



3. Nationale Steinheber-Meisterschaft auf dem Bahnhof-Areal in Läuelfingen Samstag, 21.08.2010, ab 13:00 Uhr



Turnverein
Läuelfingen
www.tvlaeuelfingen.ch

Liebe Turnerinnen und Turner

Der Turnverein Läuelfingen und der NTV BL lädt Euch zur dritten Nationalen Steinheber-Meisterschaft ein. Die Sieger bei den Herren mit dem 22.5 kg Stein und die Sieger bei den Damen mit dem 10 kg Stein, werden zum Steinheberkönig/Steinheberkönigin erkoren.

Kategorien	Herren	Damen
	22.5 kg Alter frei	
	18.0 kg Alter frei	10.0 kg Alter frei
	18.0 kg Junioren -20 Jahre (Jg.90)	8.0 kg Juniorinnen -20 Jahre (Jg.90)
	15.0 kg Jugend -17 Jahre (Jg.93)	6.0 kg Jugend -17 Jahre (Jg.93)

Mannschaftswertung Herren mit dem 18 kg Stein, Damen mit dem 10 kg Stein. (Alter frei)
Ein Herrenteam, besteht aus vier Teilnehmern, ein Damenteam besteht aus drei Teilnehmerinnen.

Nur das Vorrundenresultat wird gezählt (Zählt zum Bezirkscup vom BTV Sissach)

Startgeld Aktive Damen und Herren 20.-Fr.
Junioren/innen und Jugend 10.-Fr.

Einzahlung Mit beiliegendem Einzahlungsschein.

Anmeldung/Adresse Mit beiliegendem Anmeldetalon
Marco Erny, Alte Landstrasse 46, 4467 Rothenfluh
Tel.: 079/393'91'15

Anmeldeschluss 01.07.2010

Versicherung Die Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Die Organisation
Übernimmt keine Haftung.

Preise Jeder Teilnehmer erhält einen Erinnerungspreis.

Tagesablauf *Die Zeiten sind als Richtzeiten zu werten.*

13:00 Uhr	Abgabe der Wettkampfunterlagen
13:00-16:00 Uhr	Vorrunde Steinheben
17:00 Uhr	Halbfinale Steinheben
19:00 Uhr	Finale Steinheben

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme

TV Läuelfingen

3. Nationale Steinheber-Meisterschaft

Wettkampfbestimmungen

Steingewichte

Herren:

22.5 kg, Alter frei

Sieger Steinheberkönig

18.0 kg, Alter frei*

18.0 kg, Junioren bis 20 Jahre Jg 90

15 kg, Jugend bis 17 Jahre Jg 93

Damen:

10.0 kg, Alter Freitag

Siegerin Steinheberkönigin*

8.0 kg, Juniorinnen bis 20 Jahre Jg 90

6.0 kg, Jugend bis 17 Jahre Jg 93

Mannschaftswertung*

Herren 18.0 kg Stein, Damen 10.0 kg Stein. Eine Mannschaft besteht bei den Herren aus 4 Wettkämpfern, bei den Damen aus 3 Wettkämpferinnen. Nur das Vorrundenresultat zählt!

Wettkampfablauf

In der Vorrunde werden mit dem linken und dem rechten Arm so viele Hebungen wie möglich ausgeübt.

Die ersten vier Steinheber/innen pro Steingewicht kommen weiter.

Sie werden im Halbfinale die Finalisten/innen untereinander ausmachen.

Gehoben wird Folgendermassen:

Der Erste gegen den Vierten

Der Zweite gegen den Dritten

Im Halbfinal und Final wird direkt und nur mit einem Arm gegeneinander gehoben.

Wettkampfbregeln

Die Hebungen werden mit dem rechten und dem linken Arm vorgenommen.

Die Hebungen müssen ohne Unterstützung des anderen Armes (Hand) ausgeführt werden.

Bei den Hebungen darf der Stein den Körper nicht berühren, auch nicht den Unterarm.

Der Stand darf nicht verändert werden.

Die Hebungen beginnen in der Ausgangsstellung bis zur totalen Streckung und wieder zurück in die Ausgangsstellung.

Fällt der Stein aus irgendeinem Grund zu Boden, ist der Versuch für diesen Arm beendet.

Entscheidung der Kampfrichter sind nicht anfechtbar. Sollte es dennoch zu Unstimmigkeiten kommen, entscheidet die Wettkampfleitung.

Bewertung

Die Kampfrichter zählen die Hebungen laut und achten auf die korrekte Ausführung.

Als halbe Hebung gelten:

Der Stein fällt nach der totalen Streckung zu Boden.

Der Stein fällt beim Heruntergehen in die Ausgangslage zu Boden, bevor der Kampfrichter die Hebung gezählt hat.

Bei unkorrekter Ausführung wird eine Ermahnung ausgesprochen, im Wiederholungsfall wird eine halbe Hebung abgezogen.

Eine halbe Hebung wird abgezogen, wenn:

Der Stein beim Heben den Körper berührt.

Der Arm nicht total durchgestreckt wird.

Der Stand verändert wird.

Die Wettkampfleitung