



*Deutsche Gewichtheberjugend im  
Bundesverband Deutscher Gewichtheber e.V.*

---

## **Ostdeutsche Mehrkampfmeisterschaften im Gewichtheben 2018**

Veranstalter: Brandenburgischer Gewichtheber- und Fitnessverband e.V. (BGFV e.V.)

Ausrichter: ASK Frankfurt (Oder).

Datum: Sa, 17.03.2018

Ort: OSP Frankfurt / Oder  
Stendaler Str. 26  
15234 Frankfurt (Oder)

Tel: 0335-6066659

E-Mail: jung@ospff.de

Teilnehmer: Sportlerinnen und Sportler der Jahrgänge 2003 bis 2007  
der Bundesländer Sachsen, Sachsen – Anhalt, Brandenburg und Berlin  
mit gültigen Startunterlagen des BVDG bzw. des jeweiligen Landesverbandes

Wettkampf: Olympischer Zweikampf mit Technikwertung  
nach den Regeln der Sportordnung des BVDG und den Beschlüssen der DGJ

Leichtathletischer Mehrkampf  
Pendellauf  
Schlußdreisprung  
Kugelschocken  
Bankdrücken

Wertung: a.) Einzelwertung der Jungen erfolgt in den Jahrgängen  
(bei mehr als 15 gemeldeten Teilnehmern im Jahrgang wird eine Teilung in zwei Gruppen,  
bei mehr als 24 Teilnehmern in drei Gruppen vorgenommen)

b.) Mädchenwertung erfolgt in den Jahrgängen  
(bei mehr als 12 gemeldeten Teilnehmerinnen wird eine Teilung in zwei Gruppen  
vorgenommen)

c.) Mannschaftswertung: Eine Mannschaft besteht aus vier Athleten/Athletinnen, die vor dem  
Wiegen namentlich gemeldet werden müssen

Kampfrichter: Jeder teilnehmende Landesverband stellt und finanziert zwei Kampfrichter,  
davon einen für die Technikwertung. Die Kosten tragen die Landesverbände, bei  
Nichterscheinen wird ein Kostenersatz laut BVDG – Finanzordnung erhoben.  
Namentliche Meldung bis Mo, 19.02.2018

Startgeld: 10,00 € je gemeldeten Teilnehmer  
25,00 € pro Mannschaft  
Vereine haften für ihre Meldungen

Das Startgeld ist geschlossen von jedem Verein beim Empfang der Startkarten zu entrichten

Meldetermin: Mo, 19.02.2018  
BGFV  
Stendaler Str. 26  
15234 Frankfurt (Oder)  
Email: jung@ospff.de

Nachmeldungen bis Mo, 05.03.18 bedingen doppelte Startgebühr.

Meldung: Name, Vorname, Verein, Körpergewicht, Jahrgang,  
Mannschaft ja/nein (Anzahl der Mannschaften)

Zeitplanung: **Wiegen, Do, 15.03.18 : dezentral in den Vereinen, die Wiegelisten müssen von den Vereinen bis 18.00 Uhr dem Ausrichter zugeschickt werden (Email) !**

Die Gruppeneinteilung wird am Samstagvormittag veröffentlicht.

10.00 Uhr Eröffnung der Wettkämpfe  
10.15 Uhr Wettkampfbeginn

Auszeichnung: Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde  
Platz 1 – 3 erhalten Medaillen  
Pokale für die Plätze 1 – 6 bei den Mannschaften

Quartiere: In eigener Zuständigkeit. Günstige Quartiere auch in Slubice möglich.

Rene´ Bast  
Präsident BGFV e.V.

---

## Anlage: Bewertung der Wettkampfdisziplinen

Reißen: Jhg. 2003 - 2007 Leistung x 50 : Körpergewicht + Technikwert x 10  
Stoßen: Jhg. 2003 - 2007 Leistung x 50 : Körpergewicht + Technikwert x 10

Schocken: Weite in cm x 7,5 : Körpergewicht  
Kugelgewichte AK 11/12 AK 13/14 AK 15  
männlich 3 kg 4 kg 5 kg  
weiblich 2 kg 3 kg 4 kg

Sprung: 500 cm = 100 Punkte  
Je 10 cm weiter / kürzer ergeben 2 Punkte mehr / weniger  
Berechnungsformel: Weite in cm x 0,2

Pendel - 13,0 Sekunden = 100 Punkte  
lauf: jede 1/10 Sek. Schneller/langsamer sind 2 Punkte mehr/weniger  
Berechnungsformel:  $13 - \text{gelaufene Zeit} \times 20 + 100$

Bank - 1 Durchgang ( begrenzt auf maximal 15 Wiederholungen)  
drücken:

	AK 11	AK 12	AK 13	AK 14	AK 15
männl.	57%	65%	70%	75%	80%
weibl.	48%	52%	57%	63%	70%

jeweils vom Körpergewicht  
Anzahl der Wiederholungen x 10

Die Punkte aus dem leichtathletischen Mehrkampf werden mit dem Faktor 0,5 multipliziert