

# Västra Svealands Styrkelyft DM 2024

Västra Svealands Styrkelyftförbund



## Inbjudan till Västra Svealands Distriktsmästerskap i Karlstad

<b>Plats:</b>	Sundsta idrottshus (Drottning Kristinas väg 3, 654 63 Karlstad)
<b>Datum:</b>	19-20 oktober 2024
<b>Anmälan:</b>	Via e-post till: <a href="mailto:kansli@karlstadsak.se">kansli@karlstadsak.se</a> Anmälan måste göras av en klubbansvarig. Maila med samtliga lyftares namn, klassiskt/utrustad, viktklass, ålderskategori och licensnummer. <b>Sista anmälningdag: 29 september</b>
<b>Anmälningavgift:</b>	600 kr per deltagare. Betalas i samband med anmälan till Karlstads AKs plusgiro: 104938-6 Märk inbetalningen med betalande klubb och "Distriktsmästerskap". Avgiften återbetalas ej vid avanmälan efter sista anmälningdag.
<b>Tider:</b>	Preliminärt: Lördag 19/10: Invägningen 08.00; Start 10.00. Definitiva gruppindelningar/starttider meddelas efter anmälningstidens utgång.
<b>Domare:</b>	Domare som kan tjänstgöra anmäler sig till: <a href="mailto:kansli@karlstadsak.se">kansli@karlstadsak.se</a>
<b>Kvalificering:</b>	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.  Se kvalgränser nedan:

<b>Kvalgränser:</b>	<b>HERRAR</b>	<b>Styrkelyft</b>		<b>DAMER</b>	<b>Styrkelyft</b>
	-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
	<b>Övrigt:</b>	Enklare förtäring kommer att erbjudas. iZettle eller Swishbetalning gäller. Bastu finns.			
<b>Övrigt upplysningar:</b>	Vi söker klovarteam eller enskilda klovare som vi plockar ihop till ett team. Anmälan till mail nedan. Frågor till: <a href="mailto:kansli@karlstadsak.se">kansli@karlstadsak.se</a>				