



Mike Schollbach, Birkenweg 17, 34329 Nieste

**Landesreferent & Landestrainer KDK**

An alle Vereine des HAV

Herr Mike Schollbach  
Birkenweg 17  
34329 Nieste  
Telefon 0176 2389 3321  
Fax 06103 43426  
Email: Mike@schollbach-kdk.de

Ihre Nachricht

Ihr Zeichen

Unser Zeichen

Datum 31.01.2019

## Umgang mit Equipment und Wettkampfausstattung 2019

Mit diesem Schreiben möchten wir nochmal alle Hessischen Verein drauf hinweisen das ab 01.01.2019 nur noch Persönliche Ausrüstung zugelassen ist, was auf der jeweils gültigen IPF Approved List steht. (Die aktuelle Approved List findet ihr auf der IPF Seite)  
Wir werden ab diesem Jahr keinerlei Ausnahmen mehr zulassen. Wir bitten dies zu beachten, weißt bitte auch eure Vereinskameraden darauf hin.

Des Weiteren bitte ich auch die diesjährigen Ausrichter der jeweiligen Hessenmeisterschaft den Athleten „ordentliche“ Wettkampfverhältnisse bereit zu stellen.

Das Wettkampf Equipment muss den aktuell gültigen IPF Regeln entsprechen! D.h. nicht, dass jeder Ausrichter eine Wettkampfkombination bereitstellen muss die auf der Approved List steht, sondern sie müssen in Maßen, Gewicht und Qualität den „Regeln“ entsprechen.

Hier nochmal die wichtigsten Punkte zusammengefasst:

Hantelscheiben:

- Alle Hantelscheiben, die in einem Wettkampf benutzt werden, dürfen von dem auf ihnen angegebenen Gewicht nicht mehr als 0,25 % oder 10 Gramm abweichen.
- Die Hantelscheiben dürfen nur folgende Gewichte haben: 1,25kg, 2,5kg, 10kg, 15kg, 20kg und 25kg
- Hantelscheiben mit einem Gewicht von 20 kg und mehr dürfen eine Dicke von 6 cm nicht überschreiten. Hantelscheiben mit einem Gewicht von 15kg und weniger dürfen eine Dicke von 3 cm nicht überschreiten.
- Gummisheiben sind nicht erlaubt

Drückerbank Maße:

- Länge: nicht weniger als 1,22 m. Zudem muss sie flach und eben sein.
- Breite: nicht weniger als 29 cm und nicht mehr als 32 cm.
- Höhe: nicht weniger als 42 cm und nicht mehr als 45cm, gemessen vom Boden bis zur Obergrenze der Bankpolsterung (nicht zusammengedrückt oder gepresst). Die Höhe der Hantelablage, die verstellbar sein muss, muss eine Mindesthöhe von 75cm und eine Maximalhöhe von 110 cm, gemessen vom Boden bis zur Hantelauflegefläche, aufweisen.
- Es müssen stets Sicherheitsarretierungen vorhanden sein.

Ich weise des Weiteren auch drauf hin das Classic Qualifikationsnormen auch nur auf Classic Wettkämpfen erbracht werden können. Das Vereinsportal unterscheidet nämlich unter Equipment und Classic Wettkämpfen.

Mit sportlichen Grüßen

Mike Schollbach