

## Deutsche Einzel- und Mannschafts-Meisterschaften der Masters im Gewichtheben 2022 vom 30.09. – 03.10.2022 in Nagold

### Allgemeine Infos

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| <b>Termin:</b>                  | 30.09. – 03.10.2022   |
| <b>Veranstalter:</b>            | Bundesverband Deutscher Gewichtheber e.V.<br>Baden-Württembergischer Gewichtheberverband e.V.                                 |
| <b>Ausrichter/Durchführung:</b> | Weightlifting Fitness Club Nagold   |
| <b>Wettkampfstätte:</b>         | Sporthalle Nagold -Iselshausen<br>Schulweg 22, 72202 Nagold-Iselshausen<br>Zugang über Hauptstr. 56, 72202 Nagold Iselshausen |

### Wettbewerb:

Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften im Olympischen Zweikampf nach den Regeln des BVDG und den Beschlüssen der BVDG-Sportordnung.

**Hinweis:** Aufgrund der aktuellen Pandemielage behalten sich die Veranstalter das Recht, die Teilnehmerzahlen im Rahmen der jeweils geltenden gesetzlichen und behördlichen Covid-19 Vorgaben zu beschränken (voraussichtliche Mindestteilnehmerzahl: 160 StarterInnen, voraussichtlich Maximalteilnehmerzahl 250 StarterInnen). Im Falle einer entsprechenden Einschränkung greift die chronologische Reihenfolge der Anmeldungen (Startrecht bekommt, wer zuerst meldet).

Das jeweils aktuelle Hygienekonzept der Stadt Nagold bzw. des WFC Nagold ist auf der Webseite [www.weightlifting-nagold.de](http://www.weightlifting-nagold.de) einsehbar. Die Vorgaben sind seitens der Athleten und Offiziellen zwingend einzuhalten.

### Altersklassen Männer/Frauen:

|        |               |                         |
|--------|---------------|-------------------------|
| M/W 30 | 30 – 34 Jahre | Jahrgang 1992 – 1988    |
| M/W 35 | 35 – 39 Jahre | Jahrgang 1987 – 1983    |
| M/W 40 | 40 – 44 Jahre | Jahrgang 1982 – 1978    |
| M/W 45 | 45 – 49 Jahre | Jahrgang 1977 – 1973    |
| M/W 50 | 50 – 54 Jahre | Jahrgang 1972 – 1968    |
| M/W 55 | 55 – 59 Jahre | Jahrgang 1967 – 1963    |
| M/W 60 | 60 – 64 Jahre | Jahrgang 1962 – 1958    |
| M/W 65 | 65 – 69 Jahre | Jahrgang 1957 – 1953    |
| M/W 70 | 70 – 74 Jahre | Jahrgang 1952 - 1948    |
| M/W 75 | 75 – 79 Jahre | Jahrgang 1947 - 1943    |
| M/W 80 | 80 – 84 Jahre | Jahrgang 1942 - 1938    |
| M/W 85 | ab 85 Jahren  | Jahrgang 1937 und älter |

Männer heben in den Altersklassen M30 - M85+ und den Gewichtsklassen 55 kg bis +109 kg.  
Frauen heben in den Altersklassen W30 – W85+ und in den Gewichtsklassen 45 kg bis +87 kg.

Die Siegerermittlung erfolgt in allen Alters- und Gewichtsklassen nach den Regeln des Olympischen Zweikampfes anhand des Zweikampfergebnisses.

### Mannschaften:

Eine Mannschaft besteht aus fünf, mindestens 4 Masters des gleichen Vereins mit Erststartrecht. Es können hierbei auch Masterinnen für gemischte Mannschaften eingesetzt werden. Ein Deutscher Mannschaftsmeister der Masterinnen wird unter den Vereinen ermittelt, die Mannschaften mit mindestens 4 Heberinnen stellen.

Die Mannschaftswertung basiert auf 5 HeberInnen pro Mannschaft.

Für den Mannschaftswettkampf sind die Leistungen der Männer nach der SMF-Formel (Sinclair 2017-20) zu berechnen und für die Mannschaft zu addieren und die der Frauen nach der SHMF-Formel. Treten neben Männer-auch gemischte Mannschaften an, sind die von den Frauen erreichten SHMF-Punkte mit 1,5 multipliziert einzuzurechnen. Für den Vergleich reiner Frauenmannschaften mit den Männern ist das Mannschaftsgesamtergebnis mit 1,5 hochzurechnen.

**Mannschaftsmeldungen sind bis zum 04. September 2022 mit beigefügtem Meldeformular an die Emailadresse [mastersport@bvdg-online.de](mailto:mastersport@bvdg-online.de) zu melden.**

Ansonsten finden die BVDG-Wettkampfbestimmungen zur Durchführung von Mannschaftswettbewerben Anwendung.

## Normen:

Mindestleistung für Frauen beträgt sowohl im Reißen wie auch im Stoßen 21 Kg, für Männer 26 Kg. Aufgrund der Corona-Pandemie in den Jahren 2020-2022 wird auf die Vorerfüllung einer Norm als Qualifikation für diese Meisterschaft verzichtet.

**Der Deutsche Meistertitel kann nur dem/der Meister/in zugesprochen werden, wenn sie/er die Zweikampfleistungen in der nachfolgenden Tabelle (Norm) erfüllt hat.**

### Medaillen-Normen für die DM-Masters 2022 in Nagold (80% WM Norm)

#### Männer

| GWKL | M30 | M35 | M40 | M45 | M50 | M55 | M60 | M65 | M70 | M75 | M80 | M85+ |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 55   | 144 | 128 | 121 | 112 | 104 | 94  | 85  | 75  | 66  | 56  | 52  | 52   |
| 61   | 160 | 143 | 134 | 125 | 115 | 104 | 94  | 84  | 73  | 63  | 52  | 52   |
| 67   | 174 | 155 | 146 | 136 | 125 | 113 | 102 | 91  | 80  | 68  | 56  | 56   |
| 73   | 185 | 165 | 155 | 144 | 133 | 120 | 109 | 97  | 85  | 72  | 59  | 59   |
| 81   | 196 | 174 | 164 | 153 | 141 | 127 | 115 | 102 | 90  | 76  | 63  | 63   |
| 89   | 205 | 182 | 172 | 160 | 147 | 133 | 120 | 107 | 94  | 80  | 66  | 63   |
| 96   | 211 | 188 | 177 | 165 | 152 | 137 | 124 | 110 | 97  | 82  | 66  | 63   |
| 102  | 216 | 192 | 181 | 169 | 156 | 141 | 127 | 113 | 99  | 82  | 66  | 63   |
| 109  | 221 | 196 | 185 | 172 | 159 | 144 | 130 | 115 | 99  | 83  | 66  | 63   |
| 109+ | 227 | 202 | 190 | 177 | 164 | 148 | 133 | 116 | 100 | 83  | 66  | 63   |

#### Frauen

| GWKL | W30 | W35 | W40 | W45 | W50 | W55 | W60 | W65 | W70 | W75 | W80 | W85+ |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| 45   | 81  | 72  | 67  | 61  | 54  | 47  | 42  | 42  | 42  | 42  | 42  | 42   |
| 49   | 89  | 79  | 74  | 68  | 60  | 52  | 46  | 42  | 42  | 42  | 42  | 42   |
| 55   | 99  | 88  | 83  | 75  | 67  | 58  | 51  | 45  | 42  | 42  | 42  | 42   |
| 59   | 105 | 93  | 88  | 80  | 71  | 62  | 54  | 48  | 42  | 42  | 42  | 42   |
| 64   | 111 | 98  | 92  | 84  | 74  | 65  | 56  | 51  | 45  | 42  | 42  | 42   |
| 71   | 117 | 104 | 98  | 89  | 79  | 69  | 60  | 54  | 47  | 42  | 42  | 42   |
| 76   | 121 | 108 | 101 | 92  | 82  | 71  | 62  | 56  | 49  | 42  | 42  | 42   |
| 81   | 125 | 111 | 104 | 95  | 84  | 73  | 64  | 57  | 50  | 43  | 42  | 42   |
| 87   | 129 | 114 | 107 | 97  | 86  | 75  | 66  | 59  | 51  | 43  | 42  | 42   |
| 87+  | 135 | 120 | 112 | 102 | 91  | 79  | 69  | 60  | 52  | 43  | 42  | 42   |

---

## Startberechtigung:

Nichtdeutsche Teilnehmer sind nach § 32 der Sportordnung, Beschluss vom 10. Dezember 1995, startberechtigt, sofern sie zum Zeitpunkt des Wettkampfes 5 Jahre Startrecht im BVDG haben laut Eintrag im BVDG-Startbuch.

### Achtung:

Zur Teilnahme an Wettkämpfen sind nur Athleten berechtigt, die im Besitz eines Startbuches, einer Jahreslizenz und einer unterschriebenen Schiedsvereinbarung (unterschriebene Rückseite der Jahreslizenz) des BVDG sind. Ein erworbenes NADA-Zertifikat ist hierfür unerlässlich.

## Startgeld:

Das Startgeld beträgt € 45,- pro Teilnehmer und € 20,- pro Mannschaft. Die Vereine haften für die Zahlung der Startgelder, auch bei Nichtteilnahme gemeldeter Sportler.

**DE53 6709 2300 0033 0401 64**

**(Bitte bei Überweisung den Namen des Starters angeben)**

**Startgelder, sowohl für Einzelsportler als auch für Mannschaften, sind bis zum 17.09.2022 auf obiges Konto zu überweisen. SportlerInnen (und Mannschaften), für die bis zu diesem Zeitpunkt kein Zahlungseingang verzeichnet werden kann, sind nicht startberechtigt!**

Quittungen für Startgelder können per beigefügtem Formular in der Geschäftsstelle des BVDG angefordert werden.

## Auszeichnungen:

Alle Teilnehmer erhalten Urkunden, die ersten drei jeder Gewichtsklasse Medaillen.

Die Mannschaften von Platz 1 – 6 erhalten Pokale. Des Weiteren ist der WFC Nagold um Ehrenpreise bemüht. Die Siegerehrungen finden zwischen dem Reißen und Stoßen in der jeweils nachfolgenden Veranstaltung in **Sportkleidung** statt.

## Meldungen:

Die Meldungen sind bis spätestens **04. September 2022** über das Online-Portal des BVDG durchzuführen.

Die Vereine sind eigenständig für die Meldung ihrer Sportler verantwortlich.

Nachmeldungen werden unter Berechnung des doppelten Startgeldes akzeptiert, wenn sie bis spätestens 11. September 2022 im Online-Portal des BVDG eingehen.

Mannschaftsmeldungen sind bis zum 04. September 2022 mit beigefügtem Meldeformular an die Emailadresse [mastersport@bvdg-online.de](mailto:mastersport@bvdg-online.de) zu melden.

Die Zahlungsfrist für Startgebühren ist entsprechend einzuhalten.

## Deutsche Rekorde:

Deutsche Rekorde können nur im Rahmen der 6 Wettkampfversuche aufgestellt werden.

## Leitung:

**Wettkampfleitung:** BVDG-Mastersreferentin Daniela Jantzen

**Technische Leitung:** Ralf Schumacher, WFC Nagold

---

## Kampfleiter:

Werden durch den BVDG-Kampfrichterreferenten nominiert und eingeladen.

## Dopingkontrollen:

Dopingkontrollen werden durchgeführt.

## Zeitplan:

Startlisten und erforderliche Zeitplanänderungen werden nach dem **04. September 2022 / 11. September 2022** auf der Webseite der Deutschen Masters: [www.german-masters-weightlifting.de](http://www.german-masters-weightlifting.de) sowie des BVDG: [www.german-weightlifting.de](http://www.german-weightlifting.de) veröffentlicht. Ansonsten sind im Zeitplan nur die Anfangszeiten der ersten Tagesveranstaltung sowie die Wiegezeiten verbindlich. Die Anfangszeiten nachfolgender Veranstaltungen können sich abhängig von der Zahl der antretenden Starter/innen verschieben.

Der Veranstalter behält sich vor, den Zeitplan und Gruppeneinteilung nach dem Anmeldeschluss, entsprechend den Meldungen anzupassen. Die Endgültige Einteilung wird am 15. September über die Homepage [www.weightlifting-nagold.de](http://www.weightlifting-nagold.de) veröffentlicht.

### Sonntag, 25.09.2022

**18:00** Technische Besprechung und Einteilung der Kampfleiter (virtuell)

---

### Freitag, 30.09.2022

**08:00 - 08:30** Letzte Möglichkeit zum Gewichtsklassenwechsel in eine leichtere Gewichtsklasse durch Meldung beim Veranstalter vor Ort.

#### **10:45 Eröffnung und Begrüßung**

**09:00 – 10:00** Abwiegen M80/M85+ alle GK

**11:00** Wettkampfbeginn M80/M85+ alle GK

**10:30 – 11:30** Abwiegen M70 und M75 alle GK

**12:30** Wettkampfbeginn M70 und M75 alle GK

**13:00 – 14:00** Abwiegen M65 alle GK

**15:00** Wettkampfbeginn M65 alle GK

**15:15 – 16:15** Abwiegen M60 alle GK

**17:15** Wettkampfbeginn M60 alle GK

---

### Samstag, 01.10.2022

**07:00 – 08:00** Abwiegen M55, unter 96kg

**09:00** Wettkampfbeginn M55, unter 96 kg

**09:00 – 10:00** Abwiegen M55, 102 – 109+ kg

**11:00** Wettkampfbeginn M55, 102 – 109+ kg

**11:00 – 12:00** Abwiegen W45 – W85+ alle GK

**12:50** Wettkampfbeginn W45 – W85+ alle GK

**13:00 – 14:00** Abwiegen W40 alle GK

**15:00** Wettkampfbeginn W40 alle GK

**14:20 – 15:20** Abwiegen M50 alle GK

**16:20** Wettkampfbeginn M50 alle GK

---

### Sonntag, 02.10.2022

**07:00 – 08:00** Abwiegen M45, unter 89 kg

**09:00** Wettkampfbeginn M45, unter 89 kg

**09:15 – 10:15** Abwiegen M45, 96 – 109+ kg

**11:15** Wettkampfbeginn M45, 96 – 109+ kg

**09:15 – 10:15** Abwiegen M40, unter 73 kg

**11:15** Wettkampfbeginn M40, unter 73 kg

**11:45 – 12:45** Abwiegen M40, 81 – 109+ kg

**13:45** Wettkampfbeginn M40, 81 – 109+ kg

**14:30 – 15:30** Abwiegen M35, unter 81 kg

**16:30** Wettkampfbeginn M35, unter 81 kg

**16:00 – 17:00** Abwiegen M35, 89 – 109+ kg

**18:00** Wettkampfbeginn M35, 89 – 109+ kg

---

### Montag, 03.10.2022

**07:00 – 08:00** Abwiegen W35 alle GK

**09:00** Wettkampfbeginn W35 alle GK

**09:15 – 10:15** Abwiegen W30 alle GK

**11:15** Wettkampfbeginn W30 alle GK

---

---

**12:30 – 13:30** Abwiegen M30, unter 81 kg  
**14:00 – 15:00** Abwiegen M30, 89 – 109+ kg

**14:30** Wettkampfbeginn M30, unter 81 kg  
**16:00** Wettkampfbeginn M30, 89 – 109+ kg

---

## Quartiere:

Unterkünfte waren durch ein gesondertes Verzeichnis auf der Homepage des Veranstalters veröffentlicht.

[www.weightlifting-nagold.de](http://www.weightlifting-nagold.de)

Die Unterkünfte werden in Eigenregie bestellt und direkt mit den Hotels/Pensionen abgerechnet.

---

Jürgen Spieß  
Vizepräsident Sport  
BVDG

Daniela Jantzen  
Mastersreferentin BVDG

Karsten Schüssler  
Präsident BWG

Ralf Schumacher  
WFC Nagold e.V.

## Deutsche Einzel- und Mannschafts-Meisterschaften der Masters im Gewichtheben 2022

### Meldeformular Mannschaften

Eine Mannschaft besteht aus sechs, mindestens fünf Masters des gleichen Vereins mit Erststartrecht. Es können hierbei auch Masterinnen für gemischte Mannschaften eingesetzt werden. Ein Deutscher Mannschaftsmeister der Masterinnen wird ermittelt, wenn ein Verein mindestens 5 Heberinnen stellen kann.

Pro Mannschaft kann eine Reserve gemeldet werden, die bei Ausfall eines Stammhebers die Mannschaft komplettiert.

Bei mehreren Mannschaften pro Verein sind entsprechend ein Meldeformular pro Mannschaft einzureichen.

|                          |                          |                         |                       |
|--------------------------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <b>Meldender Verein:</b> |                          |                         |                       |
|                          |                          |                         |                       |
| <b>Mannschaftstyp:</b>   | <input type="checkbox"/> | Männermannschaft        |                       |
|                          | <input type="checkbox"/> | Frauenmannschaft        |                       |
|                          | <input type="checkbox"/> | gemischte Mannschaft    |                       |
|                          |                          |                         |                       |
| <b>Stamm-Mannschaft</b>  |                          |                         |                       |
| <i>Name, Vorname</i>     | <i>m/w</i>               | <i>Geburtsjahr / AK</i> | <i>Gewichtsklasse</i> |
| 1.                       |                          |                         |                       |
| 2.                       |                          |                         |                       |
| 3.                       |                          |                         |                       |
| 4.                       |                          |                         |                       |
| 5.                       |                          |                         |                       |
| 6.                       |                          |                         |                       |
|                          |                          |                         |                       |
| <b>ReserveheberIn:</b>   |                          |                         |                       |
| 7.                       |                          |                         |                       |

**Das Meldeformular ist bis zum 04. September 2022 an die Emailadresse [mastersport@bvdg-online.de](mailto:mastersport@bvdg-online.de) einzureichen.**

Die Startgebühr von 20,00 EUR / Mannschaft ist bis zum 25. September 2022 auf das Konto der BVDG Masters, IBAN DE53 6709 2300 0033 0401 64, zu überweisen.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Name in Druckbuchstaben und Unterschrift der meldenden Person

**Quittungsantrag über Startgelder  
für die Deutsche Meisterschaft der Masters 2022**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Verein:</b>          |  |
| <b>Anschrift:</b>       |  |
|                         |  |
|                         |  |
| <b>Ansprechpartner:</b> |  |
| <b>Email:</b>           |  |
| <b>Telefonnummer</b>    |  |

|  |  |
|--|--|
| <b>Anzahl der gemeldeten Sportler:</b>     |  |
| <b>Anzahl der gemeldeten Mannschaften:</b> |  |

Der Quittungsantrag ist bei der Geschäftsstelle des BVDG einzureichen.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Name in Druckbuchstaben und Unterschrift der meldenden Person