



Svenska Tyngdlyftningsförbundet och Skåne-Hallands TK bjuder in till senior-SM i Halmstad 8-10 oktober 2021

Datum: Den 8-10 oktober 2021

Tävlingsarena: Eleiko Sport Center i Halmstad.

Preliminärt tävlingschema:

Fredagen den 8 oktober: Damer: 45, 49, 55 kg

Herrar: 55, 61 kg

Lördag den 9 oktober: Damer: 59, 64, 71 kg

Herrar: 67, 73, 81 kg

Söndag den 10 oktober: Damer: 76, 81, 87, 87+ kg

Herrar: 89, 96, 102, 109, +109 kg

Första invägning startar preliminärt fredag kl 12 med tävlingsstart kl 14. Ett fastställt schema, där ändringar kan förekomma, publiceras på tyngdlyftning.com efter anmälningstidens slut

Invägning: Sker i tävlingsarenan. *Ett tidsschema publiceras på tyngdlyftning.com efter anmälningstidens slut.*

Krav för SM-deltagande: För att få stå upp på SM ska tävlingslicensen, föreningens årsavgift och anmälningavgift vara betalda. Samt uppvisande av fullvaccinering via covidbevis alternativt ett negativt antigenest (snabbtest), se *"Anpassningar på grund av covid-19"*. Det finns ingen kvalgräns däremot ska lyftaren ha en minsta ingångsvikt totalt för ryck och stöt enligt nedan.

Ingångsvikter (Ryck + Stöt):

Herrar		Damer	
Klass	Minsta ingångsvikt	Klass	Minsta ingångsvikt
55 kg	110 kg	45 kg	60 kg
61 kg	135 kg	49 kg	80 kg
67 kg	175 kg	55 kg	110 kg
73 kg	200 kg	59 kg	120 kg
81 kg	220 kg	64 kg	130 kg
89 kg	235 kg	71 kg	140 kg
96 kg	245 kg	76 kg	145 kg
102 kg	250 kg	81 kg	145 kg
109 kg	255 kg	87 kg	145 kg
+109 kg	260 kg	+87 kg	145 kg



Anpassningar på grund av covid-19: SM följer rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten och utgår från Svenska Tyngdlyftningsförbundets riktlinjer under coronapandemin. [Den finns här och kan komma att uppdateras under hösten!](#) Det innebär också att SM:s genomförande är beroende av att myndigheternas rekommendationer gör det möjligt att resa och samlas på ett säkert sätt. Tävlingarna blir, under rådande omständigheter, speciella. Svenska Tyngdlyftningsförbundet uppmanar lyftare, coacher, funktionärer och publik till vaccinering. Om man inte har ett covidbevis på fullvaccinering (två doser) att visa upp vid ankomst till arenan ska man kan visa upp ett negativt antigen test (snabbtest) taget senast 72 timmar tidigare. Utan antingen vaccinationspass eller test kommer man inte in i arenan. Personer under 18 år i sällskap med vuxen undantages. Stanna hemma vid symptom. För att minska antalet personer i uppvärmningslokalen begränsas antal coacher till en coach per lyftare. [Här finns information om covidbevis](#) och [här laddar du hem det!](#)

Anmälan: Anmälan ska göras av ansvarig i föreningen senast den 18 september. [Anmälan ska göras via denna anmälningslänk](#) där man kommer att få uppge lyftarens namn, licensnummer, förening, viktklass, ingångsvikt i ryck, ingångsvikt i stöt samt coach.

Wild cards: STF:s tävlingskommitté kan vid behov dela ut så kallade ”wild cards” till lyftare för att fylla ut klasserna. Målet är att det ska finnas minst tre, helst fyra startande i respektive viktklass.

Anmälningsavgift: 800 kr per lyftare sätts in på Svenska Tyngdlyftningsförbundets bankgiro: 136-1534 senast 18 september, ange senior-SM 2021 samt föreningsnamn.

Klassfast anmälan: Observera att efter sista anmälningsdagen kan man inte ändra viktklass och att lyftare som inte klarar av att väga in i anmäld klass utesluts från tävlingen.

Indelning i A- och B-grupper: I de fall där viktklasser har många anmälda kommer uppdelning ske i A- och B-grupper. Det innebär att de aktiva rankas utifrån ingångsvikter totalt för ryck och stöt. De med högst ingångsvikter placeras i A-grupp och övriga i B-grupp. A- och B-grupperna tävlar samma dag men behöver nödvändigtvis inte tävla direkt efter varandra. Det finns möjlighet att låta en B-grupp innehålla lyftare från flera viktklasser.

Ändra ingångsvikt: Den 20 september publicerar STF listan på anmälda lyftare samt gruppindelningen på hemsidan. Fram till den 24 september går det sedan att ändra ingångsvikter. Däremot går det inte att anmälas i efterhand eller byta viktklass. Den 27 september publiceras den slutgiltiga gruppindelningen.

Fullständiga tävlingsregler: [Se Svenska Tyngdlyftningsförbundets tävlingsbestämmelser.](#)

Kontakt: Tävlingsledare: Patrik Helgesson, patrik.helgesson@tyngdlyftning.org. STF: Sebastian Nurmi, sebastian.nurmi@tyngdlyftning.org, 076-105 49 92. Info publiceras på <https://www.tyngdlyftning.com>