n Tekninen Delegaatti tulee nimittää. Hän avustaa tapahtuman järjestelykomiteaa. Teknisen delegaatin on oltava paikalla riittävän ajoissa ennen kilpailujen alkua varmistamassa, että kisaolosuhteet ovat asianmukaiset ja että IWF:n sääntöjä (TCRR) noudatetaan.
- 5.5.5 IWF:ää voivat edustaa joko puheenjohtaja, pääsihteeri tai puheenjohtajan ja pääsihteerin yhteisesti nimeämä edustaja.
- 5.5.6 IWF:n edustajan matka-, majoitus- ja yöspitokuluista kisoissa vastaa järjestelykomitea.
- 5.5.7 Kulta-, hopea- ja pronssimitalit jaetaan kolmelle ensimmäiselle sijoitukselle tempauksessa, työnnössä sekä yhteistuloksessa jokaisessa painoluokassa, mikäli ei ole toisin erikseen sovittu järjestelykomitean ja IWF:n välillä.

5.6 YLIOPISTOJEN (FISU:N) MM-KILPAILUT

- 5.6.1 Yliopistojen MM-kilpailut järjestetään tasavuosin kansainvälisen yliopistourheiluliiton FISU:n suojeluksessa ja valvonnassa FISU:n sääntöjen ja määräysten mukaisesti. FISU antaa kilpailut kansallisen jäsenjärjestönsä järjestettäväksi.
- 5.6.2 IWF:a edustaa IWF:n edustaja, joka nimetään jokaista yliopistojen MM-kilpailua varten.
- 5.6.3 Kaikissa teknisissä ja kilpailuun liittyvissä järjestelyissä IWF:n tekniset ja kilpailusäännöt tulee ottaa huomioon aina kun se vain on mahdollista.
- 5.6.4 Kilpailukelpoisuuden ratkaisee FISU:n säännöt yhdessä IWF:n perussääntöjen ja teknisten ja kilpailusääntöjen kanssa.
- 5.6.5 IWF:n rooli kilpailujen jakamisessa, niiden valmisteluissa ja itse kilpailuissa on neuvoa-antava.
- 5.6.6 Järjestävän maan painonnostoliiton mukanaoloa kilpailujen järjestelyissä pidetään suotavana.
- 5.6.7 Järjestelykomitean kanssa tehdyn sopimuksen mukaisesti nimetään tarpeellinen määrä (vähintään 32) kansainvälisiä teknisiä toimihenkilöitä mestaruuskilpailujen tehtäviä hoitamaan.

5.7 **UNIVERSIADIT**

- 5.7.1 FISU:n (kesä-) Universiadien painonnostokilpailut järjestetään parittomina vuosina FISU:n suojeluksessa voimassa olevien FISU-IWF Universiadeja koskevien sääntöjen mukaisesti. Ao. säännöt on laadittu molempien organisaatioiden toimesta ja ne tulee molempien organisaatioiden hyväksyä.

6 IWF:N KILPAILUTAPAHTUMA

6.1 KILPAILUA EDELTÄVÄT TOIMENPITEET – ILMOITTAUTUMINEN

6.1.1

Osanottajat voidaan virallisesti ilmoittaa vain heidän IWF:ään liittyneiden kansallisten liittojensa toimesta käyttäen joko Online ilmoittautumisjärjestelmää tai alustavaa- ja lopullista ilmoittautumiskaavaketta.

6.1.2

Ollakseen kilpailukelpoisia osallistumaan IWF:n kilpailutapahtumiin, urheilijoiden tulee noudattaa IWF:n Anti-Doping sääntöjen oleskelutietoja koskevia kulloinkin voimassaolevia vaatimuksia

6.1.3

Alustava ilmoittautumislomake (Preliminary Entry), on palautettava isäntäliitolle/järjestelykomitealle (faksilla tai sähköpostilla) ja kopio IWF:n toimistoon viimeistään 60 päivää ennen kongressia/teknistä konferenssia.

6.1.4

Lopullinen ilmoittautumislomake (Final Entry) on lähetettävä vähintään neljätoista (14) päivää ennen kongressia/teknistä konferenssia isäntäliitolle / järjestelykomitealle (Faksilla tai sähköpostilla) ja kopio IWF:n toimistoon

6.1.5

Mestaruuskilpailuja isäntäliitolla / järjestelykomitealla on oikeus varata majoitus kansallisten liittojen lopullisessa ilmoittautumislomakkeessa olevien henkilöiden nimiin johonkin niistä hotelleista, jotka ovat virallisia majoitushotelleja. Mikäli yksikin varatuista hotellihuoneista jää käyttämättä, se liitto, jonka nimiin huoneet on varattu on velvollinen maksamaan järjestäjälle peruutusmaksun koko varausajalta.

6.1.6

Lopulliset ilmoittautumislomakkeet pitää vahvistaa IWF:n toimesta. Vahvistamattomia, epätäydellisiä ja/tai virheellisiä ilmoittautumislomakkeita ei hyväksytä.

6.1.7

Urheilijat, joiden nimiä ei esiinny lopullisessa ilmoittautumislomakkeessa, eivät voi osallistua mestaruuskilpailuihin.

6.1.8 Kaikkien MM-kilpailujen kohdalla IWF:n Internet-sivuilla pitää julkaista vähintään 5 päivää ennen lopullisten ilmoittautumisten vahvistamistilaisuutta sarjoittain alustavat ilmoittautumiset.

6.2 LOPULLISTEN ILMOITTAUTUMISTEN VAHVISTUS

6.2.1 Ennen MM-kilpailujen Teknistä Kongressia /Konferenssia pidetään ”Lopullisten ilmoittautumisten vahvistustilaisuus”, jonka puheenjohtajana on joko kilpailujen johtaja tai tekninen delegaatti.

6.2.2 Jokaisen osallistuvan urheilijan passi/passikopio pitää esittää lopullisten ilmoittautumisten vahvistustilaisuudessa kyseisen joukkueen johdon toimesta.

6.2.3 Lopullisten ilmoittautumisten vahvistustilaisuudessa jokaisen osallistuvan joukkueen edustaja saa lomakkeen, johon häntä pyydetään tai hänellä on oikeus tehdä seuraavia merkintöjä:

- korjata urheilijan nimessä esiintyvät kirjoitusvirheet
- korjata urheilijan syntymäajassa esiintyvät virheet
- muuttaa urheilijan sarjaa
- muuttaa urheilijan yhteistulosta (Entry Total)

6.2.4 Urheilijoiden lisäämistä ei sallita

6.2.5 Korkeintaan kahdeksan (8) naista ja kahdeksan (8) miestä saa esiintyä vahvistuslomakkeessa ja korkeintaan kaksi (2) urheilijaa painoluokkaa kohden poikkeuksena kilpailut, joissa 17-vuotiaat ja nuoret kilpailevat yhdessä. Kaikki muut listalla olleet tulee poistaa.

6.2.6 Sen jälkeen kun Vahvistuslomake on vahvistettu ja allekirjoitettu, ilmoittautumisen katsotaan olevan lopullinen.

6.2.7 Niiden joukkueiden, joilla ei ole ketään paikalla lopullisessa vahvistustilaisuudessa, on hyväksyttävä sitoviksi ne tiedot, jotka he ovat antaneet lopullisessa ilmoittautumislomakkeessa.

6.3 ARPOMINEN JA TEKNINEN KONGRESSI / KONFERENSSI

- 6.3.1 Vahvistustilaisuuden jälkeen jokaiselle vahvistetulle urheilijalle arvotaan sattumanvaraisesti numero. Urheilijoilla säilyy tämä arpanumero koko tapahtuman ajan. Arpanumero määrittää punnitusjärjestyksen ja nostojärjestyksen kilpailupöytäkirjassa hänen kilpailusarjassaan.
- 6.3.2 Kilpailusarjat/painoluokat voidaan jakaa kahteen tai useampaan ryhmään. Kilpailujen johtaja / tekninen delegaatti suorittaa jaon urheilijoiden antamien yhteistulostietojen perusteella. Yhteen ryhmään voidaan sijoittaa korkeintaan 18 urheilijaa.
- 6.3.3 Jos kaksi tai useampi urheilija on ilmoittanut saman yhteistuloksen, heidät voidaan sijoittaa eri ryhmiin arpanumeron perusteella (alempi arpanumero esim. ryhmään A ja korkeampi ryhmään B).
- 6.3.4 Ennen kilpailutapahtuman alkua pitää järjestää Tekninen kongressi / konferenssi, jossa osallistuville joukkueille ja muille asianosaisille kerrotaan kaikki oleellinen kilpailutapahtumaan liittyvä tieto.

6.4 PUNNITUS

- 6.4.1 Jokaisen kilpailuryhmän punnitus alkaa kaksi (2) tuntia ennen itse kilpailua. Punnitus kestää yhden (1) tunnin.
- 6.4.2 Heti kun urheilija on punnittu virallisesti ilmoitettuun sarjaan, hänen valmennustiimilleen jaetaan kulkuluvat, jotka esittämällä tiimillä on pääsy lämmittelytilaan. Kulkulupia myönnetään seuraavasti:
- yksi (1) urheilija – kolme (3) kulkulupaa
 - kaksi (2) urheilijaa – neljä (4) kulkulupaa
 - jokaista lisäurheilijaa kohden kaksi (2) kulkulupaa per urheilija (tapauksissa, joissa painoluokkia tai ikäryhmiä on yhdistetty)

6.5 ESITTELY

- 6.5.1 Kilpailu alkaa virallisesti urheilijoiden esittelemisellä. Kilpailijoiden esittelyn jälkeen ja ennen teknisten toimihenkilöiden esittelyä kilpailukelloon asetetaan kymmenen (10) minuuttia ja se käynnistetään.
- 6.5.2 Urheilijat esitellään urheilijan kilpailunumeron mukaisessa järjestyksessä.
- 6.5.3 Kilpailuryhmän tekniset toimihenkilöt esitellään ja sen jälkeen tekniset toimihenkilöt luovuttavat tuomarikorttinsa Juryn puheenjohtajalle.

6.6 KILPAILUN KULKU

6.6.1 Tankoa kuormataan asteittain ja nostaja, joka aloittaa pienemmästä painosta, nostaa ensin. Sen jälkeen kun tankoon on lastattu kuulutettu painomäärä ja kello on käynnistetty, sitä ei voi alentaa. Näin ollen kilpailijan tai hänen valmentajansa on seurattava tangon painonlisäystä ja heidän tulee olla valmiita nostoyritykseen valitsemallaan painolla. Vastuu siitä on yksinomaan urheilijan / joukkueen johdon. Mikäli nostojärjestyksessä tapahtuu virhe urheilijan / joukkueenjohdon / teknisen toimihenkilön tai kuuluttajan aiheuttamana, sääntöjen mukainen nostojärjestys ratkaisee urheilijoiden paremmuusjärjestyksen.

6.6.2 Tangon painon tulee aina olla jaollinen 1 kg:lla.

6.6.3 Automaattinen painon lisäys nostajan jokaisen onnistuneen noston jälkeen on 1 kg. Jos nosto on epäonnistunut, tangon paino säilyy automaattisesti samana.

6.6.4 Alin paino, mitä IWF:n kilpailuissa voi nostaa on:

- Miehet = 26 kg (tanko 20 kg, 2 x 0,5 kg levyt ja 2 x 2,5 kg lukot)
- Naiset = 21 kg (tanko 15 kg, 2 x 0,5 kg levyt ja 2 x 2,5 kg lukot)

6.6.5 20 kg sääntö

Nostettujen alkupainojen (Tempaus + Työntö) muodostama yhteistulos pitää olla korkeintaan 20 kg vähemmän kuin vahvistettu yhteistulos lopullisessa ilmoittautumisessa. Jury sulkee sellaisen urheilijan kilpailusta, joka ei tätä sääntöä noudata. Kyseistä sääntöä kutsutaan yleisesti "20 kilon säännöksi".

6.6.6 Nostojärjestys:

Kilpailijoiden kuulutusjärjestyksessä on neljä ratkaisevaa tekijää:

1. tangon paino (kevyin paino ensin)
2. noston järjestysnumero (alin numero ensin)
3. aiempien yritysten aikainen järjestys (urheilija, joka nosti edellisen yrityksen aiemmin, nostaa ensin)
4. urheilijan kilpailunumero (kilpailunumeron määrittäminen kts. Reg. 6.4 Punnitus)

6.6.7 Kuulutuksen jälkeen nostajalla on yksi minuutti (60 sek.) aikaa noston aloittamiseen. Kolmenkymmenen (30) sekunnin kuluttua kuuluu varoitusääni.

Kun urheilija nostaa peräkkäisiä nostoja, hänelle annetaan kaksi minuuttia (120 sek.) seuraavaan nostoon. (poikkeus katso 6.6.8).

Kolmenkymmenen (30) sekunnin kuluttua ajan alusta ja kolmekymmentä sekuntia ennen ajan loppumista kuuluu varoitussignaali. Mikäli urheilija ei ole irrottanut tankoa lavasta ennen kuin aika on kulunut loppuun, tuomarit (3) tuomitsevat noston hylätyksi.

Kello käynnistetään sillä hetkellä kun kuuluttaja on päättänyt nostoa koskevan kuulutuksen englanninkielellä tai kun tanko on lastattu ja levynvaihtajat ovat poistuneet nostolavalta, kumpi sitten tapahtuukin myöhemmin. Kello pitää pysäyttää, jos joku muu henkilö kuin nostaja menee lavalle.

- 6.6.8 Tapauksessa, jossa peräkkäisiin nostoyrityksiin kuulutetun urheilijan (valmistautumisaika 2 min) sijasta toinen urheilija kuulutetaan nostamaan samaa painoa ja ajanottolaite käynnistetään hänelle ja tämän jälkeen tämä toinen urheilija korottaa aiheuttaen sen, että alun perin kuulutettu urheilija tulee uudestaan nostovuoroon, hän saa vain 1 minuutin valmistautumisaajan.
- 6.6.9 Kuuluttajan ilmoittaman tangon painon on välittömästi näytettävä yritystaululla.
- 6.6.10 Nostajan halutessa korottaa tai alentaa painoa, jonka hän on alun perin valinnut valmentajan/urheilijan on ilmoitettava siitä pääyhdyshenkilölle tekemällä muutosmerkintä kilpailijakorttiin. Halutessaan korottaa painoa valmentajan/urheilijan tulee tehdä merkintä kilpailijakorttiin ennen lopullista kuulutusta (6.6.12). Painon alentaminen onnistuu vain jos kelloa ei ole käynnistetty urheilijalle kuulutettuun nostoon.
- 6.6.11 Lopullinen kuulutus on kellolaitteesta kuuluva signaali, joka kuuluu 30 sekuntia ennen ajan loppumista.
- 6.6.12 Ennen ensimmäistä yritystä tai kahden yrityksen välissä valmentajan/urheilijan on kirjoitettava ja allekirjoituksellaan vahvistettava seuraavan noston kilomäärä kilpailijakorttiin. Tämän kilomäärän voi sitten muuttaa kahdesti.

Jos valmentaja/urheilija ei toimi näin ennen lopullista äänimerkkiä, urheilija kuulutetaan nostamaan automaattisen lisäyksen (1 kg) mukainen kilomäärä.

Kun kilpailija nostaa peräkkäisiä nostoja ja hänelle on annettu 2 min valmistautumisaikaa, valmentajan/urheilijan tulee kirjoittaa seuraavan noston kilomäärä kilpailijakorttiin 30 sekunnin kuluessa siitä, kun hänet on kuulutettu nostovuoroon myös siinä tapauksessa, että on kysymyksessä automaattinen korotus.

Jos ei toimi näin, menettää mahdollisuuden tehdä kaksi lisäkorotusta ja joutuu nostamaan automaattisen korotuksen (1 kg) mukaisen kilomäärän. (7.9)

6.6.13 Kun kilpailija pyytää painonmuutosta ja hän itse pysyy nostovuorossa tästä raskaammasta painosta, pysäytetään kello siksi aikaa kun tangon kuormitusta muutetaan. Kun muutos on suoritettu kello jatkaa käyntiään. Mikäli painonmuutos merkitsee sitä, että jokin toinen kilpailija tulee nostovuoroon, tämä saa normaalin yhden minuutin (60 sek.) valmistautumisajan.

6.6.14 Valmentajan/urheilijan pitää allekirjoittaa kilpailijakortti halutessaan vetäytyä kilpailusta tai nostoista jommassakummassa nostomuodossa. Siitä tulee olla merkintä ja allekirjoitus kilpailijakortissa kyseisen noston kohdalla.

Kun vetäytyminen on allekirjoituksella vahvistettu urheilijan kilpailijakorttiin, urheilija ei voi enää palata kilpailuun. Kuuluttaja ilmoittaa vetäytymisen.

6.6.15 Kilpailun ollessa käynnissä ainoastaan tehtävissään olevat tekniset toimihenkilöt, kilpailun toimihenkilöt, joukkueiden kulkuvilla varustetut henkilöt sekä ryhmässä kilpailevat urheilijat saavat olla kilpailualueella (FOP).

6.6.16 Kun urheilija on kilpailulavalla ainoastaan kolme hänen valmennustiimissään olevaa saa seurata hänen suoritustaan lavan vieressä tarkoitukseen erityisesti merkityllä alueella.

6.7 **TAUKO**

6.7.1 Tempauksen jälkeen pidetään kymmenen (10) minuutin tauko, jolloin urheilijat lämmittelevät työntöä varten.

6.7.2 Jury voi, harkitessaan ja neuvoteltuaan kilpailun johtajan/teknisen delegaatin kanssa, lyhentää tai pidentää taukoa. Asiaan pitää kuuluttaa kaikille ajoissa (urheilijat, joukkueiden valmentajat, tekniset toimihenkilöt, media, katselijat etc.)

6.8 **URHEILIJOIDEN JA JOUKKUEIDEN PAREMMUUSJÄRJESTYS**

6.8.1 **Urheilijoiden paremmuus**

Henkilökohtainen mestarin titteli annetaan tempauksessa, työnnössä ja yhteistuloksessa (joka on parhaan tempauksen ja parhaan työnnön yhteenlaskettu tulos). Kilpailijoille, jotka ovat sijoittuneet ensimmäiseksi, toiseksi ja kolmanneksi kummassakin nostomuodossa sekä yhteistuloksessa, virallisissa IWF:n sääntöjen mukaisissa kilpailuissa, annetaan vastaavasti kulta-, hopea- ja pronssimitalit.

6.8.2 Urheilijoiden paremmuus ratkaistaan tempauksessa ja työnnössä seuraavin perustein:

1. paras tulos – suurin kilomäärä ensimmäinen; jos sama kilomäärä, sitten
2. parhaan noston järjestysnumero – alin ensimmäinen; jos sama, sitten
3. edellis(t)en nosto(je)n järjestysnumerot – alin ensimmäinen; jos sama, sitten
4. arpanumero – pienin ensimmäinen

Urheilijoiden paremmuus ratkaistaan yhteistuloksessa seuraavin perustein:

1. paras tulos – suurin kilomäärä ensimmäinen; jos sama kilomäärä, sitten
2. paras työntötulos – alin ensimmäinen; jos sama, sitten
3. parhaan työnnön järjestysnumero – alin ensimmäinen; jos sama, sitten
4. aiemmat yritykset – alin ensimmäinen; jos sama, sitten
5. arpanumero – alin ensimmäinen

Kilpailtaessa useammassa ryhmässä samassa painoluokassa tasatuloksen sijoituksen ratkaisee se, kuka on nostanut tuloksen aikaisemmin riippumatta yrityksen järjestysnumerosta.

6.8.3 Joukkueiden paremmuusjärjestys

Maailmanmestaruuskilpailuissa ja maanosien mestaruuskilpailuissa sekä IWF:n sääntöjen mukaan käytävissä kilpailuissa määritetään joukkueiden välinen paremmuus laskemalla yhteen ne pisteet, jotka määräytyvät nostajan saavuttaman sijoituksen perusteella seuraavasti:

1. sija	28 pistettä
2. sija	25 pistettä
3. sija	23 pistettä
4. sija	22 pistettä
5. sija	21 pistettä
6. sija	20 pistettä
25. sija	1 piste

- 6.8.4 Maailmanmestaruuskilpailuissa ja IWF:n sääntöjen mukaisissa kilpailuissa kummankin nostomuodon (tempaus ja työntö) sekä yhteistuloksen antamat pisteet otetaan huomioon laskettaessa joukkueiden paremmuutta.
- 6.8.5 Mikäli kaksi tai useampi joukkue saa samat joukkuepisteet, se joukkue, jolla on useampia parempia sijoituksia katsotaan voittajaksi.
- 6.8.6 Tuloksetta jääminen tempauksessa ei merkitse sitä, että kilpailija suljetaan mestaruuskilpailuista (6.8.8). Hänen sallitaan jatkaa työntönostossa. Onnistuessaan kilpailija sijoittuu työnnössä, mutta ei yhteistuloksessa ja tuo vastaavasti työntösijoituksestaan joukkueelleen pisteitä.
- 6.8.7 Vastaavasti kilpailija, joka on saanut tuloksen tempauksessa mutta jää ilman tulosta työnnössä, sijoittuu tempauksessa mutta ei yhteistuloksessa. Hän saa joukkuekilpailupisteitä tempaussijoituksensa mukaisesti.
- 6.8.8 Kilpailuissa, joissa jaetaan mitalit ainoastaan yhteistuloksen perusteella, urheilija jäädessään ilman tulosta tempauksessa suljetaan kilpailusta ja hän ei voi jatkaa työntönostossa. Urheilija ei saa pisteitä joukkuekilpailuun.

6.9 PALKINTOJENJAKOSEREMONIA

- 6.9.1 Kaikissa IWF:n kilpailutapahtumissa jokaisen painoluokan jälkeen järjestetään palkintojenjakoseremonia.

7 TEKNISET TOIMIHENKILÖT

7.1 MÄÄRITTELY

Tekninen toimihenkilö määritellään henkilöksi, joka valvoo kilpailutapahtumaa sääntöjen ja erillismääräysten mukaisesti antaen tuomionsa koskien sääntörikkomuksia, kilpailusuorituksia, aikatekijää ja sijoittumista. Tekninen toimihenkilö toimii kilpailujen puolueettomana tuomarina. Tämä edellyttää tehtävän suorittamista virheettömästi, johdonmukaisesti, objektiivisesti ja osoittaen korkeaa moraalaa.

7.2 YLEISET EHDOT

7.2.1 Jokaiseen kilpailuun tulee nimetä riittävä määrä teknisiä toimihenkilöitä. Ainoastaan kansainväliset tuomarit voivat toimia IWF:n kilpailutapahtumissa. IWF:n kilpailutapahtumiin valituilla teknisillä toimihenkilöillä ei saa olla valmennus- tai muita tehtäviä minkään maan urheilijoiden auttamiseksi.

7.2.2 IWF:n kilpailutapahtumissa teknisiin toimihenkilöihin kuuluu:

- Jury
- Kilpailujen johtaja
- Tuomarit
- Tekniset tarkastajat
- Pääyhdyshenkilö(t) -
- Ajanottaja(t)
- Kilpailujen sihteeri
- Kilpailujen lääkäri

7.2.3

Teknisten toimihenkilöiden tulee pitää IWF:n virallista tuomariasua:

- tummansininen pikkutakki värikoodi PMS2767
- tummansiniset housut / hame värikoodi PMS2767
- valkoinen paita
- IWF solmio (huivi naisilla)
- musta/tummansininen vyö (miehillä)
- mustat/tummansiniset sukat (miehillä)
- mustat/tummansiniset/beigenväriset sukat naisilla, kun pidetään housuja
- mustat/tummansiniset/beigenväriset sukat naisilla, kun pidetään hametta
- mustat kengät
- IWF:n metallinen tuomaririntamerkki vasemmassa takin pieluksessa

- IWF:n kankainen tuomarinmerkki kiinnitettynä vasemman rintataskun päälle

Hyvin lämpimällä ilmalla ja Juryn puheenjohtajan luvalla pikkutakki ja/tai solmio/huivi on luvallista riisua. Esittelyn ja palkintojenjakoseremonioiden aikana pikkutakin, solmion/huivin käyttö on pakollista ellei IWF:n taholta toisin määrätä.

Olympialaisissa ja muissa ”monilajikisoissa” vain järjestelykomitean määrittämiä asuja voi käyttää. Mikäli monilajikisoissa ei ole erikseen toimihenkilöasua, edellytetään silloin IWF:n kansainvälisen tuomariasun käyttämistä.

- 7.2.3 Teknisen komitean puheenjohtaja ja/tai kilpailujohtaja sijoittaa tekniset toimihenkilöt eri tehtäviin ja kilpailuryhmiin ennen Teknisten toimihenkilöiden kokousta.
- 7.2.4 Ennen kilpailutapahtuman alkua järjestetään Teknisten toimihenkilöiden kokous. Milloin se vain on mahdollista, toinen TO kokous järjestetään noin puolessa välissä kilpailujen kulkua. Osallistuminen molempiin kokouksiin on jokaisen nimetyn toimihenkilön velvollisuus.
- 7.2.5 Milloin se vain on mahdollista, jokaisessa teknisten toimihenkilöiden ryhmässä olevien henkilöiden olisi oltava eri maista ja miehiä sekä naisia.
- 7.2.6 Teknisten toimihenkilöiden tulee saapua toimipaikoilleen vähintään 30 min ennen varsinaisen tehtävän alkamista ja kilpailualueelle vähintään 10 min ennen urheilijoiden esittelyä.
- 7.2.7 Teknisten toimihenkilöiden tulee antaa tuomarikorttinsa Juryn puheenjohtajalle toimihenkilöiden esittelyn jälkeen ja heidän tulee noutaa ne välittömästi kilpailun jälkeen.

7.3 TUOMAREIDEN LUOKKAKOROTUS

- 7.3.1 IWF myöntää ja pitää rekisteriä kansainvälisistä tuomarikorteista, palvelutodistuksista (Certificate of Duty) ja lisensseistä.
- 7.3.2 Kansainväliset Tekniset Toimihenkilöt jaetaan kolmeen (3) eri kategoriaan ja kortit myönnetään niitä vastaavasti:

- a) KV I luokka: Kortin haltija voi toimia kaikissa kv. tapahtumissa mukaan luettuina Olympialaiset, Nuorten Olympialaiset, MM-kilpailut ja Universiadit

- b) KV II-luokka: Kortin haltija voi toimia kaikissa kansainvälisissä tapahtumissa poisluettuina Olympialaiset, Nuorten Olympialaiset, MM-kilpailut ja Universiadit
- c) Palvelutodistus: Kortin haltija saa toimia kaikilla tasoilla kansainvälisissä tehtävissä sisältäen Olympialaiset, Nuorten Olympialaiset, MM-kilpailut ja Universiadit paitsi sellaisissa tehtävissä, joissa vaaditaan I tai II luokan kv. tuomarikortti

7.3.3 Kansainväliset tuomarikortit ja palvelutodistukset myönnetään jäsenliittojen esityksestä.

7.3.4 Lisenssi: Jäsenliittojen hakemuksesta IWF myöntää Tuomarisenssejä ja Palvelulisenssejä, jotka ovat voimassa Olympiadin kerrallaan (esim.1.1.2017 – 31.12.2020). Voimassa oleva lisenssi on ehtona toimimiselle IWF:n tapahtumissa.

7.3.5 Jotta kansallinen tuomari voidaan korottaa kansainväliseksi tuomariksi, edellytetään ehdokkailta seuraavaa:

- a) pitää olla toiminut kansallisena tuomarina vähintään viisi (5) vuotta.
- b) kansallisen liiton tulee esittää heitä IWF:lle.
- c) heidän tulee tuntea täydellisesti IWF:n tekniset ja kilpailusäännöt.
- d) heidän tulee osoittaa pätevyytensä käytännön tuomarikokeessa, jonka järjestää kansallinen liitto IWF:n teknisten sääntöjen mukaisesti.
- e) pitää saavuttaa vähintään 90 % käytännön tuomarikokeessa
- f) pitää saavuttaa vähintään 85% kirjallisessa Teknisten Toimihenkilöiden kysymyslomakkeella tehtävässä kokeessa, jonka IWF:n tekninen komitea aika ajoin uusii.

Huomautus: IWF:n teknisten toimihenkilöiden kokeiden tulokset tulee pyöristää: esim. 89,74% = 90% ja 89,45% = 89%

7.3.6 Luokkakorotuksessa KV II luokasta KV I luokkaan ehdot ovat seuraavat:

- a) pitää olla toiminut KV II luokan tuomarina vähintään 2 vuotta
- b) pitää osoittaa käytännön tuomarikokeessa pätevyytensä kolmen (3) KV I luokan tuomarin valvonnassa. Koe voidaan järjestää missä tahansa IWF:n alaisessa kilpailussa paitsi MM-kilpailut, Olympialaiset ja Masters-kilpailut
- c) pitää saavuttaa vähintään 95 % käytännön tuomarikokeessa

- d) pitää saavuttaa vähintään 90 m% kirjallisessa Teknisten Toimihenkilöiden kysymyslomakkeella tehtävässä kokeessa, jonka IWF:n tekninen komitea aika ajoin uusii.
- e) pitää ymmärtää ja osata puhua englannin kieltä välttävästi

Huomautus: IWF:n teknisten toimihenkilöiden kokeiden tulokset tulee pyöristää: esim. 89,74% = 90% ja 89,45% = 89%

7.4 MM- KISOJEN JA OLYMPIALAISTEN TEKNISET TOIMIHENKILÖT

7.4.1 Teknisten toimihenkilöiden valintaperusteet:

IWF:n valintaperusteet Teknisten toimihenkilöiden valinnassa IWF:n tapahtumiin ovat seuraavat:

1. Sukupuolten välinen tasa-arvo; KOK:n periaatteet lähtökohtana
2. Maanosaliittojen edustus/tasapaino
3. Ehdokkaiden jäsenliittojen osallistuminen tapahtumaan
4. Ennakkoehdot ennen nimeämistä:
 - riittävä pätevyys
 - voimassa oleva lisenssi
 - virallinen tuomariasu
 - käytettävissä koko tapahtuman keston
 - vastuullisuus/tieto/taito

7.4.2 Jäsenliitot voivat pyydettyäessä esittää teknisiä toimihenkilöitä toimimaan MM kilpailuissa. IWF:n tekninen komitea/lääketieteellinen komitea valitsee ehdokaslistasta toimihenkilöt neuvoteltuaan IWF:n puheenjohtajan ja teknisen komitean puheenjohtajan kanssa lopullisesta nimeämisestä. Vähintään kolmekymmentäkuusi (36) toimihenkilöä kilpailun aikataulun mukaisesti. Jäsenliitot saavat tiedon omien toimihenkilöehdokkaidensa nimeämisestä tai hylkäämisestä Kun on tarpeen, IWF:llä on oikeus käyttää harkintaansa ja nimetä teknisiä toimihenkilöitä jäsenliittojen esittämien ehdokkaiden ulkopuolelta mistä tahansa jäsenliitosta. Tällaisista nimeämisistä ao. toimihenkilön jäsenliittoja ja heitä itseään informoidaan asiaankuuluvasti.

7.4.3 IWF:n teknisen komitean puheenjohtaja yhdessä kilpailujen johtajan kanssa jakaa valitut toimihenkilöt eri tehtäviin ja ryhmiin ennen varsinaisten kilpailujen alkua.

7.4.4 Olympialaisten tekniset toimihenkilöt valitaan kuusi (6) kuukautta ennen kilpailujen alkua. Valinnan tekee IWF:n hallitus jäsenliittojen tekemien ehdokkaiden joukosta ja ottaen huomioon IWF:n teknisen komitean suositukset.

Kun on tarpeen, IWF:llä on oikeus käyttää harkintaansa ja nimetä teknisiä toimihenkilöitä jäsenliittojen esittämien ehdokkaiden ulkopuolelta mistä tahansa jäsenliitosta. Tällaisista nimeämistä ao. toimihenkilön jäsenliittoja ja heitä itseään informoidaan asiaankuuluvasti.

7.4.5 Nimetyt tekniset toimihenkilöt eivät saa kuulua oman maansa Olympiajoukkueeseen.

7.4.6 Sellainen nimetty tekninen toimihenkilö, joka ilman pätevää syytä ja ilmoittamatta siitä IWF:n toimistoon ja teknisen valiokunnan puheenjohtajalle, jättää tulematta toimihenkilötehtäviin, voidaan sulkea tehtävistä kahden (2) vuoden ajaksi.

7.5 JURY

7.5.1 Juryllä on korkein päätävävalta kilpailutapahtumassa sen alueella (FOP) ja sen tehtävänä on varmistaa, että teknisiä ja kilpailusääntöjä ja määräyksiä (TCRR) noudatetaan.

7.5.2 Kaikkien Juryn jäsenten tulee olla KV I luokan tuomareita.

7.5.3 IWF:n kilpailutapahtumissa jury koostuu kolmesta (3) tai viidestä (5) jäsenestä, joista yksi on puheenjohtaja. Varajäseniä voidaan nimetä yhdestä kahteen (1-2).

7.5.4 Kilpailujen aikana juryn jäsenillä on mahdollisuus tehdä kirjallinen raportti, tehtyään havaintoja teknisten toimihenkilöiden toiminnasta ja tuodakseen esiin erityisiä tapahtumia kilpailun aikana. Juryn puheenjohtaja voi luovuttaa raportit teknisen komitean puheenjohtajalle, IWF:n puheenjohtajalle ja/tai pääsihteerille.

7.5.5 Kilpailujen aikana Juryllä on valta ollessaan yksimielinen, ensimmäisen varoituksen jälkeen vaihtaa tekninen toimihenkilö, jonka päätökset ovat osoittaneet hänen olevan epäpätevä.

7.5.6 Teknisten toimihenkilöiden puolueettomuutta ei aseteta kyseenalaiseksi. Virheitä voi tulla tahattomasti ja sellaisessa tilanteessa tekniselle toimihenkilölle annetaan mahdollisuus selittää Jurylle päätöksensä perustelut jos Jury sitä pyytää.

7.5.7 Juryllä on valta muuttaa tuomareiden tuomio ollessaan yksimielinen siitä, että tuomareiden päätös on teknisesti virheellinen. Harkitessaan tuomion muuttamista jury voi kutsua tuomarit, joita asia koskee, antamaan selityksensä. Mikäli selitys kelpaa, ei seuraa mitään toimenpiteitä. Mikäli selitys ei kelpaa, jury muuttaa tuomion. Tuomion muuttamisesta ja sen perusteista tekninen tarkastaja tai kuka tahansa juryn puheenjohtajan ohjeistama tekninen toimihenkilö tiedottaa urheilijaa ja hänen valmentajaansa ja kuuluttaja informoi yleisöä muutoksesta.

Kun juryn enemmistön mielipide eroaa tuomareiden enemmistön päätöksestä, jury voi kutsua kyseiset tuomarit antamaan selityksensä. Mikäli selitys kelpaa, ei seuraa mitään toimenpiteitä. Mikäli selitys ei kelpaa ja jury saavuttaa yksimielisyyden, tuomareiden tuomio muutetaan.

Kilpailutapahtumissa, joissa on kolmesta jäsenestä koostuva jury, ainoastaan siinä tapauksessa voidaan ryhtyä toimenpiteisiin tuomion muuttamiseksi jos jury on heti yksimielinen.

7.5.8 Soveltaakseen em. sääntöä Juryn jäsenten tulee antaa arvionsa jokaisesta nostosta juryn pöydällä olevalla valvonta yksiköllä. Juryn jäsenet antavat oman arvionsa heti kun urheilija on laskenut kilpailulavalle (3.3.6)

Juryn jäsen ei saa yrittää vaikuttaa muiden juryn jäsenten päätöksiin.

7.5.9 Jurylle ei voi tehdä valitusta Juryn päätöksistä.

Juryllä on valta moittia ja/tai rankaista urheilijaa/joukkueen jäsentä kilpailualueella tapahtuvasta huonosta käytöksestä. Erityisesti jos sanoin tai teoin esitetään uhkaus toimihenkilöä tai IWF:n henkilökuntaa kohtaan näiden ollessa hoitamassa tehtäviään. Juryn puheenjohtaja yhdessä IWF:n puheenjohtajan, IWF:n pääsihteerin ja IWF:n kilpailujohtajan kanssa ovat vastuussa moitteen ja/tai rangaistuksen toimeenpanosta.

7.5.10 Koko kilpailujen ajan jury valvoo ja saattaa voimaan sääntökohdan 6.6.5 (20 kilon sääntö).

7.5.11 Juryn varajäsenille on varattu kilpailualueelta paikka, jossa he istuvat. Ainoastaan tapauksessa, jossa heitä pyydetään sijaistamaan varsinaista juryn jäsentä, he saavat istua juryn pöydässä.

7.5.12 Juryn jäsenten tulee pysyä paikoillaan juryn pöydässä palkintojenjakoseremonian ajan ja heidän tulee myös varmistaa, että tuomarit pysyvät paikoillaan.

- 7.5.13 Juryn puheenjohtajan tehtävä on arvioida, tarvitaanko ryhmän B tai minkään muun ryhmän urheilijoita, jotka voisivat olla mitalisteja, kutsua olemaan läsnä A-ryhmän kilpailussa.
- 7.5.14 Mikäli nosto epäonnistuu syystä, että tanko on epätasaisesti kuormattu tai painot liikkuvat noston aikana tai lava menee rikki tai joku tunkeutuu lavalle tai mikä tahansa ulkopuolinen puuttuminen vaikuttaa epäonnistumiseen, jury voi antaa uuden yrityksen ao. nostajalle
- 7.5.15 Jury päättää, lastataanko pienet levypainot (2kg, 1,5kg, 1kg ja 0,5kg) lukkojen sisä- vai ulkopuolelle.
- 7.5.16 Mikäli tangon kuormauksessa on tapahtunut virhe tai kuuluttaja tekee vakavan virheen kuuluttaessaan urheilijan nimen tai tangon painon, juryn tulee antaa ao. urheilijalle uuden yrityksen. (7.5).
- 7.5.17 Juryn puheenjohtaja allekirjoittaa kaikkien teknisten toimihenkilöiden tuomarikortit.
- 7.5.18 Kaikissa IWF:n kilpailutapahtumissa juryn puheenjohtaja tai kilpailujen johtaja nimeää henkilön tekemään manuaalisesti kilpailupöytäkirjaa, joka samalla toimii varmuuskopiona.
- 7.5.19 Juryn puheenjohtaja vahvistaa allekirjoituksellaan lopullisen kilpailupöytäkirjan.

7.6 KILPAILUN JOHTAJA

- 7.6.1 Kilpailun johtaja valvoo kilpailutapahtuman etenemistä ja hän hoitaa tehtävänsä tiiviissä yhteistyössä juryn ja teknisen delegaatin (jos on nimetty) kanssa.

Kilpailun johtajan tehtävät ovat:

- 7.6.2 Sijoittaa tekniset toimihenkilöt ryhmiin ja tehtäviin
- 7.6.3 Vahvistaa kilpailijaluettelot ja jakaa nostajat tarvittaessa ryhmiin osallistuvien liittojen ilmoittamien ja lopullisessa ilmoittautumisessa vahvistettujen parhaiden tulosten perusteella.
- 7.6.4 Valvoa arvonnän suorittaminen

- 7.6.5 Valvoa kilpailun kulun mukaista nostojärjestystä kilpailun aikana ja käyttää kilpailun tietokoneohjelmaa sisältäen tarvittavien dokumenttien tuottamisen.
- 7.6.6 Valvoa uusien, mestaruuskisoissa tehtyjen maailmanennätysten kirjaamista.
- 7.6.7 Valvoa sääntökohtaa 6.6.5 (20 kilon sääntö)
- 7.6.8 Hyväksyä ja allekirjoittaa lopullinen kilpailupöytäkirja.

7.7 TUOMARIT

- 7.7.1 Tuomareiden päätehtävänä on urheilijoiden nostosuoritusten tuomitseminen.
- 7.7.2 IWF:n kilpailutapahtumassa jokaiseen kilpailuryhmään nimetään neljä (4) tuomaria. Tuomarien sijainnit ovat keskituomari, kaksi (2) sivutuomaria ja yksi (1) varalla oleva tuomari. Ryhmän sisällä tehtävät vaihtuvat rotaation mukaisesti. Jokaisessa tuomariryhmässä pitää olla kaksi (2) miestä ja kaksi (2) naista.
- 7.7.3 Ennen kilpailuja tuomareiden tulee varmistaa kilpailusihteerin johdolla ja teknisten tarkastajien kanssa yhteistyössä:
- että kilpailuun liittyvät välineet ja tarvikkeet ovat kunnossa.
 - että kaikki nostajat punnitaan oikein vahvistettuun sarjaansa punnitukseen määrätyn punnitusajan puitteissa.
- 7.7.4 Kilpailun aikana tuomarit varmistavat:
- että tangon paino vastaa kuulutuksessa ilmoitettua painoa
 - että kukaan muu kuin urheilija itse tai levynvaihtajat siirtävät tangon uuteen kohtaan lavalla. Urheilijan joukkueen jäsenillä ei ole lupa siirtää, korjata tai puhdistaa tankoa
 - mikäli urheilija nostosuorituksen aikana siirtyy sellaiseen paikkaan lavalla, että tuomarin näköala on estynyt, tuomari voi siirtyä sellaiseen paikkaan, että hän näkee noston kunnolla. Siirtyessään paikaltaan tuomarin tulee ottaa pienet tuomioliput mukaansa antaakseen tuomionsa kun nosto on loppuasennossa.
 - että sääntökohtaa 6.6.5 (20 kilon sääntö) noudatetaan.

HUOMATUS: Joukkueen jäsen tai avustaja voi saattaa näkövammaisen urheilijan tangolle ja aloitusasentoon. Jäsenen tai avustajan tulee poistua lavalta ennen kuin urheilija aloittaa noston.

- 7.7.5 Jokainen kolmesta tuomarista on samanarvoinen tuomioissaan. Se toteutuu käyttämällä tuomarivalojärjestelmää, joka on kuvattu sääntökohdassa 3.3.6. Tuomareiden tulee varmistua siitä, että nostajalle annetaan kaikki mahdollisuudet saattaa nosto päätökseen. Kun tuomari on varma siitä että nostaja on saavuttanut loppuasennon hän antaa sen mukaisesti tuomionsa.
- 7.7.6 Heti kun tuomari on päättänyt tuomita ”hyväksytty nosto” hän painaa välittömästi valkoista painiketta tuomariyksikössään.
- 7.7.7 Heti kun tuomari on päättänyt tuomita ”hylätty nosto” hän painaa välittömästi punaista painiketta tuomariyksikössään. Kuka tahansa tuomareista nähdessään virheen noston aikana, painaa välittömästi punaista painiketta.
- 7.7.8 Nosto on hyväksytty kun kaksi (2) tai kolme (3) valkoista lamppua palaa ja hylätty kun kaksi (2) tai kolme (3) punaista lamppua palaa.
- 7.7.9 Tuomareiden tuomiosista ei voi valittaa.
- 7.7.10 Kun tuomarivalojärjestelmää ei ole käytössä, keskituomarin antaa ”alas”-komennon ja tuomarit antavat tuomionsa käyttäen pieniä punaisia ja valkoisia lippuja. ”Alas” -komennon tulee olla sekä kuuluva että näkyvä eli keskituomarin tulee sanoa ”ALAS” ja samalla viitata kädellään alas. Ennen ”alas”-komentoa keskituomarin tulee saada jommankumman sivutuomarin vahvistus. Samoin, jos jompikumpi sivutuomareista näkee selvän virheen noston aikana, hänen tulee nostaa kätensä herättääkseen huomion havainnostaan. Mikäli toinen sivutuomari tai keskituomari on samaa mieltä, muodostuu mielipiteestä enemmistö ja keskituomari keskeyttää noston antamalla ”alas”-komennon.
- 7.7.11 Varalla oleva tuomari istuu kilpailualueella hänelle varatulla istuimella valmiina mikäli juryn puheenjohtaja häntä kutsuu.
- 7.7.12 Palkintojenjakoseremonian aikana tuomarit pysyvät tuomaripöydissään.

7.8 **TEKNISEN TARKASTAJA**

- 7.8.1 Teknisiä tarkastajia tarvitaan avustamaan kilpailujen johtajaa ja juryn puheenjohtajaa kilpailutapahtuman valvotussa läpiviennissä.
- 7.8.2 Olympialaisissa, Nuorten Olympialaisissa, MM-kilpailuissa ja Universiadeissa nimetään vähintään kaksi (2) teknistä tarkastajaa ryhmää kohden.

Teknisten tarkastajien tehtävät ovat seuraavat:

- 7.8.3 Varmistaa, että kilpailualue (FOP) ja välineet vastaavat IWF:n teknisiä ja kilpailusääntöjä ja määräyksiä – TCRR.
- 7.8.4 Varmistaa, että kaikki tehtävissä olevat tekniset toimihenkilöt ovat asianmukaisesti pukeutuneet ja raportoi puutteellisista tapauksista juryn puheenjohtajalle.
- 7.8.5 Ennen kilpailun alkua tarkastaa urheilijoiden varustukset ja saattaa voimaan niitä koskevat säännöt, mikäli on tarpeen. Kun varusteisiin tai liukasteisiin liittyvä korjaus tulee kysymykseen silloin kun urheilija on jo kuulutettu nostamaan, siitä säädetty sääntö on voimassa.
- 7.8.6 Kilpailun aikana varmistaa sen, että ainoastaan kulkuvalla varustetut joukkueen jäsenet ovat urheilijan apuna kilpailualueella.
- 7.8.7 Varmistaa sen, että oikea urheilija kuulutuksen mukaisesti nousee kilpailukorokkeelle vaikka tankoa vielä kuormattaisiin.
- 7.8.8 Valvoo, että suorituksen aikana tankoon koskee vain kilpailija
- 7.8.9 Valvoo tangon ja kilpailulavan puhdistusta yhdessä levynvaihtajien kanssa.
- 7.8.10 Tarvittaessa on apuna kilpailunumeroiden (bip) jakelussa ja niiden oikeassa kiinnittämisessä urheilijoiden kilpailuasuun lämmittelytilassa.
- 7.8.11 Tarvittaessa avustaa Anti-Doping henkilökuntaa heidän ohjeiden mukaan.
- 7.8.12 Tarkkailee 20 kilon säännön toteutumista ja tarvittaessa saattaa sen voimaan.
6.6.5

7.9 PÄÄYHDYSHENKIÖ

- 7.9.1 Pääyhdyshenkilön päätehtävä on hyväksyä tai hylätä valmentajien/urheilijoiden nostoyrityksiin liittyvät vahvistukset tai painomuutokset kilpailijakorttiin voimassa olevien teknisten ja kilpailusääntöjen mukaisesti.
- 7.9.2 Pääyhdyshenkilö ilmoittaa nämä tiedot kilpailun johdolle käyttäen suoraa viestiyhteyttä tai tietokoneohjelmaa
- 7.9.3 Olympialaisissa, Nuorten Olympialaisissa. MM-kilpailuissa ja Universiadeissa pääyhdyshenkilön tulee olla englantia puhuva KV I-luokan tuomari, jonka IWF nimeää.

- 7.9.4 Tarvittaessa nimetään avustava yhdyshenkilö.
- 7.9.5 Pääyhdyshenkilö tarkkailee 6.6.5 20 kilon säännön toteutumista ja tarvittaessa saattaa sen voimaan.
- 7.10 **AJANOTTAJA**
- 7.10.1 Kaikissa IWF:n sääntöjen mukaan käytävissä kilpailuissa tulee isäntämaan liiton/järjestelykomitean nimetä ajanottajia.
- 7.10.2 Ajanottajien tulee olla joko kansainvälisiä tai kansallisia tuomareita tai heillä tulee olla IWF:n palvelutodistus (Certificate of Duty) paitsi kilpailuissa pykälässä 7.3.2
- 7.10.3 Ajanottajat käyttävät kelloa IWF:n sääntöjen TCRR mukaisesti
- 7.10.4 Jokaisen noston alussa ajanottaja asettaa kellon alkamaan joko minuutista (60 sek.) tai 2 minuutista (120 sek.) sen mukaan mitä säännöt määräävät. Kello startataan sillä hetkellä kun kuuluttaja lopettaa englanninkielisen kuulutuksen tai kun tanko on kuormattu ja levynvaihtajat ovat poistuneet nostolavalta, kumpi sitten tapahtuukin viimeiseksi.
- 7.10.5 Ajanottaja pysäyttää kellon välittömästi sillä hetkellä kun tanko irtoaa lavasta.
- 7.10.6 Ajanottaja käynnistää kellon välittömästi uudestaan, mikäli tanko ei nouse polvien tasolle.
- 7.10.7 Kymmenen (10) minuuttia ennen kilpailun alkua (nostajien esittelyä) ajanottaja asettaa ja käynnistää kellon kymmenestä (10) minuutista
- 7.10.8 Suoriutuakseen kunnolla tehtävästään ajanottajan tulee toimia yhteistyössä sekä kuuluttajan, että juryn puheenjohtajan kanssa.
- 7.11 **KILPAILUJEN SIHTEERI**
- 7.11.1 Kilpailujen sihteeri on vastuussa kilpailun tehokkaan kulun kannalta vaadittavan tiedon tarkastamisesta ja keräämisestä ja vaaditun allekirjoitetun tiedon jakamisesta.
- 7.11.2 Kilpailujen sihteeri vastaa kokonaan punnitushuoneen työnjaosta ja toiminnasta.
- 7.11.3 Punnituksen päätyttyä kilpailujen sihteeriä saatetaan pyytää avustamaan muissa kilpailun järjestelytehtävissä.

- 7.11.4 Kaikkien tehtävien hoitaminen vaatii läheistä yhteistyötä Juryn, kilpailujen johtajan ja teknisten tarkastajien kanssa.
- 7.11.5 Kilpailujen sihteeri valvoo punnitustapahtumaa ja määrää tekniset toimihenkilöt eri tehtäviin punnituksessa.
- 7.11.6 Kilpailujen sihteeri tarkistaa ja/tai jakaa joko punnitushuoneessa tai lämmittelytilassa puoli tuntia (30 min) ennen kilpailun alkua seuraavat kilpailuvarusteet:
- lämmittelylavat
 - hän kokoaa urheilijoiden akreditoitkortit ja jakaa urheilijoiden kulkuluvat
 - hän jakaa valmennustiimin kulkuluvat
 - urheilijan kilpailunumerot ja kiinnitysneulat
 - joukkueen numeroidut tunnisteet (ei pakollinen)
- 7.11.7 Kilpailujen sihteeri tarkkailee 20 kilon sääntöä 6.6.5 ja tarvittaessa saattaa sen voimaan.

7.12 KUULUTTAJA

- 7.12.1 Kuuluttajan tehtävä on kuuluttaa asianmukaiset kuulutukset kilpailujen tehokkaasti läpiviemiseksi. Kuulutus sisältää jokaista yritystä kohden vähintään:
- ohjeet levynvaihtajille kuormata pyydetty painomäärä
 - urheilijan nimi
 - urheilijan kansallisuus
 - urheilijan noston järjestysluku
 - seuraavana nostovuorossa olevan urheilijan nimi ja kansallisuus
 - tuomareiden tuomio ”hyväksytty” tai ”hylätty” nosto
- 7.12.2 Kuuluttajille voidaan tarvittaessa nimetä apulainen ottamaan vastaan painomuutokset pääyhdyshenkilöltä ja ilmoittamaan ne kuuluttajalle.
- 7.12.3 Kuuluttaja suorittaa urheilijoiden ja teknisten toimihenkilöiden esittelyn sekä kuuluttaa kaikki kilpailun kulkuun liittyvät ja tarvittavat ilmoitukset.
- 7.12.4 Kuuluttajalla on mahdollisuus aina kun kilpailujen kulku ja aika sallii, palvella yleisöä muulla informaatiolla.
- 7.12.5 Kuuluttaja suorittaa palkintojenjakoseremonian Määräys sääntöön 6.9 - Palkintojenjakoseremoniat mukaisesti.

7.12.6 Mikäli kilpailussa ei käytetä tietokoneohjelmaa, kuuluttajan on oltava KV tuomari .

7.13 KILPAILUJEN LÄÄKÄRI

7.13.1 IWF:n kilpailutapahtumissa kilpailulääkäreiden tulee olla päteviä lääketieteen tohtoreita, joilla on voimassa oleva toimilupa ja ammatillinen vakuutusuoja. Kilpailujen lääkirillä tulee olla ”Advanced Life Support” (ALS) pätevyys tai vastaava. Tohtoreilla tulee olla IWF:n Tuomarikortti tai Palvelutodistus.

7.13.2 Kilpailujen lääkäreiden tulee olla läsnä kilpailupaikalla kilpailujen alkamisesta aina kilpailujen päättymiseen saakka.

7.13.3 Kilpailujen lääkäreillä tulee olla paikallisten/kilpailupaikan lääkintämahdollisuuksien tuntemus ja käyttö sekä pyydettyä heidän tulee auttaa anti-doping testauksessa.

7.13.4 Kilpailujen lääkäreiden tulee olla valmiita antamaan lääkintäapua loukkaantumis- ja sairastapauksissa.

7.13.5 Kilpailujen lääkäreiden tulee toimia yhteistyössä joukkueiden lääkäreiden kanssa ja neuvoa valmentajia ja toimitsijoita urheilijan mahdollisuuksista jatkaa kilpailua loukkaantumisen jälkeen.

7.13.6 MM-kilpailuissa ja Olympialaisissa kaksi (2) kilpailujen lääkäriä on tehtävissä samaan aikaan. He ovat sijoittuneet kilpailualueelle niin, että toinen on lämmittelypuolella ja toinen lähellä kilpailulavaa siinä kohden mistä urheilija nousee kilpailukorokkeelle.

7.13.7 Tarvittaessa joukkueiden lääkäreitä voidaan pyytää kilpailujen lääkäreiden avuksi. Mikäli on lääketieteellistä tarvetta, urheilijan tulee sallia IWF:n kilpailulääkärin hänelle antama hoito.

7.13.8 IWF:n nimeämien kilpailulääkäreiden vastuualue on kilpailualue – FOP. Heidän vastuunsa loppuu kilpailualueen ulkopuolella.

7.13.9 Onnettomuuden tai loukkaantumisen sattuessa kilpailulääkärin tulee arvioida tilanne ja päättää mikäli lisähoitotoimenpiteitä tarvitaan joko paikallisen lääkintähuollon toimesta tai joukkuelääkärin toimesta. Mikäli joukkuelääkäriä ei ole käytettävissä, kilpailulääkärin tulee hoitaa tilanne tai siirtää hoitovastuu paikalliselle lääkintähuollolle.

7.14 MUU TUKIHENKILÖSTÖ

Teknisiä toimihenkilöitä avustavat kilpailussa muu henkilöstö, kuten levynvaihtajat ja kilpailualueen yhteyshenkilö.

8 ENNÄTYKSET

- 8.1. Ennätykseksi katsotaan nosto, joka ylittää edellisen ennätyksen vähintään yhdellä (1) kilolla.
- 8.2. IWF hyväksyy yleisen sarjan, nuorten, 17 v maailmanennätykset, Olympiannätykset, sekä Universiadiennätykset kussakin miesten ja naisten painoluokassa; tempauksessa, työnnössä ja yhteistuloksessa.
- 8.3. 17 v urheilijat voivat tehdä 17 v, nuorten sarjan ja yleisen sarjan ennätyksiä.
- 8.4. Nuorten sarjan urheilijat voivat tehdä nuorten sarjan ja yleisen sarjan ennätyksiä.
- 8.5. Yleisen sarjan urheilijat voivat tehdä yleisen sarjan ennätyksiä.
- 8.6. Masters urheilijat voivat tehdä masters ennätyksiä
- 8.7. Maailmanennätyksiä, maanosaennätyksiä ja alueellisia ennätyksiä voidaan tehdä vain IWF:n kalenteriin kuuluvissa kilpailuissa.
- 8.8. Masters maailmanennätyksiä voidaan tehdä vai IWF:n kalenteriin kuuluvissa kilpailuissa.
- 8.9. Olympiannätyksiä voidaan tehdä vain Olympiakisoissa
- 8.10. Universiadiennätyksiä voidaan tehdä vain Universiadeissa
- 8.11. Ennätykset tulee kirjata kilpailupöytäkirjaan ja siinä pitää olla seuraavat tiedot ennätyksestä:
 - ennätyspaino kg
 - nostomuoto (tempaus, työntö tai yhteistulos)
 - ennätyksen laatu (ikäluokka, ME / OE / Universiadi)
 - kilpailutapahtuman nimi, päivämäärä ja paikka

- 8.12. Mikäli kaksi (2) tai useampi urheilijaa tekee saman tuloksen ja tekee uuden ennätyksen, aika on tärkein tekijä. Urheilija, joka saavuttaa ennätystuloksen aikaisemmin, on myös ennätyksen uusi haltija huolimatta punnituspainosta tai kilpailunostojen järjestyksestä mikäli kilpailu käydään useammassa ryhmässä.
- 8.13. Ennätystulos vahvistetaan sen jälkeen kun urheilija läpäisee anti-doping testauksen IWF:n Anti_Doping sääntöjen mukaisesti.

9 SEREMONIAT

9.1 AVAJAISET

Jokaisen IWF:n kilpailutapahtuman alussa pidetään avajaisseremoniat lisämääräysten (Määräys sääntöön 9 - Seremoniat) mukaisesti IWF:n sekä isäntämaan liiton / järjestelykomitean järjestäminä.

9.2 PÄÄTTÄJÄISET

Jokaisen IWF:n kilpailutapahtuman lopuksi pidetään päättäjaisseremoniat (Määräys sääntöön 9 - Seremoniat) mukaisesti IWF:n ja isäntämaan liiton / järjestelyorganisaation

10 SÄÄNNÖKSET

10.1 KIELIEROAVUUDET

Mikäli IWF:n teknisissä ja kilpailusäännöissä sekä lisämääräyksissä on englanninkielisessä tekstissä, sisällössä, materiaalissa ja/tai lähteissä eroavuuksia ja epä johdonmukaisuuksia muun kielisiin versioihin verrattuna, englanninkielinen versio hallitsee, valitsee ja ohjaa.

10.2 TULKINTA

Mikäli jokin kohta säännöstössä vaatii selvennystä tai tulkintaa, pitää tästä ilmoittaa IWF:n tekniselle komitealle.

10.3 PROTEESIT

Proteesit ovat sallittuja. Proteesiraajat eivät saa olla moottoroituja tai varastoida energiaa, jonka voi vapauttaa noston aikana.

MÄÄRÄYKSET

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 1.2 - KILPAILUSARJAT

Junior / Senior Miehet	
56 kg	≤ 56.00
62 kg	56.01–62.00
69 kg	62.01–69.00
77 kg	69.01–77.00
85 kg	77.01–85.00
94 kg	85.01–94.00
105 kg	94.01–105.00
+105 kg	> 105.00

Poijat	
50 kg	≤ 50.00
56 kg	50.01 - 56.00
62 kg	56.01 - 62.00
69 kg	62.01 - 69.00
77 kg	69.01 - 77.00
85 kg	77.01 - 85.00
94 kg	85.01 - 94.00
+94 kg	> 94.00

Junior / Senior Naiset	
48 kg	≤ 48.00
53 kg	48.01– 53.00
58 kg	53.01– 58.00
63 kg	58.01–63.00
69 kg	63.01– 69.00
75 kg	69.01–75.00
90 kg	75.01–90.00
+90 kg	> 90.00

Tytöt	
44 kg	≤ 44.00
48 kg	44.01–48.00
53 kg	48.01–53.00
58 kg	53.01–58.00
63 kg	58.01–63.00
69 kg	63.01–69.00
75 kg	69.01–75.00
+75 kg	> 75.00

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.1.1 – KILPAILULAVA JA KOROKKE

Korokkeen tulee olla:

- rakenteeltaan tukeva
- mitoiltaan vähintään 10 m x 10 m
- korkeudeltaan korkeintaan 1 m mitattuna siltä tasolta, jolla tuomareiden ja juryn jäsenten istuimet sijaitsevat
- korokkeelle tulee johtaa portaat kansainvälisten rakennussääntöjen mukaisesti ja niiden tulee olla hyvin kiinnitetyt korokkeeseen
- korokkeella tulee olla kaksi suojapuomia kiinnitettynä korokkeeseen.

Niiden pitää olla:

- pituudeltaan 5 m
- korkeudeltaan korkeintaan 200 mm
- leveydeltään korkeintaan 200 mm
- lujasti kiinnitetty korokkeen etuosaan vähintään 2,5 m lavan etureunasta
- lujasti kiinnitetty korokkeen takaosaan vähintään 2,0 m kilpailulavan takareunasta

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.2 – KILPAILULAVA

Kilpailulavan tulee olla

- tasainen
- neliskulmainen
- olla mitoiltaan 4,0 metriä jokainen sivu
- valmistettu puusta tai laminoidusta puusta käyttäen korkeintaan 20 pontattua levyä
- puulevyt tulee kiinnittää toisiinsa vähintään 3 terästangolla
- 10 cm korkea; (mikäli lava on sijoitettu korokkeen päälle, sen tulee nousta 10 cm korokkeen yläpuolelle)
- mikäli lava on saman värinen kuin ympäröivä lattia on lavan
- yläreuna maalattava 10 cm:n erottuvalla eri värisellä rajalinjalla.

Harjoittelu/kilpailun lämmittelylavan tulee:

- olla mitoiltaan 3 m leveä ja 2,5-3 m pitkä
- olla pinnaltaan mitä vain ei liukasta materiaalia
- olla numeroitu alkaen numerosta 1

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.3 – TANKO

1. Miesten tankosetin osat - 190 kg

2 x 20kg tanko

2 x 25kg levyt

2 x 20kg levyt

2 x 15kg levyt

2 x 10kg levyt

2 x 5 kg levyt

2 x 2.5kg levyt

2 x 2 kg levyt

2 x 1.5kg levyt

2 x 1kg levyt

2 x 0.5kg levyt

2 x lukot 2.5kg

2. Naisten tankosetin osat – 185kg

1 x 15kg tanko

2 x 25kg levyt

2 x 20kg levyt

2 x 15kg levyt

2 x 10kg levyt

2 x 5 kg levyt

2 x 2.5kg levyt

2 x 2 kg levyt

2 x 1.5kg levyt

2 x 1kg levyt

2 x 0.5kg levyt

2 x lukot 2.5kg

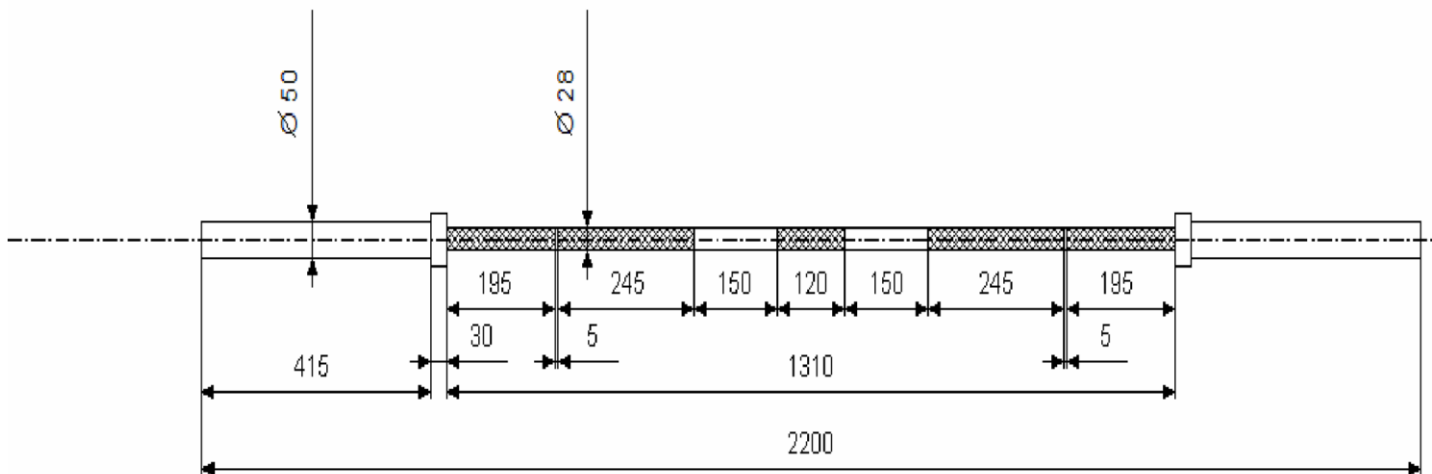
3. Kilpailutankoon kilpailulavalla tarvitaan lisäksi:

yksi (1) setti (2 kpl) isolla halkaisijalla (450 mm) olevia 5 kg:n levyjä

yksi (1) setti (2 kpl) isolla halkaisijalla (450 mm) olevia 2.5 kg:n levyjä

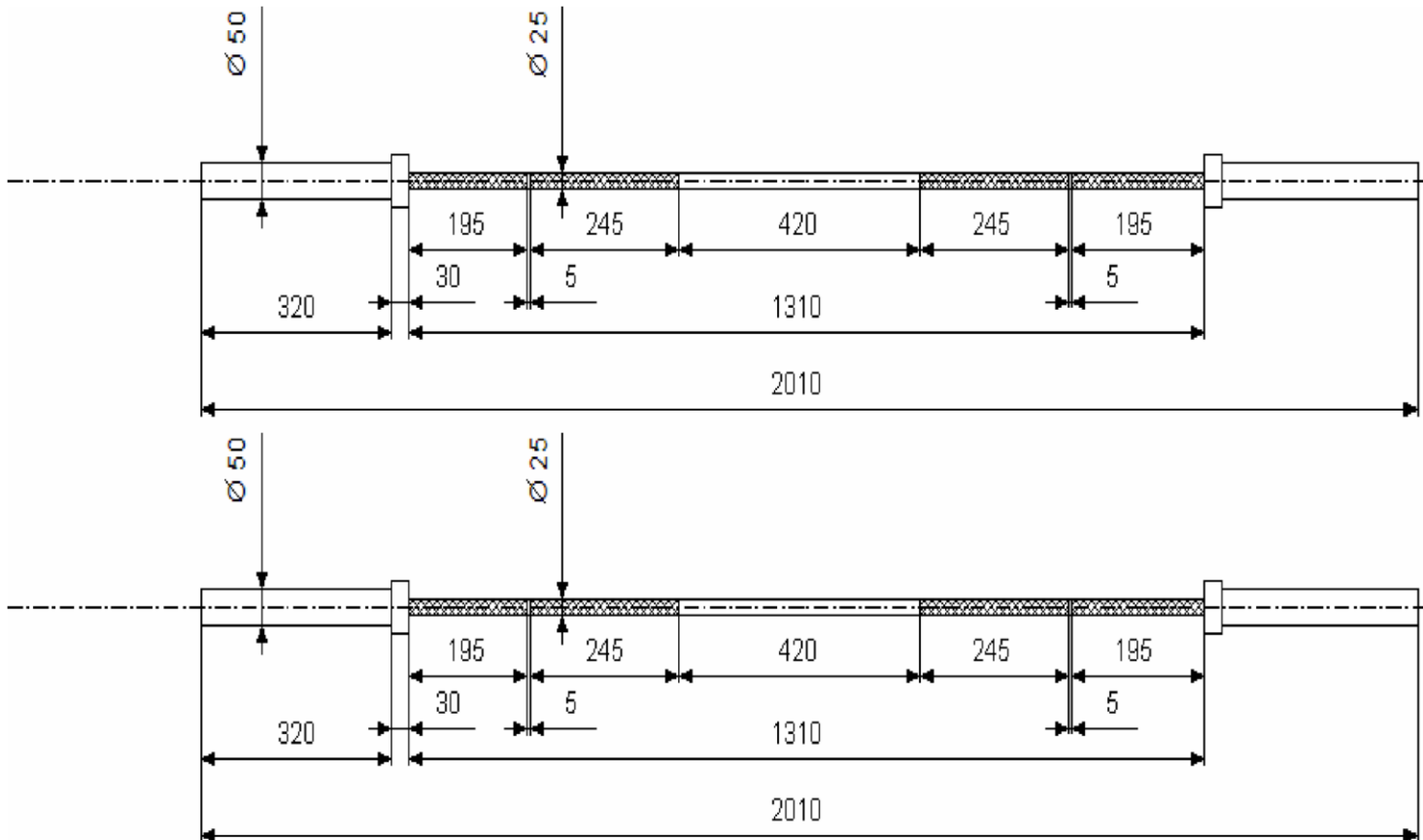
4. Miesten tanko

- valmistettu kromatusta teräksestä
- otealue työstetty karheaksi
- paino 20 kg



- tangon pituus = 220 cm
- puslien halkaisija = 5 cm ja pituus 41.5 cm
- otealue = 2.8 cm halkaisijaltaan ja 131 cm pitkä
- 2 otealuetta = 44.5 joissa 0.5 cm:n karhentamaton alue 19.5 cm:n päässä sisäpuslasta
- keskikarhennus = 12 cm pitkä
- sininen tangon tunnistusmerkintä tangon molemmissa päissä (20 kg = sininen)
- tarkkuus = +0.1 % to -0.05 %
- holkin halkaisija = vähintään 7,3cm, enintään 8cm
- puslien pitää pyöriä vapaasti

5. Naisten tanko



- valmistettu kromatusta teräksestä
- otealue työstetty karheaksi
- paino 15 kg
- tangon pituus = 201 cm
- puslien halkaisija = 5 cm ja pituus 41.5 cm
- otealue = 2.5 cm halkaisijaltaan ja 131 cm pitkä
- 2 otealuetta = 42 cm joissa 0.5 cm:n karhentamaton alue 19.5 cm:n päässä sisäpuslasta
- keltainen tangon tunnistusmerkintä tangon molemmissa päissä (15 kg = keltainen)
- tarkkuus = +0.1 % to -0.05 %
- holkin halkaisija = vähintään 6,3cm, enintään 7,5cm
- puslien pitää pyöriä vapaasti

6. Kilpailulevyt

- levyjen halkaisija 45 cm 1 mm:n toleranssilla
- 45 cm :n levyt kumilla tai muovilla päällystetty ja pysyvällä värillä väritytty molemmin puolin
- kevyemmät kuin 10 kg:n levyt saa valmistaa metallista tai IWF:n hyväksymästä materiaalista
- toleranssi = painavimmat kuin 5 kg +0.1% to -0.05%

- toleranssi = kevyemmät kuin 5 kg +10 grammaa -0 grammaa levyä kohden
- kaikkien levyjen painojen tulee olla merkitty selkeästi kiloina levyihin
- koot
 - 25 kg leveys max 6,7 cm, halkaisija 45 cm
 - 20 kg leveys max 5,4 cm, halkaisija 45 cm
 - 15 kg leveys max 4,3 cm, halkaisija 45 cm
 - 10 kg leveys max 3,5 cm, halkaisija 45 cm
 - 5 kg leveys max 2,65 cm, halkaisija 23-26 cm
 - 2,5 kg leveys max 2,3 cm, halkaisija 19-22 cm
 - 2 kg leveys max 2,2 cm, halkaisija 15,5-19 cm
 - 1,5 kg leveys max 2,0 cm, halkaisija 13,9-17,5 cm
 - 1 kg leveys max 1,9 cm, halkaisija 11,8-16 cm
 - 0,5kg leveys max 1,6cm, halkaisija 9,7cm – 13,7 cm

7. Harjoituslevyt

- toleranssi = +0.8% -0.8%
- valmistettu väreiltään kuten säännössä TCRR 3.3.3.6 kuvataan
- voivat olla valmistettu väreiltään mustiksi mutta painoa vastaavalla värireunuksella ja tekstillä "Harjoitus"

8. Lukot

- valmistettu kromatusta teräksestä
- reikä = 5 cm:n halkaisija
- mallin tulee sallia joko pienten levyjen (2 kg ja alle) kuormaaminen lukon sisä- tai ulkopuolelle
- leveys = maksimi 7,0 cm
- toleranssi = +10 grammasta -0 grammaan lukkoa kohden

Toleranssikaavio

Paino	Kilpailu		Harjoitus		Min. kg
			Tanko kg		
20	19.9900	20.0200	N / A	N / A	
15	14.9925	15.0150	N / A	N / A	

Levy kg

25	24.9875	25.0250	24.800	25.200
20	19.9900	20.0200	19.840	20.160
15	14.9925	15.0150	14.880	15.120
10	9.9950	10.0100	9.920	10.080
5	5.0000	5.0100	4.960	5.040
2.5	2.5000	2.5100	2.480	2.520
2	2.0000	2.0100	1.984	2.016

1.5	1.5000	1.5100	1.488	1.512
1	1.0000	1.0100	0.992	1.008
0.5	0.5000	0.5100	0.496	0.504

2.5000	2.5100
--------	--------

Lukko kg

2.5 N / A

N / A

-0.05% / +0.1%

-0 g / +10 g

-0.8% / +0.8%

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.3.11 - KUORMAUSTAULUKKO

Miesten tanko

26 kg	0.5, lukot	56 kg	15, .5, lukot
27 kg	1, lukot	57 kg	15, 1, lukot
28 kg	1.5, lukot	58 kg	15, 1.5, lukot
29 kg	2, lukot	59 kg	15, 2, lukot
30 kg	2.5, lukot	60 kg	15, 2.5, lukot
31 kg	2.5, .5, lukot	61 kg	15, 2.5, .5, lukot
32 kg	2.5, 1, lukot	62 kg	15, 2.5, 1, lukot
33 kg	2.5, 1.5, lukot	63 kg	15, 2.5, 1 .5, lukot
34 kg	2.5, 2, Lukot	64 kg	15, 2.5, 2, lukot
35 kg	5, lukot	65 kg	20, lukot
36 kg	5, .5, lukot	66 kg	20, .5, lukot
37 kg	5, 1, lukot	67 kg	20, 1, lukot
38 kg	5, 1.5, lukot	68 kg	20, 1.5, lukot
39 kg	5, 2, lukot	69 kg	20, 2, lukot
40 kg	5, 2.5, lukot	70 kg	20, 2.5, lukot
41 kg	5, 2.5, .5, lukot	71 kg	20, 2.5, .5, lukot
42 kg	5, 2.5, 1, lukot	72 kg	20, 2.5, 1, lukot
43 kg	5, 2.5, 1.5, lukot	73 kg	20, 2.5, 1.5, lukot
44 kg	5, 2.5, 2, lukot	74 kg	20, 2.5, 2, lukot
45 kg	10, lukot	75 kg	25, lukot
46 kg	10, .5, lukot	76 kg	25, .5, lukot
47 kg	10, 1, lukot	77 kg	25, 1, lukot
48 kg	10, 1 .5, lukot	78 kg	25, 1.5, lukot
49 kg	10, 2, lukot	79 kg	25, 2, lukot
50 kg	10, 2.5, lukot	80 kg	25, 2.5, lukot
51 kg	10, 2.5, .5, lukot		

52 kg	10, 2.5, 1, lukot
53 kg	10, 2.5, 1.5, lukot
54 kg	10, 2.5, 2, lukot
55 kg	15, lukot

81 kg	25, 2.5, .5, lukot
82 kg	25, 2.5, 1, lukot
83 kg	25, 2.5, 1.5, lukot
84 kg	25, 2.5, 2, lukot
85 kg	25, 5, lukot

86 kg	25, 5, .5, lukot	122 kg	25, 20, 2 .5, 1, lukot
87 kg	25, 5, 1, lukot	123 kg	25, 20, 2.5, 1.5, lukot
88 kg	25, 5, 1.5, lukot	124 kg	25, 20, 2.5, 2, lukot
89 kg	25, 5, 2, lukot	125 kg	25, 25, lukot
90 kg	25, 5, 2.5, lukot	126 kg	25, 25, .5, lukot
91 kg	25, 5, 2.5, .5, lukot	127 kg	25, 25, 1, lukot
92 kg	25, 5, 2.5, 1, lukot	128 kg	25, 25, 1.5, lukot
93 kg	25, 5, 2.5, 1.5, lukot	129 kg	25, 25, 2, lukot
94 kg	25, 5, 2.5, 2, lukot	130 kg	25, 25, 2.5, lukot
95 kg	25, 10, lukot	131 kg	25, 25, 2.5, .5, lukot
96 kg	25, 10, .5, lukot	132 kg	25, 25, 2.5, 1, lukot
97 kg	25, 10, 1, lukot	133 kg	25, 25, 2.5, 1.5, lukot
98 kg	25, 10, 1.5, lukot	134 kg	25, 25, 2.5, 2, lukot
99 kg	25, 10, 2, lukot	135 kg	25, 25, 5, lukot
100 kg	25, 10, 2 .5, lukot	136 kg	25, 25, 5, .5, lukot
101 kg	25, 10, 2.5, .5, lukot	137 kg	25, 25, 5, 1, lukot
102 kg	25, 10, 2.5, 1, lukot	138 kg	25, 25, 5, 1.5, lukot
103 kg	25, 10, 2 .5, 1.5, lukot	139 kg	25, 25, 5, 2, lukot
104 kg	25, 10, 2.5, 2, lukot	140 kg	25, 25, 5, 2.5, lukot
105 kg	25, 15, lukot	141 kg	25, 25, 5, 2.5, .5, lukot
106 kg	25, 15, .5, lukot	142 kg	25, 25, 5, 2.5, 1, lukot
107 kg	25, 15, 1, lukot	143 kg	25, 25, 5, 2.5, 1.5, lukot
108 kg	25, 15, 1.5, lukot	144 kg	25, 25, 5, 2.5, 2, lukot
109 kg	25, 15, 2, lukot	145 kg	25, 25, 10, lukot
110 kg	25, 15, 2.5, lukot	146 kg	25, 25, 10, .5, lukot
111 kg	25, 15, 2.5, .5, lukot	147 kg	25, 25, 10, 1, lukot
112 kg	25, 15, 2 .5, 1, lukot	148 kg	25, 25, 10, 1.5, lukot
113 kg	25, 15, 2 .5, 1 .5, lukot	149 kg	25, 25, 10, 2, lukot
114 kg	25, 15, 2 .5, 2, lukot	150 kg	25, 25, 10, 2.5, lukot
115 kg	25, 20, lukot	151 kg	25, 25, 10, 2.5, .5, lukot

116 kg	25, 20, .5, lukot	152 kg	25, 25, 10, 2.5, 1, lukot
117 kg	25, 20, 1, lukot	153 kg	25, 25, 10, 2.5, 1.5, lukot
118 kg	25, 20, 1 .5, lukot	154 kg	25, 25, 10, 2.5, 2, lukot
119 kg	25, 20, 2, lukot	155 kg	25, 25, 15, lukot
120 kg	25, 20, 2 .5, lukot	156 kg	25, 25, 15, .5, lukot
121 kg	25, 20, 2.5, 0.5, lukot	157 kg	25, 25, 15, 1, lukot

158 kg	25, 25, 15, 1.5, lukot	194 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 2, lukot
159 kg	25, 25, 15, 2, lukot	195 kg	25, 25, 25, 10, lukot
160 kg	25, 25, 15, 2.5, lukot	196 kg	25, 25, 25, 10, .5, lukot
161 kg	25, 25, 15, 2.5, .5, lukot	197 kg	25, 25, 25, 10, 1, lukot
162 kg	25, 25, 15, 2.5, 1, lukot	198 kg	25, 25, 25, 10, 1.5, lukot
163 kg	25, 25, 15, 2.5, 1.5, lukot	199 kg	25, 25, 25, 10, 2, lukot
164 kg	25, 25, 15, 2.5, 2, lukot	200 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, lukot
165 kg	25, 25, 20, lukot	201 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, .5, lukot
166 kg	25, 25, 20, .5, lukot	202 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 1, lukot
167 kg	25, 25, 20, 1, lukot	203 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 1.5, lukot
168 kg	25, 25, 20, 1.5, lukot	204 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 2, lukot
169 kg	25, 25, 20, 2, lukot	205 kg	25, 25, 25, 15, lukot
170 kg	25, 25, 20, 2.5, lukot	206 kg	25, 25, 25, 15, .5, lukot
171 kg	25, 25, 20, 2.5, .5, lukot	207 kg	25, 25, 25, 15, 1, lukot
172 kg	25, 25, 20, 2.5, 1, lukot	208 kg	25, 25, 25, 15, 1.5, lukot
173 kg	25, 25, 20, 2.5, 1.5, lukot	209 kg	25, 25, 25, 15, 2, lukot
174 kg	25, 25, 20, 2.5, 2, lukot	210 kg	25, 25, 25, 15, 2.5, lukot
175 kg	25, 25, 25, lukot	211 kg	25, 25, 25, 15, 2.5, .5, lukot
176 kg	25, 25, 25, .5, lukot	212 kg	25, 25, 25, 15, 2.5, 1, lukot
177 kg	25, 25, 25, 1, lukot	213 kg	25, 25, 25, 15, 2.5, 1.5, lukot
178 kg	25, 25, 25, 1.5, lukot	214 kg	25, 25, 25, 15, 2.5, 2, lukot
179 kg	25, 25, 25, 2, lukot	215 kg	25, 25, 25, 20, lukot
180 kg	25, 25, 25, 2.5, lukot	216 kg	25, 25, 25, 20, .5, lukot
181 kg	25, 25, 25, 2.5, .5, lukot	217 kg	25, 25, 25, 20, 1, lukot
182 kg	25, 25, 25, 2.5, 1, lukot	218 kg	25, 25, 25, 20, 1.5, lukot
183 kg	25, 25, 25, 2.5, 1.5, lukot	219 kg	25, 25, 25, 20, 2, lukot
184 kg	25, 25, 25, 2.5, 2, lukot	220 kg	25, 25, 25, 20, 2.5, lukot
185 kg	25, 25, 25, 5, lukot	221 kg	25, 25, 25, 20, 2.5, .5, lukot
186 kg	25, 25, 25, 5, .5, lukot	222 kg	25, 25, 25, 20, 2.5, 1, lukot
187 kg	25, 25, 25, 5, 1, lukot	223 kg	25, 25, 25, 20, 2.5, 1.5, lukot

188 kg	25, 25, 25, 5, 1 .5, lukot	224 kg	25, 25, 25, 20, 2.5, 2, lukot
189 kg	25, 25, 25, 5, 2, lukot	225 kg	25, 25, 25, 25, lukot
190 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, lukot	226 kg	25, 25, 25, 25, .5, lukot
191 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, .5, lukot	227 kg	25, 25, 25, 25, 1, lukot
192 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 1, lukot	228 kg	25, 25, 25, 25, 1.5, lukot
193 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 1.5, lukot	229 kg	25, 25, 25, 25, 2, lukot

230 kg	25, 25, 25, 25, 2.5, lukot	266 kg	25, 25, 25, 25, 20, .5, lukot
231 kg	25, 25, 25, 25, 2.5, .5, lukot	267 kg	25, 25, 25, 25, 20, 1, lukot
232 kg	25, 25, 25, 25, 2.5, 1, lukot	268 kg	25, 25, 25, 25, 20, 1.5, lukot
233 kg	25, 25, 25, 25, 2.5, 1.5, lukot	269 kg	25, 25, 25, 25, 20, 2, lukot
234 kg	25, 25, 25, 25, 2.5, 2, lukot	270 kg	25, 25, 25, 25, 20, 2.5, lukot
235 kg	25, 25, 25, 25, 5, lukot		
236 kg	25, 25, 25, 25, 5, .5, lukot		
237 kg	25, 25, 25, 25, 5, 1, lukot		
238 kg	25, 25, 25, 25, 5, 1.5, lukot		
239 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2, lukot		
240 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2.5, lukot		
241 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2.5, .5, lukot		
242 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2.5, 1, lukot		
243 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2.5, 1.5, lukot		
244 kg	25, 25, 25, 25, 5, 2.5, 2, lukot		
245 kg	25, 25, 25, 25, 10, lukot		
246 kg	25, 25, 25, 25, 10, .5, lukot		
247 kg	25, 25, 25, 25, 10, 1, lukot		
248 kg	25, 25, 25, 25, 10, 1.5, lukot		
249 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2, lukot		
250 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2.5, lukot		
251 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2.5, .5, lukot		
252 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2.5, 1, lukot		
253 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2.5, 1.5, lukot		
254 kg	25, 25, 25, 25, 10, 2.5, 2, lukot		
255 kg	25, 25, 25, 25, 15, lukot		
256 kg	25, 25, 25, 25, 15, .5, lukot		
257 kg	25, 25, 25, 25, 15, 1, lukot		
258 kg	25, 25, 25, 25, 15, 1.5, lukot		
259 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2, lukot		

260 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2.5, lukot
261 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2.5, .5, lukot
262 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2.5, 1, lukot
263 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2.5, 1.5, lukot
264 kg	25, 25, 25, 25, 15, 2.5, 2, lukot
265 kg	25, 25, 25, 25, 20, lukot

Naisten tanko

21 kg	0.5, lukot	55 kg	15, 2.5, lukot
22 kg	1, lukot	56 kg	15, 2.5, .5, lukot
23 kg	1.5, lukot	57 kg	15, 2.5, 1, lukot
24 kg	2, lukot	58 kg	15, 2.5, 1 .5, lukot
25 kg	2.5, lukot	59 kg	15, 2.5, 2, lukot
26 kg	2.5, .5, lukot	60 kg	20, lukot
27 kg	2.5, 1, lukot	61 kg	20, .5, lukot
28 kg	2.5, 1.5, lukot	62 kg	20, 1, lukot
29 kg	2.5, 2, Lukot	63 kg	20, 1.5, lukot
30 kg	5, lukot	64 kg	20, 2, lukot
31 kg	5, .5, lukot	65 kg	20, 2.5, lukot
32 kg	5, 1, lukot	66 kg	20, 2.5, .5, lukot
33 kg	5, 1.5, lukot	67 kg	20, 2.5, 1, lukot
34 kg	5, 2, lukot	68 kg	20, 2.5, 1.5, lukot
35 kg	5, 2.5, lukot	69 kg	20, 2.5, 2, lukot
36 kg	5, 2.5, .5, lukot	70 kg	25, lukot
37 kg	5, 2.5, 1, lukot	71 kg	25, .5, lukot
38 kg	5, 2.5, 1.5, lukot	72 kg	25, 1, lukot
39 kg	5, 2.5, 2, lukot	73 kg	25, 1.5, lukot
40 kg	10, lukot	74 kg	25, 2, lukot
41 kg	10, .5, lukot	75 kg	25, 2.5, lukot
42 kg	10, 1, lukot	76 kg	25, 2.5, .5, lukot
43 kg	10, 1 .5, lukot	77 kg	25, 2.5, 1, lukot
44 kg	10, 2, lukot	78 kg	25, 2.5, 1.5, lukot
45 kg	10, 2.5, lukot	79 kg	25, 2.5, 2, lukot
46 kg	10, 2.5, .5, lukot	80 kg	25, 5, lukot
47 kg	10, 2.5, 1, lukot	81 kg	25, 5, .5, lukot
48 kg	10, 2.5, 1.5, lukot	82 kg	25, 5, 1, lukot
49 kg	10, 2.5, 2, lukot	83 kg	25, 5, 1.5, lukot

50 kg	15, lukot	84 kg	25, 5, 2, lukot
51 kg	15, .5, lukot	85 kg	25, 5, 2.5, lukot
52 kg	15, 1, lukot	86 kg	25, 5, 2.5, .5, lukot
53 kg	15, 1.5, lukot	87 kg	25, 5, 2.5, 1, lukot
54 kg	15, 2, lukot	88 kg	25, 5, 2.5, 1.5, lukot

89 kg 25, 5, 2.5, 2, lukot

90 kg 25, 10, lukot

91 kg 25, 10, .5, lukot

92 kg 25, 10, 1, lukot

93 kg 25, 10, 1.5, lukot

94 kg 25, 10, 2, lukot

95 kg 25, 10, 2 .5, lukot

96 kg 25, 10, 2.5, .5, lukot

97 kg 25, 10, 2.5, 1, lukot

98 kg 25, 10, 2 .5, 1.5, lukot

99 kg 25, 10, 2.5, 2, lukot

100 kg 25, 15, lukot

101 kg 25, 15, .5, lukot

102 kg 25, 15, 1, lukot

103 kg 25, 15, 1.5, lukot

104 kg 25, 15, 2, lukot

105 kg 25, 15, 2.5, lukot

106 kg 25, 15, 2.5, .5, lukot

107 kg 25, 15, 2 .5, 1, lukot

108 kg 25, 15, 2 .5, 1 .5, lukot

109 kg 25, 15, 2 .5, 2, lukot

110 kg 25, 20, lukot

111 kg 25, 20, .5, lukot

112 kg 25, 20, 1, lukot

113 kg 25, 20, 1 .5, lukot

114 kg 25, 20, 2, lukot

115 kg 25, 20, 2 .5, lukot

116 kg 25, 20, 2 .5, .5, lukot

117 kg 25, 20, 2 .5, 1, lukot

118 kg 25, 20, 2.5, 1.5, lukot

125 kg 25, 25, 2.5, lukot

126 kg 25, 25, 2.5, .5, lukot

127 kg 25, 25, 2.5, 1, lukot

128 kg 25, 25, 2.5, 1.5, lukot

129 kg 25, 25, 2.5, 2, lukot

130 kg 25, 25, 5, lukot

131 kg 25, 25, 5, .5, lukot

132 kg 25, 25, 5, 1, lukot

133 kg 25, 25, 5, 1.5, lukot

134 kg 25, 25, 5, 2, lukot

135 kg 25, 25, 5, 2.5, lukot

136 kg 25, 25, 5, 2.5, .5, lukot

137 kg 25, 25, 5, 2.5, 1, lukot

138 kg 25, 25, 5, 2.5, 1.5, lukot

139 kg 25, 25, 5, 2.5, 2, lukot

140 kg 25, 25, 10, lukot

141 kg 25, 25, 10, .5, lukot

142 kg 25, 25, 10, 1, lukot

143 kg 25, 25, 10, 1.5, lukot

144 kg 25, 25, 10, 2, lukot

145 kg 25, 25, 10, 2.5, lukot

146 kg 25, 25, 10, 2.5, .5, lukot

147 kg 25, 25, 10, 2.5, 1, lukot

148 kg 25, 25, 10, 2.5, 1.5, lukot

149 kg 25, 25, 10, 2.5, 2, lukot

150 kg 25, 25, 15, lukot

151 kg 25, 25, 15, .5, lukot

152 kg 25, 25, 15, 1, lukot

153 kg 25, 25, 15, 1.5, lukot

154 kg 25, 25, 15, 2, lukot

119 kg 25, 20, 2.5, 2, lukot

120 kg 25, 25, lukot

121 kg 25, 25, .5, lukot

122 kg 25, 25, 1, lukot

123 kg 25, 25, 1.5, lukot

124 kg 25, 25, 2, lukot

155 kg 25, 25, 15, 2.5, lukot

156 kg 25, 25, 15, 2.5, .5, lukot

157 kg 25, 25, 15, 2.5, 1, lukot

158 kg 25, 25, 15, 2.5, 1.5, lukot

159 kg 25, 25, 15, 2.5, 2, lukot

160 kg 25, 25, 20, lukot

161 kg	25, 25, 20, .5, lukot	197 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 1, lukot
162 kg	25, 25, 20, 1, lukot	198 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 1.5, lukot
163 kg	25, 25, 20, 1.5, lukot	199 kg	25, 25, 25, 10, 2.5, 2, lukot
164 kg	25, 25, 20, 2, lukot	200 kg	25, 25, 25, 15, lukot
165 kg	25, 25, 20, 2.5, lukot		
166 kg	25, 25, 20, 2.5, .5, lukot		
167 kg	25, 25, 20, 2.5, 1, lukot		
168 kg	25, 25, 20, 2.5, 1.5, lukot		
169 kg	25, 25, 20, 2.5, 2, lukot		
170 kg	25, 25, 25, lukot		
171 kg	25, 25, 25, .5, lukot		
172 kg	25, 25, 25, 1, lukot		
173 kg	25, 25, 25, 1.5, lukot		
174 kg	25, 25, 25, 2, lukot		
175 kg	25, 25, 25, 2.5, lukot		
176 kg	25, 25, 25, 2.5, .5, lukot		
177 kg	25, 25, 25, 2.5, 1, lukot		
178 kg	25, 25, 25, 2.5, 1.5, lukot		
179 kg	25, 25, 25, 2.5, 2, lukot		
180 kg	25, 25, 25, 5, lukot		
181 kg	25, 25, 25, 5, .5, lukot		
182 kg	25, 25, 25, 5, 1, lukot		
183 kg	25, 25, 25, 5, 1 .5, lukot		
184 kg	25, 25, 25, 5, 2, lukot		
185 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, lukot		
186 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, .5, lukot		
187 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 1, lukot		
188 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 1.5, lukot		
189 kg	25, 25, 25, 5, 2.5, 2, lukot		
190 kg	25, 25, 25, 10, lukot		
191 kg	25, 25, 25, 10, .5, lukot		

192 kg 25, 25, 25, 10, 1, lukot

193 kg 25, 25, 25, 10, 1.5, lukot

194 kg 25, 25, 25, 10, 2, lukot

195 kg 25, 25, 25, 10, 2.5, lukot

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.4 – VAA'AT

Vaakojen tulee:

- olla elektronisia, joissa on näyttö tai tulostus tai molemmat
- kapasiteetti punnita 200 kiloon saakka
- vähintään 50 gramman tarkkuus
- vähintään kolme (3) kappaletta - 1 virallinen, testivaaka ja harjoituspaikan vaaka
- vaakojen tarkistustodistukset eivät kilpailun alkaessa saa olla kolmea kuukautta vanhempia
- Olympialaisissa ja Nuorten Olympialaisissa vaa'at tulee tarkistaa päivittäin

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.5 – KILPAILUNUMEROT / URHEILIJALUVAT / HUOLTAJALUVAT

Isäntämaan liitto / Järjestelykomitea on velvollinen hankkimaan riittävästi kilpailunumeroita ja niihin tarvittavia kiinnitysneuloja (hakaneuloja)

1 Kilpailunumeroiden tulee olla:

- vähintään 100 cm²
- enintään 150 cm²
- numeron ja taustan värit voivat olla mitä tahansa
- tekstin koon ja värin tulee olla selkeä ja luettava kauempaakin
- kilpailunumerot kattavat 1-18 sääntöjen mukaan
- jokaista kilpailuryhmää varten varataan uudet numerot
- kiinnitettyinä neljällä hakaneulalla jokaisesta kulmasta urheilijan kilpailuasun lahkeeseen
- logot sallitaan kilpailunumeroissa (IWF, isäntämaan liitto, sponsori jne); välinevalmistajien tuotemerkkien kohdalla sääntö 4.9 on voimassa

Isäntämaan liitto / Järjestelykomitea on velvollinen hankkimaan riittävästi kulkulupia.

2 Urheilijalupien tulee olla:

- sisältää sukupuolen, painoluokan, kilpailuryhmän
- sisältää merkinnän "Urheilija"
- valmistettu kartongista tai vastaavasta materiaalista
- tausta ja teksti voivat olla mitä väriä tahansa
- jokaista ryhmää kohden pitää olla erilaiset ja/tai eriväriset kulkuluvat
- tekstin koon ja värin tulee olla selkeä ja luettava kauempaakin

- varustettuna kaulanauhalla
- logot sallitaan kulkuluissa (IWF, isäntämaan liitto, sponsori jne); välinevalmistajien tuotemerkkien kohdalla sääntö 4.9 on voimassa.

3 Huoltajalupien tulee olla:

- sisältää sukupuolen, painoluokan, kilpailuryhmän
- valmistettu kartongista tai vastaavasta materiaalista
- tausta ja teksti voivat olla mitä väriä tahansa
- jokaista ryhmää kohden pitää olla erilaiset ja/tai eriväriset kulkuluvat
- tekstin koon ja värin tulee olla selkeä ja luettava kauempaakin
- varustettuna kaulanauhalla
- logot sallitaan kulkuluissa (IWF, isäntämaan liitto, sponsori jne); välinevalmistajien tuotemerkkien kohdalla sääntö 4.9 on voimassa.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.6.1 – TUOMARIVALOJÄRJESTELMÄ

1. Jokaisella kolmella tuomarilla on oma tuomarilaitte, jossa on seuraavat osat:
 - kaksi (2) painiketta; punainen ja valkoinen
 - yksi varoituksen merkkivalo ja varoituksen äänimerkin antolaitte
2. Alas-merkin antolaitte, joka asetetaan kilpailulavan etupuolelle vähintään 50 cm:n korkeudelle ja metrin etäisyydelle sivusuunnassa keskituomarista. Laitte antaa nostajalle sekä kuuluvan (ääni), että näkyvän (valo) signaalin tangon alas laskemiseksi
3. Kaksi tai useampia näyttötauluja, joista sekä kilpailijat että yleisö näkevät tuomareiden tuomiot. Lisäksi lämmittelyalueella tulee olla yksi näyttötaulu. Näyttötaulussa on kolme valkoista ja kolme punaista valoa.
4. Juryn valvontalaitte, joka on varustettu kolmella valkoisella ja kolmella punaisella valolla. Nämä valot syttyvät samanaikaisesti kun tuomarit painavat vastaavia painikkeita omassa tuomarilaitteessaan. Näissä juryn valvontalaitteissa on myös merkinantolaitte, jolla tuomari tai tuomarit voidaan kutsua juryn pöydän luo.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.6.12 JURYN KONTROLLIYKSIKKÖ

Juryyn kontrolliyksikössä on viisi vihreää, viisi valkoista ja viisi punaista valoa. Jokaisella juryn jäsenellä on konsoli, jossa on kaksi painiketta, punainen ja valkoinen. Kun juryn jäsen painaa jompaa kumpaa painikkeista, vihreä valo syttyy. Valkoiset ja punaiset arviointivalot syttyvät vasta kun kaikki juryn jäsenet ovat antaneet arvonsa. Juryyn kontrolliyksikössä ei ole sisään ohjelmoitua kolmen sekunnin ikkunaa tuomion vaihtamiseksi.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 3.3.6.14 - AJANOTTOLAITE

1. Ajanottolaitteen, joka voi olla digitaalinen tai sähköinen, tulee ilmaista seuraavia asioita tarkasti:
 - toimia yhtäjaksoisesti vähintään 15 minuutin ajan
 - näyttää aikaa vähintään sekunnin tarkkuudella
 - antaa automaattisesti kuuluva äänimerkki 90 sekunnin, 30 sekunnin ja 0 sekunnin kohdalla
2. Ajanottolaitteen näytön tulee olla samanaikaisesti nähtävissä kilpailualueella (FOP) kolmessa eri paikassa:
 - yksi lämmittelytilassa
 - yksi yleisöön päin suunnattuna
 - yksi lavalla/korokkeella olevaan urheilijaan suunnattuna

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 5.1 - IWF:N KILPAILUTAPAHTUMAT

Seuraavana esitettyjä määräyksiä sovelletaan kaikkiin IWF:n kilpailutapahtumiin.

1 IWF Kalenterikilpailut

- Kansainväliset kilpailut
- Tapahtuman säännöt IWF:n vahvistamina etukäteen
- IWF:n sääntöjä - TCRR - noudatettava
- Vain kansainväliset tekniset toimihenkilöt voivat toimia tehtävissä

- IWF:n Anti-Doping säännöstö on voimassa
- Tulokset toimitettava IWF:ään jolloin ne
- julkaistaan IWF:n Internet-sivuilla
- niiden tulokset lasketaan mukaan IWF:n ranking-listoille

2 IWF Grand Prix / IWF World Cup

- Kaikki IWF:n kalenterikilpailut-osassa mainitut ehdot voimassa
- Kilpailuun liittyvät erityisehdot hyväksyttävä IWF:ssä
- Hyväksytyjen ja lisenssin omaavien kilpailuvälineiden käyttäminen pakollista
- IWF:n tietokoneohjelman - TIS - käyttö pakollista
- IWF:n maksu (vahvistettava)
- Palkintorahat (vahvistettava)
- IWF:n nimeämät kv. tekniset toimihenkilöt (lukumäärä vahvistettava)
- IWF:n delegaatti kutsuttava
- Osanottajille tarjottavat palvelut - matkat, majoitus, ruokailut (vapaaehtoiset)
- TV lähetys (vapaaehtoinen)

3 IWF Maanosakohtaiset Olympialaisten valintakilpailut

- Kaikki IWF:n IWF:n kalenterikilpailut-osassa mainitut ehdot voimassa
- Erityisen Anti-Doping summan periminen
- Hyväksytyjen ja lisenssin omaavien välineiden käyttö pakollista
- IWF:n tietokoneohjelman - TIS - käyttö pakollista
- IWF:n delegaatti kutsuttava
- Vain I luokan kansainvälisiä teknisiä toimihenkilöitä tehtäviin

4 IWF World Championships

IWF:n säännöt - 5.2- voimassa koko laajuudessaan **Tapahtumat,**

jotka eivät ole suoraan IWF:n alaisia:

5 Maanosien mestaruuskilpailut

- Kaikki IWF:n kalenterikilpailut-osassamainitut ehdot voimassa
- Hyväksytyjen ja lisenssin omaavien välineiden käyttö pakollista

6 Monilajikilpailut

- Kaikki IWF:n IWF:n kalenterikilpailut-osassa mainitut ehdot voimassa
- Hyväksytyjen ja lisenssin omaavien välineiden käyttö pakollista
- IWF:n tekninen delegaatti kutsuttava
- IWF hyväksyy Kansainväliset Tekniset Toimihenkilöt (ITO) yhdessä maanosa- ja alueellisten liittojen kanssa

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 5.2 - MAAILMANMESTARUUSKILPAILUT

Seuraavat säännöt koskevat kaikkia Maailmanmestaruuskilpailuja (17v, Nuoret ja Yleinen sarja) ellei toisin määrätä.

1. IWF on Maailmanmestaruuskilpailujen oikeuksien omistaja; vain varsinaiset jäsenliitot voivat hakea kilpailujen järjestelyoikeutta. Jäsenliittoja rohkaistaan etsimään kumppanuuksia hakuprosessin aikana ja sen jälkeen paikallisista urheilu-, matkailu tai valtiollisista yrityksistä ja virastoista.
2. Maailmanmestaruuskilpailujen haku tulee tehdä kirjallisena kuusikymmentä (60) päivää ennen IWF:n hallituksen kokousta, jolloin MM-kilpailujen pitopaikasta päätetään. IWF:n toimisto lähettää pyynnöstä kiinnostuneille jäsenliitoille tai niiden valtuutetuille edustajille MM-kilpailujen järjestämiseen liittyvän kyselyn. Kun kyselyyn on täydellisesti vastattu, se toimitetaan IWF:n toimistoon arviointia varten.
3. IWF:n hallitus päättää MM-kilpailujen pitopaikasta
4. MM-kilpailujen myöntämisen jälkeen IWF ja järjestävän maan liitto allekirjoittavat kyselylomakkeeseen perustuvan sopimuksen, jossa keskeiset ehdot ja velvollisuudet MM-kilpailujen järjestämiseen liittyen mainitaan.
5. MM-kilpailujen kesto on, ellei IWF:n hallitus toisin määrää:
 - yleisen sarjan MM-kilpailut - vähintään 8 päivää
 - nuorten MM-kilpailut - vähintään 7 päivää
 - 17 v MM-kilpailut - IWF:n hallituksen tapauskohtaisesti määräämä kesto

6. Taloudelliset vastuut Isäntämaan liitto / Järjestelykomitea

Isäntämaan liitto / Järjestelykomitea on sidottu seuraaviin taloudellisiin vastuisiin ja ehtoihin:

- 6.1. Tarjota osallistuville joukkueille kiinteään hintaan hyväksytyssä valuutassa seuraavaa:
 - majoitus ja ruokailut
 - paikalliset kuljetukset
 - sisäänpääsy harjoitus- ja kilpailutiloihin ja niiden käyttö
 - sisäänpääsy ja osallistumisoikeus virallisiin kokouksiin
 - päättäjäisbanketti

- muut mahdolliset tekniset palvelut

Kun IWF:n hallitus myöntää kilpailujen pitopaikan, kiinteät hinnat vahvistetaan ja edellytetään, että palvelut vastaavat sovittua hintaa.

- 6.2. Taata kuljetukset ja harjoittelumahdollisuudet osallistuville joukkueille vähintään neljä päivää ennen kilpailujen alkamista.
- 6.3. Järjestää ilmaisen majoituksen ja yöspidon kisapäivien ja kahden (2) lisäpäivän ajaksi enintään 45 valitulle tekniselle toimihenkilölle. Tämä määrä riippuu IWF:n ja isäntäliiton/järjestelykomitean välisestä sopimuksesta ottaen huomioon myös kilpailupäivien määrän sekä sen, minkälaiset MM-kisat ovat kyseessä sekä muut olosuhteet.

Mikäli IWF:n hallituksen ja komiteoiden kokouksia järjestetään MM-kilpailujen yhteydessä, tehtäviin valituille teknisille toimihenkilöille, jotka ovat hallituksen tai komiteoiden jäseniä, järjestetään ilmainen majoitus kisapäivien ajaksi plus viisi (5) lisäpäivää. Hyötyäkseen yllämainitusta toimihenkilöiden on oltava paikalla ja käytettävissä koko MM-kilpailujen ajan.

Lisäpäivistä osanottajien on maksettava.

- 6.4. Antaa kirjallinen vakuutus siitä, etteivät kuusi (6) kuukautta ennen MM-kilpailuja annetut majoitushinnat nouse muutoin kuin IWF:n valtuuttamina.
- 6.5. Tarjota veloituksetta palvelut IWF:n kongressille ja kokouksille kuten hallitus, komiteat, lopullisten tulosten vahvistus, teknisten toimihenkilöiden kokoukset (ennen ja keskivälin kokoukset), kalenteri konferenssi. Palvelu sisältää kokoushuoneet, tulkit, audiovisuaaliset laitteet ja teknologian, opasteet, teatteri tyylinen istuinjärjestys, puheenjohtajiston pöytä, kahvitarjoilu, virvokkeet, kynät, lehtiöt jne.
- 6.6. Tarjota veloituksetta tekniset järjestelyt ja kaikki asiaankuuluvat tekniset laitteet kuten: suoritusvälineet ja suorituspaikat kalusteineen, tekniset toimihenkilöt, ensi apu henkilöstö, virvokkeet jne kaikille osallistuville ryhmille ja harjoittelumahdollisuuden MM-kilpailuja varten kuten IWF:n TCRR:ssa on ilmaistu.
- 6.7. Majoittaa Teknisen, Lääketieteellisen sekä Valmennus- ja tutkimuskomiteoiden puheenjohtajat veloituksetta koko kilpailujen keston ajan plus viisi (5) lisäpäivää siinä tapauksessa, että he eivät ole nimettyjen teknisten toimihenkilöiden joukossa.

- 6.8. Tarjota IWF:n puheenjohtajalla ja pääsihteerille business-luokan edestakaiset lentoliput, majoitus, ruokailut koko kilpailujen ajan plus kuusi (6) lisäpäivää. Tarjota viidelle IWF:n henkilökuntaan kuuluvalla ja IWF:n lehdistöattashealle ekonomiluokan edestakaiset lentoliput, sekä majoitus ja ruokailut.
- 6.9. Tarjota IWF:n toimistolle asiaan kuuluvat tekniset ja tilapalvelut kokousten, koulutustilaisuuksien ja kongressin järjestämiseksi koko MM-kilpailujen keston ajan.
- 6.10. Milloin on tarpeen, maksaa kustannukset (matka, majoitus ja ruokailut), jotka aiheutuvat teknisen arviointivierailun suorittamisesta isäntämaan / järjestelykomitean valmistelutilanteesta:
- 17 v MM-kilpailut - kaksi teknistä vierailua
 - Nuorten MM-kilpailut - neljä teknistä vierailua
 - Yleisen sarjan MM-kilpailut - kuusi teknistä vierailua
- 6.11. Luovuttaa muistomitalit ja diplomit kaikille MM-kilpailujen urheilijoille ja muille akreditoituille/rekisteröidyille delegaateille.
- 6.12. Isäntämaan liitto/Järjestelykomitea nimeää riittävän määrän kansallisia teknisiä toimihenkilöitä, jotka kilpailujen johtajan ja/tai juryn puheenjohtajan ohjauksessa hoitavat kilpailujen järjestäytyneen kulun.

- 6.13. Huolehtia siitä, että jokainen urheilija ja muu akreditoitu/ rekisteröity delegaatti saa perusterveydenhuollon jos sattuu sairastumaan tai loukkaantumaan.
- 6.13.1. Ensihoitoyksikön, jolla on asianmukaiset ensihoitovälineet, pitää sijaita kilpailupaikalla kilpailujen ajan ja harjoitteluajataulun puitteissa.
- 6.13.2. Ensihoitoyksikön / Lääkärin huoneen, joka sijaitsee kilpailupaikalla, varustuksen tulee kattaa perushoitovälineet kuten: sidetarpeet, jää, kipulääkkeet ja tarpeelliset tutkimus- ja hoitovälineet ensivaiheen hoidossa loukkaantumis- tai sairastumistapauksissa urheilijoiden tai akreditoitujen/rekisteröityjen delegaattien kohdalla.
- 6.13.3. Koko MM-kilpailujen keston ajan perusterveydenhuollon on toimittava kaikille akreditoituille/rekisteröidyille osallistujille. Perusterveydenhuollon aiheuttamista kustannuksista vastaa yksinomaan isäntämaan liitto/järjestelykomitea sellaisesta hoidosta, joka kohdistuu vain urheilijoihin tai akreditoituihin/rekisteröityihin delegaatteihin.
- Isäntämaan liitto/järjestelykomitea on oikeutettu saaman korvausta vallitsevien viranomaiskäytäntöjen mukaan kuluistaan, jotka ovat aiheutuneet tällaisten lääketieteellisten palvelujen järjestämisestä.
- 6.13.4. Jos epäillään, että MM-kilpailujen aikana esiintynyt sairaus tai vamma on luonteeltaan krooninen, perushoito pitää antaa ja sitten, mikäli jatkotutkimukset tai hoito on tarpeellista, se suoritetaan isäntämaan liiton/järjestelykomitean lääketieteellisen hoitohenkilöstön harkinnan perusteella IWF:n lääketieteellisen komitean puheenjohtajan kuulemisen jälkeen.
- 6.13.5. Yllä kuvattua menettelyä IWF:n hallitus suosittelee kaikkien maanosaliittojen ja alueellisten liittojen kilpailutoimintaan.
- 6.14. Hankkia hyväksyttävä kaiken kattava hoitovakuutus MM-kilpailuja varten ja esittää vakuutus sopimuksesta kopio IWF:n toimistolle korvausvelvollisuuksista ennen kuin MM-kilpailut alkavat.
- 6.15. Tarjota nopea ilmainen internetyhteys tapahtumapaikalle ja hotelleihin.

7. Osallistuvien jäsenliittojen velvollisuudet

- 7.1. Osallistuvien delegaatioiden on hyväksyttävä isäntämaan liiton/järjestelykomitean tarjoama majoitus siihen hintaan, mikä on kilpailusäännöissä ilmoitettu. Hinta on IWF:n kanssa neuvoteltu ja vahvistettu ja sen tulee vastata niitä tasoltaan niitä palveluita, joita tarjotaan.

- 7.2. Osallistuvan jäsenliiton on maksettava isäntämaan liitolle/järjestelykomitealle 200 USD:n osallistumismaksu (Entry Fee) jokaisesta joukkueen jäsenestä. Maksu 200 USD jaetaan tasan niin että 100 USD menee isäntämaan liitolle/järjestelykomitealle ja 100 USD IWF:lle.
- 7.3. IWF:n puheenjohtaja, pääsihteeri, IWF:n komiteoiden puheenjohtajat ja IWF:n sihteeristö, nimetyt tekniset toimihenkilöt, IWF:n lehdistösihteeri ja akreditoitu lehdistö ovat vapautettuja osallistumismaksusta.
- 7.4. IWF:n hallituksen tai komiteoiden jäsenet ja jäsenliittojen kongressiedustajat, jotka osallistuvat vain omiin kokouksiinsa ovat myös vapautettuja 200 USD:n osallistumismaksusta. Mikäli nämä henkilöt jäävät kongressin jälkeen seuraamaan mestaruuskilpailuja, he eivät voi nauttia osallistumismaksun suomista palveluista kuten kuljetukset, kilpailujen sisäänpääsy, sosiaaliset tapahtumat jne elleivät he maksa osallistumismaksua.
- 7.5. Kansalliset jäsenliitot osallistuvat MM-kilpailuihin omalla riskillään. Liittojen on otettava täysi moraalinen ja taloudellinen vastuu edustajistaan koskien heidän terveyttään ja tapaturma- ja vahinkotapauksia.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 6.4 - PUNNITUS

1. Punnitus suoritetaan huoneessa, jossa tulee olla:
 - virallinen vaaka, jonka sijainti on eristetty
 - starttilista kiinnitettynä punnitushuoneen sisäänkäynnin luo
 - punnituslista
 - urheilijoiden kilpailijakortit
 - urheilijoiden kulkuluvat
 - joukkueen valmennusryhmän kulkuluvat
 - toimistotarvikkeita
 - urheilijan kilpailijamerot ja hakaneulat
 - tarpeellinen määrä pöytiä ja tuoleja punnitushenkilökunnalle
 - urheilijoiden kulkuluvat mikäli on tarpeen
 - säilytyslokero urheilijoiden akreditointikorttia varten
 - joukkueen valmennusjohdon tunnustustarrat (ei pakollinen)

2. Punnitushenkilökuntaan kuuluu:
 - kilpailujen sihteeri(t)
 - kilpailuryhmän tuomarit
 - kilpailusihteerin avustaja (ei pakollinen)
 - punnitusvirkailija (ei pakollinen)
 - punnitusvirkailijan avustaja(t) (ei pakollinen)

3. Jokaisen ryhmän kaikki urheilijat pitää punnita kahden samaa sukupuolta kuin urheilija itse, olevan tuomarin läsnäollessa.

4. Molemmat tuomarit toteavat urheilijan painon ja antavat sen kilpailusihteerille (CS) joko käsin kirjoitetulla muistilapulla tai vaa'an tulosteella. Kilpailujen sihteeri kirjaa urheilijan painon sekä kilpailijakorttiin että punnituslistaan.

5. Urheilijan mukana punnituksessa saa olla yksi joukkueen jäsen. Mikäli joukkueen jäsen ei ole samaa sukupuolta kuin urheilija, hän ei saa mennä siihen osaan punnitushuonetta, missä vaaka sijaitsee.

6. Urheilijan paino tulee kirjata täsmälleen niin kuin se on käsinkirjoitetussa lapussa tai elektronisessa tulosteessa.

7. Urheilijat kutsutaan yksi kerrallaan punnitushuoneeseen siinä järjestyksessä mihin arvontanumerot määräävät. Urheilija, joka ei ole kutsuttaessa paikalla, punnitaan sen jälkeen kun punnituslista (sequence) on käyty läpi.
8. Kun eri painoluokkia kilpailee samassa ryhmässä, punnituslistat ovat sarjoittain aloittaen alimmista painoluokista ja edeten korkeampiin.
9. Urheilijoiden on osoitettava henkilöllisyytensä esittämällä passi tai henkilöllisyystodistus kilpailusihteerille (tai omassa maassaan olevien urheilijoiden on esitettävä englanninkielinen henkilöllisyystodistus, josta tarkka syntymäaika ilmenee). Kilpailusihteerin tehtävä on todeta urheilijan kansallisuus. Olympialaisten ja Nuorten Olympialaisten painonnostokilpailuissa KOK:n ja Olympialaisten järjestelykomitean toimittama akreditointi kortti on riittävä henkilöllisyyden määrittämiseen. Urheilijoiden ei tarvitse tuoda passejaan tai henkilöllisyystodistuksiaan punnitukseen.

Kaikkien muiden monilajikilpailujen kohdalla kilpailujen johtaja yhdessä mahdollisesti nimetyn teknisen delegaatin kanssa määrittelee henkilöllisyyden toteamisvaatimukset. Urheilijoille ja joukkueen jäsenille kerrotaan asiasta tapahtuman säännöissä ja/tai lopullisten ilmoittautumisten vahvistamistilaisuudessa.

10. Urheilijat punnitaan joko alastomina tai alusvaatteet yllään (kilpailuasussa mainitut trikoo, kokovartaloasu, shortsit ja T-paita eivät ole alusasu). Urheilijalla ei saa olla kenkiä tai sukkia tai mitään muita jalkineita punnittaessa.

Kilpailusihteerin ja muut punnitustoimihenkilöt on sopivasti eristetty itse vaaitustapahtumasta.

11. Urheilijoilla, joilla on proteesiraaja(t), punnitaan proteesi(e)n kanssa. Urheilijan painoksi katsotaan proteesi(e)n kanssa punnittu paino.
12. Urheilijalla saa olla koruja, tukkakoristeita ja uskonnollisia tukkalaitteita. Rannekelloja ei saa pitää punnituksessa.
13. Punnitushuoneen ja sen varustuksen tulee täyttää asianmukaiset hygienian perusvaatimukset. Desinfointiaineet ja antiseptiset puhdistusaineet tulee olla käsillä vaakalaitteen puhdistamiseksi mikäli on siihen tarve tai mikäli sitä pyydetään.
14. Kun urheilijan paino on ilmoitetun sarjan mukainen, punnitaan hänet vain kerran. Urheilija, jonka paino ylittää tai alittaa kyseisen ilmoitetun painoluokan rajan, voi punnitukseen varatun ajan puitteissa tulla uudelleen punnittavaksi niin monta kertaa kuin on tarpeellista oikean painoluokan saavuttamiseksi.

Uudelleen punnittavan urheilijan ei tarvitse odottaa punnitusjärjestyksen mukaista vuoroaan.

15. Urheilija, joka ei annetun punnitusajan puitteissa saavuta sen painoluokan painoa, johon hänet on virallisesti ilmoitettu, suljetaan kilpailusta ao. tapahtumassa. Urheilijalla on kuitenkin akreditoitun osanottajan oikeudet kuten harjoittelu, kuljetukset, sosiaaliset tapahtumat jne.
16. Punnituksen aikana joukkueen valmennusjohdon edustaja tai urheilija itse allekirjoittaa kilpailijakortin vahvistamalla rekisteröidyn punnituspainon, ja kirjoittaa aloituspainonsa sekä tempauksessa että työnnössä ottaen huomioon 20 kilon säännön TCRR 6.6.5.

Mitkä tahansa tämän jälkeiset muutokset ilmoitettuihin aloituspainoihin lasketaan mukaan kuuluvaksi sallittuun kahteen painonmuutokseen.

17. Kilpailupöytäkirja on kaikkien asianosaisten saatavilla niin pian kuin mahdollista sen jälkeen kun punnitus on päättynyt.
18. Heti kun urheilija on punnittu virallisesti ilmoitettuun painoluokkaan, hänelle annetaan urheilijan kulkulupa, sekä hänen mukanaan seuraavalle valmennustiimille jaetaan kulkuluvat. Kilpailusihteeri kerää akkreditointikortin. Vain sellaiset joukkueen jäsenet, joilla on kulkulupa ao ryhmään, pääsevät lämmittelytilaan.

Jokaisen ryhmän kulkuluvat menevät seuraavasti:

- yksi (1) urheilija - kolme (3) kulkulupaa
- kaksi (2) urheilijaa -neljä (4) kulkulupaa
- jokaista lisäurheilijaa kohden (yhdistetyt paino-/ikäluokat) - kaksi (2) kulkulupaa per urheilija

19. Punnituksen jälkeen urheilijat ja valmennustiimi ohjataan heille allokoituille lämmittelylavoille. Punnituksen päätteeksi numeroidut lämmittelylavat jakaa kilpailusihteeri nostojärjestyksen mukaan. Jos ryhmään osallistuu samasta maasta useampi urheilija tai urheilijoita on enemmän kuin lämmittelylavoja, tekninen tarkastaja tai tekninen delegaatti jakaa lämmittelylavat joustavasti.
20. Jos on tarpeen, kilpailusihteeri valvoo urheilijoiden akkreditointikorttien keruuta ja säilytystä sekä niiden takaisin luovuttamista urheilijoille
21. Punnituksen päätyttyä urheilijalle annetaan kilpailunumero. Alhaisimman arpanumeron saanut urheilija saa numeron 1 ja muut listassa olleet ja punnituksen läpäisseet siitä ylöspäin. Kun useampia painoluokkia kilpailee samassa ryhmässä, kilpailunumeroiden jakamisessa arpanumeroiden

osoittama järjestys määritetään sarjoittain; alempi painoluokka ensin ja painavimmat sitten.

Esim.

Kilpailunumero	Arpanumero	Paino	Nimi
1	3	55,50	AAAAA Aaaaa
2	27	55,00	BBBBB Bbbbb
3	54	56,00	CCCCC Ccccc
4	8	61,55	DDDDD Ddddd
5	19	62,00	EEEE Eeeee
6	142	61,04	FFFFFF Fffff

Urheilijan kilpailunumerolaput (bips) jaetaan lämmittelytilassa 30 minuuttia ennen kilpailun alkua.

Urheilijan kilpailunumerolaput kiinnitetään urheilijan kilpailuasuun hakaneuloin. Kummalle puolen lantioon tai reiteen lappu kiinnitetään, ratkeaa siitä, minkälainen on kilpailupaikan layout ja kummalla puolen on kilpailusihteeristön pöytä.

Kilpailunumeroa vastaavasti joukkueen valmennusjohdolle voidaan jakaa tarralaput, joista pääyhdyshenkilö helposti tunnistaa, mitä urheilijaa valmentaja edustaa.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 6.5 - ESITTELY

1. Mikäli joku urheilijoista ei osallistu urheilijoiden esittelyyn, juryn puheenjohtaja vaatii häneltä selityksen poissaoloonsa ja yhdessä kilpailujen johtajan kanssa päättää asianmukaisista jatkotoimista.
2. Urheilijoiden esittelyn jälkeen tekniset toimihenkilöt esitellään seuraavassa järjestyksessä:
 - Keskituomari
 - Sivutuomarit
 - Varalla oleva tuomari
 - Pääyhdyshenkilö
 - Ajanottaja(t)
 - Tekniset tarkastajat
 - Kilpailujen lääkärit

- Juryn puheenjohtaja
 - Juryn jäsenet
 - Juryn varajäsen
3. Mikäli tekninen toimihenkilö ei osallistu teknisten toimihenkilöiden esittelyyn, juryn puheenjohtaja vaatii häneltä selityksen poissaoloonsa ja yhdessä kilpailujen johtajan kanssa päättää asianmukaisista jatkotoimenpiteistä.
 4. Kaikkien teknisten toimihenkilöiden esittely tapahtuu kilpailulavalla/korokkeella. Ainoastaan jury esitellään muiden toimihenkilöiden esittelyn jälkeen juryn pöydässä; puheenjohtaja ensin ja jäsenet kilpailupöytäkirjan osoittamassa järjestyksessä.
 5. Kaikilla teknisillä toimihenkilöillä tulee olla IWF:n pikkutakki ja akreditointikortti poistettuna esittelyn aikana ellei juryn puheenjohtaja ole toisin määrännyt.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 6.6.5 - 20 KILON SÄÄNTÖ

1. Sääntö 6.6.5 on voimassa kaikissa IWF:n kilpailutapahtumissa ellei siitä toisin mainita.
2. Esimerkiksi: Urheilija ilmoittautuu kilpailuun tuloksella 200 kg. Ensimmäisen tempauksen ja ensimmäisen työnnön muodostama yhteistulos ei saa olla vähemmän kuin 180 kg (kuten 80 kg ja 100 kg; 77 kg ja 103 kg tai mikä tahansa muu yhdistelmä)
3. 20 kilon säännön toimintaohje:

Kilpailusihteri ja tuomarit (punnituksen sihteeristö) on ensimmäinen kontrollipiste, jossa sääntöä valvotaan.

Seuraavat tekniset toimihenkilöt vastaavat ilmoittautumisyhteistuloksen ja alkupainojen oikeellisuudesta sen jälkeen kun kilpailupöytäkirja on julkaistu:

- Pääyhdyshenkilö ja muut yhdyshenkilöt
- Lämmittelytilassa oleva tekninen tarkastaja
- Kilpailun TIS ohjelmoinnista vastaavat henkilöt
- Kilpailujen johtaja
- Jury

Kaikissa sellaisissa tapauksissa, joissa urheilija / joukkueen jäsen kieltäytyy noudattamasta juryn tai tehtäväksi annetun toimihenkilön määräystä, diskataan kilpailusta.

Huom. Vastuu siitä, että ilmoitettu yhteistulos ja siihen liittyvät kilpailusäännöt toteutuvat, on yksin ja ainoastaan urheilijan ja hänen valmennustiiminsä.

4. Mikäli alkupainot eivät vastaa 20 kilon sääntöä, kuka tahansa edellä mainittu toimihenkilö on velvollinen välittömästi opastamaan urheilijaa / valmentajaa tekemään tarvittavat muutokset.
5. Jos jonkun urheilijan ensimmäinen yritys tempauksessa on kevyempi kuin mitä 20 kilon sääntö edellyttää, urheilijalle / hänen valmentajalleen kerrotaan joko pääyhdyshenkilön tai lämmittelytilassa olevan teknisen tarkastajan toimesta, että työssä alkupainoa on korotettava niin että 20 kilon sääntö toteutuu.
6. Mikäli urheilija / valmentaja ei tee tarvittavaa muutosta ensimmäiseen työntöön ja kieltäytyy tekemästä niin, urheilija diskataan välittömästi kilpailusta
7. Mikäli 20 kilon sääntöä ei noudateta ja se jää kaikilta teknisiltä toimihenkilöiltä huomaamatta ja urheilija nostaa nostojaan onnistuen tai epäonnistuen. Kun sitten virhe huomataan, urheilijan kaikki nostot, jotka eivät täytä 20 kilon sääntöä, hylätään.

Urheilija / valmentaja määrätään ottamaan sellainen paino tankoon, joka täyttää 20 kilon säännön, mikäli hänellä vielä on yrityksiä käyttämättä. Ylimääräisiä yrityksiä ei sallita.

8. Mikäli urheilija / valmentaja ei noudata 20 kilon sääntöä ja virhe huomataan vasta kilpailun loputtua, urheilijan yhteistulos hylätään ja poistetaan lopullisista tuloksista juryn päätöksellä.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 6.6.6 - KUULUTUSJÄRJESTYS JA SÄÄNTÖÖN 6.8 PAREMMUUSJÄRJESTYS

Kuulutusjärjestys määrää urheilijan kilpailunostojen suorittamisjärjestyksen eli milloin urheilija kuulutetaan nostamaan yrityksiään.

Urheilijoiden paremmuusjärjestyksestä säädetty sääntö määrää urheilijoiden sijoittumisen sarjassaan.

Esim: 56 kg:n sarjan kilpailu miehet ryhmä A ja ryhmä B

Kun kilpailusarja jaetaan ryhmiin; kilpailusarjojen ryhmät kilpailevat käännetyissä aakkosellisessa järjestyksessä (esim. ryhmä C kilpailee ensin, sitten ryhmä B ja viimeiseksi ryhmä A = finaali)

Mikäli kilpailutapahtuma toteutetaan useammalla kilpailulavalla yhtä aikaa, voidaan samanaikaisesti nostaa vain eri painoluokkia sisältäviä kilpailuryhmiä.

Huomautus: Sulkeissa olevat numerot ilmaisevat nostojärjestyksen.

205	204	203	202	201	200	Arp a	A- ryh mä	105	104	103	102	101	100	Arp a	B- ryh mä
						Nro								Nro	
6	5	4	3	2	1			6	5	4	3	2	1		
I	K	I	.	H	G	Ni mi		F	F	D	C	B	A	Ni mi	
100	100	85	90	100	91	Te mp aus		100	94	90	100	95	100	Te mp aus	
(9)	(8)	(1)	(2)	(7)	(3)	1		(6)	(2)	(1)	(5)	(3)	(4)	1	
103	100	94	95	100	95			101	101	100	100	100	100		
(13)	(11)	(4)	(5)	(10)	(6)	2		(13)	(12)	(7)	(10)	(8)	(9)	2	
105	105	105	105	105	100			105	105	105	105	---	100		
(18)	(17)	(14)	(15)	(16)	(12)	3		(17)	(16)	(14)	(15)		(11)	3	
100	100	105	105	100	100	Tul os		100	101	105	100	---	100	Tul os	
6	9	1	2	8	10	Sija		5	4	3	7	---	11	Sija	
120	110	---	114	115	115	Työ ntö		120	110	115	120	---	120	Työ ntö	
(9)	(1)		(2)	(4)	(3)			(8)	(1)	(2)	(7)		(6)	1	
125	115	---	115	120	116			125	115	115	120	---	120		
(13)	(5)		(6)	(10)	(8)	2		(13)	(3)	(4)	(10)		(9)	2	

125	120	---	115	125	120	3	125	120	115	125	---	120	3
(15)	(11)		(7)	(14)	(12)		(15)	(11)	(5)	(14)		(12)	
120	120	---	115	120	120	Tulos	120	120	115	120	---	120	Tulos
						Sija			10				Sija
2	6		9	3	7		1	5		4		8	
220	220	---	220	220	220	Yhteistulos	220	221	220	220	---	220	Yhteistulos
5	8		2	6	9	Sija	4	1	3	7		10	Sija

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 6.9 - PALKINTOJENJAKOSEREMONIAT

Jokaisen sarjan kilpailun päätyttyä järjestetään palkintojenjakoseremoniat, joiden ohjelma on seuraava (kaikki luovat, innovatiiviset ideat ovat tervetulleita):

1. Lavalle sijoitetaan kolmipaikkainen koroke mitalien voittajia varten.
2. Kaikki mitalistit, mitalien kantajat ja mitalien jakajat marssivat korokkeelle ja asettuvat paikoilleen. Mitalistit asettuvat mitalikorokkeen taakse.
3. Kuuluttaja esittelee mitalien jakajat. IWF:n puheenjohtaja jakaa mitalit mutta hän voi valtuuttaa tähän tehtävään jonkun toisen IWF:n toimihenkilön tai henkilön, joka edustaa järjestävää liittoa tai sponsoria. Mitalit jaetaan tempauksessa, työnnössä ja yhteistuloksessa tässä järjestyksessä. Jury voi kilpailujen johtajan tai teknisen delegaatin päätöksellä vaihtaa mitalien jakojärjestystä
4. Aloittaen pronssimitalista kuuluttaja ilmoittaa vuorotellen mitalistien nimen, kansallisuuden ja tuloksen tempauksessa. Urheilijat nousevat korokkeelle ottamaan vastaan mitalin kun heidät kuulutetaan. Kun kaikki mitalit tempauksessa on jaettu, urheilijat astuvat alas korokkeelta korokkeen taakse (lippujen nostoa ja kansallishymniä ei soiteta).

5. Kuuluttaja esittelee mitalien jakajat työnnössä elleivät he ole samat kuin tempauksessa. Aloittaen pronssimitalista kuuluttaja ilmoittaa vuorotellen mitalistien nimen, kansallisuuden ja tuloksen työnnössä. Urheilijat nousevat korokkeelle vastaanottamaan mitalin kun heidät kuulutetaan. Kun kaikki mitalit on jaettu työnnössä, urheilijat astuvat alas korokkeelta korokkeen taakse (lippujen nostoa ja kansallishymniä ei soiteta).
6. Kuuluttaja esittelee mitalien jakajat elleivät he ole samat kuin aiemmin. Aloittaen pronssimitalista kuuluttaja ilmoittaa vuorotellen mitalistien nimen, kansallisuuden ja yhteistuloksen. Urheilijat nousevat korokkeelle ottamaan vastaan mitalin kun heidät kuulutetaan.
7. Kun yhteistulosmitalit on jaettu mitalistien seisoessa korokkeella, voittajan kansallishymni soitetaan ja kaikkien kolmen mitalistin liput nostetaan salkoihin.
8. Mitalien kantajat, urheilijat ja toimihenkilöt marssivat korokkeelta alas.
9. Palkintojenjakoseremonia sovitaan IWF:n protokollan ja järjestävän tahon kanssa.
10. Palkintojenjakoseremonian aikana mitalistit eivät saa ottaa mukaansa ja/tai käyttää sähköisiä tms laitteita eivätkä he saa ottaa ketään muita henkilöitä mukaansa.
11. Palkintojenjakoseremoniaan osallistuvat eivät saa käyttää tilaisuutta poliittisiin, rotuun tai uskontoon liittyviin mielenilmaisuihin.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 7.3 - TUOMAREIDEN LUOKKAKOROTUS

1. Kaikki uudet tuomarikortit, I tai II luokan ja palvelutodistus maksavat USD 200 (kaksisataa) USA:n dollaria.
2. Jokaista Olympiadia kohden seuraavat lisenssimaksut ovat voimassa:
 - KV 1 = USD200
 - KV 2 = USD100
 - Palvelutodistus = USD50
3. IWF:n toimistoon osoitetut kirjalliset anomukset ja niihin liittyvä asianmukaiset maksut tulee tehdä uusien korttien saamiseksi tai uusimiseksi sekä lisenssien maksamiseksi.

4. Vain IWF:llä on oikeus myöntää KV tuomarikortteja ja lisensejä. IWF:n jakama tarra, joka liimataan tuomarikortin viimeiselle sivulle, kuvaa lisenssiä ja osoittaa, että sen kantajalla on voimassa oleva lisenssi.
5. Uuden KV I tai KV II luokan tuomarikortin rekisteröintipäivä on se päivä, milloin ehdokas on suorittanut tuomarikokeen käytännön ja/tai kirjallisen kokeen, kumpi niistä on tapahtunut viimeiseksi.
6. Jokaisessa tuomarikortissa on tilaa merkinnöille haltijan kv-kilpailutapahtumissa toimimisesta. IWF:n puheenjohtaja, pääsihteeri, juryn puheenjohtaja tai kilpailujen johtaja voi kirjata toiminnan korttiin englanniksi.
7. IWF:n teknisen komitean, maanosaliiton teknisen komitean tai muiden valtuutettujen tahojen toimesta ja harkinnassa käytännön tuomarikoetta varten nimetään tuomarikokeen valvontapaneeli.

Paneelin tulee koostua kolmesta KV I luokan tuomarista, jotka voivat kaikki edustaa samaa maata (liittona). Valvojien tulee istua erillään toisistaan niin että he voivat tehdä riippumattomasti merkintöjään.

8. Kun tuomarivalojärjestelmää käytetään, kaikkia kolmea tuomaria (keski- ja kahta sivutuomaria) voidaan valvoa samanaikaisesti. Muussa tapauksessa mikäli tuomarivalojärjestelmää ei ole käytössä tai se ei toimi, vain keskituomaria voidaan valvoa.
9. Valvontapaneeli tekee merkintänsä käyttäen kilpailupöytäkirjaa apunaan.
10. Kokelaiden nimet ja heidän kansallisuutensa tulee vastata heidän sijoittumistaan kilpailulavan äärellä. Tuomari vasemmalla on no 1, keskellä no 2 ja oikealla 3. Paneelin valvojat merkitsevät oman nimensä, kansallisuutensa (liittonsa) ja päiväyksen.
11. Kokelaiden tulee tuomita vähintään sata (100) yritystä, sisältäen sekä loppuunsaadetut että epäonnistuneet yritykset.
12. Valvojat merkitsevät ensin jokaista nostoa vastaavan tilan yläreunaan oman mielipiteensä nostosta.

Merkintä / tarkoittaa hyväksyttävää nostoa ja merkintä X merkitsee hylättävää nostoa. Tämän merkinnän alapuolelle samaa merkintätapaa käyttäen he merkitsevät tuomareiden tekemät päätökset.

Esim / = valkoinen valo, X = punainen valo

/

/// = kaikki kolme ovat antaneet oikean tuomion

X

XXX = kaikki kolme ovat antaneet oikean tuomion

X

X/X = keskituomari on antanut virheellisen tuomion

X

/XX = tuomari no 1 on antanut virheellisen tuomion

13. Kun ainoastaan keskituomari osallistuu korotuskokeeseen ja hän antaa virheellisen merkin esimerkiksi komentaa liian nopeasti tai liian hitaasti laskemaan tangon, valvojan täytyy merkitä tämä merkillä X sekä kirjain S alapuolelle tarkoittamaan virheellistä alas-komentoa (S=Signal). Kokelas voi täten tehdä kaksi virhettä yhden yrityksen aikana. Molemmat virheet näkyvät käytettävässä pöytäkirjassa.
14. Kokeen valvoja merkitsee 0:lla jokaisen yrityksen, jota kilpailijat eivät ole suorittaneet loppuun, esimerkiksi pudottamalla tangon tempauksessa tai rinnallevedossa, epäonnistumalla ylöstyönnössä jne.
15. Jos kokelas antaa virheellisen päätöksen kesken jääneessä nostossa, valvojat merkitsevät X-merkin 0 -merkin sijasta ja lisäävät virhelukua yhdellä.
16. Kokelaan tulos lasketaan loppuunsaatetuista nostoista.
17. Alkuperäiset merkintälomakkeet ja kirjalliset tutkintapaperit lähetetään ilman muutoksia ja lisäyksiä IWF:n toimistoon kokelaan tutkintotuloksen rekisteröintiä varten.
18. IWF:n toimisto ilmoittaa tuloksista jokaiselle kokelaalle hänen kansallisen liittonsa kautta. Kokeen läpäissyt saa myös ensimmäisen luokan kortin ja lisenssin kansallisen liittonsa välityksellä.
19. Myös siinä tapauksessa, että tuomarit, joilla on jo kyseisen Olympiadin ajaksi lunastettu II-luokan lisenssi, korotetaan ensimmäiseen luokkaan, heidän kansallisten liittojen tulee maksaa 200 USD I - luokan lisenssistä IWF:lle saadakseen heille uuden I-luokan lisenssin.

Olympiadin viimeisenä vuotena minkä tahansa tuomarikortin korotuksen sovellettu hinta on 50 USD.

20. Korotuskokeessa epäonnistuneiden kokelaiden tulee odottaa vähintään kuusi kuukautta ennen seuraavaan korotuskokeeseen osallistumista.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 7.5 - JURY

Päätöksentekoprosessi tilanteisiin, joissa tangossa on ollut lastausvirhe yrityksen aikana.

1. Kun tangossa on vähemmän painoja kuin mitä kilpailija on pyytänyt, voi kilpailija, jos hän haluaa, hyväksyä yrityksen sen onnistuttua ja edellyttäen, että paino oli jaollinen 1,0 kilolla, tai hän voi hylätä sen. Jos hän hylkää sen, hän saa uuden yrityksen alun perin pyytämästään painosta.
2. Kun tanko on lastattu kuormalla, joka ei ole jaollinen 1,0 kilolla ja nosto onnistuu, nostaja voi hyväksyä yrityksen ja tulokseksi kirjataan lähin alempi 1,0 kilolla jaollinen tulos. Jos hän hylkää sen, hän saa uuden yrityksen alun perin pyytämästään painosta. Toisella ja kolmannella yrityksellä, jos urheilija pyysi 1,0 kilon enemmän kuin edellisillä yrityksillä, mutta tankoon on kuormattu vain 0,5 kiloa enemmän, urheilijalle myönnetään ylimääräinen yritys alun perin pyydetystä painosta.
3. Kun tangon paino on enemmän kuin mitä kilpailija on pyytänyt hän voi halutessaan hyväksyä yrityksen mikäli se on onnistunut ja mikäli se on jaollinen 1,0 kilolla. Jos yritys epäonnistuu tai tangon paino ei ole jaollinen 1,0 kilolla, kilpailija saa automaattisesti uuden yrityksen alun perin pyytämästään painosta.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 7.9. - PÄÄYHDYSHENKILÖ

1. Urheilijoiden kilpailukorttien valvontaan nimettyjä teknisiä toimihenkilöä kutsutaan yhdyshenkilöiksi. IWF nimeää pääyhdyshenkilö(t) ja isäntämaan liitto / järjestelykomitea nimeää avustavat yhdyshenkilöt. Kilpailijakorttia käytetään jokaisen urheilijan nostojen vahvistusten ja muutosten kirjaamiseen koko kilpailun ajan niin kuin säännöissä on määrätty. Jokainen merkintä kilpailijakorttiin pitää vahvistaa allekirjoituksella. Allekirjoituksen tekee joko urheilija tai urheilijan valmennustiimin edustaja.
2. Isäntämaan liiton / järjestelykomitean tulee nimetä riittävä määrä kansallisia teknisiä toimihenkilöitä avustamaan IWF:n nimeämän pääyhdyshenkilön, kilpailujen johtajan ja/tai juryn puheenjohtajan valvonnassa kilpailujen läpivientiä ja käyttämään valtuutettuina kilpailijakortteja.

3. Yhdyshenkilöt valvovat jokaista urheilijan / joukkueen valmentajan tekemää vahvistusta ja muutosta pyydettyihin painoihin. Vahvistukset / muutokset välitetään välittömästi kilpailujen sihteeripöydälle, josta informoidaan kuuluttajaa tekemään asiaan kuuluvat kuulutukset.
4. Yhdyshenkilöiden ja kilpailun sihteeristön välinen tiedonkulku hoidetaan sähköisesti joko intercom-yhteydellä, puhelimella tai millä tahansa muulla hyväksytyllä tavalla.
5. Yhdyshenkilöiden pöydän tulee olla miehitetty ja valmis 30 minuuttia ennen kuin urheilijoiden esittely alkaa.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 7 - MUU KILPAILUHENKILÖSTÖ

1. Levynvaihtajat

Levynvaihtajat ovat urheilun erityisryhmä vapaaehtoisia, jotka hoitavat levynvaihdon kuuluttajan ja teknisen tarkastajan ohjauksessa.

Levynvaihtajien velvollisuudet ovat:

- Kuormata tanko sääntöjen ja kuuluttajan ilmoittamien ohjeiden mukaan
- Tarkistaa tanko jokaisen yrityksen jälkeen onko tangossa verta ja kun näin on ilmoittaa tekniselle tarkastajalle puhdistustoimenpiteitä varten
- Kilpailijan loukkaannuttua muodostaa suojamuuri urheilijan ja yleisön väliin; avustaa kilpailujen lääkäreitä pyydettyäessä.
- Puhdistaa tankoa ja lavaa/koroketta tarvittaessa ja/tai kun tekninen tarkastaja pyytää kilpailun aikana ja jälkeen
- Valmistella palkintojenjakokoroke palkintojen jakoa varten kilpailun loputtua.
- Tyhjentää tanko ja asettaa levyt niille varattuihin telineisiin.
- Poistaa turvallisesti veri ja muut tahrat tangosta ja kilpailulavasta sen mukaan miten on tarve tai miten tekninen tarkastaja ohjaa.
- Varmistaa turvallinen poistettujen tahrojen ja veren sijoittaminen jätteenkäsittelysääntöjen mukaisesti.
- puhdistaa tanko jokaisen kilpailun jälkeen antiseptisellä puhdistusaineella.

HUOM! Levynvaihettajien on käytettävä suojakäsineitä yleisenä varotoimena hoitaessaan puhdistustehtäviään.

2. Kilpailualueen yhteyshenkilö - FOP Liaison

IWF:n kilpailutapahtumaan, josta on TV-lähetys ja/tai siitä tuotetaan ohjelmaa, voidaan nimetä tekninen toimihenkilö hoitamaan kilpailualueen valaistusta, musiikkia, palkintojenjakoseremoniaa, haastattelualuetta jne. Tällaiseen tehtävään nimettyä kutsutaan kilpailun yhteyshenkilöksi ja se on hyvin suositeltavaa etenkin suurissa monilajikilpailuissa ja tapahtumissa.

MÄÄRÄYS SÄÄNTÖÖN 9 - SEREMONIAT

9.1 AVAJAISET

Maailmanmestaruuskilpailuissa järjestetään avajaiset, joiden ohjelma on seuraava (kaikki luovat, innovatiiviset ideat ovat tervetulleita):

- 9.1.1. Kaikki osallistuvat kansalliset joukkueet tai nimetyt joukkueiden jäsenet marssivat järjestävän maan kielen mukaisessa aakkosjärjestyksessä isäntämaa viimeisenä.
- 9.1.2. Kunkin kansallisen joukkueen lipunkantajat muodostavat puoliympyrän kilpailualueelle
- 9.1.3. Kunniavieraat marssivat paikoilleen kilpailualueelle.
- 9.1.4. Isäntämaan kunniavieras pitää puheen.
- 9.1.5. Isäntämaan liiton puheenjohtaja pitää puheen.
- 9.1.6. IWF:n puheenjohtaja vastaa puheisiin ja julistaa mestaruuskilpailut avatuiksi. Tämä tehtävä voidaan delegoida isäntämaan liiton edustajalle.
- 9.1.7. Isäntämaan lippu ja IWF:n lippu nostetaan salkoon järjestävän maan kansallishymnin soidessa.

9.1.8. Kunniavieraat ja joukkueet heidän jälkeensä poistuvat kilpailualueelta.

9.1.9. Järjestävän maan liitto voi näiden juhllisuuksien jälkeen järjestää viihdeohjelmaa.

9.2 PÄÄTTÄJÄISET

Maailmanmestaruuskilpailuissa järjestetään päättäjäiset, joiden ohjelma on seuraava (kaikki luovat, innovatiiviset ideat ovat tervetulleita):

9.2.1. Kaikkien osallistuvien maiden joukkueiden edustajat marssivat paikoilleen kilpailualueelle.

9.2.2. Osallistuvien joukkueiden lipunkantajat muodostavat puoliympyrän.

9.2.3. Kunniavieraat marssivat paikoilleen kilpailualueelle.

9.2.4. Isäntämaan liiton puheenjohtaja pitää puheen.

9.2.5. IWF:n puheenjohtaja vastaa puheisiin ja julistaa mestaruuskilpailut päättyneiksi. Tämä tehtävä voidaan delegoida isäntämaan liiton edustajalle.

9.2.6. Isäntämaan lippu ja IWF:n lippu lasketaan salosta isäntämaan kansallishymnin.

9.2.7. IWF:n lippu tuodaan IWF:n puheenjohtajalle.

9.2.8. IWF:n lippu luovutetaan seuraavien maailmanmestaruuskilpailujen järjestäjille.

9.2.9. Kunniavieraat ja heidän perässään joukkueiden edustajat poistuvat kilpailualueelta.

9.2.10. Riippuen järjestelykomitean ja IWF:n välisestä sopimuksesta joukkueiden välisen kilpailun palkintojen jako voidaan pitää kilpailujen päättäjäisissä tai erillisessä loppubanketissa.