

GEWICHTHEFFEN
ZONDAG 03/12/23
BELGISCH KAMPIOENSCHAP



AANKONDIGING

Wedstrijd:	Belgisch kampioenschap Open gewichtheffen
Datum:	zondag 03 december 2023
Inrichtende Club:	HEAVY WORK Lifting Team (CrossFit Workzone)
Plaats wedstrijd:	Avenue des Martyrs 172, 4620 Fléron
Deadline inschrijving:	12 november 2023 (12u middernacht)
Inschrijvingsfee:	10€ per ingeschreven atleet
	Je ontvangt hiervoor een factuur in de week na de inschrijvingsdeadline

INSCHRIJVING

- Hoe leden inschrijven voor wedstrijden via CLEA: <https://youtu.be/xyYJFbCxXYQ>.
- Het is NIET mogelijk om een lid in CLEA in te schrijven voor een wedstrijd alvorens hij/zij zijn competitieformulier heeft ondertekend: <https://youtu.be/8xIDh6-RiaQ?t=468>.
- Ook coaches moeten vanaf 2023 worden ingeschreven via CLEA: <https://youtu.be/xyYJFbCxXYQ?t=268>
- Coaches kunnen tot 3 dagen voor de wedstrijd worden toegevoegd (zie deadline in CLEA).
- Al jullie deelnemende leden moeten ingeschreven worden via CLEA voor de inschrijvingsdeadline (zie hierboven).
- Na de inschrijvingsdeadline is het niet meer mogelijk om leden in te schrijven noch kosteloos te annuleren!

COMPETITIEFORMULIER 2023

Hoe het competitieformulier via CLEA ondertekenen: <https://youtu.be/8xIDh6-RiaQ?t=468> .

VGPF vzw (0417.702.487 | RPR Gent, afdeling Kortrijk)

Secretariaat Zuiderlaan 14 – 9000 Gent **E-mail:** secretariaat@vgpf.be

Bankrekening : IBAN: BE21 7390 2211 6203 BIC: KREDBEBB

EXTRA INFO

Dopingcontrole

Op alle wedstrijden kan dopingcontrole zijn. Deelnemers moeten tot op het einde van hun wedstrijdgroep beschikbaar blijven voor een controle (= laatste clean & jerk van dezelfde groep)!

Bij inbreuk hierop kan het anti-dopingagentschap ook een sanctie opleggen!

Let op: Ook sommigen courante geneesmiddelen zijn volledig verboden en voor anderen is een attest nodig.

Meer info op: <https://www.dopingvrij.vlaanderen/wat-mag-wel/controleer-je-geneesmiddel/>

Planning

De verdeling van de plateau's, alsook de exacte uren voor de weging, zal meegedeeld worden na de finale inschrijving en opgesteld worden volgens het aantal deelnemers.

Aansluiting

- Coaches en helpers moeten ook aangesloten zijn bij de VGPF

DEELNAMEVOORWAARDEN & REGLEMENTEN BELGISCH KAMPIOENSCHAP

- Aangesloten zijn bij een club van de VGPF of LFPH (Vlaamse Gewichthef- en Powerlifting Federatie of Ligue Francophone des Poids et Haltères)
- Minimum 10 jaar oud zijn. Identiteitsbewijs moet voorgelegd worden op de weging!
- Officiële wedstrijd outfit noodzakelijk (oa lifting suit)
- De weging gebeurt met het gewichthefpakje aan. Wegen in ondergoed of naakt wegen mag niet meer. Er zal 250gr afgetrokken worden voor dit pakje.
- In de 12 maand voorafgaand aan de inschrijvingsdeadline deelgenomen hebben aan een door de KBGV erkende wedstrijd gewichtheffen en het minimum behaald hebben. Deelnameminima: <https://vgpf.be/minima-gw/>
- Wanneer het behaalde minimum groter of gelijk is aan dat van een hogere gewichtsklasse, mag men ook deelnemen in de hogere gewichtsklasse, maar men kan zich maar inschrijven in 1 gewichtsklasse en na inschrijving is er geen verandering meer mogelijk!
- De gewichtsklasse is bindend op een individueel kampioenschap! Wie op de weging niet in de gewichtsklasse zit waarin hij/zij is ingeschreven (=te veel of te weinig wegen) zal niet kunnen deelnemen.
- Startgewichten: De minimum startgewichten zijn 21 kg voor dames en 26kg voor heren.
- Belgische titel
In elke gewichtsklasse wordt de Belgische kampioenstitel uitgereikt aan de atleet die (als eerste) het hoogste totaal heeft behaald, op voorwaarde dat het totaal niet lager is dan het deelnameminimum en op voorwaarde dat de atleet de Belgische nationaliteit heeft.
- Atleten die niet de Belgische nationaliteit hebben, kunnen deelnemen maar zullen enkel voorkomen in de Open puntenranking.
- IWF reglementen [link](#)

VGPF vzw (0417.702.487 | RPR Gent, afdeling Kortrijk)

Secretariaat Zuiderlaan 14 – 9000 Gent **E-mail:** secretariaat@vgpf.be

Bankrekening : IBAN: BE21 7390 2211 6203 BIC: KREDBEBB