

DEADLIFT

DOMINATION

09.09.2023

GELSENKIRCHENER STR 89A, 45141 ESSEN

AUSSCHREIBUNG

Hybridevent zwischen Powerlifting und Strongman in der Disziplin Kreuzheben

Veranstalter/Ausrichter: KSV Essen 1888 e.V.

Wettkampfstätte: Gelsenkirchener Str. 89A, 45141 Essen

Teilnahmeberechtigt: Alle Sportler, die keiner Sperre des DOSB unterliegen und mindestens 14 Jahre alt sind. Minderjährige benötigen die Zustimmung ihrer Erziehungsberechtigten.

Gewichtsklassen: Männer -90Kg , -110Kg, +110 / Frauen Relativwertung nach Dots.

Startplätze: Es gibt insgesamt 100 Startplätze.

Meldungen: Die Athleten melden sich mit Vor- und Zunamen, Gewichtsklasse, Geburtsdatum, bisher höchster Bestleistung im Kreuzheben, ab dem 03.06.2023, bis spätestens 03.07.2023 auf <https://ksvessen1888.de> über das Formular für Deadlift Domination an. Es folgt eine Bestätigungs-E-Mail nach erfolgreicher Zahlung.

Startgeld: Das Startgeld beträgt pro Athlet 50,-€.

Das Startgeld ist vorab zu bezahlen (via Paypal). Bei Nichtbeachtung keine Startberechtigung. Keine Erstattung bei Nichtantritt, aber eine Übertragung des Startplatzes innerhalb der Gewichtsklasse ist möglich.

Sonstiges: Offener Wettkampf, Verbandsunabhängig

REGELN

Equipment:

- Nur ein Anzug, keine Briefs, wenn kein Anzug getragen wird besteht Singlet Pflicht
- Zughilfen erlaubt, der Daumen muss aber an der Stange sein
- Kreuzhebesocken müssen getragen werden
- Es muss Schuhwerk oder Slipper getragen werden
- Gürtel erlaubt

Ablauf:

1. Der Heber muss zur Vorderseite der Plattform in Richtung des Hauptwettkampfrichters schauen. Die Hantel muss horizontal vor den Füßen des Hebers/der Heberin liegen, mit beiden Händen in beliebiger Griff-Art ergriffen und gehoben werden, bis der Heber aufrecht steht.
2. Am Ende des Versuchs müssen die Knie gerade durchgedrückt sein und die Schultern nach hinten zeigen.
3. Der Hauptwettkampfrichter gibt die Plattform für den Versuch frei, indem der Arm gehoben wird und das Kommando „die Hantel ist beladen“ erteilt wurde. Das Signal des Hauptkampfrichters zum Ablassen der Hantel besteht aus einer Abwärtsbewegung des Armes und dem hörbaren Kommando „Ab“ („Down“). Das Signal wird nicht eher gegeben, bis dass die Hantel bewegungslos gehalten wird und sich der Heber in der vermeintlichen Endposition befindet.
4. Jedes Anheben der Hantel oder jeder willentliche Versuch dies zu tun, wird als Versuch gewertet. Hat der Versuch erst einmal begonnen, ist keine Abwärtsbewegung erlaubt, solange der Heber nicht die aufrechte Position mit durchgedrückten Knien erreicht. Falls sich die Hantel beim Zurückgehen der Schultern senkt (leichte Abwärtsbewegung am Ende des Versuches), sollte das kein Grund für einen Fehlversuch sein.

Gründe für einen ungültigen Hebeversuch:

1. Jede Abwärtsbewegung der Hantel bevor die Endposition erreicht ist.
2. Kein aufrechtes Stehen mit den Schultern nach hinten zeigend.
3. Die Knie nach Ende des Versuchs nicht gerade durchgedrückt.
4. Unterstützen der Hantel mit den Oberschenkeln bei der Durchführung des Versuchs. Falls die Hantel sich am Oberschenkel hochschiebt, dadurch aber kein Vorteil für den Heber erfolgt, ist das kein Grund für einen Fehlversuch. Im Zweifelsfall sollen die Kampfrichter zugunsten des Hebers entscheiden.
5. Vorwärts- oder Rückwärtsbewegung der Füße, wobei eine seitliche Bewegung der Füße oder ein Schaukeln der Füße zwischen Ballen und Ferse erlaubt ist.
6. Absenken der Hantel vor dem Signal des Hauptkampfrichters.
7. Die Hantel auf die Plattform fallen lassen, ohne sie mit beiden Händen in der Gewalt zu haben; d. h. Fallenlassen der Hantel aus den Handflächen.
8. Nichteinhalten einer der unter den Regeln der Ausführung angegebenen Punkte.
9. Nichteinhalten der Punkte Kleidung und/oder Equipment.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Mit meiner Anmeldung und Teilnahme beim Wettkampf „Deadlift Domination“ ausgerichtet vom Kraftsportverein Essen 1888 e.V. erkläre ich verbindlich, dass ich an dieser Veranstaltung am 09.09.2023 auf eigene Gefahr teilnehme. Mit der Anmeldung am Wettkampf erkläre ich, dass gegen meine Teilnahme keine gesundheitlichen Bedenken bestehen. Hiermit stelle ich den Veranstalter ausdrücklich von sämtlichen Ansprüchen frei, die im Zusammenhang mit der besagten Veranstaltung, insbesondere aufgrund eines Unfalls, gleich ob aus Eigen- oder Fremderschulden oder sonstigen Grund entstehen. Dieser Haftungsverzicht gilt für Ansprüche aus jeglichem Rechtsgrund, insbesondere sowohl für Schadensersatzansprüche aus vertraglicher auch aus außervertraglicher Haftung und auch für Ansprüche aus unerlaubter Handlung. Ich bin damit einverstanden, dass in meiner Anmeldung genannte Daten, die von mir im Zusammenhang mit meiner Teilnahme am Wettkampf zweckgebunden zur Planung und Durchführung des Wettkampfes verwendet werden. Bei Nichtantritt oder Ausfall der Veranstaltung durch höhere Gewalt besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Startgebühr.