

**APROBAT:**

Ministrul Educației și  
Cercetării al Republicii Moldova  
Dan PERCIUN

„ ” 2023

**APROBAT:**

Președintele Federației Triatlon Forță  
din Republica Moldova  
Serghei TELIUCOV

„18” octombrie 2023



## **REGULAMENTUL**

Campionatului Republicii Moldova (seniori, tineret, juniori)  
la Triatlon Forță pe probe ediția an. 2023

### **I. Scopul și obiectivele**

1. Promovarea valențelor culturii fizice și sportului:
  - antrenarea și stimularea cetățenilor privind practicarea sistematică și continuă a exercițiului fizic;
  - promovarea modului sănătos de viață;
  - antrenarea tinerilor în practicarea unei ramuri sportive;
  - înregistrarea recordurilor naționale.
2. Promovarea triatlon forță:
  - selectarea celor mai valoroși sportivi pe ramuri de sport și categorii de vârstă privind pregătirea și participarea cu obținerea de performanțe la campionatele naționale;
  - perfecționarea măiestriei sportive;
  - obținerea experienței competiționale;
3. Realizarea obiectivelor stipulate în:
  - Clasificația Sportivă Unică a Republicii Moldova;
  - Calendarul activităților sportive naționale și internaționale pe anul 2023;
4. Consolidarea relațiilor de colaborare în domeniul sportului.

### **II. Perioada și locul de desfășurare a competițiilor**

Competițiile din cadrul Campionatului Republicii Moldova (seniori, tineret, juniori) de Triatlon Forță pe probe (neechipat) se vor desfășura în incinta Liceului Teoretic „Gloria”, str. Teilor 7, Chișinău, la data de **18-19 noiembrie 2023** conform deciziei Prezidiului ale Federației Triatlon Forță din Republica Moldova despre schimbarea Calendarul activităților sportive naționale și internaționale pe anul 2023.

Arbitrul principal al competiției Pașa A. – tel: 079296394.

Secretarul principal al competiției este numit Ciobanu V. – tel: 068617771.

### **III. Participanții**

La competiția din cadrul Campionatului Republicii Moldova numărul participanților este nelimitat.

#### IV. Organizatorii

Campionatul se organizează de către Federația Triatlon Forță (MDFPF) cu suportul:

- Ministerului Educației și Cercetării al Republicii Moldova;
- Instituțiilor de învățământ;
- Asociațiilor și Cluburilor sportive;
- Partenerilor.

Desfășurarea nemijlocită a competițiilor revine Colegiului principal de arbitri aprobat de către Federația națională MDFPF.

#### V. Condiții de participare

La Campionatul Republicii Moldova la Triatlon Forță (pe probe) sunt admiși cetățenii Republicii Moldova, care au îndeplinit a **II categoria** sportivă (și mai sus) în categoria sa de vîrstă și au trecut controlul medical.

Fiecare participant este obligat să prezinte Carnetul sportivului înainte de procedura de cântărire și controlul echipamentului sportiv, care trebuie să respecte regulile internaționale WDFPF divizion neechipat (tricou-T (maiou) cu tricou athletic, centura, încălțăminte sportivă, bandaje p/u încheieturile mîinilor, ghetre).

Participanții care nu îndeplinesc aceste cerințe nu vor fi admiși la competițiile date.

Cântărirea sportivilor va începe la orele 7:30 pînă la 9:00.

Începutul competiției la orele 10:30.

Toți participanții trebuie să posede copia buletinului de indentitate sau un alt document care îl poate înlocui.

Sunt admiși numai sportivii care nu au consumat substanțe interzise de WADA/IOC în ultimii 5 ani.

#### VI. Condițiile de înscrieri și validare

Înregistrare participanților pînă la data de 16.11.2023 la site-ul electronic [powertable.ru](http://powertable.ru) (Federația MDFPF).

În caz contrar Federația are dreptul să nu admita sportivul la această Competiție.

#### VII. Programul concursului

##### 17 noiembrie

- **15:00** sosirea echipelor la adresa: mun. Chișinău Liceului Teoretic „Gloria”, str. Teilor 7, sala de festivități,
- **18:00** conferința tehnică cu participarea reprezentanților echipelor și a colegiului de arbitri.

##### 18 noiembrie

- **7:30 - 9:00** examenul medical și cântarul participanților
- **10:15** – ceremonia deschiderii festive a Campionatului .
- **10:30** - Evoluția participanților la toate categoriile de vîrsta la 2 probe sportive:
- **Genoflexiuni cu bara pe spate (squat);**
- **Dezdoiri de spate (deadlift).**

### 19 noiembrie

- 7:30 - 9:00 examenul medical și cântarul participanților
- 10:00 Evoluția participanților la toate categoriile de vîrsta la proba :
- Împins din culcat (bench press).

### 20 noiembrie

- 10:00- totalizare rezultatelor mun. Chișinău Liceului Teoretic „Gloria”, str. Teilor 7 sala de festivități ,
- 11:00 - plecarea echipelor.

### VIII. Condiții de desfășurare a competiției

Competițiile în cadrul Campionatului Republicii Moldova la Triatlon Forță (pe probe) se vor desfășura în conformitate cu regulamentul Federației Internaționale WDFPF(World Drug-Free Powerlifting Federation).

### IX. Condiții de premiere

- **Locurile I, II, III** la toate categoriile de vîrstă se premiază cu medalii și diplome din contul alocațiilor Ministerului Educației și Cercetării al Republicii Moldova.

### X. Condiții de finanțare

Cheltuelile pentru organizarea și desfășurarea Campionatului Republicii Moldova la Triatlon Forță pe probe (hrana colegiului de arbitri, diplomele, medaliile conform punctului IX.) vor fi suportate din contul alocațiilor Ministerului Educației și Cercetării al Republicii Moldova.

Cheltuelile de transport (cazare, sportivi, antrenori) le suportă organizațiile care efectuează delegarea la acest Campionat.

Cheltuelile pentru desfășurarea nemijlocită a competițiilor ține de competența Federației de Triatlon Forță a Republicii Moldova.

### XI. Reclamații

Toate reclamațiile pot fi prezentate în formă scrisă Juriului de Arbitri în zilele competiționale.

Prezentul regulament servește drept invitație la campionat.