



11.10.2025
Muutosesitys

HELSINKI

§

Esitys 5

Esittäjä: Kilpailutoiminnan asiantuntijaryhmä

Muutosesitys liiton kilpailusääntöihin.

Kilpailusääntöjen päivitys vaatii liittokokouksessa puolet äänistä, jotta se hyväksytään.

Asiakirja:

[https://painonnosto.fi/wp-](https://painonnosto.fi/wp-content/uploads/2019/01/C_Users_jarno.tiainen_Desktop_kilpailutoiminnan_saannot_1.1.2019_alka_en.pdf)

[content/uploads/2019/01/C_Users_jarno.tiainen_Desktop_kilpailutoiminnan_saannot_1.1.2019_alka_en.pdf](https://painonnosto.fi/wp-content/uploads/2019/01/C_Users_jarno.tiainen_Desktop_kilpailutoiminnan_saannot_1.1.2019_alka_en.pdf)

Nykyinen muotoilu:

2§ Jokaisella kilpailijalla on oltava voimassa SPNL:n kilpailulisenssi ja painonnostokilpailut kattava vakuutus (masters-nostajilla vakuutus on vapaaehtoinen). Ilman kilpailulisenssiä ja -vakuutusta ei saa kilpailla SPNL:n ja sen jäsenseurojen järjestämissä kilpailuissa (masters-nostajilla omavastuusitoumus korvaa vakuutuksen). Seuran jäsentenvälisissä kilpailuissa voi kilpailla myös lisenssitön nostaja.

Esitetty muotoilu:

2§ Jokaisella kilpailijalla on oltava voimassa SPNL:n kilpailulisenssi ja painonnostokilpailut kattava vakuutus (mastersnostajilla vakuutus on vapaaehtoinen). Ilman kilpailulisenssiä ja -vakuutusta ei saa kilpailla SPNL:n ja sen jäsenseurojen järjestämissä kilpailuissa (masters-nostajilla omavastuusitoumus korvaa vakuutuksen). Seuran jäsentenvälisissä kilpailuissa voi kilpailla myös lisenssitön nostaja. Seuran jäsentenvälisissä kilpailuissa voi kilpailla harrastajalisenssillä ilman vakuutusta, omavastuusitoumus vaaditaan.

Nykyinen muotoilu:

3§ Jokaiseen kilpailuryhmään valitaan kolme tuomaria ja yksi varalle. Tuomarit numeroidaan rintamasuunnassa vasemmalla oikealle numeroin 1, 2 ja 3. Tuomareiden tulee osallistua tuomarikokoukseen. (Tuomareiden tehtävät, IWF:n teknisten sääntöjen kohta 7.5.-12.)

Esitetty muotoilu:

3§ Jokaiseen kilpailuryhmään valitaan kolme tuomaria ja yksi varalle. Tuomarit numeroidaan rintamasuunnassa vasemmalla oikealle numeroin 1, 2 ja 3. Tuomareiden tulee osallistua tuomarikokoukseen. (Tuomareiden tehtävät, IWF:n teknisten sääntöjen kohta 7.7)

Nykyinen muotoilu:

11§ Seuraavilla kilpailutapahtumilla on Suomen mestaruuskilpailujen arvo:

- Miesten ja naisten Suomen mestaruuskilpailut (yleinen sarja)
- Miesten ja naisten 20- ja 23-vuotiaiden Suomen mestaruuskilpailut (nuorten sarjat) - Tyttöjen ja poikien 15- ja 17-vuotiaiden Suomen mestaruuskilpailut
- Miesten ja naisten masters Suomen mestaruuskilpailut
- Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailut
- Seurajoukkueiden Suomen mestaruuskilpailut

Esitetty muotoilu:

11§ Seuraavilla kilpailutapahtumilla on Suomen mestaruuskilpailujen arvo:

- Miesten ja naisten Suomen mestaruuskilpailut (yleinen sarja)



11.10.2025
Muutosesitys

HELSINKI

§

- Miesten ja naisten 20- ja 23-vuotiaiden Suomen mestaruuskilpailut (nuorten sarjat) - Tyttöjen ja poikien 15- ja 17-vuotiaiden Suomen mestaruuskilpailut
- Miesten ja naisten masters Suomen mestaruuskilpailut
- Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailut Painonnostoliiton vuosittain vahvistaman pistejärjestelmän mukaan käytävät mestaruuskilpailut
- Seurajoukkueiden Suomen mestaruuskilpailut

Nykyinen muotoilu:

16§ Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailut

Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailuissa kilpaillaan lajikohtaisista Suomen mestaruuksista. Näissä kilpailuissa ei kilpailla joukkuemestaruuksista. Kilpailuryhmiä on neljä: nuoret 20-v ja yleinen (naiset ja miehet).

Esitetty muotoilu:

16§ Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailut Painonnostoliiton vuosittain vahvistaman pistejärjestelmän mukaan käytävät mestaruuskilpailut

Tempaus- ja työntönostojen Sinclair-mestaruuskilpailuissa mestaruuskilpailuissa kilpaillaan lajikohtaisista Suomen mestaruuksista. Näissä kilpailuissa ei kilpailla joukkuemestaruuksista. Kilpailuryhmiä on neljä kahdeksan: 17-v (tytöt ja pojat), 20-v (naiset ja miehet), yleinen (naiset ja miehet), masters (naiset ja miehet).