



به نام خدا

کمیته ملی پارالمپیک جمهوری اسلامی ایران

قوانین و مقررات پارا وزنه برداری جهانی ۲۰۲۵

نسخه ۱

World Para Powerlifting Rules and Regulations

2025

Version 1

تعاریف

ورزشکار: از منظر قوانین، هر کسی که در مسابقات پارا وزنه برداری در سطح جهانی (بر اساس آنچه از سوی WPPO مشخص گردیده است) شرکت می نماید یا در سطح ملی (بر اساس آنچه از سوی هر یک از کمیته های ملی مشخص گردیده است) و هر آنکس که در سطوح پایین تر این رشته (بر مبنای آنچه از سوی فدراسیون ملی آن فرد مشخص گردیده است) شرکت می کند، ورزشکار نامیده می شود.

سیستم توقف میله (BSS): فناوری ای که هنگام تشخیص توقف میله روی سینه ورزشکار، یک سیگنال صوتی تولید می کند.

دسته/گروه (های) وزنی: گروه های وزنی مختلف موجود در هر مسابقه.

CF: فرمول ضریب

کلاسبندی: به گروه بندی ورزشکاران که آن را "کلاسبندی ورزشکار" نیز می نامند، در کلاس های ورزشی (بر اساس آنچه که در آیین نامه کلاسبندی ورزشکاران IPC مشخص شده است) بر مبنای تاثیر معلولیت بر فعالیت های اصلی در هر یک از رشته های ورزشی کلاسبندی اطلاق می شود.

کلاسبندی: شخصی که از سوی پارا وزنه برداری جهانی به عنوان یک مقام رسمی دارای صلاحیت شناخته شده است تا به عنوان عضوی از پنل کلاسبندی، ورزشکاران را ارزیابی کند.

آیین نامه موارد خاص (CoE): معافیت‌های فنی اعطا شده به ورزشکار مطابق با قوانین و مقررات، بر اساس ماهیت محدودیت‌های جسمانی و/یا شرایط پزشکی ورزشکار و در چارچوب قوانین و مقررات مربوطه.

مسابقات: عنوانی است که به هر دسته، رویداد و راند که در مجموع تشکیل دهنده یک مسابقه می باشد گفته می شود (مثل؛ یک دوره از مسابقات قهرمانی WPPO).

سرپرست مسابقات: فرد مورد تأیید و منصوب از سوی WPPO که کانون اصلی تماس می باشد و هدایت یک رویداد مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی را با همکاری کمیته برگزاری و نماینده فنی مسابقات بر عهده دارد تا بتواند بهترین عملکرد ممکن در بخش های مختلف مدیریت مسابقات و استانداردهای سالن محل برگزاری را فراهم نماید.

مدیر پزشکی مسابقه: فردی که از جانب کمیته برگزاری منصوب شده تا مسئول "ارائه خدمات پزشکی در حیطه رویداد" پارا وزنه برداری جهانی باشد.

Elite: به گروه سنی بزرگسالان اطلاق می گردد که تا ۳۱ دسامبر سال برگزاری مسابقات ، حداقل باید ۱۵ سال داشته باشند.

eMarshall: مارشال الکترونیک

رویداد: فرایند کنترل تجهیزات و وزن کشی، راندهای مسابقه و مراسم اهدای مدال که جمعا یک رویداد واحد را در یک مسابقه تشکیل می‌دهند (مثلاً رویداد دسته ۱۰۷ + کیلوگرم مردان).

مدیر رویداد: فرد مورد تأیید و منصوب از سوی WPPO که هدایت یک رویداد مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی را با همکاری سرپرست مسابقات و نماینده فنی بر عهده دارد تا بتواند بهترین عملکرد ممکن را در بخش های فنی مسابقات و استانداردهای اجرایی فراهم نماید.

FOP: محوطه برگزاری مسابقه؛ جایبست که رویداد در آن برگزار می شود، و شامل سکوی مسابقه ۴×۴ متر، میز پرس، رمپ ها و استیج مسابقه می باشد.

بازی ها: بازی های IPC ، بازی های مشترک المنافع ، پارا بازی های مناطق ، بازی های پارا منطقه ای تابعه (زیر گروه) ، پارا بازی های جوانان و هر مسابقه دیگر مورد تأیید پارا وزنه برداری که از سوی WPPO به رسمیت شناخته می شود.

فدراسیون بین المللی (IF): این عنوان به یک فدراسیون بین المللی ورزشی مورد تأیید IPC که به عنوان نماینده جهانی یک رشته ورزشی برای ورزشکاران دارای معلولیت آن رشته فعالیت می کند، اعطا می شود. کمیته بین المللی پارالمپیک و IOSD بعنوان فدراسیون جهانی ورزش های معلولین تلقی می شوند.

IF: نماینده فدراسیون جهانی، فرد مورد تأیید و منصوب از سوی WPPO است که مسئول برنامه ریزی و برگزاری مسابقات مورد تأیید WPPO بوده و دارای بالاترین سطح از اختیار در مسابقات مربوطه می باشد.

IOC: کمیته بین المللی المپیک

IOSD: سازمان بین المللی ورزش معلولین سازمانی مستقل و مورد تأیید IPC است که به عنوان تنها نماینده جهانی یک گروه از معلولیت خاص در IPC فعالیت می نماید.

IPC: کمیته بین المللی پارالمپیک

بازی های IPC: بازی های پارالمپیک و بازی های پاراپن آمریکا

کتابچه راهنمای IPC: این راهنما از طریق درگاه کمیته بین المللی پارالمپیک به نشانی؛ www.paralympic.org/ipc-handbook

قابل بارگیری است.

مقام فنی بین المللی (ITO): داور دارای گواهینامه پارا وزنه برداری جهانی که توسط WPPO برای قضاوت و اجرای مسابقات مورد تایید، مطابق با این قوانین منصوب می شود.

Kit Check: کنترل تجهیزات فرایند بررسی و کنترل البسه و تجهیزات ورزشکار پیش از شروع مسابقه می باشد.

Legends: به گروه سنی پیشکسوتان اطلاق می گردد که تا ۳۱ دسامبر سال برگزاری مسابقات، حداقل باید ۴۵ سال داشته باشند.

Lift Challenge: فرایند ی که طی آن ورزشکار می تواند بر اساس آن به تصمیم منفی داوران در قبال حرکت خود اعتراض نماید.

LiftVRS: سیستم پخش مجدد ویدئویی لیفت (حرکت ورزشکار)

LiftED: پایگاه داده فیلم آموزشی لیفت (حرکت ورزشکار)

LOC: کمیته برگزاری بازی ها - به سازمان انتخاب شده برای برگزاری مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری گفته می شود.

سر پزشک کمیته برگزاری مسابقات: سر پزشک منصوب شده توسط کمیته برگزاری مسابقات برای یک رقابت خاص.

Lot Number: شماره قرعه یک شماره شناسایی است که به هر ورزشکار بر اساس فهرست رتبه بندی جهانی (رنکینگ) در هر دسته وزنی اختصاص می یابد.

Marshall: مدیریت هر نوع درخواست جهت اعمال تغییر در وزنه های درخواستی برای حرکات بعدی ورزشکار و همچنین تأیید درخواست

ورزشکار یا کادر برای انجام حرکت چهارم موسوم به Power Lift (لیفتی که برای ثبت رکورد انجام می شود) به طور مستقیم در حیطه مسئولیت مارشال قرار دارد.

نماینده پزشکی: پزشک منصوب شده از سوی WPPO برای یک رقابت خاص.

MS: حداقل استاندارد.

فدراسیون ملی: سازمان عضو کشوری در فدراسیون جهانی

Next Gen: (نسل بعدی) به گروه سنی جوانان اطلاق می گردد که تا ۳۱ دسامبر سال برگزاری مسابقات، حداقل باید ۱۸ و حداکثر ۲۰ سال داشته باشند.

NPC: منظور کمیته ملی پارالمپیک است که یک عضو ملی در IPC می باشد و به عنوان نماینده تام الاختیار ورزشکاران دارای معلولیت آن کشور تلقی می گردد. این کمیته ها بعنوان اعضای ملی IPC محسوب می شوند.

OCOG: کمیته برگزاری بازی ها

OVR: نتایج در محل برگزاری رقابت ها

Para sport: به رشته ورزشی تحت نظر آیین نامه کلاسبندی کمیته بین المللی پارالمپیک و مورد تأیید IPC به عنوان یک رشته ورزشی برای افراد دارای معلولیت تلقی می گردد.

بازی های پارالمپیک: رویداد بین المللی اصلی که مالکیت و مجوز آن منحصر به IPC است و شامل دوره های تابستانی است که معمولاً در چرخه های دوسالانه متناوب برگزار می شود و در آن ورزشکاران پارا در رشته های ورزشی پارا که در برنامه ورزشی بازی های پارالمپیک قرار دارند، به رقابت می پردازند.

برنامه ورزشی بازی های پارالمپیک: رشته های ورزشی پارا که در برنامه بازی های پارالمپیک قرار دارند.

PARIS: سرویس اطلاعات و ثبت نتایج رشته های ورزشی افراد دارای معلولیت.

PowerCOMS: سیستم مدیریت و عملیات مسابقات پارا وزنه برداری.

PRIS: خدمات اطلاعات و نتایج پارالمپیک.

داور: به افراد منصوب شده برای قضاوت در مسابقات مورد تأیید اطلاق می شود.

Rookie: به گروه سنی نوجوانان اطلاق می گردد که تا ۳۱ دسامبر سال برگزاری مسابقات، حداقل باید ۱۵ و حداکثر ۱۷ سال داشته باشند.

Round: به یک دور رقابت ورزشکاران برای لیفت کردن حرکت خود گفته می شود.

RTDS: سامانه ای برای نمایش آنی اطلاعات و نتایج مسابقات.

SDMS: سیستم مدیریت اطلاعات ورزشی IPC.

Session: جلسه برگزاری مسابقه یا نوبت برگزاری مسابقه به زمان مسابقه اشاره دارد که طی آن ترکیبی از چندین رویداد در یک نوبت زمانی خاص برگزار می شود.

وضعیت کلاس ورزشی: به شرایطی اطلاق می گردد که در خصوص کلاس ورزشی افراد به کار برده می شود و نشان دهنده میزانی خواهد بود که ورزشکار نیاز دارد تا مورد ارزیابی ورزشی قرار گیرد و طبق آن نیز می تواند نسبت به کلاسبندی خود اعتراض نماید.

Teams Meeting: جلسه فنی نشست است که به منظور ارائه اطلاعات در مورد مسائل فنی، پشتیبانی و تدارکات مربوطه قبل از هر یک مسابقات مورد تأیید WPPPO برگزار می شود.

Team Official: به یک عضو (غیر از ورزشکاران) ثبت نام شده / دارای کارت شناسایی تیم می گویند که نمایندگی آن تیم را بر عهده دارد.

نماینده فنی (TD): فرد مورد تأیید و منصوب از سوی پارا وزنه برداری جهانی که برای مسابقات مورد تأیید WPPPO برگزیده شده تا وظایفی همچون؛ هدایت داوران و مسئولین فنی، ارائه نکات فنی و نظارت پیوسته بر اجرای قوانین و مقررات را بر عهده داشته باشد.

Technical Official: داور / مسئول فنی همان فرد مورد تأیید و منتصب از سوی WPPPO است که ناظر به حسن انجام مسابقات مطابق با قوانین و مقررات می باشد.

T&S: سیستم ثبت زمان و امتیاز.

مسئول بازرینی ویدئویی (VRS TO): به داور دارای گواهینامه رسمی از سوی پاراوزنه‌برداری جهانی اطلاق می‌گردد که به منظور بررسی و

اعلام نظر نهایی در خصوص اعتراض به رای داوران در رقابت‌های رسمی مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی منصوب می‌شود.

WADC: آیین نامه مبارزه با دوپینگ جهانی.

Weigh-in: به فرایند رسمی برای تأیید وزن نهایی ورزشکار به منظور تأیید اینکه ورزشکار پارامترهای لازم برای رقابت در دسته وزنی انتخاب

شده را دارد ، وزن کشی اطلاق می گردد.

WPPO: پارا وزنه برداری جهانی.

WPPO Approved Competitions: مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری عنوانی است که برای مسابقات تحت نظارت پارا وزنه

برداری جهانی استفاده می شود.

WPPO Athlete License: مجوز ورزشکاران پارا وزنه برداری جهانی به مجوز صادر شده از سوی WPPO اطلاق می گردد که مطابق با

برنامه اعطای مجوز به ورزشکار برای شرکت در بازی های IPC، و مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی ارائه می گردد.

WPPO Championships: مسابقات قهرمانی WPPO شامل؛ مسابقات قهرمانی جهان پارا وزنه برداری و مسابقات قهرمانی منطقه

ای پارا وزنه برداری می باشد

WPPO Recognised Competition: مسابقات رسمی پارا وزنه برداری جهانی عبارتند از؛ بازی های IPC، مسابقات قهرمانی جهان

پارا وزنه برداری ، مسابقات مصوب و مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی.

WPPO Sanctioned Competitions: مسابقات مصوب و تحت نظارت عبارتند از؛ جام های جهانی پارا وزنه برداری و سایر مسابقات

بین المللی این رشته، تعیین شده از سوی پارا وزنه برداری جهانی.

SECTION A: WPPO REGULATIONS



بخش A: مقررات WPPO

۱ ضوابط کلی

۱.۱ حیطة و نحوه اجرا

۱.۱.۱ قوانین و مقررات پارا وزنه برداری جهانی متشکل از مقررات پارا وزنه برداری جهانی (مقررات) و قوانین مسابقات پارا وزنه برداری جهانی (قوانین مسابقه) همراه با ضمیمه های ذکر شده در بالا می باشد. ضمیمه بخش جدایی ناپذیر از این قوانین و مقررات به حساب می آید.

۱.۱.۲ اجرای این قوانین و مقررات در تمامی مسابقات رسمی پارا وزنه برداری جهانی الزامی است.

۱.۱.۳ کلیه شرکت کنندگان (اعم از ورزشکاران و پرسنل پشتیبانی، مربیان، مسئولین تمرین، همراهان تیم، مدیران، مترجمان، داوران، پرسنل پزشکی و پیراپزشکی) فعال در هریک از مسابقات تحت نظارت پارا وزنه برداری جهانی ملزم به رعایت "این قوانین" به عنوان شرط شرکت در مسابقات هستند.

۱.۱.۴ قوانین و مقررات کلاسبندی پارا وزنه برداری جهانی بخش لاینفک این قوانین می باشند که در تارنمای پارا وزنه برداری جهانی بارگذاری شده است. همچنین کتابچه ی راهنمای IPC بخش اصلی مدیریت رشته ی پارا وزنه برداری می باشد.

۱.۱.۵ کتابچه راهنمای IPC بخش جدایی ناپذیر از نظام حاکمیتی رشته پارا وزنه برداری است.

۱.۱.۶ هر گونه مسئله ای که در این قوانین به آن پرداخته نشده است از سوی پارا وزنه برداری جهانی تعیین خواهد شد.

۱.۱.۷ این نسخه از قوانین و مقررات از تاریخ ۱ مه ۲۰۲۵ (برابر با ۱۱ اردیبهشت ۱۴۰۴) لازم الاجرا خواهد بود و بر تمام نسخه های قبلی این قوانین و مقررات ارجحیت خواهد داشت.

۱.۲ تفسیر

۱.۲.۱ منظور از ارجاع به «مقررات»، مقرراتی است که در بخش A این قوانین و مقررات به آن اشاره شده است؛ منظور از ارجاع به «قانون»، قانونی است که در بخش B این قوانین و مقررات به آن اشاره شده است؛ و منظور از ارجاع به «پیوست»، پیوست های همین قوانین و مقررات است. هر اصطلاحی که با حروف بزرگ نوشته شده و در این قوانین و مقررات تعریف نشده باشد، معنایی خواهد داشت که در بخش «تعاریف» همین قوانین و مقررات یا در آیین نامه کلاسبندی WPPO به آن داده شده است.

۱.۲.۲ هرگونه توضیحی که در حاشیه مواد مختلف این قوانین و مقررات درج شده باشد، برای تفسیر این قوانین و مقررات به کار گرفته خواهد شد.

۱.۲.۳ عناوین به کار رفته در این قوانین و مقررات صرفاً برای سهولت استفاده شده و معنایی جدا از قوانین و مقررات مربوطه ندارند.

۱.۲.۴ تمام ارجاعات به کلمات "آنها" در این قوانین و مقررات در این قوانین زن و مرد را در بر می گیرد.

۱.۲.۵ نسخه انگلیسی این قوانین و مقررات، تنها نسخه معتبر برای تفسیر این قوانین و مقررات خواهد بود و بعنوان نسخه مرجع در نظر گرفته می شود.

۱.۳ حاکمیت

۱.۳.۱ کمیته بین المللی پارالمپیک نقش فدراسیون بین المللی را در مدیریت ورزش پارا وزنه برداری بر عهده دارد و تمامی مسئولیت های مرتبط با "پارا وزنه برداری جهانی" را دارا می باشد. در این قوانین "پارا وزنه برداری جهانی" به عنوان کمیته بین المللی پارالمپیک و بالعکس تلقی می شود.

۱.۴ چاپ قوانین

۱.۴.۱ حق کپی رایت این قوانین متعلق به IPC است و جهت استفاده ی کمیته های ملی پارالمپیک، ورزشکاران، مسئولین و سایر افرادی که از ظرفیت های پارا وزنه برداری جهانی هستند در نظر گرفته شده است. قوانین مذکور طبق قوانین IPC می تواند ترجمه و توزیع گردد و IPC حق چاپ و تکثیر را در هر زمان برای خود محفوظ می دارد.

۱.۵ اصلاحیه قوانین

۱.۵.۱ بازبینی و اصلاح قوانین می تواند در هر زمان و در نتیجه تغییرات در بخش قوانین کلاسبندی و یا در مواردی که WPPO انجام آن را ضروری بداند انجام شود.

۲ مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری

۲.۱ سطح مسابقات

۲.۱.۱ پارا وزنه برداری جهانی مسابقات این رشته را بر مبنای ابعاد، تعداد و ماهیت آنها دسته بندی می کند.

۲.۱.۲ سطوح مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری به شرح زیر می باشد :

سطح	عنوان مسابقه	نوع	مسابقه
۱	بازی های پارالمپیک	سطح حرفه ای	▪ بازی های پارالمپیک
	مسابقات قهرمانی WPPO	سطح حرفه ای	▪ مسابقات قهرمانی جهان ؛ (نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان)
		سطح توسعه / حرفه ای	▪ مسابقات قهرمانی جهان ؛ (نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان)
۲	مسابقات مصوب و تحت نظارت	سطح توسعه / حرفه ای	▪ جام های جهانی ▪ بازی های پارا آسیایی ▪ بازی های پارا پن امریکا

▪ بازی های مشترک المنافع ▪ بازی های کشورهای اسلامی ▪ بازی های سازمان World Abilitysport ▪ بازی های پارا منطقه ای مناطق تابعه (زیر گروه) ▪ بازی های جوانان	سطح توسعه ای		
▪ سایر مسابقات بین المللی ▪ مسابقات کشوری ▪ مسابقات دعوتی ▪ مسابقات هیبریدی / ترکیبی	ورزش پایه	مسابقات مورد تأیید	۳

۲ سیکل مسابقه

۲.۲.۱ جز در مواردی که IPC به شکل دیگری تصمیم گیری نماید؛ چرخه مسابقات WPPO به شرح زیر می باشد:

سیکل	مسابقات
سال اول	▪ مسابقات قهرمانی جهان ▪ جام های جهانی ▪ بازی های پارا آسیایی جوانان ▪ بازی های پاراپان جوانان ▪ بازی های کشورهای اسلامی ▪ مسابقات هیبریدی / ترکیبی ▪ مسابقات کشوری
سال دوم	▪ مسابقات قهرمانی جهان ▪ مسابقات قهرمانی منطقه ای ▪ جام های جهانی ▪ بازی های پارا آسیایی ▪ بازی های مشترک المنافع ▪ مسابقات هیبریدی / ترکیبی ▪ مسابقات کشوری
سال سوم	▪ مسابقات قهرمانی جهان

▪ جام های جهانی ▪ بازی های پاراپان آمریکا ▪ مسابقات هیبریدی / ترکیبی ▪ مسابقات کشوری	
▪ بازی های پارالمپیک ▪ مسابقات قهرمانی منطقه ای ▪ جام های جهانی ▪ مسابقات هیبریدی / ترکیبی ▪ مسابقات کشوری	سال چهارم

۲.۳ الزامات مسابقه

۲.۳.۱ الزامات سازمانی و هزینه های کمیته برگزاری مسابقات (LOC) برای هر سطح از مسابقات رسمی و مورد تایید WPPO (به استثنای بازی های پارالمپیک) در پیوست ۱ با عنوان "الزامات میزبانی مسابقات WPPO" تشریح شده است.

۲.۴ مدیریت مسابقات

۲.۴.۱ IPC مدیریت بازی های پارالمپیک را بر عهده دارد.

۲.۴.۲ پارا وزنه برداری جهانی از حق مدیریت و کلیه موضوعات مرتبط به مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات به رسمیت شناخته شده پارا وزنه برداری برخوردار است (و بر اساس این قوانین و مقررات یا در صورت صلاحدید می تواند این صلاحیت را به نماینده IF یا سایر مقامات تفویض یا از آنها سلب نماید) و باید این اختیار را داشته باشد که مسابقات را به تعویق بیندازد و دستورالعمل های منطبق با قوانین برگزاری مسابقه را صادر نماید. پارا وزنه برداری جهانی همچنین حق نظارت بر مسابقات مصوب پارا وزنه برداری را نیز برعهده دارد.

۲.۴.۳ در تمامی مسابقات تحت پوشش از سوی پارا وزنه برداری جهانی، حق مداخله در مسیر رفع هر گونه تضاد منافع، از جمله الزام یک LOC برای رسیدگی به جنبه ای از مسابقه یا موضوعی در ارتباط با قوانین و مقررات برای WPPO لحاظ شده است.

۲.۴.۴ استفاده از واژه های Regional، World و World Para Powerlifting در مسابقات بدون کسب اجازه کتبی پارا وزنه برداری ممنوع است. علاوه بر آن، IPC صاحب تمام حقوق مرتبط با الفاظ "بازی های پارالمپیک" و "پارالمپیک" می باشد. واژه "پارا وزنه برداری" هرگاه در ارتباط با ورزش و یا هر نوع فعالیت های و در اشکال مختلفی چون شعار IPC، پرچم و سرود ملی، سمبل پارالمپیک و سایر نشان ها باشد نیز در قالب جنبش پارالمپیک می گنجد.

۲.۴.۵ کلیه مسابقات تحت پوشش WPPO باید مطابق الزامات و فرایند های تعیین شده در این قوانین و مقررات، همانطور که در پیوست ۲

ذکر شده، میزبانی شود.

۲.۴.۶ رویدادها و فرمت رقابت ها برای تمام مسابقات مورد تأیید WPPO در این قوانین و مقررات درج شده است.

۲.۵ ثبت نام در مسابقات

۲.۵.۱ کلیه ثبت نام های صورت گرفته جهت شرکت در مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات به رسمیت شناخته شده پارا وزنه برداری باید مطابق با این قوانین باشند.

۲.۵.۲ معیار ثبت نام در بازی های IPC در قسمت ضوابط کسب سهمیه در تارنمای IPC درج شده است. راهنمای کسب سهمیه پارا وزنه برداری جهانی ۲۰۲۵-۲۰۲۸ مندرج در پیوست شماره ۳ است. در آن راهنما نوع مسابقات مصوب از سوی WPPO که ورزشکار جهت کسب سهمیه بازی های پارالمپیک باید در آن شرکت کند درج شده است.

۲.۵.۳ معیار ثبت نام و حداقل شرایط کسب سهمیه برای مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات به رسمیت شناخته شده پارا وزنه برداری باید در قوانین مسابقات آمده باشد و در بسته راهنمای مسابقات نیز لحاظ شود.

۲.۵.۴ تمامی ورزشکاران باید توسط کمیته ملی پارالمپیک (NPC) مربوطه یا فدراسیون ملی (در صورتی که این مسئولیت توسط NPC به آن تفویض شده باشد) ثبت نام شوند؛ مشروط بر آنکه آن NPC تعهدات مالی خود در قبال IPC را انجام داده باشد.

۲.۵.۵ کلیه ثبت نام ها از سوی فدراسیون ملی/کمیته های ملی پارالمپیک باید بر اساس مهلت زمانی مندرج در بسته اطلاعاتی مسابقات صورت پذیرد.

۲.۵.۶ مهلت ها و خطامشی های لغو حضور برای هر مسابقه در بسته اطلاعاتی مسابقه و/یا راهنما منتشر می شود که باید مد نظر قرار گیرد.

۲.۶ تبلیغات و نمایش در خلال مسابقات

۲.۶.۱ کمیته بین المللی پارالمپیک شرایط تبلیغات در بازی های IPC را تعیین می نماید.

۲.۶.۲ مقررات تبلیغات بر روی تجهیزات و یونیفرم WPPO که در پیوست ۴ آمده، بیانگر تبلیغات مورد قبول پارا وزنه برداری جهانی در مسابقات IPC است. (اطلاعات در سایت رسمی WPPO موجود است). در خلال سایر مسابقات مصوب پارا وزنه برداری جهانی (به استثناء بازی های IPC) با تأیید کمیته بین المللی پارالمپیک؛ سازمان دهندگان آن رویداد (کمیته برگزاری) باید الزامات تبلیغاتی مورد نیاز را بپذیرند.

۲.۷ مبارزه با شرط بندی

۲.۷.۱ کمیته بین المللی پارالمپیک (IPC) در هر زمان مجری قوانین، مقررات، آیین نامه ها و الزامات مبارزه با شرط بندی می باشد که رعایت آن از سوی کلیه شرکت کنندگان در مسابقات مصوب پارا وزنه برداری جهانی ضروری است.

۳ صلاحیت و کلاس بندی

۳.۱ الزامات کسب صلاحیت بازی های پارالمپیک

۳.۱.۱ کمیته بین المللی پارالمپیک الزامات صلاحیت ورزشکاران برای بازی های پارالمپیک را تعیین می کند.

۳.۲ الزامات صلاحیت-مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مصوب و تحت پوشش

۳.۲.۱ به منظور رعایت الزامات صلاحیت جهت شرکت در مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مصوب و تحت پوشش ، ورزشکار ملزم به داشتن شرایط زیر می باشد :

۳.۲.۱.۱ تا زمان آخرین مهلت ثبت نام، دارای مجوز معتبر ورزشکار WPPO باشد که مطابق با روند اخذ مجوز و ثبت نام ورزشکار WPPO دریافت گردیده است.

۳.۲.۱.۲ دارای کلاسبندی بین المللی باشد به استثناء وضعیت (NE) Not Eligible و همچنین کلاس ورزشی طبق قوانین و مقررات کلاسبندی WPPO به وی داده شده باشد.

۳.۲.۱.۳ توسط کمیته ملی پارالمپیک ثبت نام شده باشد (یا فدراسیون ملی / در صورتی که چنین اختیاری از سوی کمیته ملی پارالمپیک به آنها داده شده باشد) و آن کمیته نیز به تعهداتش در قبال IPC پایبند بوده باشد.

۳.۲.۱.۴ الزامات مندرج در خط مشی ملیت ورزشکاران IPC را داشته باشد. (در تارنمای IPC درج شده است)

۳.۲.۱.۵ حد اقل سن لازم برای شرکت در مسابقات مربوطه را طبق قوانین مسابقات یا بسته اطلاعاتی مسابقات دارا باشد.

۳.۲.۱.۶ در دوران سپری کردن محرومیت یا تعلیق از انجام فعالیت ورزشی نباشد.

۳.۳ الزامات صلاحیت مسابقات مورد تایید

۳.۳.۱ به منظور رعایت الزامات صلاحیت جهت شرکت در مسابقات مورد تایید WPPO، ورزشکار ملزم به داشتن شرایط زیر می باشد :

۳.۳.۱.۱ تا زمان آخرین مهلت ثبت نام، دارای مجوز معتبر ورزشکار WPPO باشد که مطابق با روند اخذ مجوز و ثبت نام ورزشکار WPPO دریافت گردیده است.

۳.۳.۱.۲ توسط کمیته ملی پارالمپیک ثبت نام شده باشد (یا فدراسیون ملی / در صورتی که چنین اختیاری از سوی کمیته ملی پارالمپیک به آنها داده شده باشد) و آن کمیته نیز به تعهداتش در قبال IPC پایبند بوده باشد.

۳.۳.۱.۳ الزامات مندرج در خط مشی ملیت ورزشکاران IPC را داشته باشد. (در تارنمای IPC درج شده است)

۳.۳.۱.۴ حد اقل سن لازم برای شرکت در مسابقات مربوطه را طبق قوانین مسابقات یا بسته اطلاعاتی مسابقات دارا باشد.

۳.۳.۱.۵ در دوران سپری کردن محرومیت یا تعلیق از انجام فعالیت ورزشی نباشد.

۳.۴ الزامات کسب سهمیه

۳.۴.۱ علاوه بر الزامات صلاحیت که در بالا ذکر شد، به منظور شرکت در مسابقات رسمی مورد تایید WPPO، ورزشکار باید الزامات کسب سهمیه و هرگونه قوانین ورود به مسابقات مربوطه را نیز رعایت کند.

۳.۵ جنسیت

۳.۵.۱ طبق قانون ۳.۵.۳ ذیل ورزشکار باید برای شرکت در مسابقات مردان شرایط زیر را داشته باشد:

۳.۵.۱.۱ در اسناد قانونی جنسیت وی مذکر باشد.

۳.۵.۱.۲ از شرایط لازم برای حضور در مسابقات برخوردار باشد.

۳.۵.۲ طبق قانون ۳.۵.۳ ورزشکار باید برای شرکت در مسابقات زنان شرایط زیر را داشته باشد:

۳.۵.۲.۱ در اسناد قانونی جنسیت وی مونث باشد.

۳.۵.۲.۲ از شرایط لازم برای حضور در مسابقات برخوردار باشد.

۳.۵.۳ پارا ورنه برداری جهانی با هر موردی از ورزشکاران تراجنسیتی مطابق با "راهنمای تراجنسیتی IOC" برخورد خواهد نمود.

۳.۵.۴ صلاحیت افرادی که در قانون به عنوان جنسیت سوم شناخته می شوند به صورت موردی توسط IPC و مطابق با مقررات پارا ورنه برداری جهانی بررسی خواهد شد.

۳.۶ کلاسبندی بین المللی

۳.۶.۱ پارا ورنه برداری جهانی تعیین کننده کلاسبندی بین المللی مسابقات تحت پوشش خواهد بود. در چنین مسابقاتی، کلاسبندی پیش از آغاز هر مسابقه و طبق قوانین و مقررات کلاسبندی WPPO اجرا خواهد شد.

۳.۶.۲ ورزشکاری که در پنل کلاسبندی WPPO ارزیابی نشده باشد فاقد معیارهای صلاحیت بوده (آنچه در قانون ۳ اشاره شد) و نمی تواند در بازی ها IPC، مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مصوب پارا ورنه برداری شرکت نماید.

۳.۷ پذیرش نتایج

۳.۷.۱ WPPO نتایج کسب شده توسط ورزشکاران واجد شرایط (بر اساس مقررات ۳.۱ و ۳.۲) در بازی های پارالمپیک، مسابقات قهرمانی

WPPO و رقابت های تحت نظارت WPPO را، منطبق با این قوانین و مقررات، منحصراً برای اهداف زیر به رسمیت می شناسد:

۳.۷.۱.۱ رنکینگ جهانی و منطقه ای WPPO

۳.۷.۱.۲ رنکینگ بازی های و

۳.۷.۱.۳ رکوردهای WPPO

۳.۷.۲ پارا ورنه برداری جهانی نتایج کسب شده توسط ورزشکاران واجد شرایط (بر اساس بند ۳.۳) در رقابت های مورد تایید خود را که به طور

بین المللی کلاسبندی شده و بر اساس آیین نامه کلاسبندی WPPO، دارای کلاس ورزشی معتبر (به جز وضعیت غیر واجد شرایط (NE)) باشند، منحصراً برای هدف زیر به رسمیت می شناسد:

۳.۷.۱.۲ رنکینگ جهانی و منطقه ای WPPO

۴ مبارزه با دوپینگ

۴.۱ الزامات مبارزه با دوپینگ

۴.۱.۱ آیین نامه مبارزه با دوپینگ IPC، مندرج در تارنمای IPC به آدرس www.paralympic.org/antidoping

در همه بازی ها IPC، مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات رسمی پارا وزنه برداری اعمال می شود.

۴.۱.۲ تمامی مسابقات مورد تایید پارا وزنه برداری جهانی طبق قوانین مبارزه با دوپینگ سازمان مربوطه و استانداردهای بین المللی WADC انجام می شود. نمونه گیری از ورزشکاران در چنین مسابقاتی اجباری است.

۴.۱.۳ نمونه گیری از ورزشکارانی که برای رکورد جهان در مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی اقدام می کنند اجباری است.

۵ پزشکی

۵.۱ الزامات پزشکی

۵.۱.۱ آیین نامه پزشکی IPC (مندرج در تارنمای IPC) در همه بازی ها IPC، مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات تحت پوشش اعمال می شود.

۵.۱.۲ قوانین پزشکی و ایمنی نهاد اداره کننده مربوطه در مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری اعمال می شود.

۵.۲ مسئولیت های پزشکی

۵.۲.۱ طبق آیین نامه پزشکی IPC کلیه ورزشکارانی که در مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی شرکت می نمایند، مسئول حفظ سلامتی و ایمنی خود هستند.

۵.۲.۲ با ثبت نام در مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری، ورزشکار ملزم به تبعیت از قوانین مرتبط با نحوه حفظ ایمنی و سلامت خواهد بود و ریسک صدمات جسمی ناشی از مسابقه در زمان کلاسبندی و مسابقه را می پذیرد.

۵.۲.۳ با در نظر گرفتن بندهای ۵.۲.۱ و ۵.۲.۲، کمیته های ملی پارالمپیک موظف هستند از سلامت جسمی و روانی همه ورزشکاران و مسئولین تیم در مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی اطمینان حاصل نمایند.

۵.۲.۴ هر یک از کمیته های ملی پارالمپیک وظیفه دارند از انجام نظارت پزشکی مناسب و مستمر بر ورزشکاران خود اطمینان حاصل نمایند.

همچنین پیشنهاد می شود تا کمیته های ملی پارالمپیک ارزیابی متناوب از وضعیت سلامت ورزشکاران شرکت کننده خود در مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی به عمل آورند و کمیته های ملی پارالمپیک تیم پزشکی جهت شرکت در این مسابقات منصوب نمایند.

۵.۲.۵ چنانچه WPPO تشخیص دهد انجام مسابقه سلامت ورزشکار را به خطر می اندازد و یا زمانی که سلامت سایر ورزشکاران، مسئولین، تماشاچیان و یا مسابقه در خطر است اجازه دارد تا از انجام مسابقه ممانعت به عمل آورد. در هر زمان، اولویت اول باید حفظ سلامت و ایمنی ورزشکاران، داوران و تماشاچیان باشد. نتیجه مسابقه مربوطه نباید بر اخذ چنین تصمیماتی تاثیر بگذارد.

۵.۳ درخواست انصراف پزشکی

۵.۳.۱ در تمامی بازی‌های پارالمپیک، مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات تحت نظارت WPPO، فرم رسمی درخواست انصراف پزشکی WPPO (موجود در وبسایت WPPO) باید به منظور درخواست رسمی انصراف یک ورزشکار از رقابت مربوطه، به دفتر WPPO ارسال شود. ۵.۳.۲ تمام بخش‌های فرم درخواست انصراف پزشکی باید تکمیل شود. ۵.۳.۳ تمامی فرم‌های درخواست انصراف پزشکی باید به محض اطلاع کمیته ملی پارالمپیک (NPC) از عدم توانایی ورزشکار برای رقابت، ارسال شوند:

۵.۳.۳.۱ پیش از ورود رسمی تیم‌ها به محل برگزاری رویداد مربوطه در مسابقات، فرم درخواست انصراف پزشکی باید توسط ورزشکار و یا یک پزشک امضا شود. در صورتی که این فرم توسط پزشک NPC/تیم امضا شود، معتبر نخواهد بود. گروه مشاوران پزشکی WPPO تعیین خواهد کرد که آیا درخواست انصراف پزشکی تایید می‌شود یا خیر. این تصمیم نهایی بوده و امکان اعتراض یا تجدیدنظر در آن وجود ندارد. ۵.۳.۳.۲ پس از ورود رسمی تیم‌ها به محل برگزاری رویداد مربوطه در مسابقات، فرم درخواست انصراف پزشکی باید توسط ورزشکار و پزشک NPC/تیم امضا شده و توسط سر پزشک کمیته برگزاری مسابقات (LOC) تایید و امضا شود. در صورتی که پزشک NPC/تیم حضور نداشته باشد، سر پزشک کمیته برگزاری مسابقات می‌تواند فرم را امضا کند. نماینده پزشکی حاضر در محل یا گروه مشاوران پزشکی WPPO تعیین خواهد کرد که آیا درخواست انصراف پزشکی تایید می‌شود یا خیر. این تصمیم نهایی بوده و امکان اعتراض یا تجدیدنظر در آن وجود ندارد.

۵.۴ بیمه پزشکی

۵.۴.۱ کمیته‌های ملی پارالمپیک مسئول تهیه بیمه نامه پزشکی برای تیم‌های اعزامی خود به مسابقات تحت پوشش هستند و (طبق ماده ۵.۴.۲ که در ذیل آمده) این بیمه باید تمام طول سفر را در برگیرد. کمیته‌های ملی پارالمپیک در صورت لزوم، یک نسخه از بیمه‌ها را در اختیار WPPO قرار خواهند داد. ۵.۴.۲ کمیته برگزاری ملزم است تا در محل مسابقات آمبولانس، کمک‌های اولیه و پوشش بیمه پزشکی را در مسابقات تحت پوشش مهیا نماید.

۵.۵ خدمات پزشکی و ایمنی در همه بازی‌های پارالمپیک، مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مصوب و مورد تایید

پارا وزنه برداری

۵.۵.۱ کمیته بین‌المللی پارالمپیک (IPC) مسئول اجرای خدمات پزشکی و ایمنی برای بازی‌های پارالمپیک مطابق با توافقنامه میزبانی مربوطه خواهد بود.

۵.۵.۲ کمیته برگزاری مطابق با توافق نامه میزبانی، مسئول اجرای خدمات ایمنی و پزشکی در بازی های IPC می باشد.

۵.۵.۳ مدیر پزشکی مسابقه در هر یک از مسابقات تحت پوشش از سوی کمیته برگزاری منصوب می شود تا آماده سازی و هماهنگی لازم جهت ارائه خدمات پزشکی و ایمنی مورد نیاز در خلال مسابقه مربوطه را انجام دهد.

۵.۵.۴ کمیته های برگزاری مطابق با خط مشی خدمات پزشکی، مسئول اجرای خدمات ایمنی در مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات به رسمیت شناخته شده پارا وزنه برداری به شمار می آیند.

۵.۶ تعرض

۵.۶.۱ شأن تمامی افراد باید حفظ گردد. هر نوع تعرض و سوء استفاده از حق دیگران ممنوع است. آیین نامه اخلاقی و خط مشی IPC در مورد تعرض عامدانه (مندرج در تارنمای IPC) در همه مسابقات تحت پوشش اعمال می شود.

۵.۷ اتونومیک دیسرفلکسی

۵.۷.۱ خط مشی IPC در ارتباط با دیس رفلکسی اتونوم (مندرج در تارنمای IPC) در تمام مسابقات مورد تأیید به کار گرفته می شود.

۵.۸ استفاده از کپسول اکسیژن

۵.۸.۱ استفاده از کپسول اکسیژن در همه مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی ممنوع است.

۵.۹ ممنوعیت استعمال دخانیات

۵.۹.۱ استعمال دخانیات در خلال برگزاری مسابقه در تمام جایگاه های مسابقات تحت پوشش WPPO ممنوع است.

۶ فناوری و تجهیزات

۶.۱ اصول بنیادی

۶.۱.۱ سیاست های IPC در خصوص تجهیزات ورزشی (مندرج در تارنمای IPC) در تمام مسابقات تحت پوشش WPPO اعمال می شود. اصول مندرج در این سیاست ها علی الخصوص در ارتباط با تولید ادوات پروتز ورزشی اعمال می شود.

۶.۲ نظارت بر استفاده از فناوری و تجهیزات

۶.۲.۱ نماینده فنی WPPO و یا نماینده فدراسیون بین المللی، نحوه استفاده از فناوری و تجهیزات در مسابقات تحت پوشش WPPO را کنترل می نماید تا از برگزاری مسابقات در چارچوب اصول مندرج در خط مشی تجهیزات ورزشی IPC اطمینان حاصل شود. این ارزیابی شامل نکات زیر بوده اما محدود به این موارد نمی شود:

۶.۲.۱.۱ آیا تجهیزات و اجزای پروتز مورد استفاده از نظر تجاری برای همه ورزشکاران در دسترس است (نمونه های تولیدی که تنها برای ورزشکار خاصی طراحی شده است مجاز نخواهد بود) و/ یا

۶.۲.۱.۲ آیا تجهیزات قابلیت ذخیره و یا تولید نیرو دارد و باعث افزایش عملکرد ورزشکاران بیش از ظرفیت فیزیکی طبیعی خود می گردد.

۳ فناوری ممنوعه

۶.۳.۱ استفاده از فناوری های زیر در مسابقات تحت پوشش WPPO ممنوع است:

۶.۳.۱.۱ تجهیزاتی که اصول مندرج در خط مشی IPC در مورد تجهیزات ورزشی را نقض می نماید.

۶.۳.۱.۲ تجهیزاتی که به ایجاد عملکرد ورزشکاری از طریق ماشین، موتور، وسایل الکترونیکی، دستگاه ها و مکانیزم های روباتیک و از این قبیل منجر می شود.

۶.۳.۱.۳ پروتز متصل به استخوان (پروتز استئواینتگریتد) در طول وزن کشی و در طول تلاش برای لیفت.

۶.۳.۲ در تمام مسابقات تحت پوشش WPPO، نماینده فنی طبق مقررات مانع از استفاده از این نوع تجهیزات خواهد شد. در صورت نقض قانون، مسئول فنی گزارش تخلف صورت گرفته را به WPPO ارسال خواهد نمود. به محض دریافت گزارش مذکور، بررسی های تکمیلی به صورت موردی توسط WPPO انجام می شود.

۶.۳.۳ WPPO این حق را دارد که استفاده از تجهیزات به صورت دائمی و یا موقت (به منظور بررسی تکمیلی) را در صورت لزوم و بر اساس رعایت قوانین و جلوگیری از نقض قوانین ممنوع نماید.

۷ قوانین انضباطی

۷.۱ ضوابط اخلاقی کلی

۷.۱.۱ آیین نامه اخلاقی IPC (مندرج در تارنمای IPC) در کلیه مسابقات تحت پوشش WPPO اعمال می شود.

۷.۱.۲ جز موارد مذکور در این قوانین و مقررات که می تواند شرایط اخراج و دیسکالیفه شدن ورزشکار را فراهم سازد، چنانچه WPPO تشخیص دهد می تواند کارت شناسایی یک ورزشکار، مسئول تیم، عضو تیم و هر فردی که در کاروان و گروه اعزامی حضور دارد را بازپس گرفته و او را از هر رویدادی اخراج نماید؛ اگر:

۷.۱.۲.۱ رفتاری مخالف با روح بازی جوانمردانه انجام دهد یا مانع از انجام وظایف رسمی مسئولین فنی شود.

۷.۱.۲.۲ به گونه ای رفتار کند که به طور واقعی یا بالقوه ممکن است موجبات بدنامی WPPO، IPC، فدراسیون بین المللی و/یا کمیته برگزاری را فراهم سازند.

۷.۱.۲.۳ پروتکل های اعلامی از سوی کمیته برگزاری یا WPPO را برای یک رویداد نقض کند (به عنوان مثال در رابطه با سلامت، ایمنی یا امنیت ورزشکاران، شامل هر پروتکلی که در رابطه با همه گیری ویروس کرونا وضع شده است).

۷.۲ اقدامات انضباطی

۷.۲.۱ ممکن است در رابطه با مواردی که در این قوانین و مقررات دیده نشده، اقدامات انضباطی بیشتری علیه هر فردی به صورت موردی توسط WPPO و/یا نماینده فنی انجام شود. اقدامات بعدی نیز ممکن است به صلاحدید WPPO صورت پذیرد.

۸ اعتراض و تجدید نظر

۸.۱ حرکت لیفت

۸.۱.۱ اعتراضات مربوط به تصمیم NO Lift طبق قوانین اعتراض لیفت (LC) بررسی خواهند شد.

۸.۲ مبارزه با دوپینگ

۸.۲.۱ کلیه موارد نقض قوانین مبارزه با دوپینگ اعم از تجدید نظر نسبت به قوانین نقض شده، طبق آیین نامه مبارزه با دوپینگ IPC بررسی خواهد شد.

۸.۳ کلاسبندی

۸.۳.۱ اعتراضات و درخواست تجدید نظر در رابطه با کلاسبندی طبق قوانین و مقررات کلاسبندی پارا وزنه برداری جهانی بررسی خواهد شد.

۹ مسئولین، ورزشگاه ها و همبستگی

۹.۱ داوران و کلاسبند ها

۹.۱.۱ در تمامی مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی، حضور داوران و کلاسبندان دارای مدرک و مورد تأیید WPPO به منظور بررسی و نظارت بر موارد فنی و کلاسبندی برای حصول اطمینان از رعایت موارد قانونی ضروری می باشد.

۹.۱.۲ یک داور یا کلاسبند برای اخذ مدرک و گواهی معتبر از جانب WPPO می بایست مسیر مربوطه را که از سوی پارا وزنه برداری جهانی مشخص شده طی نماید.

۹.۱.۳ تعداد داوران در مسابقات تحت پوشش WPPO طبق الزامات مندرج در پیوست شماره ۱ خواهد بود.

۹.۱.۴ اگر داوران سمت اجرایی در مسابقات یا در یکی از تیم های شرکت کننده باشند (مثلاً؛ مربی – نماینده NPC یا نماینده فدراسیون کشوری) برای قضاوت و هیئت ژوری در آن مسابقات انتخاب نخواهند شد.

۹.۱.۵ برای مرور جزئیات بیشتر از نقش، وظایف، مسیر، انتصاب ها و قوانین خاص در مورد داوران می توانید به در کتابچه راهنمای داوران که توسط WPPO هر از چند گاه به روزرسانی می شود رجوع نمائید.

۹.۲ مسئولین تیم

۹.۲.۱ یک مسئول تیم باید شایستگی لازم برای انجام وظیفه محوله اش را علی الخصوص در ارتباط با رفاه، سلامتی و ایمنی ورزشکار که توسط NPC مربوطه تعیین می شود دارا باشد.

۹.۲.۲ یک مسئول تیم باید پوشش و یونیفرم متناسب با موارد مندرج در ضمیمه شماره ۴ داشته باشد.

۹.۳ جلسه فنی

۹.۳.۱ نشست است (حضوری یا مجازی) که باید حداقل یک روز پیش از آغاز مسابقه در همه رقابت های تحت پوشش پارا وزنه برداری برگزار شود.

۹.۳.۲ این نشست با حضور حداکثر ۲ نماینده از هر یک از کشورهای شرکت کننده برگزار می شود.

۹.۳.۳ جلسه فنی به زبان انگلیسی خواهد بود و موارد زیر در آن مطرح خواهد شد:

۹.۳.۳.۱ حضور و غیاب

۹.۳.۳.۲ نتیجه تأیید ثبت نام

۹.۳.۳.۳ تأیید درخواست تغییر وزن

۹.۳.۳.۴ مروری بر برنامه مسابقات

۹.۳.۳.۵ اطلاعات مربوط به مبارزه با دوپینگ

۹.۳.۳.۶ اطلاعاتی راجع به تشریفات (از قبیل مراسم اهدای مدال)

۹.۳.۳.۷ موارد پشتیبانی (حمل و نقل، سرو غذا، خروج و ...)

۹.۳.۳.۸ توزیع کارت ورود به محوطه Warm-up در جریان فرایند وزن کشی صورت می پذیرد.

۹.۳.۳.۹ فروش و توزیع کارت های اعتراض فنی

۹.۳.۳.۱۰ سایر موارد و/یا پرسش ها

۹.۴ الزامات محل برگزاری مسابقه

۹.۴.۱ تمامی مسابقات تحت پوشش باید در مکان هایی منطبق با الزامات مندرج در پیوست ۲ برگزار شود.

۹.۵ الزامات تجهیزات

۹.۵.۱ برگزاری بازی های پارالمپیک و کلیه مسابقات تحت پوشش تنها با بهره گیری از ادوات مورد تأیید WPPO مجاز است. الزامات دقیق تجهیزات این رشته به علاوه لیست تأمین کنندگان مورد تأیید WPPO در پیوست ۵ آمده است.

۹.۶ الزامات سیستم امتیاز دهی

۹.۶.۱ استفاده از سیستم امتیاز دهی مصوب در مسابقات تحت پوشش یک الزام است که شرح آن در پیوست ۶ آمده است.

۹.۶.۲ سیستم امتیازدهی WPPO متشکل از موارد زیر می باشد:

۹.۶.۲.۱ نتایج در محل برگزاری بازی ها (OVR)

(a) سرویس اطلاعات و ثبت نتایج رشته های ورزشی افراد دارای معلولیت موسوم به سرویس **PARIS**، به استثناء بازی های پارالمپیک؛ بازی های مشترک المنافع و بازی های پاراپان آمریکا که طی آن در پارالمپیک و پاراپان آمریکا از سیستم **PRIS** و در بازی های مشترک المنافع از سیستم **CRIS** استفاده می شود.

(b) تابلوی نتایج (اسکوربرد)

۹.۶.۲.۲ سیستم ثبت زمان و امتیاز (T&S)

(a) تابلو اعلام نتایج

۹.۶.۲.۳ سامانه مدیریت مسابقات و عملیات پاراویزانه برداری (پاورکامز)

(a) کنسول داور

(b) کنسول ژوری

(c) مارشال الکترونیک (eMarshall)

(d) دستگاه اعتراض به لیفت ورزشکار

(e) پایگاه داده فیلم آموزشی لیفت/حرکت ورزشکار (LiftED)

۹.۶.۲.۴ سیستم پخش مجدد ویدئویی لیفت/حرکت ورزشکار (LiftVRS)

(a) کنسول پخش مجدد ویدئویی

(b) تبلت پخش مجدد ویدئویی

۹.۷ همبستگی

۹.۷.۱ همه مبالغ دریافت شده به دلیل تغییر وزن و رد اعتراضات، در مسیر برنامه آموزش مبارزه با دوپینگ جهت حمایت از NPC های در حال توسعه که ورزشکار به مسابقات تحت پوشش گسیل می دارند هزینه خواهد شد.

SECTION B: WPPO RULES



بخش B – قوانین WPPO

بخش B۱ قدرت

۱۰ – قوانین قدرتی

۱۰.۱ حرکت قدرتی – توضیحات

۱۰.۱.۱ این رشته بیانگر نهایت قدرت بالاتنه ورزشکار در زمان رقابت و حضور در میز پرس می باشد.

۱۰.۱.۲ پارا وزنه برداری رشته ای برای گروه های سنی نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان در بخش مردان و زنان در ۸ نوع معلولیت متفاوت با یک کلاس ورزشی مشترک می باشد که ورزشکاران هر بخش (مردان و زنان) می توانند بنا بر ضوابط تعیین شده در قوانین و مقررات WPPO در ۱۰ دسته وزنی با یکدیگر به رقابت بپردازند.

۱۰.۲ هدف

۱۰.۲.۱ شرکت کنندگان باید میله را تا سینه خود پایین بیاورند، روی سینه مکث کنند و سپس با آرنج های صاف و قفل شده آن را تا امتداد بازوها به سمت بالا فشار دهند. برای هر ورزشکار سه حرکت در نظر گرفته شده و فرد پیروز کسی است که سنگین ترین حرکت را ثبت کند (بهترین حرکت).

۱۰.۳ دسته های وزنی

۱۰.۳.۱ مسابقات پارا وزنه برداری متشکل از دسته های وزنی زیر می باشد:

جنسیت	دسته وزنی	حداقل وزن مجاز	حداکثر وزن مجاز
زنان	تا ۴۱ کیلوگرم	–	۴۱.۰
	تا ۴۵ کیلوگرم	۴۱.۱	۴۵.۰
	تا ۵۰ کیلوگرم	۴۵.۱	۵۰.۰
	تا ۵۵ کیلوگرم	۵۰.۱	۵۵.۰
	تا ۶۱ کیلوگرم	۵۵.۱	۶۱.۰
	تا ۶۷ کیلوگرم	۶۱.۱	۶۷.۰
	تا ۷۳ کیلوگرم	۶۷.۱	۷۳.۰
	تا ۷۹ کیلوگرم	۷۳.۱	۷۹.۰
	تا ۸۶ کیلوگرم	۷۹.۱	۸۶.۰

–	۸۶.۱	مثبت ۸۶ کیلوگرم (فوق سنگین)	مردان
۴۹.۰	–	تا ۴۹ کیلوگرم	
۵۴.۰	۴۹.۱	تا ۵۴ کیلوگرم	
۵۹.۰	۵۴.۱	تا ۵۹ کیلوگرم	
۶۵.۰	۵۹.۱	تا ۶۵ کیلوگرم	
۷۲.۰	۶۵.۱	تا ۷۲ کیلوگرم	
۸۰.۰	۷۲.۱	تا ۸۰ کیلوگرم	
۸۸.۰	۸۰.۱	تا ۸۸ کیلوگرم	
۹۷.۰	۸۸.۱	تا ۹۷ کیلوگرم	
۱۰۷.۰	۹۷.۱	تا ۱۰۷ کیلوگرم	
–	۱۰۷.۱	مثبت ۱۰۷ کیلوگرم (فوق سنگین)	

۱۰.۴ مروری بر شرح وظایف مسئولین فنی

شرح وظیفه	سمت
- مسئول برنامه ریزی و برگزاری کل مسابقات محسوب می شود. - بالاترین سطح از اختیارات را در آن رویداد خواهد داشت. - منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات.	نماینده فدراسیون بین المللی (IFD)
- نظارت بر کل جریان مسابقات با همکاری کمیته برگزاری، مدیر رویداد و نماینده فنی. - ارائه بهترین عملکرد ممکن در بخش های مختلف مدیریت مسابقات و استانداردهای سالن محل برگزاری و گزارش به نماینده فدراسیون بین المللی. - منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات.	سرپرست مسابقات (CD)
- نظارت بر کل جریان مسابقات با همکاری سرپرست مسابقات و نماینده فنی . - ارائه بهترین عملکرد ممکن در بخش های مختلف مدیریت مسابقات و استانداردهای سالن محل برگزاری و گزارش به نماینده فدراسیون بین المللی. - منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات.	مدیر مسابقات (ED)
ارائه نکات و نقطه نظرات فنی.	نماینده فنی (TD)

	▪ نظارت بر نحوه برگزاری و اجرای موارد فنی مسابقات منطبق بر قوانین و مقررات در طول برگزاری رقابتهای. ▪ فعالیت در نقش رهبر داوران منصوب شده در مسابقات. ▪ امضای نتایج نهایی هر رویداد.
سرداور (CR)	▪ رهبری دسته (های) وزنی و کسب اطمینان از اینکه تمامی موارد در محوطه برگزاری مسابقه منطبق بر قوانین اجرا می شود. ▪ کسب اطمینان از اینکه که تجهیزات داخل محوطه برگزاری مسابقه تمیز، منظم و ایمن هستند ▪ هدایت صفحه گذاران (اسپاترها). ▪ اعلام دستور Rack و Start . ▪ در زمان لیفت کردن یا اعتراض، بر اساس ترتیب انجام حرکات از محل تعیین شده مسئول ارزیابی و قضاوت حرکت ورزشکار می باشد. ▪ هر یک از خطاها را اعلام کرده و تصمیم نهایی را در قبال آن اتخاذ کند.
داوران کنار چپ (LR) راست (RR)	▪ حرکت ورزشکار را بر اساس ترتیب انجام حرکات در زمان لیفت و / یا در زمان اعتراض قضاوت کند (مشروط بر اینکه فرمت مربوطه اعتراض مورد استفاده قرار گیرد). ▪ هر یک از خطاها را اعلام نماید.
ژوری (ژوری ۱، ۲، ۳)	▪ در زمان لیفت کردن، بر اساس ترتیب انجام حرکات از محل تعیین شده مسئول ارزیابی و قضاوت حرکت ورزشکار می باشد و تنها در زمان اعتراض نظر ایشان لحاظ می گردد (مشروط بر اینکه فرمت مربوطه اعتراض مورد استفاده قرار گیرد).
مسئول وزن کشی (مسئول ارشد و دستیار)	▪ مسئول ارشد وزن کشی ▪ هدایت فرایند وزن کشی. ▪ تأیید هویت ورزشکار. ▪ مسئول ثبت وزن بدن ورزشکار. ▪ مسئول ثبت ارتفاع پایه و وزن اولین لیفت ورزشکار. ▪ مسئول امضای لیست وزن کشی پس از اتمام فرایند وزن کشی. ▪ دستیار وزن کشی ▪ فراخواندن ورزشکاران بر اساس ترتیب و دسته وزنی. ▪ تأیید لیست وزن کشی.
مسئول کنترل البسه و تجهیزات (مسئول ارشد و دستیار)	▪ مسئول بررسی و کنترل البسه و تجهیزات ورزشکاران مطابق با این قوانین و همچنین ضوابط مندرج در پیوست ۴ هستند که باید وظیفه محوله خود را در جریان فرایند گرم کردن (warm-up) انجام دهند.
مارشال (M)	▪ مسئول قبول و تأیید تمامی وزنه های تغییر داده شده است. ▪ موظف است درخواست ورزشکار برای حرکت رکورد را بپذیرد.

▪ موظف است درخواست ورزشکار برای انجام حرکت چهارم موسوم به Power Lift (لیفتی که برای ثبت رکورد انجام می شود) را بپذیرد.	
▪ کلیه مطالب را همانگونه که در پیوست شماره ۷ آمده است، قرائت نماید . • می تواند بر زمان لیفت کردن ورزشکار کنترل داشته باشد.	گوینده (A)
مسئول ارشد • دستیاران خود در این بخش (سایر TC ها) را هدایت و رهبری نماید. • آگاه سازی داوران کنار و ژوری در مورد هر نکته ای که به کلاسبندی ورزشکار مرتبط می شود. • این شخص باید اطمینان حاصل نماید که هر آنچه از تجهیزات برای مسابقه مورد استفاده قرار می گیرد و همچنین محل گرم کردن و محل فراخوان تمیز، منظم و ایمن هستند. • در جریان فرایند گرم کردن، باید یونیفرم و تجهیزات ورزشکار را کنترل نماید تا مخالف ضوابط مندرج در این قوانین و همچنین پیوست ۴ نباشد. • باید بر روند دسترسی مربی و ورزشکار به محوطه گرم کردن و محوطه فراخوان مدیریت نماید. • موظف است به همراهی کنترل فنی ۱ ، ورزشکار را برای حرکت بعدی فراخوانده و آماده ورود به صحنه نماید. • مساعدت به انجام معرفی ورزشکاران و داوران بر روی صحنه و همچنین مراسم توزیع مدال. دستیار (ها) • حمایت و کمک به کنترل فنی ارشد جهت انجام امور محوله. • کنترل بر روند دسترسی مربی و ورزشکار به محوطه مسابقه در جریان رقابت. • تا پیش از ورود به محوطه مسابقه، مسئولیت بررسی و کنترل یونیفرم و تجهیزات ورزشکار را بر عهده دارد تا با این قوانین مغایرت نداشته باشد.	کنترل فنی (TC) - مسئول ارشد و دستیار
• مدیریت روند استفاده از LiftED و LiftVRS	متصدی LiftED و LiftVRS
• انجام صفحه گذاری میله مطابق اطلاعات مندرج در پیوست شماره ۸ . • تجهیزات و محوطه برگزاری مسابقه را تمیز، منظم و ایمن نگه دارد. • باید مسیر/حرکت لیفت ورزشکار را دنبال کند و تنها در صورت درخواست سرداور یا ورزشکار به کمک وی بشتابد. • قبل از صدور فرمان شروع می تواند بنا به درخواست ورزشکار در بلند کردن میله از پایه به وی کمک نماید و همینطور با فرمان rack یا به خواست ورزشکار باید میله را بر روی پایه قرار دهد. • مربی می تواند پیش از شروع حرکت، در بلند کردن میله به ورزشکارش کمک نماید مشروط بر اینکه درخواست خود را در زمان گرم کردن (محوطه warm-up) ارائه کرده و به تصویب نماینده فنی مسابقات رسیده باشد.	صفحه گذاران (اسپاترها)

۱۰.۴.۱ مسئولیت ها و فرایندهای دقیق نقش هر یک از مسئولین فنی در کتابچه راهنمای داوران فهرست شده است.

۱۰.۴.۲ برای یک مواد انفرادی دارای مدال، و هر یک از مواد تیمی و رویدادهای میکس تیمی، داوران ممکن است به طور تصادفی از طریق سیستم T&S قرعه کشی شوند تا از موارد زیر اطمینان حاصل شود:

۱۰.۴.۲.۱ هر داور دارای مدرک سطح ۲ یا ۱ باشد. به استثنای مسابقات مورد تایید که در آن داوران سطح ۴ و ۳ نیز واجد شرایط هستند.

۱۰.۴.۲.۲ در ترکیب ۳ نفره داوران روی صحنه، نباید بیش از یک داور از یک کشور وجود داشته باشد.

۱۱ گروه های سنی

۱۱.۱ توضیحات

۱۱.۱.۱ چهار گروه سنی در تمام مسابقات تحت پوشش به رسمیت شناخته می شود.

گروه سنی	حداقل سن	حداکثر سن
نوجوانان (Rookie)	۱۵	۱۷
جوانان (Next Gen)	۱۸	۲۰
بزرگسالان (Elite)	۱۵	–
پیشکسوتان (Legend)	۴۵	–

۱۱.۱.۲ تمامی سنین مذکور تا ۳۱ دسامبر سال برگزاری مسابقه تحت پوشش باید معیارهای لازم را داشته باشند.

۱۲ ثبت نام

۱۲.۱ رویداد انفرادی

۱۲.۱.۱ در مسابقات تحت پوشش، حداکثر تعداد ورودی به ازای هر جنسیت، دسته وزنی بدن و گروه سنی به ازای هر NPC وجود ندارد، مگر اینکه در مقررات انتخابی یا سایر الزامات ورود به آن مسابقه مشخص شده باشد.

۱۲.۱.۲ یک ورزشکار فقط می تواند در یک دسته وزنی در طول یک مسابقه ثبت نام کند.

۱۲.۱.۳ در شرایطی که یک رویداد، روز معینی را برای گروه های سنی گوناگون تعیین نمی کند (همانند جام جهانی)، ورزشکار بر مبنای سن خود، به طور خودکار در یک یا چند گروه سنی شرکت داده خواهد شد.

۱۲.۲ تغییر در ثبت نام انفرادی

۱۲.۲.۱ در همه مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری جهانی ورزشکاران این امکان را دارند که تنها در جریان تأیید ثبت نام ها، دسته وزنی شان را نسبت به آنچه در ثبت نام نهایی قید شده بود، به یک دسته بالاتر یا پایین تر انتقال دهند.

۱۲.۲.۲ هر ورزشکار مجاز است تنها یکبار دسته وزنی خود را در طول جلسه فنی تغییر دهد. به ازای هر درخواست تغییر هم باید مبلغی معادل ۱۰۰ یورو به WPPO در جلسه فنی پرداخت شود. دسته وزنی جدید تنها در ازای پراخت هزینه مربوطه مورد پذیرش قرار می گیرد و نهایی تلقی می گردد.

۱۲.۳ امکان برگزاری مواد انفرادی

۱۲.۳.۱ در همه مسابقات تحت پوشش WPPO ، به جز بازی ها ؛ تنها در صورتی امکان برگزاری یک ماده دارای مدال وجود دارد که حداقل تعداد ورزشکاران آن دسته وزنی به شرح زیر باشد:

۱۲.۳.۱.۱ **یک ورزشکار:** هرگاه برای یک دسته وزنی تنها یک شرکت کننده داشتیم از قانون حداقل استاندارد (MS) بهره می بریم به این صورت که اگر ورزشکار مذکور رکورد تعیین شده یا MS آن وزن و یا بیشتر از آن را زد، باید به وی مدال طلای آن دسته وزنی اهدا شود.

۱۲.۳.۱.۲ **دو ورزشکار:** چنانچه در یک دسته وزنی دو ورزشکار حضور دارند، آنگاه دو مدال در این دسته توزیع می شود (طلا – نقره)

۱۲.۳.۱.۳ **یک یا دو ورزشکار:** چنانچه شمار کلی ورزشکاران در بیش از یک دسته وزنی برای هر جنسیت، معادل یک یا دو نفر باشد، در این حالت، WPPO می تواند بنا به صلاحدید خود، دسته های رقابتی ترکیبی (ادغامی) شامل دو یا تعداد بیشتری ورزشکار تشکیل دهد؛ در این شرایط فرمول coefficient (ضریب) مورد استفاده قرار می گیرد.

۱۲.۳.۱.۴ **سه ورزشکار یا بیشتر:** هنگامی که شمار افراد حاضر در یک دسته وزنی سه نفر یا بیش از این تعداد باشد، آن دسته کاملاً شرایط برگزاری را دارا می باشد.

۱۲.۳.۲ مواد نهایی دارای شرایط کافی برای برگزاری رقابت در مسابقات تحت پوشش WPPO (به استثناء بازی ها) به بحث و تبادل نظر گذاشته خواهد شد و با اخذ مشورت از سوی نماینده فنی ، کمیته برگزاری و پارا وزنه برداری جهانی قبل و/یا بعد از جلسه فنی تعیین خواهد شد.

۱۲.۳.۳ وزن های MS در **پیوست ۹** قابل دسترسی است.

۱۲.۳.۴ معیارهای مواد مدال آور IPC برای بازی های IPC اعمال می شود.

معیارهای مربوط به مواد مدال آور در بازی ها؛ همانطور که در مقررات احراز صلاحیت آن ها تشریح شده است، اعمال خواهد شد.

۱۲.۴ رویداد تیمی

۱۲.۴.۱ در مسابقات تحت پوشش WPPO (به استثناء بازی ها) ، یک تیم در گروه سنی بزرگسالان در بخش مردان و زنان را تحت شرایط زیر می توان معرفی نمود:

۱۲.۴.۱.۱ برای برگزاری ماده تیمی، حداقل دو تیم باید ثبت نام شده باشند که هر دو تیم می تواند از یک NPC باشد.

۱۲.۴.۱.۲ هر تیم متشکل از ۳ ورزشکار از یک کشور و یک جنسیت است.

۱۲.۴.۱.۳ سه ورزشکار حاضر در تیم می توانند از اوزان مختلف باشند و اختلاف وزن مانعی در برابر تیم ها نیست.

۱۲.۴.۱.۴ هر NPC مجاز به ثبت نام حداکثر سه تیم در هر رویداد تیمی در هر دو بخش مردان و زنان است.

۱۲.۴.۱.۵ ورزشکارانی که در یک رویداد تیمی شرکت می کنند ممکن است در یک ماده مدال آور انفرادی نیز شرکت کنند یا ممکن است ورزشکار اضافی باشند.

۱۲.۴.۱.۶ ورزشکاران تمامی گروه های سنی، امکان شرکت در یک رویداد تیمی را خواهند داشت.

۱۲.۴.۱.۷ تیم ها این فرصت را دارند تا زمان تأیید ثبت نام ها، از مسابقات تیمی کنار بکشند اما بعد از آن هر گونه کناره گیری مشمول جریمه یکصد یورویی به ازای هر ورزشکار می شود. تأیید پرداخت کامل باید به همراه درخواست انصراف پزشکی توسط تیم مربوطه به WPPO ارائه شود.

۱۲.۵ ماده میکس تیمی

۱۲.۵.۱ در مسابقات تحت پوشش WPPO (به استثناء بازی ها) ، تنها یک ماده میکس تیمی در رده سنی بزرگسالان طبق شرایط زیر برگزار می شود:

۱۲.۵.۱.۱ برای برگزاری ماده تیمی، حداقل دو تیم باید ثبت نام شده باشند که هر دو تیم می تواند از یک NPC باشد.

۱۲.۵.۱.۲ تیم ها باید متشکل از سه ورزشکار از یک NPC با حداقل یک نفر از هر جنسیت باشند.

۱۲.۵.۱.۳ هر کدام از سه ورزشکار حاضر در تیم می توانند از اوزان مختلف باشند و اختلاف وزن مانعی در برابر تیم ها نیست.

۱۲.۵.۱.۴ هر NPC مجاز به ثبت نام حداکثر سه تیم می باشد.

۱۲.۵.۱.۵ ورزشکارانی که در یک رویداد میکس تیمی شرکت می کنند ممکن است در یک ماده مدال آور انفرادی نیز شرکت کنند یا ممکن است ورزشکار اضافی باشند.

۱۲.۵.۱.۶ ورزشکارانی که در یک رویداد میکس تیمی شرکت می کنند می توانند از همه گروه های سنی باشند.

۱۲.۶ تغییرات رویداد های تیمی و میکس تیمی

۱۲.۶.۱ در تمام مسابقات تحت پوشش WPPO (به استثناء بازی ها) ، NPC ها این فرصت را خواهند داشت که ورزشکارانشان را برای رویداد های تیمی و میکس تیمی در جریان جلسه فنی/ تأیید ثبت نام تغییر دهند.

۱۲.۶.۲ برای هر سه ورزشکار می توان یک بار در طول فرآیند تأیید ثبت نام درخواست تغییر داده شود. این تغییرات باید در طول زمان تعیین شده فرآیند تأیید ثبت نام درخواست شوند. هیچ هزینه ای برای تغییرات درخواستی دریافت نخواهد شد.

۱۲.۷ رویداد های ترکیبی تیمی و میکس تیمی

۱۲.۷.۱ در تمامی رویداد های تیمی و میکس تیمی (به استثناء بازی ها) ، NPC ها این فرصت را خواهند داشت تا ورزشکاران دیگر NPC ها و دسته های وزنی متفاوت را با یکدیگر ادغام کرده تا تیم بین المللی تشکیل دهند و با همین عنوان نیز به رقابت بپردازند.

۱۳ قرعه کشی

۱۳.۱ مواد انفرادی

(از بالا ترین به پایین ترین)

۱۳.۱.۱ در مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مورد تأیید WPPO، یک شماره قرعه به هر ورزشکار بر اساس فهرست رنکینگ جهانی ۲۰۲۵ - ۲۰۲۶ - ۲۰۲۷ - ۲۰۲۸ به ازای هر دسته وزنی اختصاص داده می‌شود، و در بازی‌ها، یک شماره قرعه به هر ورزشکار بر اساس فهرست رنکینگ انتخابی به ترتیب صعودی رتبه اختصاص داده می‌شود. (به عنوان مثال، ورزشکاری که رنکینگ یک دسته وزنی خود را دارد، شماره قرعه یک را دریافت خواهد کرد و به همین ترتیب).

۱۳.۱.۲ قرعه مطابق موقعیت رنکینگ ورزشکار در زمان ثبت نام نهایی (ثبت نام بر اساس اسم) تعیین می‌شود.

۱۳.۱.۳ چنانچه یک یا چندین ورزشکار اقدام به تغییر دسته وزنی نمایند که در رنکینگ آن دسته جایگاهی ندارند، قرعه به طور تصادفی با شماره های باقیمانده برای آن دسته وزنی به ورزشکار تخصیص داده می‌شود.

۱۳.۱.۴ شماره قرعه تمامی ورزشکاران شرکت کننده باید پس از پایان جلسه فنی تخصیص داده شود.

۱۳.۱.۵ شماره قرعه در موارد زیر مورد استفاده قرار می‌گیرد:

۱۳.۱.۵.۱ ترتیب گروه بندی ورزشکاران - چنانچه در جریان وزن کشی، درخواست حرکت اول تعدادی از ورزشکاران یکسان بود ترتیب گروه بندی آنها به یک یا دو گروه با استفاده از شماره قرعه خواهد بود، بدین ترتیب که دارنده شماره قرعه بالاتر، زودتر بر روی استیج حضور پیدا خواهند کرد (به عنوان مثال، گروه B).

۱۳.۱.۵.۲ ترتیب ورود برای وزن کشی، ترتیب ورود ورزشکار در اتاق مربوطه بر اساس شماره قرعه وی می‌باشد بطوریکه که بالاترین قرعه باید ابتدا وزن کشی شود.

۱۳.۱.۵.۳ ترتیب انجام حرکت لیفت - در شرایطی که دو ورزشکار یا بیش از این تعداد تقاضای وزنه مشابهی را برای حرکت بعدی شان داده باشند، فردی که صاحب بالاترین قرعه می‌باشد ابتدا لیفت خواهد کرد.

۱۳.۱.۵.۴ ترتیب دسته ترکیبی - اگر در یک دسته ترکیبی، دو ورزشکار یا بیش از این تعداد تقاضای وزنه مشابهی را برای حرکت بعدی شان داده باشند، و شماره قرعه یکسانی نیز داشته باشند، ورزشکار حاضر در دسته وزنی سبک تر، باید ابتدا حرکت خود را انجام دهد.

۱۳.۲ رویداد تیمی و میکس تیمی

۱۳.۲.۱ در مسابقات قهرمانی WPPO و مسابقات مورد تأیید WPPO، شماره قرعه برای هر رویداد به صورت تصادفی اختصاص داده خواهد شد. در بازی‌ها، شماره قرعه بر اساس فهرست رنکینگ بازی‌های به ترتیب صعودی رتبه تا آخرین مهلت احراز صلاحیت اختصاص داده خواهد شد.

۱۳.۲.۲ شماره قرعه در موارد زیر مورد استفاده قرار می‌گیرد:

۱۳.۲.۲.۱ ترتیب ورود برای وزن کشی، ترتیب ورود ورزشکار در اتاق مربوطه بر اساس شماره قرعه وی می‌باشد بطوریکه که بالاترین قرعه باید ابتدا وزن کشی شود.

۱۳.۲.۲.۲ ترتیب انجام حرکت لیفت - در شرایطی که دو ورزشکار یا بیش از این تعداد تقاضای وزنه مشابهی را برای حرکت بعدی شان داده باشند، فردی که صاحب بالاترین قرعه می باشد ابتدا لیفت خواهد کرد.

۱۴ دسته ها و گروه ها

۱۴.۱ ماده انفرادی

۱۴.۱.۱ در تمامی مسابقات تحت پوشش WPPO، ورزشکاران می توانند در یک دسته وزنی یا دسته های ادغامی به شرح زیر رقابت کنند و/یا مدال دریافت کنند:

۱۴.۱.۱.۱ **دسته وزنی انفرادی:** دسته وزنی انفرادی در هر جنسیت به شکل زیر مدال دریافت خواهند کرد:

- **یک ورزشکار:** هرگاه که در یک دسته وزنی تنها یک ورزشکار حضور دارد و آن ورزشکار بتواند معادل یا بیش از MS مورد نظر برای آن دسته (در بسته اطلاعاتی مسابقات آمده است) را ثبت کند، مدال طلا اهدا می شود.
 - **دو ورزشکار:** مدالهای طلا و نقره اهدا می شود.
 - **سه ورزشکار و یا بیشتر:** هر سه مدال طلا، نقره و برنز توزیع می شود.
- ۱۴.۱.۱.۲ **گروه بندی دسته های وزنی:** وقتی دسته های مختلف وزنی در بخش آقایان یا بانوان ادغام میشوند، به شکل زیر امکان توزیع مدال وجود خواهد داشت:

- **یک ورزشکار:** هرگاه که در یک دسته وزنی تنها یک ورزشکار حضور دارد و آن ورزشکار بتواند معادل یا بیش از MS مورد نظر برای آن دسته (در بسته اطلاعاتی مسابقات آمده است) را ثبت کند، مدال طلا اهدا می شود.
 - **دو ورزشکار:** مدالهای طلا و نقره اهدا می شود.
 - **سه ورزشکار و یا بیشتر:** هر سه مدال طلا، نقره و برنز توزیع می شود.
- ۱۴.۱.۱.۳ **دسته های وزنی ترکیبی:** وقتی دسته های مختلف وزنی در بخش آقایان یا بانوان ادغام میشوند، به شکل زیر امکان توزیع مدال وجود خواهد داشت:

فرمول ضریب (Coefficient Formula): هرگاه در بیش از یک دسته وزنی، مجموع تعداد ورزشکاران تنها یک و یا دو نفر باشد، آنگاه گروه های ادغامی با حضور حداقل ۲ ورزشکار و یا بیشتر در بخش آقایان و خانم ها با صلاحدید پارا وزنه برداری ممکن است تشکیل شود. مدال ها هم با استفاده از فرمول CF محاسبه و توزیع می گردد.

۱۴.۲ گروه های رویداد انفرادی

۱۴.۲.۱ در تمام مسابقاتی تحت پوشش پارا وزنه برداری که ۱۱ ورزشکار و یا بیشتر در یک دسته وزنی و یا گروه ادغامی حضور دارند، آنگاه گروه ها با حضور حداقل ۵ ورزشکار در هر گروه تشکیل خواهد شد.

۱۴.۲.۲ ورزشکارانی که طی فرایند وزن کشی پایین ترین وزنه را برای حرکت نخست درخواست داده اند، اولین گروهی خواهند بود که وزنه های خود را لیفت می کنند، و متعاقبا وزن های سنگین تر گروه های بعدی را تشکیل می دهند.

- ۱۴.۲.۳ گروه ها با حروف الفبا و به صورت نزولی دسته بندی می شوند (به عنوان مثال، A، B، C، D و A).
- ۱۴.۲.۴ زمانی که گروه ها تشکیل می شوند، باید تا حد امکان تعادل تعداد نفرات از نظر کمیّت حفظ شود، به استثناء گروه A که با شش ورزشکار شکل می گیرد، مگر آنکه WPPO تصمیم دیگری را اتخاذ کند.
- ۱۴.۲.۵ هرگاه تعداد گروه ها فرد باشد، نخستین گروهی که مسابقه خود را انجام می دهد (به صورت نزولی بر اساس حروف الفبا) دارای بیشترین تعداد ورزشکار خواهد بود.
- ۱۴.۲.۶ هرگاه برای حرکت اول، وزنه درخواستی تعدادی از ورزشکاران که عدد فرد بود (مثلاً؛ ۳ نفر، ۵ نفر و ...) که به صورت برابر در فرایند وزن کشی به ثبت رسیده، آنگاه ورزشکاری که بالاترین شماره قرعه را دارد به گروه اول (نزولی بر اساس حروف الفبا) منتقل می شود.
- ۱۴.۲.۷ در یک دسته ادغامی، در صورتی که دو ورزشکار یا بیش از این تعداد برای حرکت اولشان درخواست وزنه مشابهی را ارائه کرده باشند (تائید شده در وزن کشی) و/یا شماره قرعه یکسانی داشته باشند، ورزشکاری که در دسته وزنی سبک تر حضور دارد به گروه نخست منتقل می شود.
- ۱۴.۲.۸ در شرایط غیرمعمول و با صلاحدید نماینده فنی و مشورت با WPPO در صورت نیاز یک گروه با کمتر از ۵ ورزشکار تشکیل می شود و سپس زمان اضافی ۳ دقیقه ای برای ریکاوری بیشتر محاسبه و به پایان راند یک و دو افزوده می شود.
- ۱۴.۲.۹ گروه های نهایی پس از وزن کشی تعیین می شوند.

۱۴.۳ گروه های رویداد تیمی و میکس تیمی

- ۱۴.۳.۱ در تمامی مسابقات رسمی WPPO، هنگامی که بیش از پنج تیم و تیم میکس در مرحله مقدماتی رقابت می کنند، ممکن است گروه هایی تشکیل شوند تا حداقل سه تیم در هر گروه ایجاد شود.
- ۱۴.۳.۲ گروه ها با انجام قرعه کشی بعد از جلسه فنی تشکیل می شوند.
- ۱۴.۳.۳ گروه ها با حروف الفبا و به صورت نزولی دسته بندی می شوند (به عنوان مثال، A، B، C، D و سپس A).
- ۱۴.۳.۴ زمانی که گروه ها تشکیل می شوند باید تا حد امکان تعادل تعداد تیم ها از نظر کمیّت حفظ شود.
- ۱۴.۳.۵ چنانچه تعداد گروه ها فرد باشد، نخستین گروهی که به روی صحنه می آید تعداد تیم های بیشتری خواهد داشت.

۱۵ وزن کشی

۱۵.۱ فرایند وزن کشی

- ۱۵.۱.۱ وزن کشی، فرایندی رسمی است که طی آن مشخص می شود ورزشکار از پارامترهای لازم برای شرکت در دسته وزنی مربوطه برخوردار است.
- ۱۵.۱.۲ برای مواد انفرادی، تیمی و میکس تیمی ورزشکار باید در اتاق مخصوص وزن کشی حاضر شود که در آنجا جنسیت مسئولین وزن کشی و مسئول کنترل فنی باید با جنسیت ورزشکاران در جلسه مربوطه یکی باشد (تطابق جنسیتی افراد حاضر در اتاق وزن کشی باید رعایت شود).
- ۱۵.۱.۳ وزن کشی برای مواد انفرادی، تیمی و میکس تیمی می تواند در فاصله یک روز تا کنترل تجهیزات برگزار شود، جز در مواردی که WPPO تصمیم دیگری را اتخاذ نماید.
- ۱۵.۱.۴ وزن کشی بر اساس ترتیب نزولی شماره قرعه تکمیل می شود؛ به این معنا که از بالاترین شماره قرعه تا پایین ترین قرعه راهی اتاق وزن کشی می شوند.

۱۵.۱.۵ در مواد تیمی و میکس تیمی چنانچه تنها یک محوطه یا اتاق برای وزن کشی وجود داشت، ابتدا روند وزن کشی بانوان صورت می پذیرد و سپس نوبت وزن کشی مردان می شود.

۱۵.۱.۶ ارتفاع پایه و حرکت نخست ورزشکار در جریان وزن کشی از سوی ورزشکار یا مربی وی اعلام می شود. پس از درج تمامی جزئیات در کارت رسمی مسابقه، این کارت به رؤیت و امضای ورزشکار یا مربی اش می رسد و و نزد مسئول وزن کشی باقی بماند.

۱۵.۱.۷ هر ورزشکار می تواند در حضور یک مربی یا نماینده ای از تیم خود در وزن کشی حاضر شود.

۱۵.۱.۸ اگر ورزشکار در زمان مقرر و/یا با مدرک شناسایی در وزن کشی حاضر نشود، از مسابقه اخراج (DSQ) خواهد شد.

۱۵.۱.۹ ورزشکار موظف است در هنگام وزن کشی لباس زیر ورزشی بپوشد (مردان: زیرپوش، لباس و/یا پوشش سر دیگر؛ زنان: زیرپوش، سوتین ورزشی، لباس و/یا پوشش سر دیگر) که مطابق با قوانین لباس ورزشکار و تجهیزات شخصی باشد. ورزشکاران مجاز به درآوردن لباس زیر خود هستند تا اطمینان حاصل کنند که به حداقل یا حداکثر پارامترهای دسته وزنی می رسند. ورزشکاران دارای پروتز یا هر وسیله حمایتی باید آن ها را در طول وزن کشی جدا کنند.

۱۵.۱.۹.۱ ورزشکاران زیر هجده سال ملزم به پوشیدن لباس زیر ورزشی بوده و مجاز به درآوردن آن نخواهند بود.

۱۵.۲ مواد انفرادی

۱۵.۲.۱ مدت زمان وزن کشی برای هر دسته وزنی یا دسته های ادغامی بر اساس تعداد افراد ثبت نامی در هر ماده مشخص خواهد شد که زمان تخصیص یافته به آن حداقل ۲۰ و حداکثر ۹۰ دقیقه می باشد و طی این محاسبات، به طور متوسط ۴ دقیقه زمان وزن کشی برای هر ورزشکار لحاظ می شود.

۱۵.۲.۲ هر یک از ورزشکاران تنها یک بار وزن کشی می شوند، به جز آن وزنه بردارانی که وزن شان سنگین تر یا سبک تر از دسته وزنی مربوطه بوده و مجاز هستند تا مجدداً پس از اتمام وزن کشی سایر نفرات هر چند بار که زمان اجازه دهد بر روی ترازو قرار گیرند.

۱۵.۲.۳ برای ورزشکارانی که هنوز سر وزن نرسیده اند، ۲۰ دقیقه زمان اضافی در نظر گرفته می شود.

۱۵.۲.۴ هر یک از ورزشکارانی که تا پایان زمان اضافی ۲۰ دقیقه ای سر وزن نرسند دیسکالیفه شده و از ادامه حضور در مسابقات باز می مانند.

۱۵.۳ وزن کشی تصادفی

۱۵.۳.۱ وزن کشی تصادفی ورزشکاران ممکن است در روز مسابقه، پیش از گرم کردن برای رده وزنی خاص، به تشخیص WPPO انجام شود.
۱۵.۳.۲ در صورتی که وزن یک ورزشکار در وزن کشی تصادفی بیش از درصد مشخصی از وزن اولیه او باشد، از آن رویداد اخراج (DSQ) خواهد شد.

۱۵.۳.۳ درصد مشخص وزن کشی تصادفی در بسته اطلاعاتی مربوط به مسابقات منتشر خواهد شد.

۱۵.۴ مواد تیمی و میکس تیمی

۱۵.۴.۱ مدت زمان وزن کشی بر اساس تعداد افراد ثبت نام نهایی (ثبت نام به اسم) مشخص خواهد شد که زمان تخصیص یافته به آن حداقل ۳۰ و حداکثر ۹۰ دقیقه می باشد.

۱۵.۴.۲ هر یک از ورزشکاران تنها یک بار وزن کشی می شوند و زمان اضافی لحاظ نمی شود.

۱۵.۴.۳ با صلاحدید و تشخیص WPPO ممکن است وزن کشی صورت گرفته در مواد انفرادی یا تیمی برای مواد تیمی و میکس تیمی لحاظ شود.

۱۵.۴.۴ در جریان وزن کشی مواد تیمی و میکس تیمی؛ هر تیم باید موارد زیر را اعلام نماید:

۱۵.۴.۴.۱ ترتیب وزنه زدن ورزشکاران، ارتفاع پایه و وزنه درخواستی

۱۵.۴.۴.۲ درخواست وزنه برای حرکت اولین ورزشکار

۱۶ لباس و تجهیزات شخصی ورزشکاران

۱۶.۱ قوانین کلی در مورد لباس و تجهیزات ورزشکاران

۱۶.۱.۱ در مسابقات تحت پوشش، ورزشکار موظف است در محل مسابقات (منطقه warm-up، محوطه فراخوان یا call area و محوطه برگزاری مسابقه یا همان FOP) از دوبنده و بند میز پرس استفاده کند که صرفاً از سوی تامین کنندگان مورد تأیید WPPO با رعایت قوانین مندرج در این بخش و پیوست شماره ۴ تهیه شده باشد. اطلاعات کامل تامین کنندگان مورد تأیید WPPO در پیوست شماره ۴ درج شده است و ممکن است بنا بر تشخیص پارا وزنه برداری جهانی دستخوش تغییر نیز بشود.

۱۶.۱.۲ هر آنچه از اقلام دیگر که به صراحت به آن اشاره نشده را نمی توان به دلیل رعایت ایمنی استفاده کرد (مانند گوشواره، کلاه، ساعت مچی، حلقه و غیره).

۱۶.۱.۳ به عنوان ملزومات حداقلی، ورزشکار باید از دوبنده، کفش ورزشی و جوراب استفاده کند (اگر شرایط استثنایی با توجه به نوع معلولیت ورزشکار وجود داشت باید در کلاسبندی به تأیید برسد).

۱۶.۲ دوبنده

۱۶.۲.۱ ورزشکار باید یک دوبنده را بر تن کند که که با قوانین زیر مطابقت داشته باشد:

۱۶.۲.۱.۱ باید یک تکه باشد.

۱۶.۲.۱.۲ مواد به کار رفته در دوبنده باید از کتان/پنبه، مواد ارتجاع پذیر، پلی استر، نایلون و یا ترکیبی از این مواد باشد.

۱۶.۲.۱.۳ دو بنده می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاف یا لبه لباس (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۱۶.۲.۱.۴ طراحی دوبنده نباید به تقویت درز، زاویه دار کردن آستین، مواد آبدار و شیار دار بیرونی در لباس، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ بیانجامد و وجود چنین مواردی مجاز نیست.

۱۶.۲.۱.۵ باید متناسب و اندازه بدن ورزشکار باشد.

۱۶.۲.۱.۶ دوبنده ای پذیرفتنی است که بندهایش بر روی شانه قرار بگیرد یا دارای آستین باشد.

۱۶.۲.۱.۷ چنانچه از مدل آستین دار استفاده می شود، توجه شود که آستین ها نباید از قسمت برجستگی دلتوئید (نقطه میانی عضله دلتوئید) فراتر روند..

۱۶.۳ پیراهن

۱۶.۳.۱ استفاده از یک پیراهن یقه گرد برای ورزشکار در زیر دوبنده اختیاری است، که می تواند با رعایت قوانین زیر پوشیده شود:

۱۶.۳.۱.۱ می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاف یا لبه لباس (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۱۶.۳.۱.۲ الیاف به کار رفته در آن باید از کتان/پنبه، پلی استر، نایلون و یا ترکیبی از این مواد باشد.

۱۶.۳.۱.۳ طراحی لباس نباید به تقویت درز، زاویه دار کردن آستین، مواد آجدار و شیار دار بیرونی در لباس، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ بیانجامد و وجود چنین مواردی مجاز نیست.

۱۶.۳.۱.۴ باید متناسب و اندازه بدن ورزشکار باشد.

۱۶.۳.۱.۵ توجه شود که آستین ها نباید از قسمت برجستگی دلتوئید (نقطه میانی عضله دلتوئید) فراتر روند..

۱۶.۴ لباس زیر

۱۶.۴.۱ لباس زیر که ورزشکار از آن استفاده می کند باید با قوانین زیر مطابقت داشته باشد:

۱۶.۴.۱.۱ باید متناسب و اندازه بدن ورزشکار باشد.

۱۶.۴.۱.۲ نباید از قسمت پای دوبنده بلندتر باشد یا زانو ها را بپوشاند.

۱۶.۴.۱.۳ می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاف یا لبه لباس (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۱۶.۴.۱.۴ نباید به تقویت درز، زاویه دار کردن پاها، مواد آجدار و شیار دار بیرونی، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ بیانجامد و وجود چنین مواردی مجاز نیست.

۱۶.۵ لباس های دیگر

۱۶.۵.۱ ورزشکار می تواند یک یونیتارد اضافی یا یک جفت آستین در زیر دوبنده و / یا روی تی شرت بپوشد. ممکن است این موارد آرنج و / یا زانوها را بپوشاند که در اینصورت باید با قوانین زیر مطابقت داشته باشد:

۱۶.۵.۱.۱ لزوماً باید تک رنگ باشد و استفاده از تمامی رنگها مجاز است به غیر از رنگ سیاه و همچنین طرح یا الگو نیز نداشته باشد مگر در مواردی که حاوی شناسه و طرح شرکت سازنده باشد.

۱۶.۵.۱.۲ می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاف یا لبه لباس (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۱۶.۵.۱.۳ طراحی لباس نباید به تقویت درز، زاویه دار کردن آستین یا پا، مواد آجدار و شیار دار بیرونی در لباس، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ بیانجامد و وجود چنین مواردی مجاز نیست.

۱۶.۵.۱.۴ باید متناسب و اندازه بدن ورزشکار باشد به ویژه در قسمت روی آرنج ورزشکار.

۱۶.۵.۱.۵ اگر ورزشکار به سراغ گزینه یونیتارد رفت، می تواند از یک یا دو تکه استفاده نماید که ما بین بالاتنه و پایین تنه جدا باشد، و ممکن است به صورت جداگانه یا با هم پوشیده شود.

۱۶.۵.۱.۶ هرگاه ورزشکار قصد استفاده از آستین را داشت، فقط یک آستین را می تواند بر روی هر بازو بپوشد.

۱۶.۶ کفش و جوراب ورزشی

۱۶.۶.۱ پوشیدن یک جفت کفش و جوراب الزامی است.

۱۶.۶.۲ در موارد غیر معمول به دلیل معلولیت های خاص، ورزشکار می تواند از جوراب یا کفش استفاده نکند، اما این مسئله باید توسط کلاسبند در زمان کلاسبندی تأیید شود.

۱۶.۷ سوتین ورزشی

۱۶.۷.۱ استفاده از یک سوتین ورزشی در زیر دوینده، تی شرت و سایر البسه ورزشکار به شرط رعایت این قوانین بلامانع است:

۱۶.۷.۱.۱ سوتین ورزشی بدون گیره محکم، پد، نخ کشیده شده یا آنهایی که دارای چسب ولکرو (Velcro) است مورد قبول می باشد،

ضمن اینکه وجود مواد آجدار و شیار دار بیرونی، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ نیز خلاف مقررات شمرده می شود.

۱۶.۷.۱.۲ چنانچه بر روی میز قرار گرفت باید کاملاً صاف و تخت باشد.

۱۶.۸ سر بند

۱۶.۸.۱ ورزشکار می تواند با رعایت قوانین زیر یک سر بند را در جریان مسابقه استفاده کند:

۱۶.۸.۱.۱ لزوماً باید تک رنگ باشد و استفاده از تمامی رنگها مجاز است به غیر از رنگ سیاه و همچنین طرح یا الگو نیز نداشته باشد مگر در مواردی که حاوی شناسه و طرح شرکت سازنده باشد.

۱۶.۸.۱.۲ سر بند می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاف یا قسمت لبه پارچه (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۱۶.۸.۱.۳ چنانچه بر روی میز قرار گرفت باید کاملاً صاف و تخت باشد.

۱۶.۸.۱.۴ باید متناسب و اندازه با سر و/یا خط گردن ورزشکار باشد.

۱۶.۸.۱.۵ در صورت استفاده، تنها سربندهای بدون گیره محکم، پد و یا نخ کشیده شده مورد قبول می باشد، ضمن اینکه وجود مواد آجدار و شیار دار بیرونی، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه، زیپ، پولک یا جواهرات نیز خلاف مقررات شمرده می شود.

۱۶.۸.۱.۶ نباید چشم ها، بینی و دهان را بپوشاند و یا اینکه پایین تر از استخوان ترقوه قرار گیرد.

۱۶.۹ بند میز پرس (Bench Strap)

- ۱۶.۹.۱ یک یا دو بند ممکن است توسط ورزشکار برای پایداری بیشتر با رعایت این ضوابط استفاده شود:
- ۱۶.۹.۱.۱ لزوماً باید تک رنگ باشد و همچنین طرح یا الگو نیز نداشته باشد مگر در مواردی که حاوی شناسه و طرح سازنده باشد.
- ۱۶.۹.۱.۲ اندازه قانونی طول این بندها بین حداقل یکصد و شصت سانتی متر تا حداکثر دویست و بیست سانتی متر است.
- ۱۶.۹.۱.۳ بند میز پرس باید دارای بست چسبی داشته باشد چسب های ولکرو (Velcro).
- ۱۶.۹.۱.۴ اندازه قانونی عرض این بندها حداقل ۷.۵ و حداکثر ۱۰ سانتی متر است.
- ۱۶.۹.۱.۵ نباید هیچ گونه پد اضافی و سگک فلزی یا حلقه داشته باشد.
- ۱۶.۹.۲ بند های میز پرس باید به روش زیر استفاده شوند:
- ۱۶.۹.۲.۱ بستن بند در هر قسمت از میانه مفصل قوزک پا تا میانه مفصل لگن مجاز است.
- ۱۶.۹.۲.۲ چنانچه از دو بند استفاده می شود توجه گردد که در هیچ شرایطی نباید ۲ بند بر روی هم قرار بگیرند.
- ۱۶.۹.۲.۳ بستن بندها توسط ورزشکار و یا مربی مجاز است. در این مرحله، ورزشکار و یا مربی از کمک صفحه گذاران نیز بهره می برند.
- ۱۶.۹.۳ استثنائات موجود در رابطه با انواع معلولیتها و/یا شرایط سلامتی (جهت بست بند بر رو و یا بالای قسمت لگن) باید در مدارک کلاسبندی ثبت شود.

۱۶.۱۰ کمر بند

- ۱۶.۱۰.۱ در صورت تمایل، ورزشکار می تواند از یک کمر بند استفاده نماید. این کمر بند باید بر روی دوبنده، تی شرت و سایر البسه بسته شود و در برگیرنده قوانین زیر باشد:
- ۱۶.۱۰.۱.۱ باید بدنه اصلی کمر بند از جنس چرم، وینیل یا سایر مواد غیرکشسان مشابه در یک یا چند لایه ساخته شده باشد که ممکن است به هم چسبانده و/یا دوخته شده باشند؛
- ۱۶.۱۰.۱.۲ تعبیه پد اضافی و بست بر روی کمر بند خلاف مقررات است و با هر گونه وسیله کمکی از هر ماده ای روی سطح یا در میان لایه های آن نباید قرار گیرد.
- ۱۶.۱۰.۱.۳ کمر بند می تواند دارای یک سگک با یک یا دو چنگک باشد یا می تواند از نوعی باشد که سریع باز شوند و قفل آن می تواند دکمه ای یا دوختی در قسمت منتهای الیه کمر بند باشد.
- ۱۶.۱۰.۱.۴ باید دارای یک حلقه زبانه باشد که نزدیک سگک با دوخت و/یا پرچ متصل شده باشد؛
- ۱۶.۱۰.۱.۵ عرض کمر بند نباید بیش از ۱۲ سانتی متر باشد.

۱۶.۱۰.۱۶ ضخامت کمربند در طول بدنه اصلی کمربند باید حداکثر یک و سه دهم سانتی متر باشد.

۱۶.۱۱ مچ بند

۱۶.۱۱.۱ استفاده از یک مچ بند بر روی هر مچ توسط ورزشکار بلامانع است مشروط بر اینکه:

۱۶.۱۱.۱.۱ باید از مواد تجاری در دسترس ساخته شود.

۱۶.۱۱.۱.۲ نباید حاوی سگی برای محکم کردن باشد.

۱۶.۱۱.۱.۳ داشتن مچ بند یا بانداژ تجاری و تبلیغاتی ممکن است، ولی ترکیبی از این دو پذیرفته نیست.

۱۶.۱۱.۱.۴ عرض مچ بند و پهنای پوششی آن نباید بیش از دوازده سانتی متر داشته باشد.

۱۶.۱۱.۱.۵ باید حداکثر صد سانتی متر طول داشته باشد.

۱۶.۱۱.۱.۶ نباید بیشتر از ۱۲ سانتی متر پایین و ۲ سانتی متر بالا تر از میانه مفصل مچ کشیده شود.

۱۶.۱۱.۱.۷ می تواند دارای تکه‌های چسبی و زبانه برای محکم کردن ("قلاب و حلقه") باشد؛

۱۶.۱۱.۱.۸ چنانچه مچ بند دارای حلقه شصت دست باشد، نباید حین لیفت کردن وزنه از آن استفاده شود.

۱۶.۱۲ چسب و بانداژ پزشکی

۱۶.۱۲.۱ چسب و بانداژ پزشکی نباید در هیچ نقطه ای از بدن ورزشکار از جمله انگشتان، شست ها و دست ها بدون اجازه رسمی TD با کادر

پزشکی رسمی استفاده شود. از این موارد تنها می توان به منظور موارد پزشکی (مثلاً آسیب دیدگی) استفاده کرد و باید به نحوی قرار گیرد که باعث

ایجاد امتیاز و برتری ناعادلانه برای وزنه بردار نشود.

۱۶.۱۲.۲ هرگونه چسب غیرپزشکی دیگر (مانند کینزیولوژیکال، فیزیولوژیکال و غیره) مجاز نیست.

۱۶.۱۳ محافظ دهان

۱۶.۱۳.۱ یک محافظ دهان ممکن است توسط ورزشکار استفاده شود.

۱۷ کنترل تجهیزات (Kit Check)

۱۷.۱ فرایند کنترل تجهیزات

۱۷.۱.۱ لازم است قبل از مسابقه، ورزشکار در فرایند کنترل تجهیزات شرکت کند.

۱۷.۱.۲ فرایند کنترل تجهیزات پیش از زمان ورود ورزشکار به محوطه گرم کردن (warm-up) در یک محل مشخص در داخل warm-up و بر

روی میزهای تخصیص یافته به ورزشکاران صورت می پذیرد.

۱۷.۱.۳ کنترل تجهیزات بر مبنای ترتیب صعودی و از پایین ترین به بالاترین وزنه درخواستی ورزشکار که در وزن کشی تعیین شده در گروه مرتبط انجام می شود.

۱۷.۱.۴ هر گاه، ورزشکاری در موعد تعیین شده برای کنترل تجهیزات مراجعه نکند و/یا با مدرک شناسایی کافی در محل حاضر نشود، از مسابقات اخراج خواهد شد.

۱۷.۱.۵ ورزشکار موظف است تمام اقلام و تجهیزات شخصی که در طول مسابقه مورد استفاده قرار می دهد را در فرایند کنترل تجهیزات بپوشد، در غیر این صورت با جریمه اخراج از مسابقات (DSQ) روبرو خواهد شد.

۱۷.۱.۶ جهت اخذ تأیید برای شرکت در مسابقه، کلیه اقلام و تجهیزات ورزشکار باید با قوانین جاری مطابقت داشته باشد.

۱۷.۱.۷ در جریان مسابقه اگر مشخص شود ورزشکار از لباس و یا تجهیزاتی استفاده می کند که طی فرایند بررسی کنترل تجهیزات ارائه و تأیید

نشده است یا از اقلامی بهره می برد که یک مزیت ناعادلانه برایش به همراه دارد (به عنوان مثال، زمانی که لباس خیلی تنگی توسط ورزشکار

پوشیده شده که مزیت ناعادلانه ای در پی دارد یا مانعی در برابر دید داوران می باشد)، ممکن است TC یا داور به این امر واکنش نشان دهند و در

اولین فرصت TD مسابقات را مطلع سازند که در این شرایط نماینده فنی باید لباس ورزشکار را بررسی نماید و تعیین کند که آیا ورزشکار از رویداد اخراج می شود (DSQ).

۱۸ محل گرم کردن (Warm-Up)

۱۸.۱ عمومی

۱۸.۱.۱ توزیع میزهای پرس میان ورزشکاران در warm up بر مبنای نخستین حرکت درخواستی آنها صورت می گیرد که در وزن کشی آن را

اعلام و ثبت کرده اند، بدین صورت که از پایین ترین به بالاترین وزنه درخواستی ملاک این چینش قرار می گیرد.

۱۸.۱.۲ چنانچه در یک گروه تعداد ورزشکاران بیش از میزهای پرس باشد، همه مربیان و ورزشکاران از NPCها باید ضمن احترام به یکدیگر اجازه دهند تا دسترسی به تجهیزات به شکل برابر صورت پذیرد.

۱۸.۱.۳ هر گونه تخطی از قانون ۱۸.۱.۲ توسط مربی و ورزشکار منجر به باز پس گیری کارت warm up یا کارت شناسایی توسط مسئولین پارا وزنه برداری جهانی یا نماینده فنی مسابقات می شود.

۱۸.۲ رویداد انفرادی

۱۸.۲.۱ به منظور گرم کردن قبل از شروع مسابقه؛ دست کم ۳۰ دقیقه زمان به ورزشکاران تخصیص داده می شود.

۱۸.۲.۲ دسترسی به محل گرم کردن (warm up) منحصر به ورزشکاران دسته مورد نظر و مربیان می باشد که مربیان با ارائه کارت warm up و کارت شناسایی می توانند وارد این منطقه شوند.

۱۸.۲.۳ به ازای هر ورزشکار، حداکثر ۲ مربی می توانند وارد محل گرم کردن (warm up) شوند.

۱۸.۲.۴ هرگاه در مسابقات بیش از یک گروه از ورزشکاران حضور داشته باشند، ورزشکارانی که دارای ترتیب الفبایی بالاتر هستند و می بایست ابتدا مسابقه دهند، در استفاده از محوطه گرم کردن و تجهیزات اولویت دارند (مثلاً؛ ابتدا گروه C؛ سپس گروه B و در نهایت گروه A).

۱۸.۲.۵ زمانی که اولین گروه از ورزشکاران میزهای تمرینی را به مقصد انجام نخستین حرکشان در سالن اصلی ترک کردند، باید به محوطه فراخوان (call area) بروند و به محل گرم کردن بازنگردند. آنگاه ورزشکاران و مربیان بعدی که دارای ترتیب الفبایی بالاتر هستند می توانند از میز پرس در محل گرم کردن استفاده نمایند.

۱۸.۳ مسابقات تیمی و میکس تیمی

۱۸.۳.۱ در این بخش، محوطه گرم کردن حداقل ۳۰ دقیقه قبل از آغاز رقابت در اختیار تیم ها قرار می گیرد.

۱۸.۳.۲ بین مرحله های هیت (مقدماتی)، رودرو (حذفی)، و مکان سوم (بازی رده بندی) و مرحله نهایی (مسابقه فینال)، تیم ها حداقل پنج دقیقه زمان گرم کردن در اختیار خواهند داشت.

۱۸.۳.۳ برای هر تیم دو کارت ورود به warm up اختصاص می یابد.

۱۸.۳.۴ از هر تیم تنها ورزشکاران شرکت کننده به همراه ۲ مربی می توانند به محوطه گرم کردن دسترسی داشته باشند که ارائه کارت شناسایی و کارت ورود به warm up برای مربیان الزامی است.

۱۹ معرفی ورزشکاران و داوران

۱۹.۱ فرایند معرفی

۱۹.۱.۱ روند معرفی ورزشکاران و داوران می بایست بر اساس مندرجات پیوست ۱۰ صورت پذیرد.

۲۰ رویداد انفرادی

۲۰.۱ فرایند رویداد انفرادی

۲۰.۱.۱ در بخش انفرادی، مسابقه پس از مهلت گرم کردن که در جدول مرتبط با مسابقات می آید آغاز و ابتدا گروهی که از لحاظ ترتیب الفبایی پایین تر است کار خود را آغاز می کند (مثلاً؛ ابتدا ورزشکاران گروه B به روی صحنه می آیند و بعد از اتمام رقابت آنها، ورزشکاران گروه A به رقابت می پردازند).

۲۰.۱.۲ ورزشکاران در هر راند از مسابقه، یک فرصت برای لیفت کردن وزنه در اختیار دارند.

۲۰.۱.۳ در طول سه هر راند و همچنین حرکت پاور لیفت، ورزشکار فقط می تواند درخواست بلند کردن وزنه ای را ارائه دهد که مضربی از یک کیلوگرم کامل است (۱kg).

۲۰.۱.۳.۱ اگر ورزشکار در زدن وزنه ناموفق بود و حرکش "No Lift" شد، آنگاه می تواند برای راند بعدی همان وزنه را درخواست دهد.

۲۰.۱.۳.۲ اگر ورزشکار در زدن وزنه موفق عمل کرد و حرکتش "Good Lift" شد، آنگاه برای راند بعدی باید حداقل یک کیلوگرم وزنه درخواستی اش را افزایش دهد.

۲۰.۱.۴ از لحظه ای که نام کامل ورزشکار به زبان انگلیسی اعلام شود، وی ۲ دقیقه زمان دارد تا لیفت خود را آغاز کند (با فرمان سرداور). هرگاه ورزشکار ملزم به لیفت کردن ۲ یا چند وزنه متوالی باشد که یکی پس از دیگری باید آنها را انجام دهد (به دلیل خطا در بارگذاری وزنه ها و یا ثبت رکورد جدید به جز در مواردی که مطابق با قانون ۲۵ خطا رخ داده باشد) آنگاه در این مورد ورزشکار می تواند با در اختیار داشتن ۳ دقیقه حرکت خود را آغاز نماید.

۲۰.۱.۵ ورزشکار می تواند با همراهی یک نفر از مربیان خود به سوی میز پرس بیاید.

۲۰.۱.۶ مربی می تواند برای نشستن و بلند شدن ورزشکار از میز پرس و همچنین در هنگام بستن بند ها، به ورزشکار خود یاری رساند.

۲۰.۱.۷ هنگام لیفت کردن، مربیان باید در محوطه تعیین شده مخصوص مربی قرار بگیرند.

۲۰.۱.۸ در صورت درخواست مربی و تأیید نماینده فنی (TD) در زمان گرم کردن، مربی مجاز به کمک به ورزشکار در برداشتن میله از پایه ها خواهد بود.

۲۰.۱.۹ پس از اتمام هر حرکت و به نمایش در آمدن نتیجه حرکت لیفت بر روی اسکوربورد، ورزشکار و مربی باید در اسرع وقت میز پرس و محوطه اطراف آن را ترک نمایند.

۲۰.۱.۱۰ همه ورزشکاران حاضر در دسته های انفرادی و یا گروهی، بر اساس آن چه که پس از وزن کشی مشخص شده است دور خود را به ترتیب، طبق وزنه های انتخاب شده از سبک ترین به سنگین ترین در هر راند تکمیل می کنند و وزنه ها را لیفت می نمایند. اگر وزنه درخواستی دو یا چند ورزشکار یکسان بود، ورزشکاری که بالاترین شماره قرعه را دارد ابتدا به روی صحنه می آید.

۲۰.۱.۱۱ در صورت توقف موقت مسابقه، دست کم ۳۰ دقیقه زمان گرم کردن به ورزشکاران اختصاص داده می شود و مسابقه و تابلوی امتیازات مانند قبل از توقف ادامه می یابد.

۲۰.۲ سیستم دور (راند) و اعمال تغییرات

۲۰.۲.۱ راند اول

۲۰.۲.۱.۱ آغازین وزنه درخواستی برای حرکت اول که طی فرایند وزن کشی باید درخواست شود، می بایست حداقل ۲۵ کیلوگرم باشد.

۲۰.۲.۱.۲ برای نخستین حرکت؛ ورزشکار/مربی مجاز است تنها یک تغییر داشته باشد که می تواند به این صورت باشد؛

▪ در صورت کاهش نسبت به وزنه ابتدایی، حداکثر می تواند ۱۰ کیلوگرم کمتر باشد (به هیچ عنوان وزنه درخواستی نباید کمتر از ۲۵ کیلوگرم باشد).

▪ در صورت افزایش نسبت به وزنه ابتدایی، حداکثر می تواند ۱۰ کیلوگرم بیشتر باشد.

۲۰.۲.۱.۳ چنانچه ورزشکار در گروه نخست و یا تنها گروه مسابقه حضور داشته باشد، زمان انجام تغییر برای حرکت اول از ۳۰ الی ۵ دقیقه قبل از شروع راند اول مسابقه می باشد.

۲۰.۲.۱.۴ زمان انجام یک تغییر برای گروه های بعدی در همان رویداد و نیز دسته وزنی از ۳۰ الی ۵ دقیقه قبل از شروع راند اول مسابقه گروهشان خواهد بود که موظفند درخواست خود را به مارشال ارائه نمایند.

۲۰.۲.۱.۵ این تغییر باید توسط ورزشکار یا مربی وی در کارت رسمی مسابقه ثبت شود.

۲۰.۲.۱.۶ گروه بندی تنها بر اساس استارت لیستی که در وزن کشی مشخص شده انجام می گیرد. البته ترتیب حضور ورزشکاران هر گروه بر روی استیج بر اساس وزنه های درخواستی جدید که در موعدد مقرر ارائه شده به روز رسانی می شود.

۲۰.۲.۲ راند دوم

۲۰.۲.۲.۱ به مجرد اتمام حرکت نخست و تا یک دقیقه از زمان نمایش نتیجه اعلام شده توسط داور، ورزشکار/مربی فرصت دارد تا وزنه خود را برای راند دوم انتخاب نماید. این انتخاب مربی/ورزشکار باید در میز مارشال صورت گیرد و در کارت رسمی حرکت ورزشکار هم ثبت شود.

۲۰.۲.۲.۲ درخواست وزنه برای حرکت دوم باید صعودی باشد؛ به این معنی که در راند دوم باید وزنه درخواستی نسبت به راند اول افزایش پیدا کند مگر اینکه ورزشکار راند قبلی را با ناکامی ("No Lift") سپری کرده باشد که در این حالت می تواند وزنه مشابهی چون راند اول درخواست دهد. ۲۰.۲.۲.۳ عدم انتخاب وزنه ای متفاوت برای شروع راند دوم در حالی که حرکت قبلی با موفقیت ("Good Lift") به پایان رسیده باشد، سبب خواهد شد به طور خودکار یک کیلوگرم به وزنه درخواستی حرکت اول ورزشکار اضافه شود.

۲۰.۲.۲.۴ عدم انتخاب وزنه ای متفاوت برای شروع راند دوم در حالی که حرکت قبلی با ناکامی ("No Lift") به پایان رسیده باشد، سبب خواهد شد به طور خودکار همان وزنه درخواستی ورزشکار در راند اول برای راند دوم تکرار شود.

۲۰.۲.۳ راند سوم

۲۰.۲.۳.۱ هرگاه ورزشکار دومین حرکت خود را انجام داد یک دقیقه از زمان اعلام تصمیم نهایی داور فرصت برای ارائه درخواست وزنه حرکت سوم خود به مارشال دارد. این انتخاب باید توسط مربی/ورزشکار صورت پذیرد و در کارت ورزشکار ثبت شود.

۲۰.۲.۳.۲ درخواست وزنه برای حرکت سوم باید صعودی باشد؛ به این معنی که در راند سوم باید وزنه درخواستی نسبت به راند دوم افزایش پیدا کند مگر اینکه ورزشکار راند قبلی را با ناکامی ("No Lift") سپری کرده باشد که در این حالت می تواند وزنه مشابهی چون راند دوم درخواست دهد. ۲۰.۲.۳.۳ هر گونه قصور در انتخاب وزنه در خلال زمان قانونی یک دقیقه ای برای راند ۳؛ موجب می شود چنانچه حرکت قبلی درست باشد ("Good Lift")، بطور خودکار یک کیلوگرم به وزنه انتخابی ورزشکار در راند دوم افزوده شود.

۲۰.۲.۳.۴ هر گونه قصور در انتخاب وزنه در خلال زمان قانونی یک دقیقه ای برای راند ۳؛ موجب می شود چنانچه حرکت قبلی خطا باشد ("No Lift")، به طور خودکار همان وزنه درخواستی ورزشکار در راند دوم برای راند سوم تکرار شود.

۲۰.۲.۳.۵ دو درخواست تغییر وزنه تنها در شرایط زیر اعمال می شود:

a. اگر گوینده سالن، نام کامل ورزشکار را به زبان انگلیسی قرائت نکرده باشد؛ یا

b. آنگاه که وزنه برابر با وزنه لیفت شده (اعم از صحیح / ناصحیح) توسط ورزشکار دیگری در راند سوم نباشد که بر اساس قرعه، حرکت خود را جلوتر انجام داده است.

c. تغییر مورد نظر از وزنه درخواستی آغازین در حرکت دوم (راند دوم) کمتر نباشد.

d. افزایشی _ بدون محدودیت.

۲۰.۲.۴ در هر زمانی از مسابقه، درخواست تغییر ارتفاع میله باید تنها به مارشال ارائه گردد.

۲۱ رقابت های تیمی و میکس تیمی

۲۱.۱ فرایند رقابت های تیمی و میکس تیمی

۲۱.۱.۱ مسابقات پس از گرم کردن و بر اساس زمانی که در جدول مسابقات درج شده با رعایت ترتیب نزولی آغاز می شود.

۲۱.۱.۲ مسابقات متشکل از سه مرحله می باشد:

۲۱.۱.۲.۱ مرحله مقدماتی (Heats)

۲۱.۱.۲.۲ رودرو/حذفی (Head-to-Head)

۲۱.۱.۲.۳ دیدار نهایی و رده بندی (Bronze and Gold Matches)

۲۱.۱.۳ چنانچه تنها دو تیم حضور داشته باشد، آنگاه رقابت آن دو تیم برای کسب مدال طلا برگزار می شود.

۲۱.۱.۴ چنانچه تنها سه تیم حضور داشته باشد، آنگاه تیم ها در مرحله مقدماتی رقابت می کنند تا دو تیم برتر مشخص شده و برای کسب مدال طلا مسابقه دهند.

۲۱.۱.۵ در صورتی که چهار تیم در مسابقات حضور دارد، تیم ها به صورت رودرو (Head-to-Head Matches) به مصاف یکدیگر می روند که انتخاب تیمها بطور تصادفی انجام می شود (قرعه کشی توسط کامپیوتر). برنده هر مسابقه به دیدار نهایی صعود می کند و تیم های بازنده خودشان را برای دیدار رده بندی آماده می کنند.

۲۱.۱.۶ چنانچه مرحله مقدماتی با حضور شش تیم یا بیش از آن برگزار شود، تعداد گروه ها و نحوه صعود ۴ تیم مرحله حذفی در جریان جلسه فنی تأیید می شود.

۲۱.۱.۷ زمانی که چهار تیم حاضر در مرحله حذفی (رودرو) مشخص شدند، کامپیوتر قرعه کشی دو بازی این مرحله را بر روی اسکوربرد انجام می دهد (A&B). در این مرحله بازی نخست را تیمی انجام می دهد که شماره قرعه بالا تری داشته باشد (بازی B) و متعاقب آن بازی بعدی صورت می پذیرد (بازی A).

۲۱.۱.۸ در جریان دیدارهای رودرو (Head-to-Head Matches)، برنده هر مسابقه (مسابقه B و مسابقه A) به دیدار نهایی صعود می کند و تیم های بازنده خودشان را برای دیدار رده بندی آماده می کنند.

۲۱.۱.۹ در هر مرحله، تیم ها یک تلاش برای لیفت در سه راند مجزا خواهند داشت. هر ورزشکار یک بار در راندی که توسط مربی تیمشان مشخص شده است، لیفت خواهد کرد.

- ۲۱.۱.۱۰ پس از اتمام رقابت های مقدماتی و دور حذفی، تیم ها حداکثر پنج دقیقه زمان دارند تا ترتیب ورزشکاران، وزنه درخواستی و ارتفاع میله را فقط برای نخستین ورزشکار اعلام نمایند. عدم انتخاب ترتیب ورزشکاران، منجر به انتخاب تصادفی ورزشکاران بوسیله کامپیوتر می شود.
- ۲۱.۱.۱۱ تنها امکان درخواست وزنه ای که مضرب یک کیلوگرم می باشد، در تمام ۳ حرکت ورزشکار مجاز خواهد بود. عدم انتخاب وزنه آغازین برای راند اول در بازه زمانی تخصیص یافته به تیم ها، منجر به انتخاب خودکار وزنه ای برابر با وزن میله و قفل میله (۲۵ کیلو گرم) می شود.
- ۲۱.۱.۱۲ در هر راند، از لحظه ای که نام کامل ورزشکار به زبان انگلیسی اعلام شود، وی ۲ دقیقه زمان دارد تا فرمان شروع (start command) را دریافت کند.
- ۲۱.۱.۱۳ ورزشکار می تواند با همراهی یک نفر از مربیان خود به سوی میز پرس بیاید.
- ۲۱.۱.۱۴ مربی می تواند برای نشستن و بلند شدن ورزشکار از میز پرس و همچنین در هنگام بستن بند ها، به ورزشکار خود یاری رساند.
- ۲۱.۱.۱۵ در صورت درخواست مربی و تأیید نماینده فنی (TD) در زمان گرم کردن، مربی مجاز به کمک به ورزشکار در برداشتن میله از پایه ها خواهد بود. هنگام لیفت کردن، مربیان باید در محوطه تعیین شده مخصوص مربی قرار بگیرند.
- ۲۱.۱.۱۶ پس از اتمام هر حرکت و به نمایش در آمدن نتیجه حرکت لیفت بر روی اسکوربورد، ورزشکار و مربی باید در اسرع وقت میز پرس و محوطه اطراف آن را ترک نمایند.
- ۲۱.۱.۱۷ ورزشکاران دور خود را به ترتیب، طبق وزنه های انتخاب شده از سبک ترین به سنگین ترین در هر راند تکمیل می کنند و وزنه ها را لیفت می نمایند. اگر وزنه درخواستی دو یا چند ورزشکار یکسان بود، ورزشکاری که بالاترین شماره قرعه را دارد ابتدا به روی صحنه می آید.

۲۲ فرمان های سرداور

۲۲.۱ فرمان شروع

- ۲۲.۱.۱ سرداور پس از اطمینان از حصول شرایط لازم و وضعیت بدن ورزشکار، در زمان مجاز ۲ دقیقه ای فرمان "استارت" را با پایین آوردن دست خود که بطور کشیده و ممتد قرار گرفته همراه با صدایی رسا و قابل شنیدن، به نشانه آغاز حرکت صادر می کند.
- ۲۲.۱.۲ صدور فرمان شروع مادامی که یک یا چند مورد خطا در موقعیت بدن ورزشکار مشاهده شود، نادرست بوده و نباید رخ دهد. چنانچه هر یک از داوران کناری موقعیت بدن ورزشکار در زمان استارت را قبل از صدور فرمان سرداور خطا یافتند، باید فوراً دست خود را به نشانه توجه به این خطای بالقوه بلند نمایند.

۲۲.۲ Rack فرمان

- ۲۲.۲.۱ چنانچه سرداور حرکت ورزشکار که میله را به کنترل خود در آورده و حالت دستهایش کاملاً صاف و آرنجها قفل هستند را کامل یافت فرمان Rack را صادر می نماید یا در مواردی که کنترل و توانایی لازم در لیفت کردن وجود ندارد برای ایمنی ورزشکار، با صدایی رسا و حرکت رو به عقب دستهای کشیده شده خود این فرمان را می دهد تا صفحه گذاران بلافاصله میله را کنترل نمایند.

۲۳ لیفت کردن

۲۳.۱ اجرای لیفت خوب

۲۳.۱.۱ زمانی که ورزشکار حرکت لیفت خود را با رعایت موقعیت های زیر به درستی انجام دهد، هر سه داور این حرکت را قبول می کنند و “Good Lift” می دهند:

۲۳.۱.۱.۱ موقعیت بدن (فیروزه ای)

- (a) ورزشکار بر روی میز پرس به پشت می خوابد و در موقعیت لیفت کردن قرار می گیرد.
- (b) شانه ها، باسن و پاها (باید تا حد امکان بطور کامل کشیده شده باشند)، مچ پاها (در صورت امکان) همواره باید در طول زمان حرکت لیفت با میز در تماس باشد. مادامی که موقعیت شروع حرکت ورزشکار تغییر نکند، تکان خوردن یا لیز خوردن بر روی میز مانعی ندارد.
- (c) بستن بند ورزشکار بر روی میز پرس، مطابق قانون ۱۶.۹ خواهد بود که در بخش البسه و تجهیزات ورزشکار آمده است.
- (d) در طول انجام حرکت، ورزشکار باید همواره انگشتان خود را به منظور رعایت شرایط ایمنی به دور میله قفل کند. گرفتن معکوس در پرس مجاز نیست.
- (e) فاصله دستان ورزشکار از انگشتان سیابه، همانطور که بر روی میله علامت گذاری شده است نباید از ۸۱ سانتی متر بیشتر شود.
- (f) میله در حالت آرنج ممتد قفل شده تحت کنترل در می آید (شرایط پزشکی ورزشکار در این بخش مورد توجه قرار خواهد گرفت).
- (g) حرکت ورزشکار می بایست پس از دریافت فرمان شروع از سوی سرداور آغاز شود..

۲۳.۱.۱.۲ موقعیت پایین آوردن / حرکت رو به پایین (آبی)

- (a) حرکت رو به پایین میله، کنترل شده باشد (مثلاً: نیفتاد یا به سینه ضربه نزند)

۲۳.۱.۱.۳ موقعیت مکث در ناحیه سینه (نارنجی)

- (a) میله روی سینه متوقف شده است و قبل از اینکه به سمت بالا پرس شود، در سینه فرو نمی رود..

۲۳.۱.۱.۴ موقعیت پرس _ حرکت به سمت بالا (بنفش)

- (a) بالا رفتن و اجرای حرکت لیفت نباید با کمک غیر طبیعی بخشهای مختلف بدن روی دهد (مثل فشار دادن یا هل دادن میله با استفاده از شانه برای جلو راندن میله به سمت بالا).
- (b) در حرکت رو به بالا، میله باید به سمت بالا لیفت شود.
- (c) هنگامی که میله به سمت بالا لیفت می شود، دست ها باید به شکل برابر باز و در یک زمان قفل شوند.
- (d) پس از صدور فرمان Rack از جانب سرداور، ورزشکار می تواند میله را بر روی پایه ها قرار دهد.

هر گونه استثنا برای انواع معلولیتها و/یا شرایط سلامتی باید در کلاسبندی ذکر شود. اعمال تغییر در نوع معلولیت باید طبق قوانین و مقررات کلاسبندی از طریق درخواست بررسی پزشکی به روز شود.

*** هنگامی که سیستم توقف میله (BSS) مورد استفاده قرار می گیرد، یک سیگنال صوتی تولید می کند که تأیید می کند میله روی سینه متوقف شده است.

۲۳.۲ حرکت خطا

۲۳.۲.۱ چنانچه ورزشکاران روند قانونی و فنی اجرای حرکت را در یکی از موقعیت های زیر رعایت نکند (آنچه بالا در بند ۲۳.۱ توضیح داده شد)، سه داور لیفت ورزشکار را قبول نخواهند کرد و "No Lift" می دهند:

۲۳.۲.۱.۱ موقعیت بدن (فیروزه ای)

- (a) چنانچه ورزشکار به پشت بر روی میز پرس دراز نکشد و موقعیت استارت وی در کل مدت لیفت وزنه به همان شکل حفظ نشود.
- (b) چنانچه شانه ها، باسن، پاها و مچ (در صورت امکان) حین لیفت شدن وزنه، بر روی میز باقی نمانند یا آن را لمس نکنند.
- (c) زمانی که بستن بند ورزشکار مطابق قانون ۱۶.۹ که به لباس و تجهیزات ورزشکار مرتبط است صورت نگرفته باشد.
- (d) چنانچه انگشتان ورزشکار بطور محکم و امن دور میله گره نخورده باشد.
- (e) اگر ورزشکار در حرکت پرس سینه، انگشتان خود را به صورت معکوس دور میله بپیچد.
- (f) چنانچه فاصله بین دستان ورزشکار بیش از ۸۱ سانتی متر باشد که بر روی میله علامت گذاری شده است.
- (g) چنانچه به دلیل شرایط ویژه پزشکی میله در حالت آرنج ممتد قفل شده تحت کنترل نباشد.
- (h) چنانچه ورزشکار قبل از دریافت فرمان شروع از سوی سرداور، حرکت خود را آغاز کند.
- (i) چنانچه در بازه زمانی تعیین شده (۲ دقیقه) ورزشکار حرکت لیفت خود را انجام ندهد.
- (j) هر گاه ورزشکار، فرمان شروع را در بازه زمانی مجاز برای انجام لیفت دریافت نکند.

۲۳.۲.۱.۲ موقعیت پایین آوردن / حرکت رو به پایین (آبی)

- (a) چنانچه میله در وضعیت کنترل نشده ای، به سمت پایین حرکت کند (مثلاً؛ افتادن میله ؛ برخورد به سینه).

۲۳.۲.۱.۳ موقعیت توقف در ناحیه سینه (نارنجی)

- (a) چنانچه میله بر روی قفسه سینه توقف ننماید.
- (b) هرگاه میله بر روی قفسه سینه توقف نماید و پیش از پرس به سمت بالا به میانه قفسه سینه فرو رود.

*** هنگامی که سیستم توقف میله (BSS) مورد استفاده قرار می‌گیرد، اگر سیگنال صوتی تولید نشود، تأیید می‌شود که میله روی سینه متوقف نشده است.

** هنگامی که سیستم توقف میله (BSS) مورد استفاده قرار می‌گیرد، یک سیگنال صوتی تولید می‌کند که تأیید می‌کند میله روی سینه متوقف شده است.

۲۳.۲.۱.۴ موقعیت پرس _ حرکت به سمت بالا (بنفش)

- (a) زمانی که ورزشکار موفق به پرس کردن میله نشود.
- (b) هرگاه میله با کمک غیر طبیعی بخشهای مختلفی از بدن لیفت شود (برای مثال فشار دادن یا هل دادن میله، با استفاده از شانه برای جلو راندن میله به سمت بالا).
- (c) هر گاه در حرکت رو به بالا، میله به سمت بالا لیفت نشود و حرکت لیفت به خود نگیرد.
- (d) چنانچه میله به شکل موازی لیفت نشود و دست‌ها به شکل برابر و در یک زمان قفل نشود.
- (e) زمانی که ورزشکار پیش از صدور فرمان Rack از جانب سرداور، میله را بر روی پایه‌ها قرار دهد.
- (f) چنانچه در طول حرکت لیفت، میله با پایه (Rack) برخورد نماید (حتی اگر غیر عمد باشد).

۲۳.۲.۱.۵ چنانچه تلاش ورزشکار برای لیفت ناموفق تشخیص داده شود (به عنوان مثال؛ ورزشکار مصدوم باشد یا به طور نا ایمنی برای لیفت کردن وزنه تلاش می‌کند) و سرداور فرمان Rack را صادر نماید.

۲۳.۳ تصمیم‌گیری در خصوص لیفت

- ۲۳.۳.۱ زمانی که میله بر روی پایه‌ها قرار گرفت، ۳ داور تصمیمشان را با فشردن دکمه چراغ‌ها و یا پرچم‌ها نشان خواهند داد.
- ۲۳.۳.۱.۱ دو پرچم / چراغ سفید مشخص می‌کند که لیفت ورزشکار صحیح بوده است ("Good Lift").
- ۲۳.۳.۱.۲ دو چراغ / پرچم قرمز مشخص می‌کند که لیفت ورزشکار خطا بوده است ("No Lift"). از طریق T&S (سیستم ثبت زمان و امتیاز) و با فشردن یک یا حداکثر ۴ رنگ فیروزه‌ای، آبی، نارنجی و بنفش موجود در این سیستم می‌توان نوع خطای رخ داده را به نمایش در آورد.

۲۴ اعتراض

۲۴.۱ توضیحات

۲۴.۱.۱ در مسابقات قهرمانی WPO و مسابقات مورد تأیید پارا وزنه برداری که سیستم LiftVRS (سیستم پخش مجدد ویدئویی لیفت) در دسترس باشد، این فرصت برای ورزشکار محفوظ است تا تنها نسبت به نظر نهایی داوران ("No Lift") در مورد حرکت خود اعتراض نمایند.

۲۴.۱.۲ اعتراض تنها زمانی مد نظر قرار خواهد گرفت که کارت اعتراض نهایتاً تا یک دقیقه پس از اعلام رای داور در خصوص نتیجه عملکرد ورزشکار، به مسئول قرائت کارت اعتراض ارائه شود. (قرار دادن کارت اعتراض بر روی دستگاه مربوطه).

۲۴.۱.۳ کارت اعتراض فنی را می توان در ازای مبلغ ۱۰۰ یورو در جریان جلسه فنی خریداری نمود. مبلغ به شکل نقدی و در زمان درخواست کارت اعتراض فنی باید پرداخت شود.

۲۴.۱.۴ کارتهای اعتراض فنی خریداری شده توسط ورزشکار یا مربی باید قبل از پایان آن مسابقه به مدیریت WPPO مسترد شود تا مبالغ به طور کامل به آنها بازگردانده شود. چنانچه کارت اعتراض در این بازه زمانی عودت داده نشود، آن ورزشکار یا مربی دیگر واجد شرایط بازپرداخت مبلغ ۱۰۰ یورو نخواهد بود.

۲۴.۱.۵ پس از ارائه کارت اعتراض، درخواست انتخاب حرکت بعدی باید حداکثر ظرف یک دقیقه پس از اعلام نتیجه اعتراض صورت پذیرد. این انتخاب می بایست توسط ورزشکار یا مربی وی بر روی کارت رسمی مسابقه ثبت گردد.

۲۴.۱.۶ اعتراض می تواند در یکی از قالب های زیر، بنا به صلاحدید WPPO انجام شود:

۲۴.۱.۷ فرمت بررسی اعتراض از سوی ژوری (VRS Challenge Format)

۲۴.۱.۷.۱ هر یک از اعضای هیئت ژوری بلافاصله و به صورت آنی از یک زاویه که با موقعیت داور مطابقت دارد باید حرکت لیفت ورزشکار را از طریق LiftVRS (سیستم پخش مجدد ویدئویی لیفت) مشاهده کرده و نسبت به آن قضاوت می نمایند.

۲۴.۱.۷.۲ فقط زمانی که اعتراض ارائه شد، ژوری ۱ فوراً تصمیمات هر یک از اعضای ژوری (۱، ۲ and ۳) را کنترل می نماید. این کار بدون نیاز به متوقف کردن مسابقه صورت می گیرد و نتیجه به طور خودکار روی تابلو نمایش داده می شود که به یکی از این نتایج ختم می شود:

(a) **قبول اعتراض:** برای آنکه اعتراض مورد قبول واقع شود هر سه عضو ژوری باید حرکت را صحیح اعلام نمایند. در این حالت؛ نظر و رأی داوران بازگردانده ("Good Lift") و نتیجه و رنکینگ اصلاح می شود. همچنین کارت و هزینه اعتراض نیز عودت داده می شود.

(b) **عدم پذیرش اعتراض:** چنانچه حداقل یک نفر از اعضای ژوری اعتراض را وارد ندانسته و حرکت ورزشکار را خطا بداند، آنگاه اعتراض رد می شود ("No Lift"). در این حالت کارت اعتراض و مبلغ دریافتی در اختیار مدیریت فنی پارا وزنه برداری قرار می گیرد.

۲۴.۱.۸ فرمت بررسی اعتراض از سوی داور (Referee Challenge Format)

۲۴.۱.۸.۱ هر داورى که حرکت ورزشکار را خطا دانسته و "No Lift" داده است، بلادرنگ با استفاده از سیستم LiftVRS (سیستم پخش

مجدد ویدئویی لیفت) آن حرکت را یکبار دیگر از زاویه خود مشاهده می نماید تا بتواند تصمیم گیری کنند (تنها می تواند در مورد همان موقعیت خطایی که ابتدا اعلام داشته اند تغییر نظر دهد).

۲۴.۱.۸.۲ فقط زمانی که اعتراض ارائه شد، مسابقه متوقف می گردد تا داوران صحنه را بررسی نمایند و نتیجه به طور خودکار روی تابلو نمایش داده می شود که به یکی از این نتایج ختم می شود:

(a) **قبول اعتراض:** برای آنکه اعتراض مورد قبول واقع شود هر سه داور باید حرکت را صحیح اعلام نمایند. در این حالت؛ نتیجه و رأی داوران بازگردانده ("Good Lift") و نتیجه و رنکینگ اصلاح می شود. همچنین کارت و هزینه اعتراض نیز عودت داده می شود.

(b) **عدم پذیرش اعتراض:** چنانچه حداقل یک نفر از داوران اعتراض را وارد ندانسته و حرکت ورزشکار را خطا بداند، آنگاه اعتراض رد می شود ("No Lift"). در این حالت کارت اعتراض و مبلغ دریافتی در اختیار مدیریت فنی پارا وزنه برداری قرار می گیرد.

۲۴.۱.۹ گوینده سالن نتیجه اعتراض را اعلام خواهد کرد.

۲۴.۱.۱۰ نتیجه فرایند اعتراض که اعلام می شود، به عنوان نتیجه نهایی نتیجه تلقی خواهد شد و امکان اعتراض و تجدید نظر نسبت به آن وجود ندارد.

۲۴.۱.۱۱ چنانچه سیستم LiftVRS (سیستم پخش مجدد ویدئویی لیفت) با مشکل فنی مواجه شود، ژوری ۱ و سرداور، مراتب را به اطلاع ورزشکار و مربی می رسانند و مادامی که مشکل برطرف نشود باید مسابقه را بدون اعتراض ادامه داد. هر گاه مشکل رفع شد این موضوع به ورزشکاران اعلام می شود و از آن زمان به بعد ارائه اعتراض به تصمیمات داوری مجاز خواهد بود.

۲۵ خطا در محوطه مسابقه (FOP)

۲۵.۱ شرح خطاهایی که در محوطه مسابقه (FOP) رخ می دهد

۲۵.۱.۱ در طول مسابقه ممکن است هر یک از خطاهای زیر از سوی ورزشکار، مربی، داوران، ژوری، مارشال یا نماینده فنی، تنها در رابطه با حرکت فعلی ورزشکار، قبل و یا بعد از انجام حرکت ورزشکار رخ دهد (در بازه های زمانی تعیین شده در این قانون):

۲۵.۱.۱.۱ **اشتباه در بارگذاری میله:** زمانی که وزنه ای که بر روی میله بارگذاری شده است با میزان وزنه درخواستی که مربی/ورزشکار پس از امضا آن را به مارشال تحویل داده است تطابق ندارد.

۲۵.۱.۱.۲ **ارتفاع نادرست پایه:** زمانی که ارتفاع پایه نادرست باشد و با ارتفاع درخواستی که ورزشکار پس از امضا آن را به مارشال تحویل داده است تطابق ندارد.

۲۵.۱.۱.۳ **اشتباه از سوی گوینده سالن:** چنانچه مسئول اعلام کننده در وزنه درخواستی و یا ارتفاع پایه خطا نماید و خطای وی منجر به اشتباه در بارگذاری شود.

۲۵.۱.۱.۴ **اشتباه وقت نگه دار:** زمانی که گوینده سالن پس از اعلام نام ورزشکار، زمان ۲ دقیقه را خیلی زود یا خیلی دیر آغاز می کند.

۲۵.۱.۱.۵ **خطای صفحه گزاران:** زمانی که اسپاتر ها (صفحه گزاران) بدون دریافت دستوری از جانب داور با میله در هنگام لیفت شدن برخورد داشته باشند.

۲۵.۱.۱.۶ **خطای مارشال الکترونیک:** بارگذاری نادرست وزنه ها بر روی میله، خطا در ارتفاع پایه و/یا ثبت نادرست حرکت درخواستی ورزشکار

۲۵.۱.۱.۷ **خطای تجهیزات:** چنانچه میز پرس، میله، دیسک ها، قفل میله و/یا بندها دچار آسیب شده باشند.

۲۵.۱.۲ به منظور اعلام یک اشتباه پیش از انجام حرکت ورزشکار؛ باید داوران، ورزشکار و/یا مربی قبل از صدور فرمان "شروع"؛ سرداور را از موضوع مطلع سازند. آنگاه در صورت تصمیم سرداور، زمان مسابقه جهت بررسی مشکل پیش آمده متوقف خواهد شد که ممکن است به روی دادن یکی از موارد زیر بیانجامد:

۲۵.۱.۲.۱ چنانچه بر اساس صلاحدید سرداور، مورد خاصی تشخیص داده نشود، زمان بازی و حرکات ورزشکاران باید به شکل طبیعی ادامه پیدا کند.

۲۵.۱.۲.۲ چنانچه بر اساس صلاحدید سرداور، مورد خاصی تشخیص داده شود، از مربی و ورزشکار درخواست می شود تا جهت برطرف کردن خطا، بلافاصله میز پرس را ترک کنند. پس از رفع مشکل، زمان ورزشکار بر روی ۲ دقیقه تنظیم می شود تا ورزشکار وزنه خود را لیفت کند. در این فاصله ورزشکار نباید صحنه را ترک کند.

۲۵.۱.۳ به منظور اعلام یک اشتباه پس از انجام حرکت ورزشکار (که قبلاً مشاهده یا مطرح نشده است)؛ باید داوران، ورزشکار و/یا مربی پیش از اینکه ورزشکار سکوی کنار میز پرس را ترک کند سرداور را از موضوع مطلع سازند. آنگاه بر اساس تصمیم سرداور، ممکن است یکی از موارد زیر رخ دهد:

۲۵.۱.۳.۱ چنانچه بر اساس صلاحدید سرداور، مورد خاصی تشخیص داده نشود، تصمیم اتخاذ شده به قوت خود باقی می ماند.

۲۵.۱.۳.۲ چنانچه بر اساس صلاحدید سرداور، مورد خاصی تشخیص داده شود و حرکت لیفت ورزشکار نیز چراغ قرمز داوران را در پی داشته ("No Lift")، از مربی و ورزشکار درخواست می شود تا جهت برطرف کردن خطا، بلافاصله محوطه مسابقه را ترک کنند. پس از رفع مشکل، زمان بر روی ۳ دقیقه تنظیم می شود تا ورزشکار بلافاصله بر روی صحنه آمده تا وزنه خود را مجدداً لیفت کند.

۲۵.۱.۳.۳ چنانچه سرداور تشخیص دهد وزنه سبک تر از آن چیزی بوده که درخواست شده و حرکت لیفت ورزشکار نیز چراغ سفید داوران را در پی داشته ("Good Lift")، وزنه درخواست شده اصلی که سنگین تر است به نام ورزشکار ثبت می شود.

۲۵.۱.۳.۴ چنانچه سرداور تشخیص دهد وزنه سنگین تر از آن چیزی بوده که درخواست شده و حرکت لیفت ورزشکار نیز چراغ سفید داوران را در پی داشته ("Good Lift")، وزنه سنگین تر به نام ورزشکار ثبت می شود و دیگر ورزشکاران می بایست حرکات خود را مطابق وزنه درخواستی شان ادامه دهند

۲۶ رکورد

۲۶.۱ توضیحات رکورد

۲۶.۱.۱ در خلال تمامی مسابقات تحت پوشش WPPO به استثنای مسابقات هیبریدی / ترکیبی و مسابقات مصوب پارا وزنه برداری در بخش انفرادی ورزشکاران در بخش انفرادی می توانند برای ثبت رکورد تلاش نمایند، مشروط بر رعایت الزامات مبارزه با دوپینگ مندرج در مقررات ۴. ۲۶.۱.۲ چنانچه تلاش برای شکستن رکورد موفقیت آمیز باشد ("Good Lift")، این رکورد بعنوان یک رکورد جدید ثبت خواهد شد.

۲۶.۱.۳ به محض به ثبت رسیدن رکورد جدید، هر ورزشکاری که تمایل به تلاش برای شکستن رکورد داشته باشد، می‌بایست رکورد پیشین را دست‌کم به میزان یک کیلوگرم افزایش دهد.

۲۶.۱.۴ هنگامی که ورزشکار قصد ثبت رکوردشکنی را دارد، حضور حداکثر یک داور هم‌وطن ورزشکار بر روی صحنه و همچنین حضور حداکثر یک عضو هم‌وطن از هیئت ژوری مجاز خواهد بود.

۲۶.۱.۵ پارا وزنه برداری جهانی رکوردهای جهانی، منطقه ای و مسابقات مختلف در تمامی گروه‌های سنی (مطابق جدول زیر) و در هر دو جنسیت را به رسمیت می‌شناسد.

۲۶.۱.۶ ورزشکار تنها در مسابقات مندرج در فهرست ذیل مجاز به درخواست ثبت رکورد جدید در بین سه حرکت خود خواهد بود:

نوع مسابقه	نوع رکورد مورد قبول مشروط بر ثبت رکورد طی ۳ حرکت
بازی های پارالمپیک	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد جهانی نوجوانان - رکورد جهانی جوانان - رکورد جهانی پیشکسوتان - رکورد پارالمپیک - کلیه رکوردهای منطقه ای
مسابقات قهرمانی جهان	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد جهانی پیشکسوتان - کلیه رکوردهای منطقه ای بزرگسالان - کلیه رکوردهای منطقه ای پیشکسوتان
مسابقات قهرمانی جهان نوجوانان و جوانان	- رکورد جهانی نوجوانان - رکورد جهانی جوانان - کلیه رکوردهای منطقه ای نوجوانان - کلیه رکوردهای منطقه ای جوانان
مسابقات قهرمانی منطقه ای	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد جهانی نوجوانان و جوانان - رکورد جهانی پیشکسوتان - رکوردهای منطقه ای بزرگسالان - کلیه رکوردهای منطقه ای نوجوانان و جوانان - کلیه رکوردهای منطقه ای پیشکسوتان
جام های جهانی	- رکورد جهانی نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان - رکوردهای منطقه ای نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان
بازی های پاراپان آمریکا	رکورد جهانی بزرگسالان

▪ رکورد منطقه ای بزرگسالان آمریکا ▪ رکورد بازی های پاراپان آمریکا	
▪ رکورد جهانی بزرگسالان ▪ رکورد منطقه ای بزرگسالان آسیا ▪ رکورد بازی های پارا آسیایی	بازی های پارا آسیایی
▪ رکورد جهانی بزرگسالان ▪ رکوردهای منطقه ای بزرگسالان ▪ رکورد بازی های مشترک المنافع	بازی های مشترک المنافع
▪ رکورد جهانی بزرگسالان ▪ رکوردهای منطقه ای بزرگسالان ▪ رکورد بازی های کشورهای اسلامی	بازی های کشورهای اسلامی
▪ رکورد جهانی بزرگسالان ▪ رکورد جهانی نوجوانان و جوانان ▪ رکورد جهانی پیشکسوتان ▪ رکوردهای منطقه ای مربوطه در رده نوجوانان و جوانان ▪ رکوردهای منطقه ای بزرگسالان مربوطه ▪ رکورد منطقه ای پیشکسوتان	خرده بازی های منطقه ای (زیر گروه)
▪ رکورد جهانی نوجوانان و جوانان ▪ رکوردهای منطقه ای مربوطه در رده نوجوانان و جوانان	بازی های پارا جوانان
هیچکدام	مسابقات هیبریدی / ترکیبی / ترکیبی
هیچکدام	ملی / دعوتی / بین المللی

توجه: رکورد منطقه ای تنها در صورتی معتبر شناخته می شود که ورزشکار با همان حرکت لیفت، موفق به شکستن رکورد جهانی مربوطه نیز شده باشد.

۲۷ حرکت چهارم/حرکت قدرتی (Power Lift)

۲۷.۱ توضیحات حرکت چهارم/حرکت قدرتی (Power Lift)

۲۷.۱.۱ با رعایت مفاد ماده ۲۷.۱.۴، ورزشکاران شرکت کننده در بخش انفرادی، در صورت انجام تست دوپینگ در آن مسابقات، مجاز به انجام

یک تلاش چهارم (حرکت چهارم موسوم به Power Lift در) به منظور شکستن رکورد خواهند بود.

۲۷.۱.۲ حرکت چهارم موسوم به Power Lift پس از راند سوم انجام خواهد شد.

۲۷.۱.۳ پس از اعلام نتیجه از سوی داوران در خصوص حرکت سوم، مربی و/یا ورزشکار یک دقیقه زمان دارد تا درخواست خود برای حرکت قدرتی

را به مارشال ارائه دهد. حرکت قدرتی تنها زمانی مجاز است که موارد زیر رعایت شده باشد:

۲۷.۱.۳.۱ چنانچه حرکت سوم ورزشکار لیفت صحیح تلقی شده (Good Lift) و وزنه مهار شده در محدوده ده کیلوگرمی رکورد واجد شرایط فعلی که ورزشکار در صدد شکستن آن است، قرار داشته باشد.

۲۷.۱.۳.۲ اگر درخواست حرکت سوم، حمله به سوی یک رکورد جدید باشد و ورزشکار موفق به لیفت کردن آن شود و علامت Good Lift از سوی داوران داده شود.

۲۷.۱.۴ حرکت قدرتی تنها برای شکستن رکوردهای مختلفی که در جدول زیر آمده، امکان پذیر می باشد :

نوع مسابقه	انواع رکوردهایی که در آن ثبت حرکت قدرتی (Power Lift) مجاز است
بازی های پارالمپیک	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد پارالمپیک
مسابقات قهرمانی جهان	رکورد جهانی بزرگسالان و رکورد جهانی پیشکسوتان
مسابقات قهرمانی جهان نوجوانان و جوانان	رکورد جهانی نوجوانان و جوانان
مسابقات قهرمانی منطقه ای	- تنها ورزشکاران آن منطقه مجاز به ثبت رکورد با استفاده از حرکت قدرتی هستند - رکورد جهانی نوجوانان و جوانان - رکورد جهانی بزرگسالان و پیشکسوتان - رکورد منطقه ای نوجوانان و جوانان - رکورد منطقه ای بزرگسالان و پیشکسوتان
جام های جهانی	- رکورد جهانی بزرگسالان و رکورد جهانی پیشکسوتان - رکورد جهانی نوجوانان و جوانان
بازی های پاراپان آمریکا	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد منطقه ای بزرگسالان آمریکا - رکورد بازی های پاراپان آمریکا
بازی های پارا آسیایی	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد منطقه ای بزرگسالان آسیا - رکورد بازی های پارا آسیایی
بازی های مشترک المنافع	هیچکدام
بازی های کشورهای اسلامی	هیچکدام
خرده بازی های پارا منطقه ای (زیر گروه)	- رکورد جهانی بزرگسالان - رکورد منطقه ای بزرگسالان
بازی های پارا جوانان	رکورد جهانی نوجوانان و جوانان
مسابقات هیبریدی / ترکیبی	هیچکدام
ملی / دعوتی / بین المللی	هیچکدام

توجه: رکورد منطقه‌ای بزرگسالان تنها در صورتی به رسمیت شناخته خواهد شد که ورزشکار با همان حرکت لیفت، رکورد جهانی بزرگسالان را نیز شکسته باشد.

۲۸ نتایج

۲۸.۱ مسابقه انفرادی

۲۸.۱.۱ بهترین حرکت (Best lift): نتیجه نهایی انفرادی هر یک از ورزشکاران بر مبنای سنگین ترین حرکت موفق ("Good Lift") در

طی ۳ راند به علاوه حرکت قدرتی و بر اساس ترتیب نزولی محاسبه خواهد شد (به عنوان مثال، ورزشکاری که سنگین ترین وزنه را لیفت کرده رنکینگ اول و رتبه نخست را کسب می نماید).

۲۸.۱.۲ بهترین حرکت با احتساب نمره CF: نتیجه نهایی از مجموع حرکات موفق ("Good Lifts") هر ورزشکار در طی ۳ راند به علاوه حرکت قدرتی با استفاده از نمره CF محاسبه می گردد و ترتیب آن نیز نزولی خواهد بود (به عنوان مثال، ورزشکاری که سنگین ترین وزنه را لیفت کرده رنکینگ اول و رتبه نخست را کسب می نماید).

۲۸.۱.۳ رفع تساوی (با احتساب بهترین حرکت): هر گاه بهترین حرکت (Best lift) دو یا چند ورزشکار برابر بود، ورزشکاری که ابتدا موفق به ثبت آن حرکت شده و زودتر از سایرین حرکت موفق ("Good Lift") خود را انجام داده رتبه بالاتر را کسب می نماید. چنانچه این تساوی در گروه های متفاوت جاری بود، ورزشکاری که گروه وی زودتر بر روی صحنه آمده در جایگاه بالاتر قرار می گیرد.

۲۸.۱.۴ مجموع (Total lift): نتیجه نهایی انفرادی هر یک از ورزشکاران بر مبنای مجموع حرکت های موفق ("Good Lift") در طی ۳ راند و بر اساس ترتیب نزولی محاسبه خواهد بود (مثلاً؛ سنگین ترین "مجموع" رنکینگ اول و رتبه نخست را کسب می نماید). در تمامی مسابقات تحت پوشش به جز بازی ها، مدال مجموع معتبر شمرده می شود.

۲۸.۱.۵ مجموع با احتساب نمره CF: نتیجه نهایی انفرادی هر یک از ورزشکاران بر مبنای مجموع حرکت های موفق ("Good Lift") در طی ۳ راند با استفاده از نمره CF محاسبه می گردد و رنکینگ پایانی بر اساس ترتیب نزولی لحاظ می شود (مثلاً؛ سنگین ترین "مجموع" رنکینگ اول و رتبه نخست را کسب می نماید). در تمامی مسابقات تحت پوشش به جز بازی ها، مدال مجموع معتبر شمرده می شود.

۲۸.۱.۶ رفع تساوی (با احتساب مجموع ۳ حرکت): هر گاه نتیجه مجموع (Total lift) دو یا چند ورزشکار برابر بود، ورزشکاری که ابتدا موفق به ثبت آن نتیجه مجموع شده و زودتر از سایرین به نتیجه مجموع (Total lift) مربوطه رسیده، رتبه بالاتر را کسب می نماید. چنانچه این تساوی در گروه های متفاوت جاری بود، ورزشکاری که گروه وی زودتر بر روی صحنه آمده در جایگاه بالاتر قرار می گیرد.

۲۸.۲ نتایج تیمی و میکس تیمی

۲۸.۲.۱ بهترین حرکت (Best lift): تمام نتایج رویدادهای تیمی و میکس تیمی با استفاده از فرمول CF محاسبه می شود که این کار

امکان مقایسه نتایج ورزشکاران از دسته های مختلف وزنی را فراهم می سازد. نمره CF هر وزنه بردار در هر راند با هم جمع می شود تا مجموع نمره CF وی حاصل شود و بالاترین نمره CF، بالاترین جایگاه را به دست می آورد.

۲۸.۲.۲ رفع تساوی: چنانچه در هر یک از مراحل یک تیم نتیجه مشابهی را کسب کرد، با استفاده از موارد زیر تساوی پیش آمده رفع می شود:

۲۸.۲.۲.۱ تیمی که تعداد حرکت موفق ("Good Lifts") بیشتری دارد، رتبه بالاتر را کسب می نماید.

۲۸.۲.۲.۲ چنانچه هنوز تساوی پابرجا است، تیمی که ورزشکارش بالاترین امتیاز فردی را کسب کرده باشد، در رتبه بالاتری قرار خواهد گرفت.

۲۸.۲.۲.۳ اگر تساوی همچنان از بین نرفته، تیمی که ورزشکارش بالاترین امتیاز فردی را در راندهای اولیه کسب کرده باشد، در رتبه بالاتری قرار خواهد گرفت. (به عنوان مثال، اگر دو ورزشکار امتیاز ۱۵۰.۵۵ را به ترتیب در راندهای اول و سوم کسب کرده اند، تیم و ورزشکاری پیروز خواهد شد که در راند اول آن نمره را کسب کرده است).

۲۸.۲.۳ نتیجه نهایی از مجموع حرکات موفق ("Good Lifts") هر تیم در هر مرحله با استفاده از نمره CF محاسبه می گردد و ترتیب آن نیز نزولی خواهد بود (بالاترین نمره CF، بالاترین جایگاه را به دست می آورد).

۲۹ اهدای مدال

۲۹.۱ شرح اهدای مدال

۲۹.۱.۱ در کلیه مسابقات تحت پوشش WPPO، مدال به ورزشکاران مواد تیمی و انفرادی و میکس تیمی به شکل زیر و طبق معیارهای مربوطه (مدال بهترین حرکت – مدال مجموع) اهدا می شود:

رتبه	مدال
اول	مدال طلا
دوم	مدال نقره
سوم	مدال برنز

۲۹.۲ رویدادهای انفرادی

۲۹.۲.۱ از هر NPC تنها دو ورزشکار مجاز به کسب مدال خواهند بود.

۲۹.۲.۲ چنانچه در یکی از مسابقات رده سنی بزرگسالان، سایر گروه های سنی برگزار نمی شود (مثلاً در جام جهانی)، کلیه گروه های سنی می توانند به طور خودکار در گروه(های) سنی یک یا چندگانه شرکت کنند. چنانچه ورزشکاری واجد شرایط کسب مدال در چندین گروه سنی بود و رنکینگ کافی را به دست آورد؛ مدال به وی تعلق می گیرد.

۲۹.۲.۳ مراسم توزیع جوایز باید مطابق با راهنمای پروتکل WPPO انجام شود (پیوست ۱۰).

۳۰ لیست رنکینگ

۳۰.۱ توضیحات

۳۰.۱.۱ پارا وزنه برداری جهانی، سیستم رنکینگ را بر مبنای بهترین وزنه هر ورزشکار یا تیم در هر دسته وزنی تعیین می نماید که منجر به تعیین رنکینگ آنها به شرح زیر خواهد شد:

۳۰.۱.۱.۱ **بخش انفرادی: بهترین حرکت** - رنکینگ جهانی، منطقه ای و پارالمپیک

۳۰.۱.۱.۲ **بخش انفرادی: مجموع** - رنکینگ جهانی و منطقه ای

۳۰.۱.۱.۳ **بخش تیمی** - رنکینگ جهانی و منطقه ای

۳۰.۱.۱.۴ **بخش میکس تیمی** - رنکینگ جهانی و منطقه ای

۳۰.۱.۱.۵ **مسابقات هیبریدی / ترکیبی** - رنکینگ جهانی

۳۰.۲ مسابقات انفرادی

۳۰.۲.۱ در صورت بروز تساوی در رقابت انفرادی، ورزشکاری که بهترین حرکت و حرکت مجموع خود را به شرح زیر انجام داده است در رتبه بالاتری قرار می گیرد؛

۳۰.۲.۱.۱ تقویم تاریخ مسابقات _ چنانچه وزنه مهار شده از سوی دو یا چند ورزشکار مشابه بود، ورزشکاری در رنکینگ برتری قرار می گیرد که از لحاظ تاریخ برگزاری مسابقه، زودتر از رقیب؛ رقابت خود را انجام داده است.

۳۰.۲.۱.۲ چنانچه وزنه مهار شده از سوی دو یا چند ورزشکار مشابه بود، رنکینگ بالاتر با ورزشکاری است که حرکت خود را در راندهای ابتدایی انجام داده است.

۳۰.۲.۱.۳ در شرایط تساوی؛ ورزشکاری که از لحاظ زمانی زودتر حرکت خود را انجام می دهد رنکینگ بالاتری دریافت می کند (به ساعت اروپای مرکزی).

۳۰.۳ در صورت تساوی در مسابقات تیمی و میکس تیمی:

۳۰.۳.۱ در رویداد تیمی و میکس تیمی، در صورت تساوی، رنکینگ بر اساس بالاترین امتیازی که در هر مرحله به دست آمده، تعیین خواهد شد.

۳۰.۳.۱.۱ آن تیمی که نمره/امتیاز اول را بر اساس تقویم زمانی بدست آورده در رنکینگ بالاتری قرار خواهد گرفت.

۳۰.۳.۱.۲ چنانچه تساوی همچنان از بین نرفته، تیمی که ورزشکارش بالاترین امتیاز فردی را در راندهای اولیه کسب کرده باشد، در رنکینگ بالاتری قرار خواهد گرفت.

۳۰.۳.۱.۳ اگر تساوی همچنان از بین نرفته، رنکینگ بالاتر نصیب تیمی خواهد شد که تعداد حرکات موفق بیشتری داشته است ("Good Lifts").

بخش B^۲ – استیشن (Station)

۳۱ قوانین ماده ورزشی استیشن

۳۱.۱ توضیحات

۳۱.۱.۱ حضور در این ماده برای هر چهار گروه سنی نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان در دو بخش مردان و زنان که در یک یا چند مورد از ۸ نوع معلولیت واجد شرایط در یک کلاس ورزشی بر اساس ضوابط تعیین شده در کلاسبندی پارا وزنه برداری به رقابت می پردازند، آزاد است.

۳۱.۲ هدف

۳۱.۲.۱ ورزشکاران در مجموعه ای از استیشن ها که نمایانگر عناصر مختلف قدرت می باشد به رقابت می پردازند.

۳۱.۳ دسته های وزنی

۳۱.۳.۱ ورزشکاران بر اساس جنسیت در دسته های وزنی آزاد رقابت می کنند.

۳۱.۴ گروه های سنی

۳۱.۴.۱ چهار گروه سنی در تمام مسابقات تحت پوشش WPPO، مشابه آنچه در بخش قوانین و مقررات پارا وزنه برداری گذشت (که در قانون ۱۱ در بالا آمده است) به رسمیت شناخته می شوند.

۳۲ ثبت نام

۳۲.۱ ماده انفرادی

۳۲.۱.۱ در مسابقات تحت پوشش WPPO، برای حداکثر نفرات ثبت نامی به ازای هر NPC در هر جنسیت و هر گروه سنی سقفی در نظر گرفته نشده است.

۳۲.۱.۲ امکان برگزاری مسابقات انفرادی به قرار زیر می باشد؛

۳۲.۱.۲.۱ قابلیت برگزاری رقابت های انفرادی در تمامی مسابقات تحت پوشش WPPO، با احراز شرایط حداقلی زیر در هر جنسیت و گروه سنی وجود دارد:

(a) **دو ورزشکار:** چنانچه دو ورزشکار رکوردی برابر یا بیشتر از MS تعیین شده برای دسته وزنی مربوطه را کسب کرده باشند؛ یک مدال

طلا و یک نقره اهدا می شود

(b) **سه ورزشکار یا بیشتر:** چنانچه سه ورزشکار یا بیش از این تعداد ورزشکار داشته باشیم؛ مدالها (طلا، نقره و برنز) به طور کامل اهدا

می شود

۳۲.۱.۲.۲ قابلیت برگزاری مسابقات برای تمامی رقابتهای تحت پوشش WPPO، با مشورت کمیته برگزاری، نماینده فنی و پارا وزنه برداری جهانی قبل و/یا بعد از جلسه فنی تعیین می شود.

۳۲.۲ مسابقات تیمی

۳۲.۲.۱ در مسابقات تحت پوشش WPPO ، امکان برگزاری یک رقابت تیمی به ازای هر جنسیت در گروه سنی بزرگسالان تحت شرایط زیر وجود دارد:

۳۲.۲.۱.۱ حداقل حضور دو تیم الزامی است تا قابلیت برگزاری رقابتهای تیمی فراهم شود، حتی اگر هر دو تیم از یک NPC باشند.

۳۲.۲.۱.۲ ترکیب تیم ها باید متشکل از سه ورزشکار با جنسیت یکسان از یک NPC باشد.

۳۲.۲.۱.۳ هر NPC مجاز است حداکثر تا سه تیم را ثبت نام نماید.

۳۲.۲.۱.۴ ورزشکارانی که در ماده تیمی ثبت نام نموده اند می توانند در ماده انفرادی هم ثبت نام کنند و یا یکی از ورزشکاران اضافی باشند.

۳۲.۲.۱.۵ ورزشکارانی که در یک ماده تیمی شرکت می کنند ممکن است از همه گروه های سنی باشند.

۳۲.۳ مسابقات میکس تیمی

۳۲.۳.۱ در مسابقات تحت پوشش WPPO ، تنها امکان برگزاری یک رقابت میکس تیمی به ازای هر جنسیت در گروه سنی بزرگسالان تحت شرایط زیر وجود دارد:

۳۲.۳.۱.۱ حداقل حضور دو تیم الزامی است تا قابلیت برگزاری رقابتهای میکس تیمی فراهم شود، حتی اگر هر دو تیم از یک NPC باشند.

۳۲.۳.۱.۲ ترکیب تیم ها باید متشکل از سه بازیکن از یک NPC مشترک با رعایت شرط حداقل یک نفر از هر جنسیت باشد.

۳۲.۳.۱.۳ هر NPC مجاز است حداکثر تا سه تیم را ثبت نام نماید.

۳۲.۳.۱.۴ ورزشکارانی که در ماده میکس تیمی ثبت نام نموده اند می توانند در ماده انفرادی هم ثبت نام کنند و یا یکی از ورزشکاران اضافی باشند.

۳۲.۳.۱.۵ ورزشکارانی که در یک ماده میکس تیمی شرکت می کنند ممکن است از همه گروه های سنی باشند.

۳۲.۴ اعمال تغییرات در مسابقات تیمی و میکس تیمی

۳۲.۴.۱ در کلیه مسابقات تحت پوشش پارا وزنه برداری جهانی، NPC ها این فرصت را خواهند داشت برای مسابقات تیمی و میکس تیمی؛ ورزشکارانشان را در طول فرآیند تأیید ثبت نام تغییر دهند.

۳۲.۴.۲ می توان برای هر یک از سه ورزشکار حاضر در تیم، در طول فرآیند تأیید ثبت نام یکبار درخواست تغییر داد که برای این منظور هیچ هزینه ای دریافت نمی شود.

۳۳ شرح وظایف مسئولین فنی

۳۳.۱ مرور

سمت	مروری بر شرح وظایف
نماینده	▪ مسئول برنامه ریزی و برگزاری کل مسابقات محسوب می شود
فدراسیون بین	▪ این فرد بالاترین درجه اختیارات را در مسابقه خواهد داشت
المللی	▪ منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات

■ نظارت بر کل جریان مسابقات با همکاری کمیته برگزاری، مدیر رویداد و نماینده فنی ■ ارائه بهترین عملکرد ممکن در بخش های مختلف مدیریت مسابقات و استانداردهای سالن محل برگزاری و گزارش به نماینده فدراسیون بین المللی ■ منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات	سرپرست مسابقات
■ نظارت بر کل جریان مسابقات با همکاری سرپرست مسابقات و نماینده فنی ■ ارائه بهترین عملکرد ممکن در بخش های مختلف مدیریت مسابقات و استانداردهای سالن محل برگزاری و گزارش به نماینده فدراسیون بین المللی ■ منصوب شده و / یا فعالیت از جانب WPPO در مسابقات	مدیر مسابقات
■ ارائه نکات و نقطه نظرات فنی ■ نظارت بر نحوه برگزاری و اجرای موارد فنی مسابقات منطبق بر قوانین و مقررات در طول برگزاری رقابتها ■ فعالیت در نقش رهبر داوران منصوب شده در مسابقات ■ امضای نتایج نهایی هر رویداد	نماینده فنی
■ هدایت مسابقه و کسب اطمینان از اینکه تمامی موارد در محوطه برگزاری مسابقه منطبق بر قوانین اجرا می شود ■ در جریان فرایند گرم کردن، مسئول بررسی و کنترل لباس و تجهیزات ورزشکاران مطابق با این قوانین و همچنین ضوابط مندرج در پیوست ۴ می باشد ■ کسب اطمینان از اینکه تجهیزات داخل محوطه برگزاری مسابقه تمیز، منظم و ایمن هستند ■ آگاه سازی دیگر اعضای ژوری در مورد نکات مرتبط با کلاسبندی ورزشکار ■ هدایت اسپاتر ها (صفحه گذاران) ■ اعلام فرمان Rack و Start ■ در زمان اعتراض، مسئول ارزیابی و قضاوت حرکت ورزشکار بر اساس ترتیب انجام حرکات از محل تعیین شده می باشد ■ اعلام هر گونه خطای صورت گرفته و تصمیم گیری نهایی در خصوص نتیجه اعتراض ■ ثبت دستی نتایج	سر داور
■ در زمان اعتراض، مسئول ارزیابی و قضاوت حرکت ورزشکار بر اساس ترتیب انجام حرکات از محل تعیین شده می باشد ■ در جریان فرایند گرم کردن به همراه رئیس ژوری، مسئول بررسی و کنترل لباس و تجهیزات ورزشکاران مطابق با این قوانین و همچنین ضوابط مندرج در پیوست ۴ هستند ■ چنانچه اشتباهی صورت می پذیرد؛ اعلام کند	ژوری (شامل تمامی اعضا)
○ رئیس ■ هدایت دستیاران کنترل فنی ■ کسب اطمینان از اینکه تجهیزات داخل محوطه گرم کردن تمیز، منظم و ایمن هستند	مسئول کنترل فنی (رئیس – دستیار)

- در جریان فرایند گرم کردن، باید یونیفرم و تجهیزات ورزشکار را کنترل نماید تا مخالف ضوابط مندرج در این قوانین و همچنین پیوست ۴ نباشد - باید بر روند دسترسی مربی و ورزشکار به محوطه گرم کردن و محوطه فراخوان مدیریت نماید - موظف است به همراهی کنترل فنی ۲، ورزشکار را برای حرکت بعدی فراخوانده و آماده ورود به صحنه نماید - مساعدت به انجام معرفی ورزشکاران و داوران بر روی صحنه و همچنین مراسم توزیع مدال ○ دستیار ۱ - حمایت و کمک به کنترل فنی ارشد جهت انجام امور محوله ○ دستیار ۲ - حمایت و کمک به کنترل فنی ارشد جهت انجام امور محوله - کنترل بر روند دسترسی مربی و ورزشکار به محوطه مسابقه در جریان رقابت - تا پیش از ورود به محوطه مسابقه، باید یونیفرم و تجهیزات ورزشکار را کنترل نماید تا مخالف ضوابط مندرج در این قوانین و همچنین پیوست ۴ نباشد	
- انجام صفحه گذاری میله مطابق اطلاعات مندرج در ضمیمه شماره ۹ - تجهیزات و محوطه برگزاری مسابقه را تمیز، منظم و ایمن نگه دارد - باید مسیر/حرکت لیفت ورزشکار را دنبال کند و تنها در صورت درخواست سرداور یا ورزشکار به کمک وی بشتابد - قبل از صدور فرمان شروع می تواند بنا به درخواست ورزشکار در بلند کردن میله از پایه به وی کمک نماید و همینطور با فرمان rack یا به خواست ورزشکار باید میله را بر روی پایه قرار دهد - مربی می تواند پیش از شروع حرکت، در بلند کردن میله به ورزشکارش کمک نماید مشروط بر اینکه درخواست خود را در زمان گرم کردن (محوطه warm-up) ارائه کرده و به تصویب نماینده فنی مسابقات رسیده باشد	صفحه گذاران

۳۳.۱.۱ برای مرور جزئیات بیشتر از نقش و وظایف مسئولین فنی می توانید به اطلاعات مندرج در کتابچه راهنمای داوران رجوع نمایید.

۳۴ کنترل تجهیزات (Kit Check)

۳۴.۱ توضیحات

۳۴.۱.۱ فرآیند بررسی کنترل تجهیزات برای هر جنسیت مشابه قانون ۱۷ می باشد.

۳۵ لباس و تجهیزات شخصی ورزشکاران

۳۵.۱ توضیحات

۳۵.۱.۱ در مسابقات تحت پوشش، استفاده /پوشیدن اقلامی برای ورزشکاران مجاز است که منحصرأ از تامین کنندگان مورد تائید WPPPO با رعایت قوانین مندرج در قانون ۱۶ و پیوست ۴ تهیه شده باشد.

۳۵.۱.۲ به عنوان ملزومات حداقلی، ورزشکار باید از پیراهن، لباس زیر/شلوار و کفش ورزشی استفاده کند.

۳۵.۲ لباس زیر/شلوار

۳۵.۲.۱ ورزشکار می تواند از یک دست لباس زیر/شلوار بر اساس ضوابط زیر استفاده کند:

۳۵.۲.۱.۱ باید متناسب و اندازه بدن ورزشکار باشد.

۳۵.۲.۱.۲ می بایست یک لایه باشد به استثنای سجاغ یا لبه لباس (دو لایه بودن در آن قسمت مجاز است).

۳۵.۲.۱.۳ طراحی لباس زیر/شلوار نباید به تقویت درز، زاویه دار کردن آستین، مواد آجدار و شیار دار بیرونی در لباس، تکه های اضافی، لایه گذاری، ساپورت، جیب، دکمه، یقه یا زیپ بیانجامد و وجود چنین مواردی مجاز نیست.

۳۶ گرم کردن (warm-up)

۳۶.۱ توضیحات

۳۶.۲ فرآیند گرم کردن برای هر جنسیت مشابه قانون ۱۸ می باشد.

۳۷ مسابقه

۳۷.۱ فرآیند مسابقه

۳۷.۱.۱ ورزشکاران در یک دور انتخابی رقابت خواهند کرد.

۳۷.۱.۲ نتایج حاصله از دور انتخابی تعیین کننده موارد زیر خواهد بود؛

۳۷.۱.۲.۱ انتخابی برای فینال مسابقات استیشن (در بخش انفرادی)؛ برای این منظور شش ورزشکار برتر رنکینگ هر استیشن برای مسابقه فینال انتخاب خواهد شد؛ دیگر نفرات نیز بر طبق رنکینگ خود رتبه های هفتم تا به انتهای مسابقه را کسب می کنند.

۳۷.۱.۲.۲ انتخابی برای فینال مسابقات استیشن (در بخش مجموع)؛ برای این منظور شش ورزشکار برتر رنکینگ مجموع (جمع امتیازات به دست آمده در هر استیشن) برای مسابقه فینال انتخاب خواهد شد؛ دیگر نفرات نیز بر طبق رنکینگ خود رتبه های هفتم تا به انتهای مسابقه را کسب می کنند.

۳۷.۱.۲.۳ انتخابی برای فینال مسابقات استیشن (در بخش تیمی)؛ برای این منظور شش تیم برتر رنکینگ مجموع در هر استیشن برای مسابقه فینال انتخاب خواهد شد (با احتساب بالاترین امتیاز کسب شده ورزشکار هر کشور در رنکینگ هر استیشن)؛ دیگر تیم ها نیز بر طبق رنکینگ خود رتبه های هفتم تا به انتهای مسابقه را کسب می کنند.

۳۷.۱.۲.۴ انتخابی برای فینال مسابقات استیشن (در بخش میکس تیمی)؛ برای این منظور شش تیم برتر رنکینگ مجموع در هر استیشن برای مسابقه فینال انتخاب خواهد شد (با احتساب بالاترین امتیاز کسب شده ورزشکار مرد و زن هر کشور در رنکینگ هر استیشن)؛ دیگر تیم ها نیز بر طبق رنکینگ خود رتبه های هفتم تا به انتهای مسابقه را کسب می کنند.

۳۷.۱.۳ در دور انتخابی و فینال مجموع، همه ورزشکاران ملزم به رقابت در تمام استیشن ها هستند.

۳۷.۱.۴ برای فینال انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی شاهد آن خواهیم بود که رنکینگ و امتیاز بر روی صفر تنظیم می شود (جهت یک شروع پر نشاط در فینال).

۳۷.۱.۵ برنامه و شکل برگزاری استیشن توسط نماینده فنی و WPPPO تعیین می شود و حداقل سی دقیقه قبل از مسابقه به ورزشکاران و مسئول تیم اطلاع رسانی می شود.

۳۷.۱.۶ برنامه استیشن در طول مسابقات (دور انتخابی، انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی) دستخوش تغییر نخواهد شد.

۳۷.۱.۷ ممکن است نحوه برگزاری استیشن در طول مسابقه (دور انتخابی، انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی) متفاوت باشد.

۳۷.۱.۸ بین هر راند، (دور انتخابی، انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی) باید حداقل ۳ ساعت در نظر گرفته شود.

۳۷.۱.۹ در هر راند (دور انتخابی، انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی) ورزشکاران این امکان را دارند که به صورت انفرادی یا همزمان؛ با در نظر گرفتن شرایطی همچون وجود تجهیزات کافی؛ ابعاد سالن برگزاری مسابقات و دیگر عوامل به رقابت بپردازند (به عنوان مثال؛ حضور یک ورزشکار در هر استیشن یا چندین ورزشکار در هر استیشن). بر طبق عوامل ذکر شده فوق، چنانچه ضرورت ایجاب کند، چند گروه تشکیل می شود (به عنوان مثال؛ ممکن است گروه های سنی با یکدیگر رقابت کنند).

۳۷.۱.۱۰ چنانچه تعداد شش ورزشکار یا کمتر از شش ورزشکار در هر دسته (انفرادی، مجموع یا تیمی) حضور داشته باشد؛ آن رقابت مستقیماً فینال تلقی خواهد شد.

۳۷.۱.۱۱ در صورت توقف موقت مسابقه، دست کم ۴۰ دقیقه زمان گرم کردن به ورزشکاران اختصاص داده می شود و مسابقه و تابلوی امتیازات مانند قبل از توقف ادامه می یابد.

۳۸ برنامه استیشن

۳۸.۱ برنامه

۳۸.۲ برنامه استیشن، به سه استیشن اطلاق می شود که توسط مدیر مسابقات و بنا بر صلاحدید WPPO؛ با در نظر گرفتن شرایطی همچون وجود تجهیزات کافی؛ ابعاد سالن برگزاری مسابقات و دیگر عوامل برای آن مسابقات انتخاب شده است.

۳۹ شیوه برگزاری استیشن

۳۹.۱ شیوه برگزاری

۳۹.۱.۱ شیوه برگزاری استیشن، همان الزامات تمرینی خاصی است که توسط TD و WPPO برای مسابقه تعیین می شود. این الزامات شامل موارد زیر می باشد:

۳۹.۱.۱.۱ حرکات مورد نیاز

۳۹.۱.۱.۲ تعداد مورد نیاز تکرار و/یا طرح تکرار

۳۹.۱.۱.۳ تجهیزات مورد نیاز

۳۹.۱.۱.۴ مقدار وزن مورد نیاز

۳۹.۱.۱.۵ محدودیت زمانی

۳۹.۱.۱.۶ جزئیات امتیازدهی

۳۹.۱.۱.۷ تنظیمات (در صورت نیاز)

۳۹.۱.۲ عدم رعایت زمان تخصیص یافته برای انجام حرکت، منجر به جریمه خواهد شد.

۳۹.۱.۳ حداقل هایی برای استیشن ها از حیث زمان، تکرار، وزن یا راندهایی که باید تکمیل شوند در نظر گرفته شده است. هر یک از این حداقل ها به عنوان بخشی از شیوه برگزاری استیشن معرفی می شود. عدم رعایت زمان تخصیص یافته برای انجام حرکت، منجر به جریمه خواهد شد.

۴۰ استیشن ها (Station)

۴۰.۱ فصل ها

۴۰.۱.۱ برگزاری این استیشن ها بر مبنای فصل مسابقات امکان پذیر است:

فصل	استیشن (امتیاز دهی)
تابستان	■ نشستن و ایستادن با توپ طبی (تکرار) ■ پرتاب توپ طبی (زمان) ■ پرس شانه (مبله، دمبل یا وزنه هایی شبیه یک توپ با دستگیره موسوم به kettlebell) - (تکرار یا وزنه) ■ کششی (افقی و عمودی) ■ استقامتی (میز پرس) ■ ردیف (افقی و عمودی) - (فاصله، زمان، کالری) ■ اسکای (عمودی) - (مسافت، زمان، کالری، با ماشین) ■ بالا رفتن از طناب (زمان، تکرار) ■ بارفیکس (زمان، تکرار) ■ طناب بدنسازی (زمان، تکرار)

- جلو بازو _ دستانتان را در حلقه های موازی یا با میله های موازی (مخصوص عضلات سه سر) قرار دهید - سر شانه (آغاز این حرکت بدین صورت است که؛ یک kettlebell بین پا قرار می دهید، سپس ورزشکار با دستانی باز و کشیده وزنه را به سمت شانه خود بالا می آورد) - حرکت یک ضرب قدرتی: ورزشکار می تواند میله، دمبل یا وزه را با یک دست یا دوست و یا جابجایی دستها به صورت یک ضرب به بالای سر بکشد	
- هل دادن گوی یخی - هل دادن غلتک با وزنه های بارگیری شده - اسنوبال هدف (کرلینگ یا چرخشی) - پرتاب وزنه زمستانی - پرس کردن بلوک/دیسک های یخی - بارفیکس - تعقیب و گریز Yeti - مسابقه غلتک - پرش اسلاید (باز کردن پاها؛ از سمتی به سمت دیگر پریدن و با انشگت پا فرود آمدن) - دارت - برش با تبر/چکش - اسنوبال - بولینگ	زمستان

۴۱ قضاوت

۴۱.۱ توضیحات

۴۱.۱.۱ قضاوت حرکت استیشن ورزشکار مشتمل بر حصول اطمینان از رعایت حرکات و شیوه مورد نیاز انجام حرکت و همچنین امتیاز دهی (مانند؛ زمان، تکرارها و غیره)؛ بر عهده یک داور خواهد بود.

۴۱.۱.۲ هر گونه استثنا که در مستندات کلاسبندی ورزشکار ثبت شده باشد؛ برای قضاوت مورد توجه قرار می گیرد (مثلاً زاویه غیر معمول آرنج یا زانو و/یا استثنای دامنه حرکت).

۴۲ نتایج، مراسم اهدای مدال و رنکینگ

۴۲.۱ نتایج، مراسم اهدای مدال و رنکینگ

۴۲.۱.۱ ورزشکاران بر اساس فرمت استیشن، رنکینگ و امتیازهای مربوطه را دریافت خواهند کرد:

Qualification Round			Finals		
Rank	Points	Delta	Rank	Points	Delta
1	100	-	1	100	-
2	90	-10	2	80	-20
3	80	-10	3	60	-20
4	72	-8	4	50	-10
5	64	-8	5	40	-10
6	56	-8	6	35	-5
7	50	-6			
8	44	-6			
9	38	-6			
10	34	-4			
11	30	-4			
12	26	-4			
13	24	-2			
14	22	-2			
15	20	-2			
16	18	-2			

17	16	-2
18	14	-2
19	12	-2
20	10	-2
21	8	-2
22	6	-2
23	4	-2
24 and onwards	3	-1

۴۲.۱.۲ چنانچه مسابقات در بخش انفرادی، مجموع، تیمی و میکس تیمی به حد نصاب لازم رسید؛ به نفرات اول تا سوم انفرادی، تیمی و میکس تیمی مدال تعلق می گیرد.

۴۲.۱.۳ در شرایط تساوی:

۴۲.۱.۳.۱ بخش انفرادی: رتبه مربوطه مشترکا به هر دو ورزشکار تعلق می گیرد.

۴۲.۱.۳.۲ بخش مجموع، تیمی و میکس تیمی: ورزشکار (ها) دارای رنکینگ بالاتری در هر مسابقه در رتبه بالاتری قرار خواهد گرفت. اگر تساوی باقی تداوم یافت، روند به همین ترتیب ادامه می یابد (مثلا؛ چنانچه دو ورزشکار یا دو تیم در امتیاز ۲۸۸ برابر بودند؛ ورزشکار یا تیمی که رنکینگ بالاتری دارند به عنوان برنده اعلام می شوند _ به عنوان نمونه؛ رنکینگ یک در برابر رنکینگ چهار در جایگاه بالاتری قرار می گیرد_ در صورتی که این تساوی از بین نرفت، رنکینگ برتر بعدی به عنوان معیار مد نظر قرار خواهد گرفت_ مثلا؛ رنکینگ دو در برابر رنکینگ پنج در جایگاه بالاتری قرار می گیرد_)

۴۲.۱.۴ پارا وزنه برداری جهانی، سیستم رنکینگ را بر مبنای بهترین وزنه هر ورزشکار در هر جنسیت تعیین می نماید که منجر به تعیین رنکینگ آنها به شرح زیر خواهد شد:

- ۴۲.۱.۴.۱ بخش انفرادی - رنکینگ جهانی و منطقه ای
- ۴۲.۱.۴.۲ مسابقات تیمی - رنکینگ جهانی و منطقه ای
- ۴۲.۱.۴.۳ رویداد میکس تیمی - رنکینگ جهانی و منطقه ای