

POWERLIFTING

ZONDAG 10/12/23

BK BP & EQPL



AANKONDIGING

Wedstrijd:	BK Bench Press (Classic en Equipped) & Powerlifting Equipped
Datum:	ZONDAG 10/12/23
Inrichtende Club:	Squatsquadcity (Crossfit Brugge)
Plaats wedstrijd:	Kleine Monnikenwerve 6, 8000 Brugge
Deadline inschrijving:	19 november 2023 (12u middernacht)
Inschrijvingsfee:	€50 per ingeschreven atleet (€25 voor Subjuniors) Te betalen via overschrijving Je ontvangt hiervoor een factuur in de week na de inschrijvingsdeadline

INSCHRIJVING

- Alle inschrijvingen verlopen via CLEA.
- 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>
 - Alle deelnemers moeten ingeschreven worden via CLEA voor de inschrijvingsdeadline.
- Kosteloos uitschrijven kan tot aan de inschrijvingsdeadline. Daarna worden administratieve kosten (10€) niet meer terugbetaald.
- De uitschrijvingsdeadline ligt 3 dagen na de communicatie van de wedstrijdplanning door de federatie, via de communicatiekanalen van de federatie. Tot en met deze datum kan kosteloos geannuleerd worden (met uitzondering van de administratieve kost).
- Ook coaches moeten vanaf 2023 worden ingeschreven via CLEA: <https://youtu.be/xyYJFbCxXYQ?t=268>
 - Enkel geregistreerde coaches zullen toegelaten worden tot de warm up, zonder uitzondering!
 - Per sessie zullen er per club een gepast aantal polsbandjes beschikbaar zijn aan het wedstrijdsecretariaat, waar tevens ook de lijst met geregistreerde coaches ligt.
 - Coaches kunnen tot 3 dagen voor de wedstrijd worden toegevoegd met een maximum per sessie van:

Classic

- 1 - 2 atleten van dezelfde club = 2 coaches
- 3 - 4 atleten van dezelfde club = 3 coaches
- 5 of meer atleten van dezelfde club = 5 coaches

VGPF vzw (0417.702.487 | RPR Gent, afdeling Kortrijk)

Secretariaat Moerenakker 10 – 9070 Heusden **E-mail:** secretariaat@vgpf.be

Bankrekening : IBAN: BE21 7390 2211 6203 BIC: KREDBEBB

Equipped

- 1 atleet van dezelfde club = 2 coaches
 - 2 atleten van dezelfde club = 3 coaches
 - 3 atleten van dezelfde club = 4 coaches
 - 4 atleten van dezelfde club = 5 coaches
 - 5 atleten van dezelfde club = 6 coaches
 - 6 atleten van dezelfde club = 7 coaches
- Aan het platform zelf wordt er maximum 1 coach per atleet toegelaten.

COMPETITIEFORMULIER 2023

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

DEELNAMEVOORWAARDEN & REGLEMENTEN

- Aangesloten zijn bij een club van de VGPF of LFPH.
- Mintens 14 jaar oud zijn.
- Officiële wedstrijd outfit dragen (lifting suit).
- De gewichtsklasse is bindend. Wie op de weging niet in de gewichtsklasse zit waarin hij/zij is ingeschreven (=te veel of te weinig wegen) kan niet meedoen.
- Men kan zich maar inschrijven in 1 gewichtsklasse. Na de finale inschrijving is er geen verandering meer mogelijk!
- In de 12 maanden voorafgaand aan de inschrijving deelgenomen hebben aan een door de KBGV erkende wedstrijd powerlifting en het minimum behaald hebben. <https://vgpf.be/minima-pl/>
- Deelname « buiten wedstrijd » is NIET toegelaten.
- Identiteitsbewijs moet voorgelegd worden op de weging.
- Atleten die de Belgische nationaliteit niet hebben, kunnen deelnemen op voorwaarde dat ze het minimum hebben gerealiseerd . Ze zullen enkel voorkomen in de puntenranking.
- Belgische titel: In elke gewichtsklasse en leeftijdsklasse wordt de Belgische kampioentitel uitgereikt aan de atleet die (als eerste) het hoogste totaal heeft behaald, op voorwaarde dat het totaal niet lager is dan het deelnameminimum en dat de atleet de Belgische nationaliteit heeft.
- IPF reglement: [Link](#).

EXTRA INFO

Dopingcontrole

Op alle wedstrijden kan dopingcontrole zijn. Deelnemers moeten tot op het einde van hun wedstrijdgroep beschikbaar blijven voor een controle (= laatste Deadlift 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/>

VGPF vzw (0417.702.487| RPR Gent, afdeling Kortrijk)

Secretariaat Moerenakker 10 – 9070 Heusden **E-mail:** secretariaat@vgpf.be

Bankrekening : IBAN: BE21 7390 2211 6203 BIC: KREDBEBB

Planning

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

Aansluiting

- Coaches en helpers moeten ook aangesloten zijn bij de VGPF

Laders/ Volgers / Scheidsrechters

Zonder laders en spotters kan de organisatie en veiligheid niet gegarandeerd worden.

We vragen dan ook aan alle clubs om spotters, laders en/of scheidsrechters af te vaardigen.

Voor elke lader en/of scheidsrechter die van jullie club verwacht wordt en niet wordt afgeleverd vragen wij een supplement van 30euro. Hiervoor verwijzen we jullie ook graag naar: Bijlage 2 van het IR "Specifiek Sportreglement" :11.2.1.6 Verplichte afvaardiging van vrijwilligers/ scheidsrechters door de clubs.

Hoe je laders en scheidsrechters via CLEA opgeeft zie je hier: <https://youtu.be/xyYJFbCxXYQ?t=268>

Hier kan je een overzicht terugvinden van het aantal laders en/of scheidsrechters er van jouw club verwacht wordt o.b.v. het aantal inschrijvingen: [overzicht](#)

Extra taken coach

De coach staat mee in voor goed en sportief gedrag van de atleet in de warm up en op het platform, het naleven van alle reglementen, het netjes houden en achterlaten van de warm up zone, en het opruimen van de gewichten aan het einde van de warm up.

De coach ziet erop toe dat de atleet binnen de reglementaire tijd (30 seconden) het platform verlaat. Een korte verduidelijking vragen aan de chieff referee is toegestaan zonder het verloop van de wedstrijd te storen.