

# Ausschreibung

## XXVI. Thüringer Steinhebermeisterschaften mit Musik

am 18. August 2018

- Ausrichter:** SV 90 Gräfenroda e.V. Sektion Gewichtheben  
[www.gewichtheben-graefenroda.de](http://www.gewichtheben-graefenroda.de)
- Wettkampfort:** Gräfenroda, Johann-Peter-Kellner Platz/Festplatz Deutscher Hof  
Bahnhofstr. 1-3
- Startrecht:** Alle männlichen und weiblichen Athleten mit bzw. ohne  
Vereinszugehörigkeit.
- Altersklasse:** ab Jugend Jahrgang 2002
- Teilnahmenormen:** keine, Mindestgewicht 150 kg Männer, 80 kg Frauen
- Gewichtsklasse:** keine, alle Athleten werden zu Beginn gewogen
- Meldungen an:** Rene Holtmann Ohrdrufer Straße 7 99330 Gräfenroda  
Tel. 0174/6990790 rene.holtmann@t-online.de
- Meldungsinhalt:** Name, Vorname, Verein, Geburtsdatum (Legitimation erforderlich)
- Startgeld:** Je Teilnehmer/in 5,00 EUR am Wettkampftag zu entrichten
- Meldeschluss:** **12.August 2018!!!**
- Wettkampfbeginn:** 15.00 Uhr Startgeldentrichtung von 14.00 – 14.30 Uhr
- Auszeichnungen:** Jeder Teilnehmer/in erhält eine Urkunde.  
  
Die drei Erstplatzierten bei den Frauen und Männern, der beste Jugendliche 15-18 Jahre und der beste Master ab 40 Jahre erhalten einen Pokal. Außerdem erhält der beste Steinheber zusätzlich einen Wanderpokal der nach dem dreimaligen Gewinn ab dem Jahr 2016 im Eigentum des Siegers verbleibt

### 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 zu tragen. Jeder Starter hat zwei Versuche pro Last zur Verfügung, sollte der Wettkämpfer steigern, bleibt der ungültige Versuch erhalten. Das Grundgewicht beträgt 80 kg Frauen, 150 kg Männer. Die ersten vier Steigerungen betragen Männer 25kg/Frauen die ersten drei Steigerungen 20 kg danach 10 kg und im Finale der letzten 3 Heber/-innen 5 kg.