

## **2012 EMC PAINONNOSTON VETERAANIEN EUROOPANMESTARUUSKILPAILUT** **Lankaran, Azerbaidzan 02.06.-09.06.2012**

### **Ilmoittautumisohjeet:**

- 1) Ilmoittautumislomakkeet saa joko veteraanivastaavalta tai tulostamalla ne SPNL:n veteraanisivuilta
- 2) Täytä sivut 1 ja 2 huolellisesti TEKSTAAMALLA ja palauta ne VETERAANIVASTAAVALLE (Jorma Pallari, Nisulankatu 56, 40720 JYVÄSKYLÄ) **25.2.2012** mennessä.

Ilmoittautumislomakkeen etusivu ("ATHLETE's STATEMENT TO COMPETE") vahvistetaan nimellä, allekirjoituksella ja päiväyksellä sääntöjen hyväksyntä, jonka ydinasioihin kuuluu nostaminen omalla vastuulla ja ilman kiellettyjä aineita urheilu.

Toiselle sivulle merkitään:

. Kotimaan nimi passista (FINLAND)

- Sukunimi

- Etunimi

– Katuosoite

– Kunta \_\_\_\_\_ Maa FINLAND

– Postinumero

– Puhelin kotiin (H) ja työhön (B)

-Syntymäaika muodossa päivä-kk-vuosi

-Ikä 31.12.2012

-Ikäryhmä (AGEGROUP) koodina (löytyy sivulta 4 1=M35=35-39 jne.)

-Painoluokka (BODY WEIGHT CATEGORY)

-Paras yhteistulos (Best total) aikavälillä 10.06.2011-25.2.2012

-Sukupuoli (Male=mies Female=nainen)

-Tulosraja (Qualifying total sivulta 4) omaan ikä- ja painoluokkaan

-Tuomaritaso, jos olet IWF CAT I tai – II –tason tuomari ja käytettävissä kisoissa

Ylläolevat tiedot varmistaa VETERAANIVASTAAVA (JP) allekirjoituksellaan.

Lomakkeen alalaidassa kysytään vielä "Total fees" eli kokonaissummaa. Laita 70€ jos pelkästään osallistut kilpailuihin ja 92€ jos osallistut myös iltajuhlaan 09.06.2012.

Vahvista allekirjoituksella (Competitor`s signature)

Ilmoittautumisasiakirjan sivu 5 näyttää minimialkupainojen summan kussakin ikä- ja painoluokassa.

### **Kielletyt aineet**

Jos et käytä mitään WADAn kiellettyjen aineiden tms. listalla olevia valmisteita, sivut 6-8 eivät koske sinua.

Jos käytät lääkärin määräyksestä lääkkeitä, jotka ovat WADA:n kiellettyjen aineiden listalla, täytä myös TUE-lomake (sivut 7-8) Jos aine tai lääke ei TUE-mittoja täytä, neuvottele lääkkeen mahdollisesta vaihtamisesta sallittuun lääkeaineeseen lääkärin kanssa. Jos aine tai lääke täyttää TUE-ehdon, sen käyttäminen voi jatkaa normaalisti. Todistus lääkkeen käyttämisestä (TUE-lomake) on kuitenkin AINA oltava mukana kansainvälisissä kilpailuissa.

## Matkustus ja majoitus

Viisumi Azerbaidzaniin haetaan Azerbaidzanin Tukholman suurlähetystöstä yhteisesti veteraanivastaavan toimesta.

Viisumiin tarvittava kutsu saadaan järjestäjiltä. Tarkat tiedot tulee myöhemmin.

Hotelleista tulee lisätietoa myöhemmin mutta hinnat ovat kohtuullisia. Pyrimme olemaan koko joukkue samassa hotellissa ja ilmoitan lähtijöille mihin kannattaa mennä kun saan lisää tietoa.

Lankaraniin on suoria lentoja Moskovasta.

Istanbulin kautta pääsee Turkish Airlinesilla Bakuun josta menee tiistaisin, perjantaisin ja sunnuntaisin lento Lankaraniin joka maksaa n.20 €/suunta.

Bakusta voi mennä Lankaraniin myös kiireettömämmin muutaman euron maksavalla junakyydillä.

Painonnostoliiton [www.painonnosto.fi](http://www.painonnosto.fi) sekä järjestäjien [www.lankaran2012.az](http://www.lankaran2012.az) kotisivuilla on lisää informaatiota.

**3) Osanottomaksut ym. maksut tulee maksaa SPNL:n tilille NORDEA 138630-87789 viimeistään 25.2.2012 ja toimittaa kuitti maksusta yhdessä täytettyjen ilmoittautumiskaavakkeiden kanssa veteraanivastaavalle.**

**Osallistumismaksu kilpailuun on 70 € ,**

**bankettimaksu (lisää tieto tästä, jos aiot osallistua!) on 20 € .**

**Järjestäjä ei palauta maksuja. SPNL välittää tiedot ja maksut järjestäjälle.**

**Kilpailuihin osallistuminen tapahtuu omalla vastuulla niin kilpailijoiden kuin toimitsijoidenkin osalta.**

Terveisin

Jorma Pallari

Nisulankatu 56

40720 JYVÄSKYLÄ

gsm : 050-542 9807

email: [jorma.pallari@gmail.com](mailto:jorma.pallari@gmail.com)

ps. Mahdollista yhteydenpitoa helpottaisi, jos pikkulapulla kertoisitte sähköpostiosoitteenne!