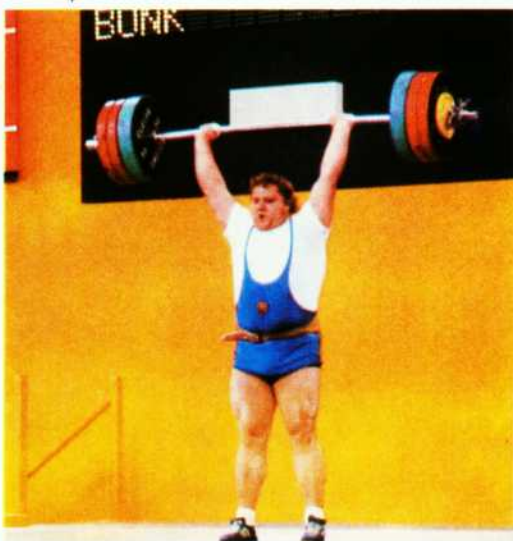
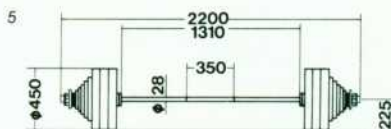


DIZANJE UTEGA: 1. i 4. dizanje utega; 2. izbačaj; 3. obuća dizača utega; 5. uteg



dizanje ruke, rvanje: element tehnike u napadu; natjecatelj napada s leđa rvača u obrani, koji se nalazi u položaju upora kleka, i nastoji ga prevrnuti na leđa. Napadač jednom rukom obuhvaća pojas rvača u parteru djelujući nadolje, a drugom rukom, hvatom za zapešće, nastoji suparnikovu ruku savinuti na leđa.

dizanje utega, sp. grana u kojoj natjecatelj diže uvis određeni teret, spravu, iznad visine glave do uzručenja i načas ga, pruženih ruku i nogu, zadrži u tom položaju, a na znak suca spusti na podij. Natjecanje u d.u. održava se na posebnom podiju od dasaka (debljine 5–15 cm), veličine 4 m x 4 m. Za natjecanje je neophodna posebna sprava, kojom se natječu dizači utega; ona se sastoji od kompleta za d.u. ukupne tež. 284 kg (osovina duž. 220 cm, promjera 28 mm i tež. 20 kg); njena težina povećava se dodavanjem ploča s obje strane, koje se pričvršćuju na osovinu zatvaračima, tež. 2,5 kg; komplet sprave za d.u. ima uz to 2 ploče po 50 kg, 2 po 25 kg, 2 po 20 kg, 2 po 15 kg, 2 po 10 kg, 2 po 5 kg, 2 po 2,5 kg, 2 po 1,25 kg, 2 po 0,5 kg i 2 ploče po 0,25 kg. Natjecatelji nastupaju u trikotu s opasačem i specijalnim cipelama. Dopuštena je upotreba bandže na zglobovima šaka i koljenima i pojasa, šir. 12 cm. Prema tjele. težini, koja se provjerava dva sata prije svakog natjecanja, dizači utega podijeljeni su u deset težinskih kategorija: do 52 kg, 56 kg, 60 kg, 67,5 kg, 75 kg, 82,5 kg, 90 kg, 100 kg, 110 kg i preko 110 kg. Natjecanja se održavaju u dvije discipline (biatlonu): trzaj i izbačaj (do OI 1972 bila je na programu i disciplina potisak ili izvlačenje, triatlon). U svakoj disciplini natjecatelj ima pravo na tri pokušaja, odn. 6 na cijelom natjecanju. U određenoj kategoriji pobjeđuje natjecatelj koji ima najveći zbroj podignutih kg u trzaju i izbačaju. Za vrijeme d.u. on ne smije prekoračiti granične linije podija. Pri prvom pokušaju počinje s utegom bilo koje težine (najmanje od 27,5 kg); kao pokušaj se računa svako

d.u. iznad visine koljena. Između prvog i drugog pokušaja razlika u težini mora iznositi najmanje 5 kg. Ako je razlika manja, natjecatelj nema pravo na treći pokušaj. Ako se u trećem pokušaju približi rezultatu koji je samo za 10 kg slabiji od rekorda, može izvesti i četvrti pokušaj, pod uvjetom da doda toliko novih utega koliko je potrebno da povisi postojeći rekord najmanje za 0,5 kg. Natjecanja se održavaju u pojedinačnoj i ekipnoj konkurenciji. D.u. je na programu OI od 1896. Brigu o razvoju d.u. u svijetu vodi IWF, u Evropi EWF, a u našoj zemlji Savez Jugoslavije za dizanje utega.

dizel-motor, zrakoplovno modelarstvo: klipni motor, upotrebljava se za pogon letućih modela s malim radnim volumenom, do 10 cm³; mješavina se pali isključivo sabijanjem (kompresijom), a mehanički sistem podesava stupanj sabijanja za vrijeme dok motor radi. Za natjecanja modela klase F 1C i F 2A, organizator natjecanja je dužan osigurati standardno gorivo sastava 80% metanola i 20% ulja za podmazivanje.

dizgini, konjički sport: dio uzde koji jahač ili vozač zaprega drži u rukama za upravljanje konjem, tako da popuštanjem, zatezanjem i pridržavanjem djeluje na konjska usta. Postoje lijevi i desni, žvalski i demski d., već prema tome da li su zakopčani na žvalu ili na dem.

djamidov, sp. gimnastika: element na ručama nazvan prema sovj. reprezentativcu S. Diamidovu, izveden prvi put na PS 1966. Izvodi se iz njih u uporabu bočno: visokim prednjom, stav u uporabu na jednoj ruci i spojeno dvojni okret (360°) u stav suprotan od »stojne« ruke od stava u uporabu bočno na obje pritke. D. prema Pravilniku za ocjenjivanje spada u najviši stupanj C-težine.

Djetelić, Antun (1913), radnik; nogometni trener i potpredsjednik Saveza nogometnih trenera područja Zagreba. Dobitnik Zlatne plakete NSJ.

o šakama na tlu, na karikama, preči ili ručama); 4) umjetničko klizanje i koturaljanje: element u natjecanju parova u kojem partner podiže partnericu iznad svojih ramena, držeći je jednom rukom ili objema rukama hvatom za šake, ruke ili tijelo vrteći se s njom. Nakon najviše 3 okreta oko uzdužne osi, klizačicu blago spušta na led. Prema odskočnom i doskočnom luku partnerice, d. se naziva po odgovarajućim klizačkim (koturaljačkim) skokovima. U natjecanju plesnih parova plesač smije dići klizačicu samo do visine svog pojasa i okrenuti je najviše 1,5 puta. D. kod kojeg partner ispušta partnericu da bi se uz njega sama okretala u skoku, ali je hvata prije doskoka, naziva se d. s odvojenom vrtlogom.

dizanje lopte, odbojka: način dodavanja lopte na mrežu radi pripreme za smječ. Pri tome se lopta dodaje na mrežu i poviše nije ispred smječera, tako da bi on mogao uzeti zalet za što viši skok i što strmije obaranje lopte u protivničko polje. O d. l. ovisi efikasnost napada. Dizači se služe različitim prividnim pokretima tijela i ruku, kako bi zbunili protivnika i time pridonijeli da se smječ oslobodi protivničkog bloka. D. l. se izvodi iz zone napada; udaljenost dizača od mreže treba da bude 0,5–1 m. Prema visini gornjeg ruba mreže lopta može biti dignuta visoko, srednje visoko i neznatno iznad mreže, u različitim dužinama lukova ili u ravnoj liniji. D.l. može biti izvedeno na mrežu od igrača iz prednje linije, kao i preko ubačenog (stražnjeg) četvrtog igrača radi jačanja napada.