

Västra Svealands Styrkelyft DM 2024

Västra Svealands Styrkelyftförbund



Inbjudan till Västra Svealands Distriktsmästerskap i Karlstad

Plats:	Sundsta idrottshus (Drottning Kristinas väg 3, 654 63 Karlstad)
Datum:	19-20 oktober 2024
Anmälan:	<p><u>Anmälan sker via databasen och mail till kansli@karlstadsak.se</u></p> <p>Anmälan måste göras av en klubbansvarig. Maila med samtliga lyftares namn, klassiskt/utrustad, viktklass, ålderskategori och licensnummer.</p> <p>Sista anmälningdag: 29 september</p>
Anmälningavgift:	<p>600 kr per deltagare. Betalas i samband med anmälan till Karlstads AKs plusgiro: 104938-6</p> <p>Märk inbetalningen med betalande klubb och "Distriktsmästerskap".</p> <p>Avgiften återbetalas ej vid avanmälan efter sista anmälningdag.</p>
Tider:	<p>Preliminärt:</p> <p>Lördag 19/10: Invägningen 08.00; Start 10.00.</p> <p>Definitiva gruppindelningar/starttider meddelas efter anmälningstidens utgång.</p>
Domare:	Domare som kan tjänstgöra anmäler sig till: kansli@karlstadsak.se
Kvalificering:	<p>Godkänt resultat i klassisk/utrustad styrkelyft och uppnådd kvalgräns måste finnas i SSF:s databas fr.o.m. 2023-10-22 t.o.m. 2024-09-29. Fasta kvalgränser gäller.</p> <p>Se kvalgränser nedan:</p>

Kvalgränser:	HERRAR	Styrkelyft		DAMER	Styrkelyft
	-53kg	250kg		-43kg	150kg
	-59kg	320kg		-47kg	170kg
	-66kg	350kg		-52kg	200kg
	-74kg	420kg		-57kg	220kg
	-83kg	470kg		-63kg	250kg
	-93kg	500kg		-69kg	255kg
	-105kg	520kg		-76kg	260kg
	-120kg	540kg		-84kg	270kg
	+120kg	540kg		+84kg	270kg
	Övrigt:	Enklare förtäring kommer att erbjudas. iZettle eller Swishbetalning gäller. Bastu finns.			
Övrigt upplysningar:	Vi söker klovarteam eller enskilda klovare som vi plockar ihop till ett team. Anmälan till mail nedan. Frågor till: kansli@karlstadsak.se				