



FEDERACION SUDAMERICANA DE POWERLIFTING

Lista de verificación de Puntos clave para la organización de Campeonato Sudamericano FESUPO

Esta lista es una guía y un requisito para el organizador con el fin de ofrecer campeonatos con el más alto estándar posible de la IPF/FESUPO. Estos requisitos son generalmente considerados como el mínimo a proporcionar. Si experimentas alguna dificultad para cumplir con estos requisitos, por favor informa al Secretario General Jose Luis Inguanti o al Director Técnico Nicolás Urioste para que cualquier problema pueda ser resuelto y los participantes informados sobre cualquier asunto pendiente que pueda afectar su inscripción en la competencia.

La siguiente lista de requisitos de organización que debe proporcionar el organizador debe ser completada y devuelta al Secretario del Campeonato Jose Luis Inguanti, al Presidente Julio Conrado y una copia al Director Técnico, como máximo 12 meses antes de que comiencen los campeonatos.

Esta lista es un complemento del Contrato de Organización de FESUPO

1. Secretaría

- a. Secretaría General. Se necesita una función de secretaría para la organización general. Esta secretaría deberá planificar el transporte y dar la bienvenida a los levantadores y oficiales tanto en el aeropuerto/estación de tren como en el hotel. Además, esta secretaría deberá proporcionar información de bienvenida, registro, distintivos para entrada gratuita, etc. Durante la competición, una secretaría debe encargarse de copias generales, copiar listas de resultados, preparar ceremonias de entrega de medallas, proporcionar información, etc.
- b. Mesa de Secretaría de Competición. Deben seleccionarse personas altamente calificadas para dirigir la mesa de secretaría de la competición para agilizar la competición:
 - Un oficial de computación que maneje el programa informático de la competición. El programa debe estar certificado por la IPF. (Supervisión de JL Inguanti)
 - Un locutor/anunciador que domine el idioma inglés y tenga experiencia en la agilización de campeonatos grandes. Debe conocer detalladamente las Reglas Técnicas siendo al mínimo Juez Nacional.

- Una persona para recibir las tarjetas de intento y controlar el tiempo para proporcionar estas tarjetas, y deberá registrar los pesos en las tarjetas de inicio (Speaker Cards) y prepararlas en el orden correcto para el locutor.
- Una persona para registrar manualmente el protocolo de la competición como respaldo del programa informático de la competición quien además cronometrará controlar el reloj de intentos.

2. Cargadores – Spotters

Los cargadores/spotters deben conformarse por un mínimo de 7 personas (lo cual permitirá realizar descansos rotativos de 2 cargadores). Un líder de equipo debe ser responsable de guiar a los demás miembros del equipo en relación con las distintas tareas relacionadas con cargar la barra, ajustar las alturas del soporte, limpiar la barra y controlar la seguridad de los levantadores. Deben contar con un monitor que les facilite la información de los discos y peso a cargar en la barra.

3. Lugar de Entrenamiento

Se deberá otorgar la posibilidad que las delegaciones puedan entrenar 2 días antes del Campeonato. Sea la posibilidad de montar una área de entrenamiento con un mínimo de 2 racks/jaulas o facilitar acceso a gimnasios en áreas cercanas al lugar del evento.

4. Lugar del Evento o Competencia

- a. Plataforma. Ver Apéndice 1. No requiere comentario. (puntos de control) Lista de verificación de organización de FESUPO. La plataforma de levantamiento y la organización del equipo de levantamiento, sillas, pantallas, luces de árbitro, altavoces, mesa de jurado, mesa de secretaría, etc. deben ser planificados de manera profesional para funcionar adecuadamente. El área de levantamiento debe estar delimitada por algún tipo de valla para evitar que entren los espectadores.
- b. Barra de levantamiento de potencia, seguros y discos OFICIAL **ELEIKO**:
 - 1x Barra de levantamiento de potencia de 20kg, 2x Seguros de 2,5kg
 - Discos: 18 x 25kg, 2 x 20kg, 2 x 15kg, 2 x 10kg, 2 x 5kg, 2 x 2,5kg, 2 x 1,25kg.
 - Discos de récord: 2 x 1kg, 4 x 0,5kg y 2 x 0,25kg. Estos discos deben mantenerse en la mesa del jurado durante toda la competición.
- c. Soportes para discos y bloques para los pies para el press de banca. NOTA: Los bloques deben estar en el rango de 5 cm, 10 cm, 20 cm y 30 cm.
- d. Podio para alojar a los ganadores del 1º, 2º y 3º puesto.
- e. Caja de carbonato de magnesio con suministro adecuado de magnesio.
- f. Escoba, trapeador o mopa y cubo/balde, cepillo de fregar, aspiradora y toalla. NOTA: el cepillo de fregar no debe ser del tipo de acero que dañe el moleteado de la barra. Se recomienda un cepillo de fibra.
- g. Una solución de Cloro al 10% u otro similar, como sugiere el médico, para usar en la barra en caso de sangrado. Esta es una precaución necesaria para detener la propagación de enfermedades contagiosas transmitidas por la sangre.

- h. 3 asientos para el uso de los árbitros.
- i. 6 asientos y 1 mesa en o fuera de la plataforma para el locutor, el asistente del locutor, el encargado del protocolo manual, el cronometrador, el operador de computadora y el marshal de las tarjetas de intento, más todo su equipo.
- j. Asientos y mesa en o fuera de la plataforma para el jurado de cinco personas.
- k. Un proyector de luz diurna conectado a la computadora de la competencia mostrará la hoja de puntuación del campeonato. La brillantez de la luz del proyector debe ser de alta calidad (idealmente ANSI 6000 Lymen) y proyectarse en una pantalla grande (idealmente de 4 x 4 metros). Especificar la brillantez de la luz del proyector y el tamaño de la pantalla principal.
- l. Sistema de iluminación confiable en el que las luces se relacionen con la posición relevante de los tres árbitros.
- m. 3 juegos de tarjetas rojas, azules y amarillas para que los árbitros indiquen fallos (en caso que fallen el sistema de luces eléctricas).
- n. Un tablero de intento de levantamiento individual que muestre el peso real en la barra.
- o. Un reloj visible para los levantadores, entrenadores y público que muestre el tiempo restante en el cual el levantamiento debe comenzar.
- p. Mesa para exhibición de trofeos, etc. (no en la plataforma).

5. Área de Calentamiento

- a. El área de calentamiento debe tener al menos 20m x 10m de tamaño. Ver Apéndice 2. Un mínimo de 4 plataformas. Especificar el número de plataformas. El equipamiento del área de calentamiento debe incluir (a - e):
- b. Cada plataforma debe estar equipada con una barra 20Kg y seguros sw 2,5kg c/u, además de: 8 x 25 kg, 2 x 20 kg, 2 x 15 kg, 2 x 10 kg, 2 x 5 kg, 2 x 2,5 kg, 2 x 1,25 kg de discos. (307,5 kg + barra y seguros = 332,5 kg) Especificar el nombre del fabricante de la barra: NOTA: Todas las barras y discos deben estar autorizados por FESUPO mediante carta escrita y preferiblemente ser similares a los de la plataforma de competición. La superficie de cada plataforma de calentamiento (con un mínimo de 2,5 x 2,5 m) debe ser plana y cubierta con un material de moqueta lisa antideslizante.
- c. Cada plataforma debe tener soportes de levantamiento de potencia que incluyan soportes de seguridad (preferiblemente similares a los utilizados en la plataforma de competición), caja de carbonato de magnesio, etc. Especificar el nombre del fabricante de los soportes de levantamiento de potencia.
- d. Altavoz vinculado con el área de competición, monitor de televisión que muestre el orden de levantamiento y un monitor de televisión que muestre la hoja de puntuación Especificar cuáles de las instalaciones mencionadas se proporcionarán.
- e. Bebidas "suaves" gratuitas / agua fresca para los levantadores, cargadores y oficiales.
- f. **El organizador es responsable de controlar el acceso al área de calentamiento solo a oficiales, entrenadores y levantadores que compiten en las categorías de peso en curso. Control mediante acreditación realizada por el organizador y con la aprobación de FESUPO.**

- El máximo de Coach registrados aceptados en el área de calentamiento es 4.
- Para 1 Atleta hasta 2 coach / para 2 Atletas hasta 3 coach / Para 4 o mas, 4 coach.

6. Área de Vendaje:

- a. El tamaño del área de envoltura debe ser de al menos 8x4 m y estar equipado con sillas y pantallas según el Apéndice 3.

7. Sala de pesaje (con posibilidad de cerrar con llave). El equipamiento debe incluir (a-c):

- a. Balanzas calibradas digitales con hasta 2 dígitos luego de la coma de kilogramos
- b. Mesa y sillas para árbitros.
- c. El Secretario Técnico proporcionará al árbitro principal de cada categoría de peso un sobre que contenga hojas de puntuación, hojas de verificación de equipamiento, hojas de altura de rack, hojas de orden de pesaje, tarjetas de competición del locutor y hojas de intentos de los levantadores. Estos documentos deben ser completados por el Secretario Técnico ingresando los nombres de todos los levantadores nominados según lo establecido en la reunión técnica previa a la competición. Deben proveerse tarjetas en blanco adicionales, etc., para cualquier levantador adicional que se una a una categoría debido a cambios en el peso corporal.

8. Sala de Verificación/Chequeo de Equipamiento (con posibilidad de cerrar con llave). Esta sala debe estar adyacente a la sala de pesaje. El equipamiento debe incluir: Mesa y sillas para árbitros. Las hojas de verificación de equipamiento estarán contenidas en el sobre entregado al árbitro principal de la categoría de peso.

9. Oficiales: El organizador es responsable de nombrar a todos los oficiales y en números suficientes para garantizar el funcionamiento eficiente de la competición. Los oficiales esenciales se enumeran en el libro de Reglas Técnicas de la IPF (Orden de la Competición: el promotor designará a los siguientes oficiales). Brevemente, son (a - h):

- a. Director de Competición (responsable general con respecto a la organización. Debe cooperar activamente con el Secretario del Campeonato de la FESUPO y el Director Técnico de FESUPO).
- b. Locutor / Anunciador (es esencial que tenga dominio del idioma inglés y preferentemente Juez Internacional o Juez Nacional).
- c. Secretario Técnico (un árbitro internacional de la IPF), con las responsabilidades enumeradas en las Reglas Técnicas de la IPF (Orden de Competición - Responsabilidades de los oficiales (b) El Secretario Técnico) debe ser proporcionado por el organizador para ayudar al Director Técnico y al Secretario General de FESUPO
- d. Cronometrador (preferiblemente un árbitro calificado).
- e. Controladores para limitar y controlar el acceso al área de calentamiento.
- f. Anotadores (Registrar el progreso de la competición tanto por métodos informáticos como manuales).
- g. Spotters/Cargadores (Un mínimo de 7 cargadores experimentados).

- h. Asistentes de control de dopaje. Se necesitan de 2 a 3 personas para ser supervisores (acompañantes) de los levantadores seleccionados para pruebas de dopaje y que esperan su turno para realizar la prueba. Se pueden designar otros oficiales adicionales, como médicos, paramédicos, terapeutas, etc., según sea necesario.
10. **Vestuarios**. a) Todas las instalaciones normales. (Indicar cantidad de salas.) Deben contar con papel higiénico y jabones.
11. **Consultorio médico**. Hay un médico disponible para el torneo o cobertura médica
12. **Cafetería**. Una cafetería que sirva comida caliente y fría, agua mineral, café, refrigerios, etc., debería estar en las inmediaciones del lugar de la competición.
13. **Sistema y equipo de computación**
- a. Programa de Competición. La IPF ha estandarizado el programa de competición llamado "Goodlift". El programa a usar debe ser autorizado por escrito por FESUPO.
 - b. En caso de no contar con un Operador con experiencia, FESUPO organiza el transporte para el operador seleccionado por la FESUPO y la federación nacional debe organizar y pagar su alojamiento y comida durante su estadía.
 - c. Los equipos a utilizar deben ser de última generación.
14. **Conexión a internet**: El organizador debe proveer una conexión a internet en el salón de la competición. Esta conexión será utilizada por el Oficial de Medios de la IPF y el Secretario del Campeonato de la IPF para publicar información durante y después del Campeonato. Debe contar con una velocidad de conexión a internet suficiente para la transmisión en vivo del campeonato.
15. **Medios**: Se recomienda que el organizador de un Campeonato Sudamericano tenga su propio sitio web con toda la información relevante y que se actualice con frecuencia.
16. **Reunión técnica**: Obligaciones del organizador:
- a. Proveer una sala de reuniones
 - b. Proporcionar un número suficiente (uno por nación) de listas de participación actualizadas para entregar a los delegados.
 - c. Agenda para la reunión técnica
 - Bienvenida por parte del oficial de FESUPO
 - Bienvenida por parte del Director del Evento (u otro representante de la Federación Nacional/Organizadora)
 - La información práctica proporcionada por el Director del Evento debe incluir: a) Detalles sobre básculas, transporte, banquete, etc. b) Ceremonia de apertura: 1 oficial y 1 levantador de cada nación deben participar. c) En la ceremonia de premiación, TODOS los participantes deben estar preparados para desfilan inmediatamente

después de la finalización de la competición vistiendo trajes nacionales.

- d. Confirmación de los levantadores participantes y categorías de peso (llamada por el Secretario del Campeonato de FESUPO).
- e. Confirmación de asignaciones para los árbitros (llamada por el Director Técnico de la FESUPO).
- f. Provisión de banderas e himnos nacionales (por el Organizador).
- g. Cualquier pago pendiente debe ser cancelado al fin de la reunión técnica.

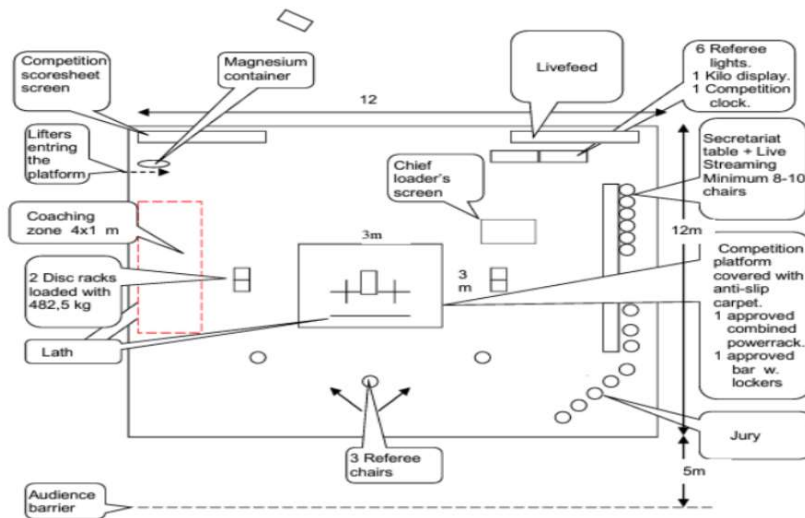
17. **Tareas de Oficina de Campeonato:** Debería establecerse una oficina del campeonato cerca del lugar de la competición con personal calificado. El equipamiento debe incluir:
- a. Fotocopiadora. Esto es esencial ya que se usará con frecuencia durante toda la competición.
 - b. Computadora con impresoras.
 - c. Suministro adecuado de papel para las máquinas mencionadas.
 - d. Suministro adecuado de documentos de competición de repuesto que pueda necesitar el Secretario Técnico durante la competición.
 - e. Se recomienda proporcionar conexión a internet y facilidades de fax.
 - f. El personal debería preparar los diplomas que se entregarán a los levantadores y oficiales.
 - g. El personal debería copiar las listas de inicio después de cada pesaje para entregárselas a los entrenadores, jurados y equipo de transmisión (si hubiere).
18. **Sistema de altavoces:** Se debe proporcionar un sistema de altavoces de buena calidad. En grandes instalaciones deportivas, los sistemas de altavoces instalados a menudo son de calidad bastante pobre, por lo que se debe evaluar y utilizar un sistema móvil si se considera necesario. Un sistema de altavoces deficiente puede arruinar la impresión de un campeonato por lo demás bien organizado. Es muy importante que también en el área de calentamiento los altavoces funcionen bien.
19. **Música:** Se debe proporcionar un sistema de música para reproducir los himnos nacionales y otra música. La música que acompaña a los levantadores está bajo la dirección del Jurado y debe terminarse según las especificaciones en las Reglas Técnicas de la IPF.
20. **Ceremonia Inaugural:** La Ceremonia de Apertura puede incluir un programa cultural y entretenido o ser más sencilla, pero siempre debe seguir un estándar formal que refleje el alto nivel de un Campeonato Sudamericano de Powerlifting. Se realizará un desfile con al menos 2 representantes por país participante. Se realizará un breve discurso de bienvenida por parte del Presidente de FESUPO y/u otro oficial designado. **La ceremonia inaugural debe tener un horario tal que, no interrumpa ni retrase la prosecución de la competencia, es decir, si por ejemplo el pesaje comienza a las 07.00 hs. la competencia debe empezar a las 09.00 hs, la ceremonia inaugural debe terminar antes de las 08.45 hs.**

21. **Ceremonia de Premiación:** La ceremonia de premiación debe mantener un alto estándar, ya que es una ceremonia importante destacada por los levantadores, los oficiales, los espectadores y los medios de comunicación. Se toman muchas fotos y videos, que se distribuyen y reflejan el estándar y la calidad del levantamiento de pesas a nivel internacional. Deberá sonar el himno nacional del que toca para el ganador. Los representantes designados para entregar medallas son designados por el Director del Evento (u otro representante de la organización). El Presidente de la FESUPO u otro representante de la FESUPO deberá ser una de las personas que entregue las medallas. Además, uno o dos representantes de la organización pueden ser designados. Una ceremonia mínima se describe a continuación.

- Desfile de Entrada
- Un representante de la Organización (o el Controlador Técnico de la IPF) recoge la lista de resultados y alinea a todos los participantes en la categoría de peso correcta detrás del escenario.
- Todos los levantadores deben usar trajes nacionales para ser admitidos en la ceremonia de premiación.
- Los levantadores desfilan junto con música de marcha, guiados por la persona responsable de la organización, y se alinean detrás del podio de victoria.
- Ceremonia de Medallas
- Se entregarán medallas por modalidad de acuerdo al siguiente orden: Sentadilla, Press de Banco y Peso Muerto. Finalmente se entregará las medallas por total.
- Se reproducirá el himno nacional del Atleta ganador.
- Están prohibidas las banderas en los podios.

22. Banquete / Cena.

PLATAFORMA DE COMPETENCIA – Apendice 1



AREA DE CALENTAMIENTO – Apéndice 2

