

# ÚSTAV TELESNEJ VÝCHOVY ŽILINSKEJ UNIVERZITY V ŽILINE

Academic Žilinská univerzita

Slovenská asociácia univerzitného športu

usporiadajú

**JARNÁ CENA UNIZA 2026**

**UNIZA DEADLIFT CUP**

## **PROPOZÍCIE**

- Usporiadateľ:** AC UNIZA POWER CLUB - Klub silových športov v Žiline
- Dátum konania:** 4. máj 2026
- Miesto konania:** FIT CLUB Stará Menza, Hliny 5 Žilina
- Prihlášky:** Súťažiaci je povinný zaslať prihlášku prostredníctvom prihlasovacieho formulára do 3.mája 2026
- Riaditeľ súťaže:** Ing. Dominik Olexa
- Prihlasovací formulár:** <https://forms.gle/iGqpPEEb4sbHVv7>

## **ČASOVÝ ROZPIS**

16:00 - 16:30 hod. Prezentácia a váženie

16:30 - 17:00 hod. Rozvíčovanie a príprava

17:00 hod. Začiatok súťaže

20:00 hod. Vyhodnotenie

## **PRAVIDLÁ SÚŤAŽE**

1. Súťaž je určená pre všetkých študentov vysokých škôl a univerzít.
2. Súťaží sa v disciplíne silového trojboja – mŕtvy ťah.
3. Každý pretekár bude mať k dispozícii 3 pokusy, pričom sa zarátava najlepší pokus. Výsledný výkon sa prepočíta podľa telesnej váhy pretekára na IPF GL body.
4. Pretekári budú rozdelení do súťažných kategórií na základe počtu podaných prihlášok na súťaž.
5. Súťaž sa bude aj o cenu za najlepší výkon v kg v mŕtvom ťahu bez ohľadu na váhu súťažiacieho.
6. Každý súťažiaci je povinný priniesť si športové oblečenie, inak nebude pripustený k súťaži. Za športové oblečenie sa považujú tenisky, ponožky, kraťasy a tričko.

## Mŕtvy ťah

**Súťažiaci sú povinní počas pokusu splniť nasledujúce podmienky:**

1. Činka je uchopená ľubovoľne oboma rukami a zdvihnutá pokým súťažiaci nestojí vzpriamene a nedostane povel od hlavného rozhodcu „odložiť“ .
2. Hlavný rozhodca má právo ukončiť prebiehajúci pokus povelom odložiť ak by bolo zrejmé, že pokus bude neúspešný a hrozí riziko zranenia.
3. Povolené vybavenie: opasok, nepodporný dres – tzv. singlet  
**Trhačky (háky) sú ZAKÁZANÉ !!!**

**Upozornenie:** Súťažiaci sa súťaže zúčastňujú na vlastné riziko a zodpovedajú sami za svoj zdravotný stav; organizátor súťaže nezodpovedá za úrazy a zmeny zdravotného stavu účastníkov tejto súťaže.

**Ing. Dominik Olexa**

**Riaditeľ súťaže**