

Ausschreibung

XXXII. Thüringer Steinhebermeisterschaften mit Musik

am 20. Juni 2026

Ausrichter: SV 90 Gräfenroda e.V. Sektion Gewichtheben

www.gewichtheben-graefenroda.de

Wettkampfort: 99330 Geratal OT Gräfenroda, Johann-Peter-Kellner Platz/Festplatz Deutscher Hof
Bahnhofstr. 1-3

Startrecht: Alle männlichen und weiblichen Athleten mit bzw. ohne
Vereinszugehörigkeit.

Altersklasse: ab Schüler Jahrgang 2011

Teilnahmenormen: keine, Mindestgewicht 140 kg Männer, 80 kg Frauen

Gewichtsklasse: keine, alle Athleten werden zu Beginn gewogen

Meldungen an: Rene Holtmann Zum Wolfstal 7 99330 Geratal OT 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: **31.Mai 2026**

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, die drei besten
Jugendlichen 15-20 Jahre und die drei besten Master ab 40 Jahre erhalten
einen Pokal. Außerdem erhält der beste Steinheber zusätzlich einen
Wanderpokal der nach dem dreimaligen Gewinn ab dem Jahr 2023 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, 140 kg Männer. Die ersten vier Steigerungen betragen bei den Männer 20kg/ bei den Frauen die ersten zwei Steigerungen 20 kg danach für alle 10 kg und im Finale der letzten 3 Heber/-innen 2 kg.