



Suomen Painonnostoliitto

Valimotie 10, 00380 Helsinki
Puh. 045 852 3261
Email: toimisto@painonnosto.fi

Toimintakilpailu

Vuosi: 20 ____

Osallistumisvuoden lomake palautettava liittoon seuraavan vuoden 31.1. mennessä.

1. Lisenssit, Suomisport 2020

Lisenssityyppi	Määrä	Toimintapisteet
Aikuiset		(Määrä x)
Masters, 35-vuotiaat tai yli		(Määrä x)
Lapset, 18-vuotiaat tai alle		(Määrä x)
Harrastaja		(Määrä x)
Toimitsija		(Määrä x)

2. SM-kilpailujen joukkuepisteet 2020

(Yleinen SM = joukkuepisteet (yhteistuloksesta lasketut) x 2, muut x 1)

Kilpailu	Joukkuepisteet	Toimintapisteet
Yleinen SM		(Määrä x 2)
Alle 23-v		(Määrä x 1)
Alle 20-v		(Määrä x 1)
Alle 17-v		(Määrä x 1)
Alle 15-v		(Määrä x 1)

3. Juniori Cup 2020

Kilpailu	Osallistujat	Toimintapisteet
Loppuhuipentuma		(Määrä x 2)
Osakilpailu		(Määrä x 1)

4. Järjestetyt kilpailut 2020 (Saman päivän kilpailuista pisteet vain korkeimman mukaan.)

Kilpailu	Määrä	Toimintapisteet
Kv. tai ks. arvokilpailu		(Määrä x 20)
Kansallinen		(Määrä x 10)
Muu kilpailu		(Määrä x 5)

HOX: Erittely kilpailuista esitettävä liitteessä A!

5. Harrasteliikuntatilaisuudet 2020 (Tilaisuuksien liityttävä painonnostoon, ml. punttikoulut)

Tapahtuman koko	Määrä	Toimintapisteet
Osanottajia keskimäärin <10		(Määrä x 1)
Osanottajia keskimäärin >=10		(Määrä x 2)

HOX: Erittely tilaisuuksista esitettävä liitteessä B!

6. Suoritetut koulutukset 2020

Tuomarit

Luokka	Määrä	Toimintapisteet
KV		(Määrä x 20)
1 lk		(Määrä x 10)
2 lk		(Määrä x 5)
3 lk		(Määrä x 2)

Valmentajat

Taso	Määrä	Toimintapisteet
II		(Määrä x 20)
I		(Määrä x 10)

Ohjaajakoulutus	
-----------------	--

(Määrä x 5)

7. Osallistuminen liittokokouksiin

Kokous	Raksita (x)	Toimintapisteet
Keväliittokokous		(10 pistettä)
Syysliittokokous		(10 pistettä)

8. Urheilijoiden edustustehtävät

Edustustehtävä	Määrä	Toimintapisteet
Olympialaiset		(Määrä x 20)
MM-kilpailut		(Määrä x 15)
EM-kilpailut		(Määrä x 10)
PM-kilpailut		(Määrä x 5)
Baltic Cup		(Määrä x 5)
Maaottelu		(Määrä x 5)
Masters EM tai MM		(Määrä x 5)

HOX: Erittely edustustehtävistä esitettävä liitteessä B!

Yhteensä: 0

Toimintapisteet

Paikka

Päiväys

Seura

Allekirjoitus