

**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"**

**II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

**1. SEDE Y FECHA**

**Ciudad:** será definido por el comité organizador.

**Escenario:** por definir.

**Fecha:** por definir.

**2. CATEGORÍA Y GÉNERO**

Podrán participar atletas de ambos géneros en categoría Abierta. Con un mínimo de 15 años cumplidos a la fecha de inicio del evento

**3. REGISTRO DE PARTICIPACIÓN**

Podrán participar los atletas afiliados a los clubes o club promotor de los municipios, que posean reconocimiento deportivo vigente y cumplan los requisitos que para el efecto determine el plan escalonado de inscripciones consignado en la carta fundamental de los II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024.

Nota: para la participación en deportes individuales, los atletas requieren el aval de la liga deportiva, a través de su comisión técnica.

**4. MÍNIMOS PARA LA REALIZACIÓN DE LAS COMPETENCIAS**

Se deberán cumplir en todas sus partes las determinaciones establecidas al respecto en el Artículo 18° del ACUERDO No. 02 DEL 28 DE JUNIO DEL 2024 de la Carta fundamental de LOS II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024.

**5. INSCRIPCIONES**

El registro de los atletas se realizará de acuerdo al plan escalonado de inscripciones establecido en el Artículo 20 y el 23 de la carta fundamental.

**ARTÍCULO 20°.** *Los atletas participantes deberán cumplir las normas que establezcan los reglamentos específicos de cada deporte.*

**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"****II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

**PARÁGRAFO 1:** *Un atleta podrá participar solamente en representación de un (1) municipio y en un (1) sólo deporte; en deportes individuales podrá participar hasta en dos (2) modalidades individuales y una (1) prueba en equipo en el mismo deporte.*

**ARTÍCULO 23°.** La Junta Directiva de los II JUEGOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024, a través de la expedición de esta carta fundamental, convoca oficialmente a los entes deportivos municipales, alcaldías o quien haga sus veces para que conjuntamente con los clubes deportivos o promotores conformen las delegaciones y se inscriban ante el comité organizador de los Juegos de acuerdo al plan escalonado de inscripciones.

Para la participación en los II JUEGOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024, se establecerá el siguiente plan escalonado de inscripciones:

- a) **Carta de intención de participación:** *Los municipios manifestarán ante el comité técnico organizador la intención de participación en los II JUEGOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024, discriminando los deportes en los que participará, por escrito, a través de un documento oficial firmado por el alcalde o quien haga sus veces; dicho documento deberá enviarse a través de correo electrónico a [Gerencia@indeportesquindio.gov.co](mailto:Gerencia@indeportesquindio.gov.co); y/o la plataforma tecnológica que establezca Indeportes Quindío, con plazo máximo de 31 de julio de 2024, hasta las 23:59:59.*
- b) **Inscripción nominal de los atletas y delegación:** *se realizará mediante la planilla oficial (resolución) firmada por el alcalde o quien haga sus veces, en la que se debe discriminar el deporte, nombre completo, número de documento de identidad, teléfono, dirección, talla, fotocopia del documento de identidad, fotocopia del certificado de salud, certificación del arraigo (vecindad, origen, vivir en el municipio por más de un año), las cuales se admitirán en físico hasta las 6:00 pm del 08 de septiembre de 2024 y además deberá enviarse vía correo electrónico las 23:59:59 horas del día 8 de septiembre de 2024. (el radicado en físico es obligatorio) Esta inscripción será de carácter obligatorio, para surtir el proceso de inscripción nominal.*

**6. COMPETENCIAS**

CATEGORÍA / DIVISIÓN	GÉNERO	
	MASCULINO	FEMENINO

Sede Gobernación  
del Quindío  
Carrera 12 No. 22-37  
Armenia, Quindío

Paisaje Cultural  
Cafetero Patrimonio  
de la Humanidad  
Declarado por la  
UNESCO

Teléfono: 3216436645  
[gerencia@indeportesquindio.gov.co](mailto:gerencia@indeportesquindio.gov.co)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co)

**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"**

**II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

ABIERTA hasta 45 KG		X
ABIERTA hasta 49 KG		X
ABIERTA hasta 59 KG		X
ABIERTA hasta 71 KG		X
ABIERTA hasta 81 KG		X
ABIERTA +87 KG		X
CATEGORÍA / DIVISIÓN	GÉNERO	
	MASCULINO	FEMENINO
ABIERTA hasta 55 KG	X	
ABIERTA hasta 61 KG	X	
ABIERTA hasta 73 KG	X	
ABIERTA hasta 89 KG	X	
ABIERTA hasta 102 KG	X	
ABIERTA +102 KG	X	

### 7. MEDALLERÍA

*La medallera y premiación se efectuará en las modalidades arranque, envión y total en cada categoría/división*

ORO	PLATA	BRONCE
36	36	36

Nota: los deportes que no tengan los mínimos de competencias y/o atletas harán parte como deportes de exhibición y se otorgará certificados de participación.

### 8. PREMIACIÓN

La premiación oficial para LOS II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024, se hará conforme a lo dispuesto en artículo 31 y 36 del ACUERDO No. 02 DEL 28 DE JUNIO DEL 2024 carta fundamental de la siguiente manera:

MEDALLA DORADA	MEDALLA PLATEADA	MEDALLA BRONCE
1 PUESTO	2 PUESTO	3 PUESTO

### 9. CEREMONIA

➤ La ceremonia de premiación se efectuará en el transcurso de cada jornada.

**Sede Gobernación  
del Quindío**  
Carrera 12 No. 22-37  
Armenia, Quindío

**Paisaje Cultural  
Cafetero Patrimonio  
de la Humanidad  
Declarado por la  
UNESCO**

**Teléfono: 3216436645**  
[gerencia@indeportesquindio.gov.co](mailto:gerencia@indeportesquindio.gov.co)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co)

**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"****II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

- Después de efectuados los levantamientos de las dos modalidades de cada división se determinará el campeón, subcampeón y tercer lugar departamental en LEVANTAMIENTO DE PESAS de los Juegos departamentales 2024.
- Para la ceremonia de premiación los atletas deberán vestir los uniformes oficiales representativos de su municipio/club.

**10. CUPOS POR DELEGACIÓN**

Cada municipio podrá inscribir sus deportistas y delegados de acuerdo con el Artículo 23 de la carta fundamental de los II JUEGOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024.

Cada municipio podrá inscribir:

<b>ROL</b>	<b>CANTIDAD</b>
<b>DELEGADO</b>	<b>1</b>
<b>ENTRENADOR</b>	<b>2</b>
<b>ATLETAS</b>	<i>Hasta un máximo de 2 atletas por cada género en cada división de peso.</i>

**11. CONGRESO TÉCNICO**

Se llevará a cabo el día previo al inicio de las competencias, de acuerdo al cronograma que establezca el comité organizador de LOS II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024, así mismo, en las instalaciones que estos determinen.

**12. CONFIRMACIÓN DE PARTICIPACIÓN**

En el congreso técnico los delegados deberán presentar por escrito los retiros de atletas de la participación. Estos atletas no podrán ser incluidos posteriormente en ninguna prueba del campeonato.

**13. SISTEMA DE COMPETENCIA**

En LEVANTAMIENTO DE PESAS, se efectuará la categoría Abierta, con sus respectivos pesos descritos en el numeral 6.

Cada levantador debe ser pesado antes del inicio de la competencia: el pesaje iniciará una hora antes de la competencia y tendrá una duración de 45 minutos. Los levantadores completarán tres modalidades, arranque, envión y total.

**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"****II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

- Arranque: el atleta tiene tres oportunidades. La prueba es de un único movimiento. el atleta debe levantar la barra desde la plataforma hasta la extensión completa de ambos brazos por encima de la cabeza
- Envión: el atleta tiene tres oportunidades. La prueba es de dos movimientos. el atleta debe levantar la barra desde la plataforma en un único movimiento hasta la altura de los hombros, doblar y extender, dinámicamente, las piernas y los brazos para mover la barra hacia arriba en un movimiento hasta la extensión completa de los brazos por encima de la cabeza
- Total: Corresponde a la suma de la mejor marca del peso levantado en el arranque y el envión

Si más de un atleta obtiene la misma marca, el levantador que alcanza la marca primero será declarado el vencedor

En caso de que pierda las tres oportunidades en el arranque y envión, el levantador no puede registrar un total y quedará eliminado de la competencia.

En cada género y división, se tendrán 2 horas aproximadamente, sujeto a programación del evento acorde con el congreso técnico, para que cada atleta dentro de su división, ejecute los tres intentos en las modalidades arranque y envión, para así sumar el mayor número de kilogramos levantados en un intento válido por el juzgamiento, así determinando las posiciones dentro del certamen.

**14. AUTORIDADES DE JUZGAMIENTO**

El campeonato de LEVANTAMIENTO DE PESAS dentro del marco de II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES 2024, estará juzgado por la comisión departamental de juzgamiento de la liga Quindiana de levantamiento de pesas o quien designe el ente departamental.

**15. ASPECTOS TÉCNICOS Y ADMINISTRATIVOS Y JURADO DE APELACIÓN**

Las situaciones no previstas en este reglamento serán resueltas de la siguiente manera:

**De orden general:** por el comité organizador de II LOS JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES 2024, respecto al ACUERDO No. 02 DEL 28 DE JUNIO DEL 2024 Carta Fundamental.

**De orden técnico:** estará integrado por tres (3) miembros así: uno (1) el técnico deporte asociado de Indeportes Quindío, uno (1) el metodólogo de Indeportes Quindío y el uno (1) elegido en el congreso técnico realizado por la Liga quindiana de Levantamiento de Pesas o quien designe el Instituto departamental, quienes

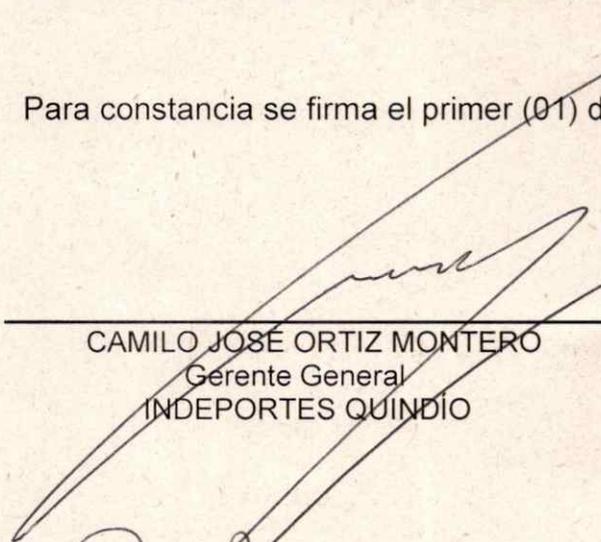
**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN  
DEL QUINDÍO "INDEPORTES QUINDÍO"****II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES QUINDÍO 2024  
INSTRUCTIVOS DE COMPETENCIA  
LEVANTAMIENTO DE PESAS**

procederán al reglamento vigente por la Federación internacional de levantamiento de pesas y tendrá como funciones: Resolver en última instancia las reclamaciones que se presenten sobre los resultados de las competencias. Resolver las demás controversias que se puedan presentar y cuya decisión no corresponda a otras autoridades del evento.

**16. ADOPCIÓN**

Para ser adoptadas como oficiales, se suscriben las presentes bases de competencia por parte de los representantes de INDEPORTES de la organización de LOS II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024 y LA LIGA DE LEVANTAMIENTO DE PESAS, normas que serán las encargadas de orientar el proceso de participación, organización realización del campeonato de este deporte en el marco de LOS II JUEGOS DEPARTAMENTALES Y PARADEPARTAMENTALES DEL QUINDÍO 2024.

Para constancia se firma el primer (01) días del julio del 2024



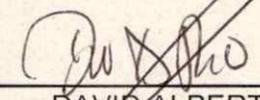
---

CAMILO JOSÉ ORTIZ MONTERO  
Gerente General  
INDEPORTES QUINDÍO



---

JUAN LUIS POSADA GARCÍA  
Presidente de la liga Quindiana  
de LEVANTAMIENTO DE PESAS



---

DAVID ALBERTO ROJAS OLARTE  
Técnico del Deporte Asociado  
INDEPORTES QUINDÍO

Proyecto y elaboro:  
Revisó y Aprobó:

Cristian David Torres  
David Alberto Rojas Olarte

Metodólogo   
Técnico del Deporte Asociado 

**Sede Gobernación  
del Quindío**  
Carrera 12 No. 22-37  
Armenia, Quindío

**Paisaje Cultural  
Cafetero Patrimonio  
de la Humanidad  
Declarado por la  
UNESCO**

**Teléfono: 3216436645**  
[gerencia@indeportesquindio.gov.co](mailto:gerencia@indeportesquindio.gov.co)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co)