

4. RAW-DEUTSCHLAND-CUP IM KREUZHEBEN der Männer, Frauen, Jugend, Junioren und Masters am 01.12.2012

Veranstalter und Ausrichter: Powerlifting Lauchhammer e.V.

Wettkampfort: alte Sporthalle der Schule "am Wehlenteich", Naundorfer Str.36 in
01979 Lauchhammer

Wettkampfleitung: Melanie & Frank Hurrass
Grünhauser Straße 10, 01979 Lauchhammer
Tel./Fax: 03574 8691148 | **E-Mail:** powerlifting-lauchhammer@email.de

Wettbewerb: Kreuzheben nach den Regeln der IPF

Startrecht: Sportler und Sportlerinnen des BVDK mit gültigem Startpass des BVDK,
die keiner Sperre unterliegen

Gewichtsklassen:

Männer: bis 53 kg, 59 kg, 66 kg, 74 kg, 83 kg, 93 kg, 105 kg, 120 kg, 120 kg+

Frauen: bis 43kg, 47kg, 52kg, 57kg, 63kg, 72kg, 84kg, +84kg

Kleidung: ACHTUNG! Kniebeuge-/ Kreuzheberanzüge und Kniebandagen sind nicht
zugelassen!

Meldungen: Schriftlich, per Fax oder Email bis zum 19/11/2012 (Posteingang/ Faxeingang)
an:

- Frank Hurrass, Grünhauser Straße 10, 01979 Lauchhammer.
- **Fax:** 03574-8691 148
- **E-Mail:** powerlifting-lauchhammer@email.de

Die Meldung muss Name, Vorname, Geburtsdatum, Verein, Gewichtsklasse und
Bestleistung enthalten.

Antidopingkontrollen: können durchgeführt werden.

Startgeld: 20,00 € + 2 € für Antidopingkontrolle je Starter
Bitte auf folgendes Konto überweisen:
Sparkasse Niederlausitz, BLZ: 18055000, Kto.: 3200003714

Nachmeldungen: Schriftlich oder per Fax oder Email bis zum 24.11.12
Bei Nachmeldungen wird das doppelte Startgeld erhoben.

Zeitplan: Der Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt und im Internet veröffentlicht.

Auszeichnungen: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.

Die ersten drei Platzierten jeder Klasse erhalten Medaillen und Relativsieger weiblich und
männlich erhalten Ehrengeschenke.

Frank Hurrass
Präsident
Powerlifting Lauchhammer e.V.

Hans-Jürgen Kaule
2. Präsident
Powerlifting Lauchhammer e.V.