



Baden-Württembergischer Gewichtheberverband

Fachverband für Gewichtheben, Kraftdreikampf, Breitenkraftsport
& Grundlagentraining im Kraft und Fitnessbereich

BWG Meisterschaften im Kraftdreikampf Jugend & Junioren Classic und Equipment am Samstag den 01. - 02. April 2023 in Fellbach

Zeitplan / Kampfrichtereinteilung

Seite 1/2

Gruppeneinteilung: *Achtung es hat sich etwas an der Einteilung geändert*

- Gruppe 1a: Männer Classic Jugend komplett (9)
- Gruppe 1b: Frauen Classic Jugendliche und Juniorinnen -52kg. / -57kg. / -63kg. (9)
- Gruppe 1c: Frauen Classic Juniorinnen -69kg. / -76kg. / -84kg. (8)
- Gruppe 2a: Männer Classic Junioren -74kg / -93kg. (10)
- Gruppe 2b: Männer Classic Junioren -83kg. / EQ komplett (8)
- Gruppe 2c: Männer Classic Junioren -105kg. / -120kg. / +120kg. (8)

Waage Gruppe 1a bis c: 8:00Uhr bis 9:30Uhr (26)
Waage Gruppe 2a bis c: 12:00Uhr bis 13:30Uhr (26)

Wettkampfbeginn Gruppe 1a-c: 10.00 Uhr
Wettkampfbeginn Gruppe 2a-c: 14.00 Uhr

Kampfrichtereinteilung:

Waage Gruppe 1a-c: **Dennis Hofmann / Schwerathletik Mannheim (Männer)**
Peter Malfa / CFW Ditzingen (Männer)
Sarah Hug / KraftWerkstatt Lörach (Frauen)
Julia Renkel / Schwerathletik Mannheim (Frauen)

Gruppe 1a: Männer Classic Jugend komplett (9)
SKR: Dennis Hofmann / Schwerathletik Mannheim (Bez)
HKR: **Peter Malfa / CFW Ditzingen (LL)**
SKR: **Sarah Hug / KraftWerkstatt Lörach (Bez)**

Gruppe 1b: Frauen Classic Jugendliche und Juniorinnen -52kg. / -57kg. / -63kg. (9)
SKR: Julia Renkel / Schwerathletik Mannheim (Bez)
HKR: **Peter Malfa / CFW Ditzingen (LL)**
SKR: **Sven Tröndle / Kraftschmiede Rheinfelden (Bez)**

Gruppe 1c: Frauen Classic Juniorinnen -69kg. / -76kg. / -84kg. (8)
SKR: Guido Nieland / AC Weinheim (Bez)
HKR: **Peter Malfa / CFW Ditzingen (LL)**
SKR: Rebecca Winkler / Schwerathletik Mannheim

Waage Gruppe 2a-c: Sven Mitländer / Schwerathletik Mannheim
Lukas Gärtner / SV Fellbach

Gruppe 2a: Männer Classic Junioren -74kg / -93kg. (10)

SKR: Dennis Hofmann / Schwerathletik Mannheim (Bez)

HKR: Lukas Gärtner / SV Fellbach (LL)

SKR: Maik Klingert / ASV Grötzingen (Bez)

Gruppe 2b: Männer Classic Junioren -83kg. / EQ komplett (8)

SKR: Veronika Schulze / Schwerathletik Mannheim (Bez)

HKR: Lukas Gärtner / SV Fellbach (LL)

SKR: Sarah Hug / KraftWerkstatt Lörach (Bez)

Gruppe 2c: Männer Classic Junioren -105kg. / -120kg. / +120kg. (8)

SKR: Sven Mitländer / Schwerathletik Mannheim (Bez)

HKR: Lukas Gärtner / SV Fellbach (LL)

SKR: Rebeca Winkler / Schwerathletik Mannheim (Bez)

Da ich leider selber nicht anwesend sein kann am 1. April zur Landesmeisterschaft der Jugend und Junioren in Fellbach, sollten hier sich evtl. Änderungen in der Einteilung ergeben möchte ich euch bitten dies vor Ort untereinander zu besprechen. Es gibt aber nicht viel Spielraum wir haben nur 11Karis vor Ort und davon nehmen welche am Wettkampf teil oder müssen Ihre Leute betreuen, was natürlich absolut richtig ist.

Zur Info:

Denkt an die Regeländerung im Bankdrücken hier noch mal den Auszug aus dem Regelwerk

Beispielbilder im Aktuellen Regelwerk auf Seite 32 und 33

6.2 Bankdrücken: 6.2.1 Ausführung:

2.

Der Heber muss auf dem Rücken liegen und mit seinem Kopf, seinen Schultern und dem Gesäß (Das Bild: "Korrekte Startposition & Positionierung" zeigt das akzeptable Minimum) in Kontakt mit der flachen Bankoberseite sein. Die Füße müssen flach auf dem Boden stehen (so wie es die Form des Schuhs erlaubt). Die Hände und Finger müssen die Stange in den Ständern mit den Daumen umgreifen. Diese Position muss während des ganzen Versuches beibehalten werden. Fußbewegungen sind erlaubt, sofern die Füße sich flach auf dem Boden bewegen. **Während der Positionierung auf der Bank darf der Athlet seine Füße nicht auf die Bank stellen.** Wenn der Heber auf der Bank liegt, darf das Haar den Hinterkopf des Athleten nicht verdecken. Jury oder Kampfrichter können von Athleten verlangen, dass sie ihr Haar entsprechend zusammenbinden.

Sollte ein Athlet oder Athletin die Füße auf die Bank stellen während der Positionierung muss dieser wieder aufstehen und erneut in seine Position gehen während seiner Minute.

8.

Nach Erhalt des Startsignals muss der Heber die Hantel bis zur Brust bzw. zum Bauch absenken, **wobei die Unterkante beider Ellenbogengelenke auf gleiche Höhe mit oder unterhalb der Oberseite des jeweiligen Schultergelenks abgesenkt wird** (die Hantelstange darf den Gürtel nicht berühren) und sie bewegungslos auf Brust bzw. Bauch halten, bis der Hauptkampfrichter das hörbare Kommando „Press“ gibt. Der Heber muss dann die Hantel nach oben drücken, bis beide Arme völlig gestreckt und die Ellbogen durchgedrückt sind. Die Hantel muss so lange bewegungslos auf den gestreckten Armen gehalten werden, bis vom Hauptkampfrichter das hörbare Kommando „Ablegen“ („Rack“) zusammen mit einer Rückwärtsbewegung des Armes gegeben wird. Wird die Hantel zum Gürtel hin abgesenkt oder berührt sie weder Brust noch Bauch, gibt der Hauptkampfrichter das Kommando „Ablegen“ („Rack“).



Sportverein Fellbach 1890 e.V.



Daniel Ruprecht / Technischer Leiter KDK

SV Fellbach 1890 e.V.

Joachim Schmid / Referent KDK Kariobmann

Baden-Württembergischer Gewichtheberverband