

## Maxima 2026

### Apollon Axle Wagon Lift & Whagon Wheels Deadlift

F.I.S.Man in collaborazione con Luigi Mazza e Pisaurum Body Lab organizza il Trofeo 2025 di Apollon Axle Lift e Axle Deadlift.

#### **1.0 Informazioni Gara**

##### **1.01 Luogo**

La competizione e le procedure di pesa si svolgeranno presso: [Pisaurum Body Lab](#).

##### **1.01.1 Indirizzo**

Indirizzo: Str. dei Pioppi, 12, 61122 Pesaro PU.

Google Maps: <https://g.co/kgs/EjGN8z8>

##### **1.02 Data e Orari**

Gli orari della competizione sono suddivisi nelle seguenti fasi:

##### **1.02.1 Orari Pesa:**

- 10/04/2026 Aperta a tutti i partecipanti: 19.00 – 20.00.
- 11/04/2026 Aperta a tutti i partecipanti: 10.00 – 10.30
- 01/03/2025 Aperta ai partecipanti del Deadlift: 13.30 – 14.00

##### **1.02.2 Orari Gara:**

- 11/04/2026 Axle Lift: 11.00 – 13.30
- 11/04/2026 Wagon Wheels Deadlift: 14.30 – 17.30
- 11/04/2026 Premiazioni: 18.00 – 18.30

##### **1.03 Costi**

	<b>1 Prova</b>	<b>2 Prove</b>
<b>Tesserati</b>	35€	50€
<b>Non Tesserati</b>	45€	60€

##### **1.04 Diretta Youtube**

Diretta dalle ore **10.00** sul canale Youtube [StrongmanitaliaTv](#)

**Nota:** Orari Gara e dinamiche prove sono sottoposte a modifiche causate dalla logistica dell'evento o problematiche non inerenti alla volontà degli organizzatori. Eventuali variazioni saranno comunicate nel modo più tempestivo possibile da F.I.S.Man, al fine di garantire il minor disagio possibile agli atleti.

## **2.0 Categorie Peso**

### **2.01 Suddivisione Categorie di Peso**

Le categorie gara per le iscrizioni sono gestite seguendo le direttive del Regolamento Generale **2.05.3 Maxima**. Sono presenti le seguenti categorie di peso sia per l'Axle Lift e sia per l'Axle Deadlift.

Categorie di peso **Maschili**:

- U80, di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 80kg.
- U90, di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 90kg.
- U105, di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 105kg.
- U120 (Solo premiazione Miglior Atleta), di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 120kg.
- Open, di cui faranno parte gli atleti senza limite di peso corporeo.

Categorie di peso **Femminili**:

- U57 (Solo premiazione Miglior Atleta), di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 57kg.
- U64, di cui fanno parte le atlete con un peso corporeo di massimo 80kg.
- U73 (Solo premiazione Miglior Atleta), di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 73kg.
- U82 (Solo premiazione Miglior Atleta), di cui fanno parte gli atleti con un peso corporeo di massimo 82kg.
- Open, di cui faranno parte le atlete senza limite di peso corporeo.

**Nota:** Le operazioni e le regolamentazioni di pesa seguiranno le direttive del Regolamento Generale **4.02. Modalità Pesa Atleti**

### **2.02 Record di Categoria**

I record di categoria sono delineati seguendo le classificazioni per categorie di Peso e di Età, di seguito i criteri di suddivisione di queste ultime:

- Sub Junior: Atleti di età inferiore a 18 Anni (da compiere).
- Junior: Atleti di età compresa tra 18 Anni (compiuti) e 23 anni (da compiere).
- Senior: Atleti di età compresa tra 23 Anni (compiuti) e 40 anni (da compiere).
- Master I: Atleti di età compresa tra 40 Anni (compiuti) e 50 anni (da compiere).
- Master II: Atleti di età compresa tra 50 Anni (compiuti) e 60 anni (da compiere).
- Master III: Atleti di età compresa tra 60 Anni (compiuti) e 70 anni (da compiere).
- Master IIII: Atleti di età compresa tra 70 Anni (compiuti) e 80 anni (da compiere).

#### **2.02.1 Record Axle Lift (In aggiornamento).**

**U57kg Woman**

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	50 kg	\	\
\	Junior	55 kg	\	\

\	Senior	65 kg	\	\
\	Master I	55 kg	\	\
\	Master II	50 kg	\	\
\	Master III	45 kg	\	\
\	Master IIII	40 kg	\	\

#### U64kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	55 kg	\	\
\	Junior	60 kg	\	\
\	Senior	70 kg	\	\
\	Master I	60 kg	\	\
\	Master II	55 kg	\	\
\	Master III	50 kg	\	\
\	Master IIII	45 kg	\	\

#### U73kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	60 kg	\	\
\	Junior	65 kg	\	\
\	Senior	75 kg	\	\
\	Master I	65 kg	\	\
\	Master II	60 kg	\	\
\	Master III	55 kg	\	\
\	Master IIII	50 kg	\	\

#### U82kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	65 kg	\	\
\	Junior	70 kg	\	\
\	Senior	80 kg	\	\
\	Master I	70 kg	\	\
\	Master II	65 kg	\	\
\	Master III	60 kg	\	\
\	Master IIII	55 kg	\	\

#### Open Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	70 kg	\	\
\	Junior	75 kg	\	\
\	Senior	85 kg	\	\
\	Master I	75 kg	\	\
\	Master II	70 kg	\	\
\	Master III	65 kg	\	\
\	Master IIII	60 kg	\	\

#### U80kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	95 kg	\	\
\	Junior	105 kg	\	\
\	Senior	110 kg	\	\
\	Master I	105 kg	\	\
\	Master II	95 kg	\	\
\	Master III	85 kg	\	\
\	Master IIII	75 kg	\	\

#### U90kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	100 kg	\	\
\	Junior	110 kg	\	\
\	Senior	120 kg	\	\
\	Master I	110 kg	\	\

\	Master II	100 kg	\	\
\	Master III	90 kg	\	\
\	Master IIII	80 kg	\	\

#### U105kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	110	\	\
\	Junior	120	\	\
\	Senior	130 kg	\	\
\	Master I	120 kg	\	\
\	Master II	110 kg	\	\
\	Master III	100 kg	\	\
\	Master IIII	90 kg	\	\

#### U120kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	115 kg	\	\
\	Junior	125 kg	\	\
\	Senior	140 kg	\	\
\	Master I	125 kg	\	\
\	Master II	115 kg	\	\
\	Master III	105 kg	\	\
\	Master IIII	95 kg	\	\

#### Open Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	120 kg	\	\
\	Junior	130 kg	\	\
\	Senior	150 kg	\	\
\	Master I	130 kg	\	\
\	Master II	120 kg	\	\
\	Master III	110 kg	\	\
\	Master IIII	100 kg	\	\

## 2.02.2 Record Wagon Wheel Deadlift.

### U57kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	125 kg	\	\
\	Junior	135 kg	\	\
\	Senior	160 kg	\	\
\	Master I	135 kg	\	\
\	Master II	125 kg	\	\
\	Master III	100 kg	\	\
\	Master IIII	100 kg	\	\

### U64kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	135 kg	\	\
\	Junior	155 kg	\	\
\	Senior	180 kg	\	\
\	Master I	155 kg	\	\
\	Master II	135 kg	\	\
\	Master III	120 kg	\	\
\	Master IIII	110 kg	\	\

### U73kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	145kg	\	\
\	Junior	160 kg	\	\
\	Senior	190 kg	\	\
\	Master I	160 kg	\	\
\	Master II	145 kg	\	\

\	Master III	125 kg	\	\
\	Master IIII	120 kg	\	\

#### U82kg Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	135 kg	\	\
\	Junior	150 kg	\	\
\	Senior	180 kg	\	\
\	Master I	150kg	\	\
\	Master II	135 kg	\	\
\	Master III	115 kg	\	\
\	Master IIII	90 kg	\	\

#### Open Woman

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	155 kg	\	\
\	Junior	170 kg	\	\
\	Senior	200 kg	\	\
\	Master I	170kg	\	\
\	Master II	155 kg	\	\
\	Master III	135 kg	\	\
\	Master IIII	110 kg	\	\

#### U80kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	230 kg	\	\
\	Junior	255kg	\	\
\	Senior	280 kg	\	\
\	Master I	255 kg	\	\
\	Master II	230kg	\	\
\	Master III	210 kg	\	\
\	Master IIII	185 kg	\	\

#### U90kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	245 kg	\	\
\	Junior	275 kg	\	\
\	Senior	300 kg	\	\
\	Master I	275 kg	\	\
\	Master II	245 kg	\	\
\	Master III	230 kg	\	\
\	Master IIII	200 kg	\	\

#### U105kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	255kg	\	\
\	Junior	280 kg	\	\
\	Senior	310 kg	\	\
\	Master I	280 kg	\	\
\	Master II	255 kg	\	\
\	Master III	235 kg	\	\
\	Master IIII	210 kg	\	\

#### U120kg Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	265 kg	\	\
\	Junior	290 kg	\	\
\	Senior	320 kg	\	\
\	Master I	290 kg	\	\
\	Master II	265 kg	\	\
\	Master III	255 kg	\	\

\	Master IIII	220 kg	\	\
---	-------------	--------	---	---

### Open Men

Nome	Categoria Età	Record	Data	Evento e Luogo
\	Sub Junior	275 kg	\	\
\	Junior	300 kg	\	\
\	Senior	330 kg	\	\
\	Master I	300 kg	\	\
\	Master II	275 kg	\	\
\	Master III	255 kg	\	\
\	Master IIII	230 kg	\	\

## 3.0 Classifica Gara

Le classifiche della competizione Singola Prova e Combinata Prove sono redatte seguendo due diversi criteri, di seguito riportate per la determinazione dei punteggi e classifiche.

### 3.01 Classifica Singola Prova

La Classifica Combinata Singola Prova viene stilata tenendo conto dei carichi massimi sollevati durante lo svolgimento della competizione.

Atleti	Sollevamento 1	Sollevamento 2	Sollevamento 3	Classifica
Atleta A	115 kg	135 kg	155 kg	1°
Atleta B	100 kg	120 kg	140 kg	2° (B.W. <)
Atleta C	130 kg	135 kg	140 kg	3°
Atleta D	100 kg	115 kg	125 kg	4°
Atleta E	95 kg	100 kg	115 kg	5°
Atleta F	60 kg	80 kg	100 kg	6°
Atleta G	75 kg	85 kg	95 kg	7°

**Nota:** Vengono conteggiati anche atleti non tesserati che partecipano al solo "trofeo" di giornata all'interno della classifica; senza alcun ricalcolo finale.

### Ex Equo Punteggi Classifica Combinata Prove

Nella casistica in cui due o più atleti dovessero risultare con il medesimo massimo carico sollevato, i criteri di valutazione per decretare la classifica sono i seguenti per ordine di importanza:

- **Peso Corporeo:** Il peso corporeo va a determinare l'ordine di classifica, dall'atleta più leggero al più pesante.

Nel caso non ci fosse differenza di peso corporeo tra i due atleti, la prova finisce in parità

### 3.02 Classifica Combinata Prove

La Classifica Combinata Prove tiene conto del risultato ottenuto nella Classifica Singola Prova di due o più eventi di giornata (inerenti alle prove presenti alle competizioni Strongman). Andando a sommare le posizioni delle Classifiche Singola Prova, così da delineare il punteggio direttamente con i valori ottenuti da questa operazione.

Atleti	Prova Singola 1, Posizione	Prova Singola 2, Posizione	Classifica Combinata Prove.	
Atleta A	1° (Oro)	4°	1°	1+4= 5pt (Oro)
Atleta B (B.W.: 90,1kg)	3°	2°	2°	3+2= 5pt (B.W.)
Atleta C (B.W.: 111,2kg)	2	3	3°	2+3= 5pt

Atleta D	6	1	4°	6+1= 7
Atleta E	4	5	5°	4+5= 9
Atleta F	5	6	6°	5+6= 11
Atleta G	7	7	7°	7+7= 14

### Ex Equo Punteggi Classifica Combinata Prove

Nella casistica in cui due o più atleti dovessero risultare con il medesimo numero di punti in fase di calcolo della Classifica Combinata Prove, i criteri di valutazione per decretare la classifica definitiva sono i seguenti per ordine di importanza:

- **Medagliere Prove:** Saranno conteggiati i Primi Posti ottenuti; in caso di parità si procederà per i Secondi Posti ottenuti; e così via fino alla fine delle posizioni ottenute dagli atleti presi in esame.
- **Peso Corporeo:** Il peso corporeo va a determinare l'ordine di classifica, dall'atleta più leggero al più pesante.
- **Carico Totale Sollevato:** La somma dei carichi maggiori sollevati nelle due specialità va a determinare l'ordine di classifica dal totale maggiore al minore.

#### 3.02.1 Punteggi Classifica Annuale P.S.L., R.S.L. e N.S.L.

Gli eventi Maxima conferiscono punti per la Classifica Annuale Atleti seguendo la Classifica Combinata delle due prove (Overhead Lift e Deadlift) per tutte le categorie di peso, come espresso nel paragrafo 3.02.0 del Regolamento Generale.

I punteggi sono assegnati secondo lo schema seguente:

Posizione	Punti Acquisiti
1°	6
2°	4
3°	2
4°	1
Ecc	1

**Nota:** Vengono conteggiati anche atleti che partecipano al solo "trofeo" di giornata all'interno della classifica; senza alcun ricalcolo finale.

### 3.03 Punteggi Classifica Annuale Maxima Deadlift

La Classifica Annuale tiene conto della somma di tutti i punteggi conseguiti direttamente dagli atleti nelle competizioni Maxima Deadlift. Indipendentemente se gli atleti siano tesserati ai campionati P.S.L., R.S.L., N.S.L o meno.

I punteggi vengono assegnati come descritto nel paragrafo 3.04.1 e 3.04.1A del Regolamento Generale.

I punteggi sono assegnati secondo lo schema seguente:

Campionato	Oro	Argento	Bronzo
Deadlift	9	6	3

#### 3.03.1 Ex Equo Punteggi Classifica Annuale Maxima

Nella casistica in cui due o più atleti dovessero risultare con il medesimo numero di punti in

fase di calcolo della Classifica Annuale, i criteri di valutazione per decretare la classifica definitiva sono i seguenti per ordine di importanza:

- **Medagliere Annuale:** Saranno conteggiati in tutte le prove delle gare eseguite i Primi Posti ottenuti; in caso di parità si procederà per i Secondi Posti ottenuti; e così via fino alla fine delle posizioni ottenute dagli atleti presi in esame.
- **Risultato Gara:** Il risultato dell'ultima gara determina l'ordine di classifica.
- **Peso Corporeo:** Il peso corporeo va a determinare l'ordine di classifica, dall'atleta più leggero al più pesante.

## **4.0 Modalità Gara**

Di seguito sono riportate le regole ed i comportamenti che gli Atleti, allenatori e accompagnatori, devono seguire per permettere il regolare svolgimento della competizione.

### **4.01 Regole Campo Gara**

Le procedure gara espresse in questo paragrafo sono delineate per facilitare il fluido svolgimento della competizione, per favorire la performance degli atleti.

#### **4.01.1 Dinamiche di Chiamata**

- **Chiamata:** L'Atleta viene chiamato in pedana. Dichiarando anche agli atleti successivi di prepararsi.
- **Conferma di partenza:** Nel caso di una prova di Deadlift, l'atleta una volta pronto al sollevamento e settato sulla barra, farà un cenno all'arbitro per dare il via all'alzata.
- **Dichiarazione Carico:** L'atleta (o l'accompagnatore) una volta effettuata l'alzata, dovrà andare dall'arbitro designato a dichiarare il carico che vuole eseguire nel tentativo successivo.
- **Lista Carichi:** I carichi selezionabili dall'atleta sono elencati nel paragrafo 6.00 Regolamento Prove.

#### **4.01.2 Accompagnatore**

- L'accompagnatore può seguire l'atleta solo fino all'entrata del campo gara.
- L'accompagnatore può interagire con l'arbitro di pedana solamente per segnalare che l'atleta è pronto all'inizio del sollevamento.
- L'accompagnatore una volta concluso il tentativo, può accedere al campo gara per aiutare l'atleta se risultasse necessario.

### **4.02 Regole Alzate Gara**

Le alzate gara seguiranno le seguenti regole

- **Tentativi:** Un atleta ha a disposizione **3** tentativi per ogni prova.
- **Tempo Convocazione:** Il tempo massimo per presentarsi a bordo pedana è di **30s** dal momento della chiamata da parte dell'arbitro.
- **Tempo per Sollevamento:** Il tempo massimo per completare l'alzata è di **60s** dal fischio dell'arbitro. Non vi sono limiti di tentativi di sollevamento durante questo tempo.

#### **4.02.1 Chiamate Gara**

Le dinamiche delle chiamate gara osservano le seguenti regole:

- E' possibile cambiare il carico dichiarato per la chiamata gara in qualsiasi momento fino all'**inizio del turno** di chiamate con quel carico. Se il turno è iniziato, non è possibile effettuare nessuna tipologia di cambio carico con il valore in questione.
- Una volta eseguito un tentativo con esito negativo, il seguente dovrà essere effettuato ad un carico uguale o superiore.

#### **4.02.1A Chiamate Gara Sequenziali**

Nel caso in cui un atleta vada a ripetere il tentativo appena effettuato con esito negativo, o con esito positivo chiamando un carico superiore.

Sono possibili le seguenti dinamiche a seconda della casistica:

- Ripetizione del tentativo alla fine della lista di atleti presenti nel turno.
- Ripetizione/Esecuzione del tentativo con 5 minuti di recupero. Nel caso di Record il recupero massimo è di 10 minuti.
- Ripetizione/Esecuzione del tentativo facendo procedere la competizione al carico successivo, ed effettuando il tentativo alla fine del turno in questione. Ma in questo caso sarà poi negato l'accesso al carico eseguito nel turno in questione.

#### **4.02.2 Alzata Gara Record**

E' possibile effettuare la quarta alzata esclusivamente nel caso in cui si tratti di un tentativo di Record Italiano. Di seguito le dinamiche riguardanti la quarta alzata a disposizione degli atleti.

- **Incremento:** La chiamata deve incrementare il valore del Record Italiano di almeno 1kg.
- **Attribuzione Record:** Se due atleti eseguono il medesimo carico, sorpassando il precedente record di almeno 1kg, il Record Italiano viene attribuito a chi per primo ha eseguito il sollevamento.
- **Diritto di chiamata:** E' possibile effettuare la chiamata se il terzo tentativo è stato effettuato con successo, oppure se il terzo tentativo era esso stesso già un tentativo di Record. In questo caso il carico di chiamata non può essere modificato.

**Nota:** Se due atleti effettuano la quarta chiamata di Record, ed il primo dei due riesce ad effettuarlo, il secondo atleta è tenuto ad incrementare la sua quarta chiamata di almeno 1kg.

#### **4.03 Axle Lift e Axle Deadlift Prime Time**

Il Prime Time è una sotto suddivisione della competizione di Axle Life e Axle Deadlift.

Al suo interno gareggiano gli atleti più performanti di ogni categoria di peso, in modo da favorire lo spettacolo e l'agonismo tra gli stessi.

Gli atleti vengono selezionati a seconda dei risultati conseguiti nelle competizioni precedenti e sulla base delle possibili candidature degli stessi.

## **5.0 Penalità**

Atleti ed accompagnatori sono tenuti a rispettare in tutte le sue parti il Regolamento Generale 2025, ed in particolare il paragrafo 5.00 Etica Sportiva e Penalità; oltre che il presente regolamento in questione.

### **5.01 Gara**

Nel caso di una violazione dei paragrafi 4.01.1 e 4.01.2; il tentativo di sollevamento verrà annullato e l'atleta sarà costretto a passare al turno successivo.

### **5.02 Attrezzature**

Se Atleti, accompagnatori o pubblico incorressero in danneggiamenti volontari od accidentali dei locali gara e delle attrezzature utilizzate; saranno ritenuti responsabili e saranno chiamati a risarcire il danno provocato.

A seconda della dinamica e dell'entità del problema, saranno allontanati dalla competizione.

## **6.0 Regolamento Prove**

Di seguito riportate alcune dinamiche per la gestione delle prove e dinamiche gara dello Strongman Sport.

- **Vestiaro:** L'atleta è tenuto a seguire il paragrafo 4.03 del Regolamento Generale ed i seguenti paragrafi 6.01 e 6.02. Prima dell'inizio della prova gli atleti possono essere soggetti a controllo attrezzature.
- **Gestione Prova:** Una volta iniziata la prova, la gestione degli attrezzi gara è a completa discrezione e responsabilità dell'atleta.
- **Problematiche Fisiche:** Prima dello svolgimento delle prove, è interesse dell'atleta far constatare all'arbitro le eventuali problematiche e difficoltà fisiche. Quali distensione dei gomiti ed estensione delle spalle; oppure semplici ferite a carico delle mani e conseguente fasciatura.
- **Convalida Alzata:** L'atleta è tenuto a rimanere immobile per un tempo sufficientemente lungo fino a quando l'arbitro di riferimento non avrà convalidato l'alzata in questione.

Se questo non dovesse verificarsi, l'alzata non sarà conteggiata come tale.

La convalida avviene con un movimento discendente del braccio o della mano dell'arbitro.

- **Errori Arbitrali e Malfunzionamenti:** A causa di eventuali malfunzionamenti delle attrezzature, o di un errore arbitrale accertato da parte degli arbitri stessi o di più membri del C.D.F. e C.E.F.; è possibile (se ritenuto necessario) far ripetere la prova all'atleta in questione. Ciò avverrà alla fine della categoria di peso dell'atleta stesso. Nel caso in cui egli fosse l'ultimo in categoria sceso in pedana, avrà diritto a 5 minuti di pausa.

## 6.01 Apollon Axle Lift Whagon Lift

L'Apollon Axle Lift è una prova in cui l'Axle viene sollevato da terra fino a sopra la testa. Storicamente questa prova è stata "creata" da Louis Uni (Apollon) nel 1892.

### 6.01.1 Specifiche Tecniche Axle

- **Lunghezza:** 220 cm.
- **Spessore:** 50 mm.
- **Dischi:** Standard 450mm. Wheel: 600mm.

### 6.01.2 Specifiche Tecniche Prova

- **Tempo:** 60s tempo massimo per tentativo.
- **Vittoria:** Carico Massimo sollevato.

### 6.01.3 Convalida Alzata

Qualsiasi irregolarità nelle seguenti regole comporta l'annullamento del tentativo.

- **Posizione Braccia:** Distese sopra la testa, con gomiti estesi ed immobili, busto eretto ed attrezzatura prova sopra la testa.
- **Posizione Gambe:** Con ginocchia ed anche estese.
- **Posizione Piedi:** Talloni non più larghi della larghezza dei gomiti e piedi non più sfalsati della loro lunghezza.

### 6.01.4 Vestiario

Qualsiasi irregolarità nelle seguenti regole comporta l'impossibilità di eseguire il tentativo.

Seguendo le direttive del Regolamento Generale 4.03; è concesso utilizzare esclusivamente maglie del circuito Maxima durante l'esecuzione delle prove e durante le procedure di presentazione e di premiazione.

### 6.01.5 Carichi

Di seguito riportata la lista dei carichi standard selezionabili per l'esecuzione della prova.

Carico Solidale							
Disco Standard	40 kg	45 kg	50 kg	55 kg	70 kg	75kg	\
Whagon Wheel	80 kg	85 kg	90 kg	95 kg	100 kg	105kg	Ecc

### 6.01.6 Penalità

- **Partenza:** E' possibile toccare la prova, ma non sollevarla prima del fischio di partenza. E' concessa una falsa partenza in tutta la gara. **Pena** recidiva: squalifica dal tentativo.
- **Collanti:** Non è possibile utilizzare nessun tipo di resina e collante su nessuna parte dell'attrezzatura o del proprio corpo. **Pena:** la squalifica dalla prova.
- **Utilizzo di parti corporee non idonee:** Non sono consentiti spinte ed appoggi sulla testa; il contatto dinamico senza aiuto al sollevamento non comporta nessuna penalità. **Pena:** la squalifica dal tentativo.

- **Utilizzo di parti della cintura non idonee:** Non è consentito nessun tipo di contatto e incastro sulle parti metalliche della cintura. Né sui ripiegamenti esterni nel caso delle cinture con ardiglione. Se l'atleta incorre in questa penalità, sarà costretto a ripartire con il sollevamento da terra. **Pena** recidiva: squalifica dal tentativo.
- **Drop a terra:** L'Axle dovrà obbligatoriamente atterrare dentro la pedana indicata dagli organizzatori, qualsiasi rotolamento seguente, non sarà conteggiato come irregolarità. **Pena:** la squalifica dalla prova ed in caso di danni, il risarcimento degli stessi.

## 6.02 Whagon Wheel Deadlift

L' Whagon Wheel Deadlift è una prova in cui il bilanciere viene sollevato da terra fino all'estensione completa di gambe e busto, sulla verticale dei piedi rispetto al terreno.

### 6.01.1 Specifiche Tecniche Axle

- **Lunghezza:** 220 cm.
- **Spessore:** 28 mm.
- **Dischi Whagon:** 750mm. Non solidali all'asse.

### 6.01.2 Specifiche Tecniche Prova

- **Tempo:** 60s tempo massimo per tentativo.
- **Vittoria:** Carico Massimo sollevato.

### 6.01.3 Convalida Alzata

Qualsiasi irregolarità nelle seguenti regole comporta l'annullamento del tentativo.

- **Posizione Mani:** Pollice ed indice devono sempre essere a contatto con la barra indipendentemente dal tipo di fasce utilizzate.
- **Posizione Braccia:** Estese in basso.
- **Posizione Gambe:** Con ginocchia ed anche estese. L'articolazione delle anche non dovrà formare un angolo concavo tra bacino e femore.
- **Posizione Mani-Ginocchia:** La rotula deve sempre essere "dentro" la proiezione a terra delle mani. **Nota:** Vietato lo stile di stacco Sumo.

### 6.01.4 Vestiario

Qualsiasi irregolarità nelle seguenti regole, comporta l'impossibilità di eseguire il tentativo.

Seguendo le direttive del Regolamento Generale 4.03; è concesso utilizzare esclusivamente maglie del circuito Maxima durante l'esecuzione dei tentativi di sollevamento, e durante le procedure di presentazione e di premiazione. **Nota:** Se l'atleta lo riterrà opportuno, potrà non indossare nessuna maglia sotto il corpetto da stacco nel caso del Deadlift.

### 6.01.5 Carichi

Di seguito riportata la lista dei carichi standard selezionabili per l'esecuzione della prova.

Carico									
100kg	105kg	110kg	1115kg	120kg	125kg	130kg	135kg	140kg	Ecc

#### 6.01.6 Penalità

- **Partenza:** E' possibile toccare la prova ma non sollevarla prima del fischio di partenza. E' concessa una falsa partenza in tutta la gara. **Pena** recidiva: squalifica dal tentativo.
- **Collanti:** Non è possibile utilizzare nessun tipo di resina e collante su nessuna parte dell'attrezzatura o del proprio corpo. **Pena:** la squalifica dalla prova.
- **Rimbalzo e Touch e Go:** Non è possibile eseguire nessun movimento di "rimbalzo" o in tensione continua una volta che l'attrezzatura si è staccata dal suolo. **Pena** recidiva: squalifica dal tentativo.
- **Drop a terra:** L'Axle dovrà obbligatoriamente atterrare dentro la pedana indicata dagli organizzatori, qualsiasi rotolamento seguente non sarà conteggiato come irregolarità. **Pena:** la squalifica dalla prova e in caso di danni il risarcimento degli stessi.