
Deutscheschweizermeisterschaft 2022

Liebe Kraftsportfreunde und Kraftsportfreundinnen

Herzlich willkommen zur Deutscheschweizermeisterschaft 2022 im Powerlifting. Der Wettkampf wird von Schwerathletik Nordwest organisiert. Der Wettkampf wird in Zusammenarbeit mit dem Kraftdreikampfverband Schweiz ausgerichtet und findet am 21. und 22. Mai 2022 in Subingen (bei Solothurn) im Crossfit Milory statt.



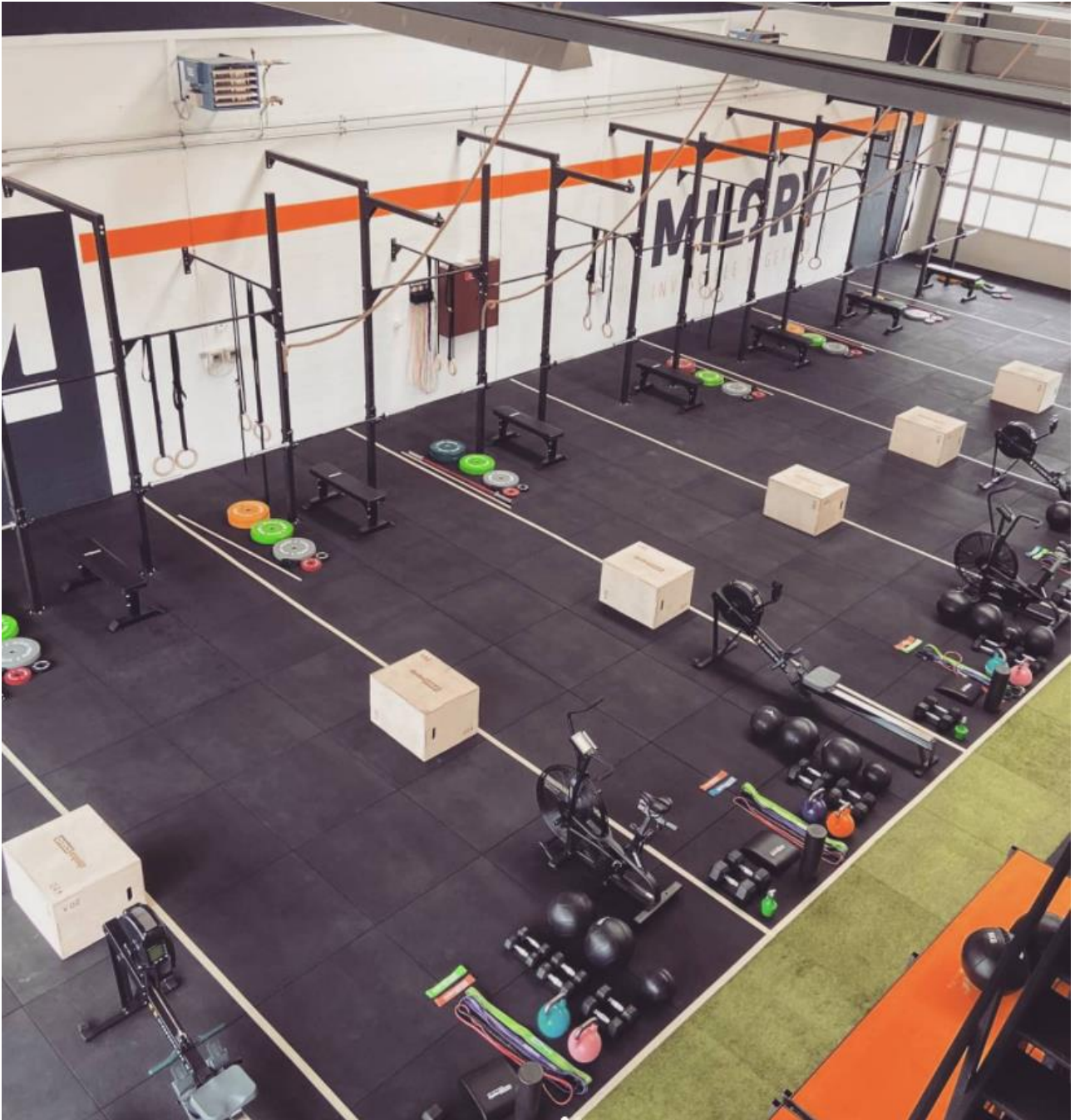
Bei der Deutscheschweizermeisterschaft kommt das an internationale IPF-Standards angepasste Reglement von Kraftdreikampfverband Schweiz zur Anwendung.

Wir würden uns sehr freuen, Euch, Eure Betreuer/innen, Freundinnen und Freunde sowie Familien am 21. und 22. Mai 2022 in Subingen begrüßen zu dürfen.

Präsident
Kraftdreikampfverband Schweiz
Jäggi Niklas

Präsident
Schwerathletik Nordwest
Julian Kohler

Veranstaltungsort



Adresse: Industriestrasse 19, 4553 Subingen

Parkplätze sind vor Ort vorhanden.

Verpflegung vor Ort

Die Verpflegung vor Ort wird durch den Verein Schwerathletik Nordwest gewährleistet.

Eintritt

Der Eintritt für die Zuschauer ist kostenlos.



Preise Wettkampfteilnahme

Der Preis für die Wettkampfteilnahme beträgt **80.-**

Die Antidopinggebühr zuhanden Verband/Swiss Sport Integrity beträgt **20.-**

Es wird eine Jahreslizenz benötigt. Diese ist für alle Wettkämpfe 2022 gültig. Diese kostet **75.-**

Kurzfassung Reglement

Allgemein

Dopingkontrollen sind möglich.

Das Tragen von Hebeanzug und Schuhen ist obligatorisch.

Kniebeugen

Kommandos Kniebeugen: Squat - Rack

Kniemanschetten aus Neopren sind erlaubt, Maximallänge 30cm.

Kniebandagen sind verboten.

Bankdrücken

Kopf muss während dem Drücken auf der Bank bleiben

Kommandos Bankdrücken: Start – Press - Rack

Die Hilfe des Coaches kann beim Herausnehmen der Hantel beim Bankdrücken beansprucht werden

Die Füße müssen flach auf dem Boden stehen

Die Hände und Finger müssen die Hantel mit den Daumen umgreifen

Fußbewegungen sind erlaubt, sofern die Füße sich flach auf dem Boden bewegen.

Kreuzheben

Kommandos Kreuzheben: Down

Das Tragen eines T-Shirts unter dem Hebeanzug sowie Kniesocken sind obligatorisch.

Das vollständige Reglement ist auf der Homepage von Kraftdreikampfverband Schweiz www.kraftdreikampf.ch zu finden. Dieses ist bei Unstimmigkeiten gültig.