



Equipos y Vestimenta de Competencia

Las siguientes reglas de vestimenta de competencia son tomadas del Reglamento Técnico de la IPF.

En el caso de mencionarse la lista de aprobación de la IPF, Powerlifting RD no estará limitando el uso de equipos fuera de la “Lista de Utilaje y Material Deportivo para uso en competencias IPF”, pero sí son altamente recomendados. Los equipos deben cumplir con las especificaciones indicadas.

Lista de Utilaje y Material Deportivo para uso en competencias IPF:
https://www.powerlifting.sport/fileadmin/ipf/data/rules/approved-list/Approved_List_2019-2022_Final-new.pdf

General

- A. Está estrictamente prohibido el uso de aceite, grasa u otro lubricante, tanto en el cuerpo como en el equipamiento.
- B. Solamente se puede aplicar polvo de talco y carbonato de magnesio al cuerpo y atuendos, nunca a las vendas ni a las muñequeras.
- C. Está estrictamente prohibido el uso de cualquier tipo de material antideslizante en las suelas del calzado. Esto se aplica a todo material antideslizante que se pueda pegar a las suelas, como papel de lija, tela esmeril, etc., incluyendo resina y carbonato de magnesio. Un espray de agua es aceptable.
- D. No puede aplicarse ninguna sustancia al equipamiento de competencia aparte del agente estéril que se use para la limpieza periódica de la barra, el banco, o la tarima.
- E. Pueden usarse espinilleras ligeras debajo de las medias o calcetines.

Traje de levantamiento o Singlet

- A. Debe vestirse con un traje de levantamiento sin soporte o singlet en toda la competencia.
- B. Los tirantes deben ir sobre los hombros del levantador en todo momento en todos los intentos de levantamiento y en todas las competencias.
- C. **Se recomienda** el uso en competencia de trajes sin soporte de fabricantes aceptados en la “Lista de Utilaje y Material Deportivo Aprobado para Uso en competencias IPF”.

D. Adicionalmente, todos los trajes son soporte de fabricantes aprobados deben cumplir todas las especificaciones del Reglamento Técnico de la IPF:

- a. Los trajes sin soporte deben cumplir las siguientes especificaciones:
 - i. El traje debe consistir en una única pieza y ajustada, sin holgura, cuando esté puesto.
 - ii. El traje debe estar fabricado completamente a partir de tela o material sintético que no sean de ayuda al levantador durante la ejecución de ningún levantamiento.
 - iii. El material del traje debe ser de una sola capa de grosor, aunque en la zona de la entrepierna puede tener una zona de 12 x 24 cm, como máximo, con un grosor doble.
 - iv. El traje debe tener perneras, de una extensión mínima de 3 cm y máxima de 25 cm, medidos desde la entrepierna hasta el final de la pierna.
 - v. El traje puede llevar los logotipos o emblemas:
 1. del fabricante del traje aprobado por la IPF.
 2. del país del levantador.
 3. del nombre del levantador.
 4. los logotipos admitidos según los criterios establecidos en el apartado "Logotipos de los patrocinadores".
 5. únicamente en competencias nacionales o de menor nivel, el patrocinador del club o del levantador, aunque dicho logo no haya sido aprobado por la IPF.

Camiseta:

- A. Todos los levantadores deben vestir una camiseta debajo del traje de levantamiento en los movimientos de sentadilla, press banca y peso muerto.
- B. La camiseta debe cumplir con las siguientes especificaciones:
 - a. La camiseta debe estar fabricada completamente de tela o un textil sintético, y no puede estar hecha total o parcialmente de material engomado o material elástico similar.
 - b. No tendrá ninguna costura reforzada, ni bolsillos, ni botones, ni cremalleras, ni cualquier otro tipo de cuello que no sea el redondo.
 - c. La camiseta tendrá mangas que lleguen por debajo del deltoides y queden por encima del codo del levantador. No pueden llevarse remangadas o enrolladas hacia los deltoides mientras el levantador esté compitiendo.
 - d. La camiseta podrá ser de uno o varios colores, sin logotipos ni emblemas, o llevar logotipos o emblemas:
 - i. del país del levantador.
 - ii. con el nombre del levantador.
 - iii. de la Región Internacional IPF del levantador.
 - iv. del evento en el cual el levantador esté compitiendo.
 - v. los logotipos admitidos según los criterios establecidos en el apartado "Logotipos de los patrocinadores".
 - vi. únicamente en competencias nacionales o de menor nivel, el patrocinador del club o del levantador, aunque dicho logo no haya sido aprobado por la IPF.

Calcetines

Podrán llevarse calcetines.

- A. Pueden ser de cualquier color o colores y tener el logo del fabricante.
- B. No pueden ser de longitud tal que estén en contacto con las rodilleras o vendas de rodilla.
- C. Están estrictamente prohibidos los leotardos, pantys, mallas o medias de pierna entera.
- D. Deben llevarse calcetines largos, que cubran completamente la espinilla, como protección en el peso muerto.

Cinturón

Los levantadores pueden usar un cinturón, y en tal caso, se llevará siempre por fuera del traje de levantamiento.

Materiales y construcción:

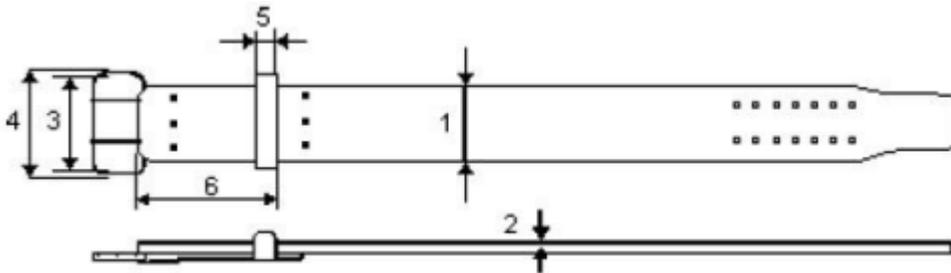
- A. El cuerpo principal debe ser de cuero, vinilo u otro material similar no elástico, en una o más capas que pueden estar pegadas y/o cosidas entre ellas.
- B. No debe tener relleno adicional, refuerzos o soportes de ningún material en la superficie u oculto en el interior de las laminaciones del cinturón.
- C. La hebilla debe estar sujeta a un extremo del cinturón con remaches y/o cosida.
- D. El cinturón puede tener una hebilla con una o dos trabas, o ser del tipo "liberación rápida". (Entiéndase "liberación rápida" como mecanismo de palanca o "lever").
- E. Debe haber una trabilla cerca de la hebilla, cosido y/o con remaches.
- F. El cinturón puede ser liso, de un único color, sin logotipo ni emblema, o puede tener logotipos o emblemas:
 - a. del país del levantador.
 - b. del nombre del levantador.
 - c. los logotipos admitidos según los criterios establecidos en el apartado "Logotipos de los patrocinadores".
 - d. únicamente en competencias nacionales o de menor nivel, el patrocinador del club o del levantador, aunque dicho logo no haya sido aprobado por la IPF.

Dimensiones:

1. Ancho máximo = 10 cm.
2. Grosor máximo = 13 mm (a lo largo de la sección principal).
3. Interior de la hebilla máximo = 11 cm.
4. Exterior de la hebilla máximo = 13 cm.
5. Anchura máxima de la trabilla = 5 cm.

6. Distancia máxima entre la hebilla y la trabilla = 25 cm.

Diagrama de los puntos arriba mencionados:



Rodilleras

- A. Rodilleras, siendo cilíndricas de neopreno, pueden usarse únicamente en la rodilla por el levantador y en todos los levantamientos de la competencia.
- B. Las rodilleras no se pueden usar en ninguna otra parte del cuerpo que no sean las rodillas.
- C. Las vendas no podrán ser usadas en lugar de las rodilleras.
- D. Adicionalmente, todas las rodilleras de los fabricantes aprobados deben cumplir todas las especificaciones del Reglamento Técnico de la IPF: no está permitida en competencia ninguna rodillera que incumpla cualquier regla técnica de la IPF.

Las rodilleras deben cumplir las siguientes especificaciones:

- Las rodilleras deben estar hechas en su totalidad de una sola capa de neopreno, o predominantemente de una sola capa de neopreno más una capa de material sin soporte que la cubra.
- Pueden tener costuras en el neopreno o en la tela sobre el neopreno. Las rodilleras no pueden estar hechas de forma que proporcionen un soporte o rebote apreciable a las rodillas del levantador.
- Las rodilleras deben tener un grosor máximo de 7 mm y una longitud máxima de 30 cm.
- Las rodilleras no pueden llevar correas, velcro, cordones, acolchados o cualquier otro sistema de ajuste. Las rodilleras deben ser cilindros completos, sin agujeros en el neopreno ni en el material que las recubre.
- Cuando el levantador las use en competencia, las rodilleras no pueden estar en contacto con el traje ni con los calcetines, y deben estar centradas en las rodillas del levantador.

Inspección del equipamiento personal

- A. La inspección del equipamiento personal de todos y cada uno de los levantadores puede tener lugar en cualquier momento a lo largo de la competencia (puede anunciarse durante la reunión técnica) y hasta los veinte minutos previos al comienzo de la categoría de peso corporal correspondiente.

- B. Se designarán un mínimo de dos jueces para llevar a cabo esta labor. Todo el equipamiento debe ser examinado y aprobado antes de ser sellado o marcado oficialmente.
- C. Será rechazado cualquier elemento del equipamiento que se considere sucio o roto.
- D. La hoja de inspección firmada por los jueces debe ser entregada al Presidente del Jurado al final del período de inspección.
- E. Si tras la inspección, un levantador aparece en la tarima vistiendo o usando un elemento del equipamiento que no hubiera sido aprobado en la inspección, a menos que haya sido pasado inadvertidamente por los jueces durante la inspección, el levantador será descalificado de la competencia inmediatamente.
- F. Deben ser inspeccionados todos los elementos descritos en la Política de Vestimenta.
- G. Está estrictamente prohibido llevar prendas de cabeza en la tarima durante los levantamientos. Los accesorios como relojes, joyas o bisutería, protectores bucales, gafas o artículos de higiene femenina no necesitan ser inspeccionados.
 - a. Antes de un intento de récord del mundo, el levantador será inspeccionado por el Juez de Control. Si se descubre que el levantador viste o usa un elemento no aprobado en la inspección, a menos que hubiera sido pasado inadvertidamente por los jueces, el levantador será descalificado de la competencia inmediatamente.
- H. Los jueces que arbitren y el Juez de Control de la categoría de peso correspondiente deben reunirse 5 minutos antes del comienzo de la inspección del equipamiento personal.