

Ausschreibung
XXIII. Thüringer Steinhebermeisterschaft mit Musik
am 16. August 2014

- Ausrichter: SV 90 Gräfenroda e.V. Sektion Gewichtheben
www.gewichtheben-graefenroda.de
- Wettkampfort: Gräfenroda, Festplatz Deutscher Hof Bahnhofstr. 1-3
- Startrecht: Alle männlichen und weiblichen Athleten mit Vereinszugehörigkeit.
- Altersklasse: ab 18 Jahre
- Teilnahmenormen: keine, Mindestgewicht 201 kg
- Gewichtsklasse: keine, bei Gleichstand wird gewogen
- Meldungen an: Mario Machleit Ohrdrufer Str. 15 99330 Gräfenroda
Fax.: 036205 76672, Tel. 036205 90470 hskmachleit@t-online.de
- Meldungsinhalt: Name, Vorname, Verein, Geburtsdatum (Legitimation erforderlich)
- Startgeld: Je Teilnehmer 5,00 EUR am Wettkampftag zu entrichten
- Meldeschluss: **03.August!!!**
- Wettkampfbeginn: 15.00 Uhr Startgeldentrichtung von 14.00 – 14.30 Uhr
- Auszeichnungen: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde. Die drei Erstplatzierten,
der beste Junior 18-23 Jahre und der beste Master ab 40 Jahre erhalten
einen Pokal.

Austragungsmodus:

Der Versuch ist gültig, wenn der Starter die Last mit geradem Rücken bis zur völligen Streckung der Beine und des Oberkörpers abgehoben hat. Nach kurzer Fixierung der Last kommt das Zeichen des Kampfrichters. Zughilfen sind nicht erlaubt. Enganliegende Wettkampfkleidung ist erwünscht. Jeder Starter hat zwei Versuche pro Last zur Verfügung, sollte der Wettkämpfer steigern, bleibt der ungültige Versuch erhalten. Das Grundgewicht beträgt 201 kg. Die ersten beiden Steigerungen betragen 30kg, danach 10 kg und im Finale der letzten 3 Heber 5 kg.

