

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

Ausrichter: SV 90 Gräfenroda e.V. Sektion Gewichtheben

[www.gewichtheben-graefenroda.de](http://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](mailto: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.

