

DIAKOLIMPIA®



FEKVENYOMÁS VERSENYKIÍRÁS

2025/2026

A 2025/2026. TANÉVI FEKVENYOMÁS DIÁKOLIMPIA® VERSENYKIÍRÁSA

A Fekvenyomás Diákolimpiát az oktatásért felelős miniszter a Magyar Diáksport Szövetséggel (a továbbiakban: MDSZ) közösen hirdeti meg; a versenyt az MDSZ-szel kötött védjegyhasználati szerződés alapján a **Magyar Erőemelő Szövetség** rendezi meg.

1. A verseny célja

- A fekvenyomás sportág népszerűsítése.
- A diákok fizikai aktivitásra, rendszeres testmozgásra ösztönzése, az egészségfejlesztő testmozgás és az egészséges életmód népszerűsítése.
- Lehetőséget nyújtani arra, hogy a diákok eredményesen képviseljék iskolájukat a Diákolimpia® versenyrendszerében.
- A tanév „**Magyarország Fekvenyomás Diákolimpia® Bajnoka**” címének, valamint a további helyezések eldöntése.
- A felsőoktatási felvételi eljárás során Diákolimpia® versenyeken elért helyezésekért járó intézményi pontok jogosultjainak meghatározása.
- A felsőoktatási intézmények minden évben közzéteszik a felsőoktatási felvételi eljárás során a Diákolimpia® versenyeken elért helyezések után adható pontokat.

2. A verseny rendezője

A Magyar Diáksport Szövetséggel kötött együttműködési megállapodás keretében a **Magyar Erőemelő Szövetség** szervezésében kerül megrendezésre.

3. A verseny helyszíne, időpontja

Országos döntő

Helyszín **Angyalföldi Sportközpont** (1139 Budapest, Rozsnyay utca 4.)
Időpont 2026. február 21-22. (szombat-vasárnap)

Védnökök

Berke Lóránd - Magyar Erőemelő Szövetség elnöke

Versenyszervező **Schauer Kornél**

Technikai igazgató **Mizsér Péter**

e-mail: elnok@hunpower.hu

e-mail: alelnok@hunpower.hu

e-mail: fotitkar@hunpower.hu

4. A verseny résztvevői

A Magyar Diáksport Szövetség 2025/2026. tanévi Versenykiírások „Versenyszabályzat” VII. pontjában meghatározotta szerint.

Korcsoport

- IV. korcsoport: 2011-2012 évben születettek,
- V. korcsoport: 2009-2010 évben születettek,
- VI. korcsoport: 2006-2008 évben születettek.

Felversenyzés

A versenyzők csak a saját korcsoportjukban versenyezhetnek.

Korlátozás

Csapatban kizárólag egy iskola tanulói indulhatnak.

Résztvevők

Országos döntő

A köznevelési intézmények azon tanulói, akik a megadott nevezési határidőig nevezéssel rendelkeznek.

5. Versenyszámok, Súlycsoportok

Egyéni versenyben az alábbi súlycsoportokban

Lányoknál: 43, 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, +84 kg-os súlycsoport

Fiúknál: 53, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120 kg-os súlycsoport

6. Lebonyolítás

A versenyzőnek három gyakorlat bemutatására van lehetőség. A három gyakorlat közül a legnagyobb súlyú érvényesen teljesített gyakorlat számít be a végeredménybe.

Az országos döntőn a legkisebb fellapozható súly a lányok és a fiúk esetében is 25 kg.

Csapatversenyben mind a lány, mind a fiú csapatversenyben az öt legjobb helyezést elérő versenyző eredménye kerül értékelésre. Csapatversenyben a csapatot minimum 3 fő alkotja, de maximum 5 fő eredménye értékelhető.

A verseny a MERSZ versenyszabályzata alapján történik (kivéve a ruhaellenőrzést).

7. Nevezés

A Magyar Diáksport Szövetség 2025/2026. tanévi Versenykiírás „Versenyszabályzat” X. pontja szerint.

Online nevezési felület elérhető a Diákolimpia® honlapjáról (<https://nevezes.diakolimpia.hu/>) **vagy mobil applikáción keresztül.**

A nevezést kizárólag az érintett iskola alkalmazásában álló tanára készítheti el.

Előnevezés

A Diákolimpia applikáción keresztül a szülő/törvényes képviselő vagy edző előnevezheti a versenyzőt. Előnevezés kizárólag **egyéni versenyszámban** van lehetőség. Az előnevezés során testnevelő(k) megjelölése szükséges, aki(k) elektronikus levél formában értesítést kapnak az előnevezés tényéről. Az előnevezést az intézmény testnevelőjének szükséges jóváhagynia az Diákolimpia mobil applikációban vagy a webes felületen.

A nevezési lapon és a nevezési rendszerben fel kell tüntetni a tervezett súlycsoportot és a versenyző egyesületét (amennyiben rendelkezik azzal).

A nevezési rendszerben fel kell tüntetni a tervezett súlycsoportot amin változtatni egyszer lehet, részletes tájékoztató küldünk 2026.01.17-én a módosítás lehetőségéről a rendszerben rögzített email címre.

A nevezés megkönnyítése érdekében javasolt a versenykiírás mellékletét képző „Diákolimpia® Nevezést igénylő lap” kitöltése és testnevelő részére történő átadása, mely alapján a testnevelő a nevezést pontosan elvégezheti.

Nevezési határidő: 2026. január 16. (péntek)

Nevezési díj: NINCS

A nevezések alapján elkészített nevezési lista a Magyar Erőemelő Szövetség honlapján kerül közzétételre.

Amennyiben – akár utólag is – megállapításra kerül, hogy az egyéni vagy a csapatban szereplő versenyző a jelen „7. Nevezés” pontban foglaltakat nem tartotta be – különösen, ha az Online nevezés rendszerben nem került nevezésre –, az egyéni versenyző vagy a csapat eredménye megsemmisítésre kerülhet.

8. Költségek

A verseny rendezési költségeit a rendezők biztosítják.

Résztvételi díjak és költségek: A sportági szövetségek által rendezett Diákolimpia® versenyek esetében a **nevezési díjat** valamennyi magyarországi állami és nem állami fenntartású köznevelési intézmény, valamint szakképző intézmény vonatkozásában a Klebelsberg Központ fizeti meg központi költségvetési forrásból a Magyar Diáksport Szövetséggel kötött megállapodás alapján. A sportági szövetségek által rendezett Diákolimpia® versenyeken a tanulók részvételének feltételeként meghatározott vagy a verseny megszervezéséhez kapcsolódó **díj bármely egyéb jogcímen nem szedhető**

9. Igazolások

A Magyar Diáksport Szövetség 2025/2026. tanévi Versenykiírások „Versenyszabályzat” XII. pontja szerint.

A versenyzők a versenyek során kötelesek maguknál tartani a társadalombiztosítási azonosító jelet tartalmazó hatósági igazolványukat (TAJ kártya) vagy annak másolatát!

10. Díjazás

Az országos elődöntőn és az országos döntőn versenyszámonként és nemenként az 1-3. helyezettek (egyéni versenyzők és csapatok) érmet és oklevelet vehetnek át.

Az 1-3. helyezett csapatok továbbá serlegdíjazásban is részesülnek.

11. Sportági rendelkezések

Öltözet

- Fiúknak és lányoknak egységesen rövid ujjú póló és rövidnadrág.
- Csuklószerítő, öv használata engedélyezett.
- **Fekvenyomó EQ támasztó felszerelés (fekvenyomó ruha), könyökbondáz, könyökgumi használata nem engedélyezett!**
- MERSZ által jóváhagyott fekvenyomó raw felszerelés engedélyezett (kantáros mez, kerek nyakú póló)

Eredményhirdetés

- A benevezett versenyzők a nevezéssel tudomásul kell, veszik, hogy a verseny az eredményhirdetés végéig tart! Az előbb távozó versenyzők a versenyből kizárásra, eredményük törlésre kerül
- Minden egyéb kérdésben, amelyre ezen versenykiírás nem tér ki a Diákolimpia® „Versenyszabályzata” és a Magyar Erőemelő Szövetség hatályos szabályzatában meghatározottak szerint kell eljárni.

Az országos döntő részletes lebonyolítása:

MINDEN INTÉZMÉNYT 2026.01.25-ig e-mailen értesíteni fogunk a verseny pontos menetéről

A VERSENY TÖBB PLATFORMON KERÜL MEGRENDEZÉSRE

A verseny pontos időbeosztása a nevezések számától függ!



Minden résztvevőnek eredményes szereplést kívánnak a szervezők !

Schauer Kornél

Schauer Kornél
Magyar Erőemelő Szövetség
Szövetség

Versenyigazgató

Berke Lóránd

Berke Lóránd
Magyar Erőemelő Szövetség

Elnök

Mizsér Péter

Mizsér Péter
Magyar Erőemelő

Főtitkár

12. További Információ

Magyar Erőemelő Szövetség

Honlap: www.hunpower.hu

Versenyigazgató: Schauer Kornél alelnök

mobil: +36302781425

e-mail: alelnok@hunpower.hu

Nevezéssel kapcsolatos információ:

Magyar Diáksport Szövetség Ügyfélszolgálat

+36-1/269-2577



GET MOVIN'

kész, rajt!



A Hervis jóvoltából a **2025/2026. tanévi Diákolimpián** eredményesen szereplő diákok és felkészítő tanáraik Hervis ajándékutalvány jutalomban részesülnek:



A 2025/2026. tanévi Diákolimpia® valamennyi országos döntőse és felkészítő tanáraik

5.000 Ft

értékű vásárlási utalványt kapnak, amelyek minden 15.000 Ft feletti vásárlás esetén egyenként válthatók be áruházi vagy online vásárlás alkalmával.

A 2025/2026. tanévi Diákolimpia® valamennyi körzeti-, megyei- valamint országos elődöntő dobogósa és felkészítő tanáraik

3.000 Ft

értékű vásárlási utalványt kapnak, amelyek minden 15.000 Ft feletti vásárlás esetén egyenként válthatók be áruházi vagy online vásárlás alkalmával.

Az utalványok a versenyeken kerülnek átadásra, és **2025. december 31-ig** válthatók be bármely hazai Hervis áruházban, vagy a Hervis webshopjában. Az utalványok összevonhatók más akciókkal is, tehát a vásárlási végösszegeből kerülnek levonásra. Minden további információ megtalálható az ajándékkártyák hátulján szereplő részletes leírásban.

.....

SOK SIKERT KÍVÁN
A HERVIS MINDEN DIÁKOLIMPIA®
RÉSZTVEVŐNEK ÉS FELKÉSZÍTŐ TANÁRAIKNAK!

DIAKOLIMPIA®

KÖVESS MINKET!



facebook.hu/diakolimpia



Instagram.com/diakolimpia_official



tiktok.com/diakolimpia