

Armbrytartaävling

- BLOCKBRYTET 2010 -

Lördagen den 6 november 2010 anordnar Gefle Armsport, den årliga tävlingen "Blockbrytet" för nybörjare samt elit på nattklubben NIVÅ´s lokaler (Mitt i stan). I år satsar vi på att göra en ännu större tävling! Kom och utmana dina kompisar i nybörjarklassen om fina medaljer och visa vem som egentligen är bäst. Eller kom dit bara för att prova eller titta på armbrytning. Instrukörer finns på plats. För dig som vill och är duktig finns möjlighet att bryta mot den riktiga eliten i proklassen. Förra årets succé hade nästan 130 deltagare. Håll utkik på vårans hemsida för mer information. www.geflearmsport.se

Viktklasser:

Damer nybörjare och pro : -60 kg, +60 kg.

Herrar nybörjare och pro : -65kg, -75kg, -85 kg, -95kg, +95kg.

Deltagaravgift:

Herrar 200kr/viktklass, Damer och nybörjare 200kr/viktklass.

Invägning:

Fredagen kl. 18.00-20.00 samt lördagen kl. 08.00 - 10.00 på hotellet (Aveny). Bastu finns att tillgå på fredagen.

Tävlingsstart:

Klockan 11.00

Kaffe, läsk samt tillugg kommer att finnas. OBS! Det är inte tillåtet att äta medhavd matsäck eller dryck eftersom det är en restaurang.

Boende:

Hotell Aveny tfn 026-615590 info@aveny.nu

Hotell Gävle tfn 026-665100 info@hotellgavle.se

Efterfest:

Restaurang & Bar - The Jack. Ligger precis i anslutning till NIVÅ – Där tävlingen anordnas. Naturligtvis kommer armbrytarbord finnas på plats!

Blockbrytet - Tävlingsregler

1. Klädsel - När du tävlar ska du vara tävlingsklädd (träningsbyxor/shorts, t-shirt/linne) som i vilken sport som helst. Jeans eller liknande är inte tillåtet att använda. Deltagare som inte är ombytt och ropas upp kan diskvalificeras. Om du har frågor angående tävlingsklädseln – prata med tävlingsledningen.
2. Invägning - Vid invägning gäller exakt vikt eller mindre. T.ex. ska du tävla i -75kg måste du väga 75.0 kg eller mindre. Inget avdrag. Lika för alla. En våg används och det finns möjlighet att provväga sig dagen före.
3. Novisklasser - Novisklassen är en nybörjarklass som finns för att dom som är nya i sporten ska kunna tävla på samma villkor.
4. Juniorer tävlar i novisklassen. Om en junior vunnit seniorklassen på SM, NM eller novisklassen på blockbrytet flyttas man upp till proklassen.

I följande fall får du inte ställa upp i novisklassen:

Om du vunnit novisklassen tidigare på blockbrytet.

Om du placerat dig i topp 3 två år i följd på blockbrytet (Novis).

Om du vunnit SM eller NM som senior.

Vid frågor ring:

Johnny Lindholm Tfn 070-364 2571, Per Lantz Tfn 073-626 8215, Jimmy Wahlman Tfn 070-645 3917, Michael Lindström Tfn 070-839 3270