

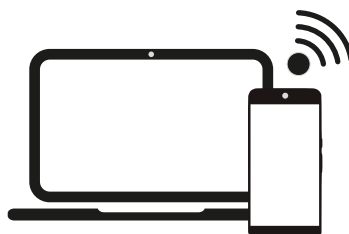
**Meldefrist 09.11.2020**  
**Excel-Formular per Mail!**

# DGJ ONLINE

## JUGEND-CHALLENGE 2020



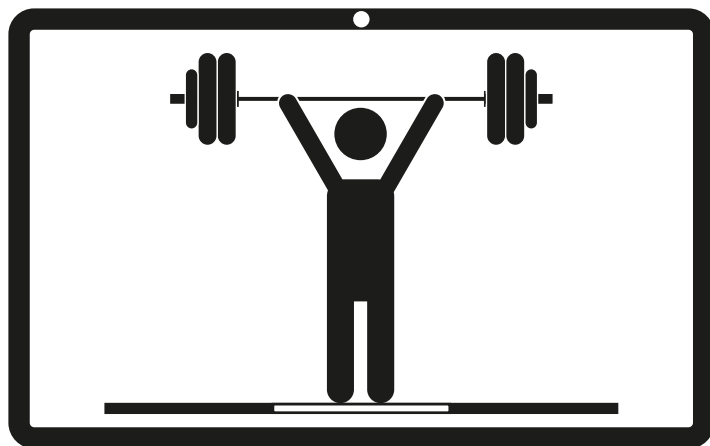
Der Wettkampf wird online abgehalten. Die Sportler der Wettkampfgruppe befinden sich in einer zentral geleiteten Videokonferenz. Der Sportler wird über die Konferenz aufgerufen, begibt sich vor die Kamera und macht seinen Versuch. Der Kampfrichter wertet die Gültigkeit und der nächste Heber wird aufgerufen. Es läuft also wie bei einem herkömmlichen Wettkampf ab, nur dass jeder von seinem Verein aus mitmacht.



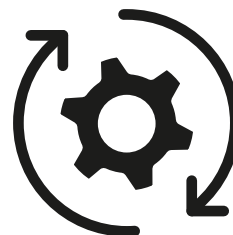
Voraussetzung für die Teilnahme ist eine Internetverbindung. Sollte diese nicht vorhanden sein, gibt verschiedene Möglichkeiten über einen mobilen WLAN-Router oder einen Handy Hotspot die Verbindung herzustellen. Für einen reibungslosen Ablauf muss die Verbindung stabil sein, überprüft vorher, ob die Bandbreite ausreicht, um an einer Videokonferenz teilzunehmen. Darüber hinaus braucht ihr ein Laptop und ein Handy während des Wettkampfs.



Die verwendete Hantel muss gelb bzw. blau markiert sein und auch die Hantelscheiben müssen der offiziellen Farbcodierung entsprechen. Außerdem brauchst du eine Waage für das Abwiegen. Es muss keine offizielle Wettkampfwaaage sein, eine Personenwaage reicht aus. Überprüfe jedoch vorab anhand einer Hantelscheibe, dass sie korrekt wiegt. Sollte deine Bohle kleiner als 4m x 4m sein, klebe einen Bereich dieser Größe drumherum ab.



Das Laptop muss so aufgestellt werden, dass der Sportler mit der Hantel auf den gestreckten Armen komplett im Videobild zu sehen ist. Wenn die richtige Einstellung gefunden wurde, sollte das Laptop so stehen bleiben. Während des Wettkampfs sind alle Mikrofone stumm geschaltet, die Lautsprecher aber so laut, dass der Sprecher und der Kampfrichter gut zu hören sind. Die Steigerungen werden über den Chat in der Videokonferenz vorgenommen. Dafür ist dein Trainer zusätzlich mit seinem Handy eingewählt.



Sind alle Sportler der Videokonferenz beigetreten beginnt der Wettkampf. Der Sprecher ruft den fälligen Sportler auf, dieser absolviert seinen Versuch vor der Kamera und erhält sein Absignal vom Kampfrichter. Im Blockmodus werden alle Sportler der Reihe nach zu ihren Versuchen aufgerufen. Steigerungen erfolgen über den Chat und die Last kann direkt nach dem Versuch aufgesteckt werden. So ist ein reibungsloser Ablauf gewährleistet.