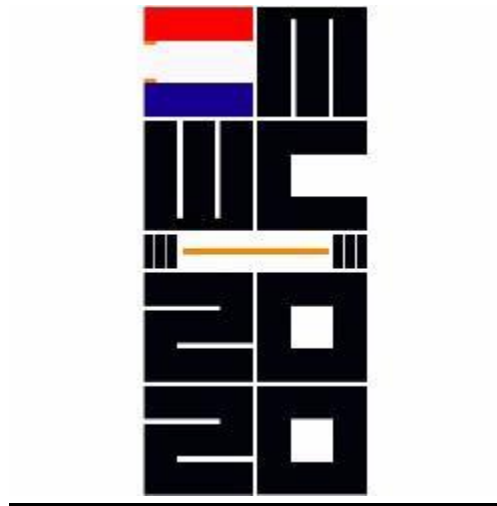


# Infos für die Masters Athleten des ÖGV

## Virtuelle Europameisterschaft 2020



<http://www.masterswlcchampionship.com/>

Das europäische Masterskomitee versucht weiterhin, jede sich bietende Gelegenheit, das Gewichtheben der European Masters lebendig, ermutigt und motiviert zu halten und eine Qualifikationsveranstaltung für die bevorstehenden 2021 World Masters Games/IWF Masters World Championships anzubieten.

Wie bei allen kontinentalen Meisterschaften im Gewichtheben hat das Komitee der Europäischen Meisterschaften schließlich seine erste Website der 2020 EUROPEAN MASTERS ONLINE VIRTUAL WEIGHTLIFTING CHAMPIONSHIPS aufgebaut, auf der die registrierten Athleten ihr Wiegen einreichen müssen und jeder der 3 Versuche im Reißen & Stoßen in Videoform maximal 4 Stunden insgesamt vom Datum/Stunde des Wiegens bis zum letzten Heben im Stoßen dauert. 4 Stunden ist die normale Zeitspanne bei einem Wettkampf pro Sitzung.

Die Infos stammen von diversen Aussendungen von Denise Offermann und von den Homepages

## **Virtuelle Europameisterschaft 2020**

Datum: 10. November – 3. Dezember 2020

Ort: virtuell

Registrierung: 1. – 31. Oktober 2020 (erfolgt durch Masters Austria)  
Bei Interesse kontaktieren Sie mich bitte unter [andreas.degwerth@aon.at](mailto:andreas.degwerth@aon.at) oder  
0699/10059518. Ich gebe dann weitere Informationen hierzu bekannt.

Nenngebühr

AthletIn: € 65 (**nicht erstattbar**, Kontodaten werden individuell bekanntgeben)

Nenngebühr

Team: € 50 (**nicht erstattbar**, Kontodaten werden individuell bekanntgeben)

Limits:

**Die Auflistung der Limits finden Sie auf der nächsten Seite.**

Weiters gilt die 15kg / 10kg Regel: Bei Ihrem Wiegen müssen Männer Startgewichte geben, die insgesamt nicht mehr als 15 kg unter Ihrem Qualifizierungsstandard liegen, und für Frauen ist die Regel nicht mehr als 10 kg unter Ihrem Qualifizierungsstandard.

**QUALIFYING PERIOD EXTENSION FROM 12 JUNE 2019 TO 03 DECEMBER 2020 (2019  
EUROPEAN MASTERS CHAMPIONSHIP RESULTS INCLUSION)**



**MEN**

Category	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35
55	54	64	74	87	101	110	127	136	144	153
61	58	70	80	94	109	119	138	147	156	165
67	62	74	86	101	116	127	147	157	166	176
73	66	79	91	106	123	134	155	165	176	186
81	69	83	96	113	130	142	164	175	186	197
89	73	87	101	118	136	149	172	184	195	207
96	75	90	104	122	141	154	178	190	202	214
102	77	92	107	125	144	158	182	195	207	219
109	79	95	109	128	148	161	187	199	211	224
+ 109	81	97	112	132	152	166	192	205	218	231

**Minimum start totals according to the 15/10 kg rule**

**MEN**

Category	M80	M75	M70	M65	M60	M55	M50	M45	M40	M35
55	52*	52*	59	72	86	95	112	121	129	138
61	52*	55	65	79	94	104	123	132	141	150
67	52*	59	71	86	101	112	132	142	151	161
73	52*	64	76	91	108	119	140	150	161	171
81	54	68	81	98	115	127	149	160	171	182
89	58	72	86	103	121	134	157	169	180	192
96	60	75	104	107	126	139	163	175	187	199
102	62	77	107	110	129	143	167	180	192	204
109	64	80	109	113	133	146	172	184	196	209
+ 109	66	82	112	117	137	151	177	190	203	216

\* Minimum weights only allowed.

**QUALIFYING PERIOD EXTENSION FROM 12 JUNE 2019 TO 03 DECEMBER 2020 (2019 EUROPEAN MASTERS CHAMPIONSHIP RESULTS INCLUSION)**

**2020 European Masters Qualifying Standards**

**WOMEN**

Category	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35
45	38	43	48	56	66	70	74	79
49	41	46	51	61	71	76	80	85
55	45	51	57	66	78	83	88	93
59	48	54	60	70	82	87	93	98
64	51	57	63	74	87	92	98	104
71	54	61	67	79	92	99	105	111
76	56	63	70	82	96	102	109	115
81	58	65	72	85	99	106	112	119
87	60	67	74	87	102	109	116	123
+ 87	61	69	77	90	105	112	119	126



**Minimum start totals according to the 15/10 kg rule**

**WOMEN**

Category	W70	W65	W60	W55	W50	W45	W40	W35
45	42*	42*	42*	46	56	60	64	69
49	42*	42*	42*	51	61	66	70	75
55	42*	42*	47	56	68	73	78	83
59	42*	44	50	60	72	77	83	88
64	42*	47	53	64	77	82	88	94
71	44	51	57	69	82	89	95	101
76	46	53	60	72	86	92	99	105
81	48	55	62	75	89	96	102	109
87	50	57	64	77	92	99	106	113
+ 87	51	59	67	80	95	102	109	116

\* Minimum weights only allowed.

## DIE ERSTE

### 2020 European Masters Online virtuelle Gewichthebermeisterschaft

1. Die 2020 European Masters Online Gewichthebermeisterschaft ist eine Qualifikationsveranstaltung für die World Masters Games 2021 - Mai 2021 in Kansai – Japan
2. Beim Reißen & Stoßen sind maximal drei (3) Versuche erlaubt.
3. Die eingereichten Versuche müssen die Qualifikationsrichtlinien erfüllen, um akzeptiert zu werden.
4. Die ersten drei Plätzen werden mit Medaillen prämiert
5. Es werden Europameistertitel 2020 vergeben
6. Es werden für Männer und Frauen die/der besten Heber für jede Altersgruppe prämiert
7. Es wird die/der beste Athlet der Veranstaltung prämiert.
8. Es wird das beste Team (bei Teilnahme) prämiert
9. Bei Gleichstand wird derjenige Athlet prämiert, der seine Videoeinreichung als erster gepostet hat
10. Es wird ein Ergebnisbuch mit Altersfaktoren für Frauen (Hübner-Meltzer-Faber) auch für Männer (Meltzer-Faber) erstellt
11. Jeder Versuch wird von drei europäischen nationalen bzw. internationalen (IWF CAT 1 + 2) Schiedsrichter bewertet
12. Das Komitee weist jeder Alters-/Gewichtsklasse die gleichen Schiedsrichter zu.
13. Da keine Dopingkontrollen durchgeführt werden, gibt es keine Rekordanerkennung
14. Es werden keine Hall of Fame Punkte vergeben
15. Alle Auszeichnungen werden an den nationalen Masters-Vorsitzenden geschickt.
16. Die Preisträger werden innerhalb von 3 Wochen nach Abschluss des Wettbewerbs benachrichtigt und die Ergebnisse veröffentlicht.

#### Allgemeines:

- Die Athleten müssen Mitglieder der ÖGV Masters sein.
- Teilnahmeberechtigung: Athleten müssen am 31. Dezember 2020 mindestens 35 Jahre alt sein und die Qualifikationsleistungen erreichen.
- Die Athleten müssen sich mit einem Zugangscode, der bei mir erhältlich ist, auf der Website für die Anmeldung zum European Masters registrieren, bevor sie die erforderlichen Videos einreichen.  
[www.masterswreg.com](http://www.masterswreg.com)
- Jeder registrierte AthletIn erhält einen Link zur Homepage des 2020 European Masters Online Virtual Gewichtheben Meisterschaft
- Athleten müssen ein von der Regierung ausgestelltes Ausweisfoto, den vollständigen Namen, die Staatsangehörigkeit und das Geburtsdatum hochladen.
- Zu verwendende Videoformate: MP4, MPG, MOV, WMV  
Die meisten Videos auf Mobiltelefonen sind in HD MP4, das unsere Online-Wettkampf-Website verwenden kann.
- Die Kamera muss den Athleten von vorne zeigen. Vom Boden oder von der Seite gefilmte Videos werden nicht akzeptiert. (idealerweise in Hüfthöhe).
- Nach dem Ende des Wettbewerbs und Veröffentlichung der Ergebnisse werden die eingereichten Videos veröffentlicht.

## Richtlinien für die Abwaage:

- Die Athleten müssen ein Abwaagevideo mit einem sichtbaren Zeitstempel, einer Uhr oder einem Timer einreichen, auf dem Datum und Uhrzeit deutlich zu erkennen sind (siehe Beispielfideo) - Der Name der Videodatei sollte wie folgt angegeben werden: Name des Athleten, Einwaage, Gewicht.
- Die Athleten haben maximal 4 Stunden Zeit zur Verfügung, wie bei einem normalen Live-Wettkampf von der Abwaage bis zum letzten Versuch im Stoßen. Abweichende Termine und verlängerte Zeiträume werden nicht akzeptiert.
- Die Waage kann digital oder mechanisch sein und muss mit Hilfe einer 2,5- oder 5-kg-Scheibe überprüft werden, dass das korrekte Gewicht auf der Waage angezeigt wird.
- Das Wiegen muss in einem Wettkampfdress erfolgen (keine Socken, Uhr oder Schmuck etc.). Es gilt dabei folgende IWF-Regel 4.2.1:  
Athleten dürfen nur ein Wettkampfdress tragen, das den folgenden Kriterien entspricht:
  - muss aus einem Stück bestehen
  - muss kragenlos sein
  - kann von beliebiger Farbe sein
  - darf die Ellenbogen nicht bedecken
  - darf die Knie nicht bedecken
- Videos ohne Gewichtskontrolle und die vollständige Angabe des Athleten auf der Waage werden nicht akzeptiert.

## Bekleidung und technische Richtlinien:

- Die Kamera muss 4 m von der Startposition des Athleten entfernt aufgestellt werden.
- Es gelten die Wettkampfdressregeln des IWF + IWF Masters:  
Athleten dürfen für den Wettkampf nach den entsprechenden Regeln folgende Kleidung tragen:
  - Unitard
  - T-Shirt
  - Shorts
  - Socken
  - Gürtel
  - Bandage(n)
  - Heftpflaster
  - Tape
  - Handschuh(e)
  - Unterwäsche(n)
  - Schmuck / Accessoires
  - Haarschmuck
  - Religiöse Kopfbedeckung / KopfbedeckungAthleten dürfen nur ein Gewichtheberkostüm tragen, das die folgenden Kriterien erfüllt:
  - muss aus einem Stück bestehen
  - muss kragenlos sein
  - kann von beliebiger Farbe sein
  - darf die Ellenbogen nicht bedecken
  - darf die Knie nicht bedecken
  - Athleten müssen Sportschuhe tragen.
- Gürtel müssen über dem Kostüm getragen werden und dürfen max. 12 cm breit sein. (Die Schiedsrichter können eine Messbestätigung (Bild/Video) verlangen)

- Die Gewichte müssen in Kilogramm (kg) angegeben werden.
- Schwarze Scheiben („Bumpers“) müssen deren Gewichtsmarkierungen im Video entweder am Anfang oder am Ende der Videoeinreichung anzeigen.
- Wegen der Art dieses Ereignisses bitten wir alle Athleten, ehrlich zu kämpfen und ihre Mitsportler zu respektieren.

#### Wettkampfrichtlinien:

- Die Kamera muss sich direkt vor dem Athleten befinden. Der gesamte Körper muss sichtbar sein.
- Das Verlassen der Plattform ist ein ungültiger Versuch. Stellen Sie sicher, dass die Plattform deutlich markiert und diese im Video sichtbar ist. Wenn Sie ein helles farbiges Band verwenden, stellen Sie sicher, dass es vor oder nach dem Heben deutlich sichtbar ist. Die IWF verlangt, dass Wettkampfplattformen 4m x 4m (quadratisch) sein müssen. Wir haben Verständnis dafür, dass einige weniger Platz und nur eine kleine Plattform haben. Sie können eine kleine Trainings- oder selbstgebaute Plattform verwenden und den 4 Meter großen Außenbereich markieren.
- Zughilfen sind nicht erlaubt, Tapes an den Ellbogen sind nicht erlaubt, Kostüme müssen den Richtlinien der IWF + IWF Masters entsprechen, keine Shorts oder T-Shirts etc.
- Der Athlet muss jederzeit die volle Kontrolle über die Langhantel haben und vor dem Ausstoß ruhig stehen. Jedes absichtliche oszillieren etc. ist ein ungültiger Versuch.
- Athleten mit Probleme, die Ellbogen vollständig zu stecken, müssen das vor jedem Versuch anzeigen.
- Ein Ellbogenbereich von 10 cm darf nicht getapt werden.
- Nachdem der Athlet einen Versuch beendet hat, muss er/sie 2 - 3 Sekunden lang in allen Körperteilen bewegungslos bleiben, bevor er/sie die Hantel wieder auf der Plattform abstellt. Dies dient den Schiedsrichtern als "Down-Signal" zur Beurteilung.
- Videos, auf denen die Gewichte nach dem Heben auf der Plattform nicht angezeigt werden, gelten als ungültig.

#### Einsenden der Videos:

- Vom 10. bis 17. November die Altersgruppen M80, M75, M70 - W70, W65, W60.
- Vom 18. bis 25. November die Altersgruppen M65, M60, M55, M50, W55, W50.
- Vom 26. November bis zum 03. Dezember die Altersgruppen M45, M40, M35 - W45, W40, W35

Bitte beachten Sie, dass Videoeinreichungen vor oder nach den oben genannten Terminen nicht akzeptiert werden.