

كابتن تزيه رياضة رفع الأثقال

وهي إحدى الألعاب الأولمبية التي ظهرت عام (١٨٩٦) في أثينا وتم إلغاؤها عام (١٩٠٠) ثم عادت عام (١٩٠٤) وأصبحت منذ عام (١٩٢٠) رياضة معتمدة .
يقوم المشاركون الذين يطلق عليهم (الرباعون) بأداء رفعتين الأولى تسمى (الخطف) والثانية (نتر) ، ومن قواعدها الأساسية أن يحظى كل متنافس بثلاث محاولات (للخطف) وثلاث محاولات (لنتر) والفائز هو الذي يحصل على المجموع الكبير من عدد المحاولات التي قام برفعها ، إذ يتم تقييم كل محاولة بموافقة ثلاثة حكام أو حكمين .

