

Hogyan indulhatsz el a Magyar Erőemelő Szövetség parafekvenyomó versenyein?

Amennyiben sportágunk megtetszett Neked, és a kezdeti edzések után versenyen is kipróbálnád az erődöt, két papír beszerzése a legfontosabb számodra.

1, A Magyar Paralimpiai Bizottság által szervezett sportági kategorizáláson, klasszifikáción kell részt venni. Itt eldől, hogy sérültséged alapján versenyszerűen űzheted e a fekvenyomást.

Részletes információ a www.hparalimpia.hu oldalon található a klasszifikáció menüben.

2, Amennyiben ez "sikeresen" megtörtént, akkor a MERSZ honlapjáról www.hunpower.hu letölthető "Versenyengedély kérő" lapot kell kitölteni, és egyben sportorvoshoz elmenni. Ha egészséges vagy, és a sportorvosi vizsgálatok alapján sportolhatsz, akkor a "Versenyengedély-kérő" lapodra megkapod a "versenyezhet" feliratot, mely egy évig érvényes. Természetesen a klubod a "Versenyengedély-kérő" lap kitöltéséhez minden segítséget megad, de sportorvoshoz nem tud elmenni helyetted.

Elérkezett a verseny napja.

Ahhoz, hogy részt vehess rajta a következő adminisztrációs feltételeknek, valamint az alábbi versenyfelszerelésekkel kell rendelkezned:

- kategorizációs, klasszifikációs papír
- versenyengedély, érvényes sportorvosi igazolással, és a klub aláírásával (a legjobb, ha a MERSZ honlapjára klubvezetőd feltölti a versenyengedélyt, és a kategorizációs vizsgálat eredményét)
- egyesületed a versenykiírásban megadott végleges nevezési időpontig leadja a nevezésed (ez az egyesületed felelőssége, Te a MERSZ weboldalán, illetve facebook felületén ellenőrizheted, hogy megtörtént e)
- egyesületednek be van fizetve az éves tagdíja a MERSZ-nek
- adott verseny nevezési díja szintén befizetésre került
- sportorvosi igazolással ellátott versenyengedélyed éves díja ki van fizetve
- mérlegelésre a kitűzött időpontban jelensz meg
- fekvenyomó ruha
- tiszta, kereknyakú egyszínű rövid ujjú póló
- zokni
- sportcipő
- szükség esetén öv, csuklóbandázs

Amennyiben a fent felsorolt követelményeknek a klubod, és Te is megfelelsz, akkor kezdődhet a verseny, és a parafekvenyomó karriered.