

# GEWICHTHEFFEN

## ZONDAG 17/03/24

### IC<sub>2</sub> + VK OPEN & VK U<sub>15</sub>



## AANKONDIGING

Wedstrijd:	Interclub 2 + VK Open + VK U <sub>15</sub> <b>(zaterdag 16 &amp;) Zondag 17 maart 2024</b>
Datum:	(Indien er teveel inschrijvingen zouden zijn zal een deel van de wedstrijd ook op zaterdag doorgaan)
Plaats wedstrijd:	Strive, Europark 1005, 3530 Houthalen-Helchteren
Deadline inschrijving:	25 februari 2024 (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://vgpf.be/wp-content/uploads/2023/12/Handleiding-CLEA-2024-1.pdf>
- Het is NIET mogelijk om een lid in CLEA in te schrijven voor een wedstrijd alvorens hij/zij de federatieregels heeft ondertekend: <https://vgpf.be/wp-content/uploads/2023/04/CLEA-INSTRUCTIONS.pdf>
- Ook coaches moeten worden ingeschreven via CLEA: <https://vgpf.be/wp-content/uploads/2023/07/CLEA-handleiding-hoe-voeg-ik-een-helper-spotter-coach-of-scheidsrechter-toe.pdf>
- Al jullie deelnemende leden moeten ingeschreven worden via CLEA voor de inschrijvingsdeadline (zie hierboven). De aansluiting van deze leden kan ook enkele dagen duren. Dus de dag voor de inschrijvingsdeadline je lid aansluiten is ook reeds te laat!
- Na de inschrijvingsdeadline is het niet meer mogelijk om leden in te schrijven noch kosteloos te annuleren!
- Coaches kunnen tot 3 dagen voor de wedstrijd worden toegevoegd (zie deadline in CLEA).

## COMPETITIEFORMULIER 2024

Hoe het competitieformulier via CLEA ondertekenen: <https://vgpf.be/wp-content/uploads/2023/04/CLEA-INSTRUCTIONS.pdf>

---

**VGPF vzw** (0417.702.487 | RPR Gent, afdeling Kortrijk)

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

### Algemeen

- Aangesloten zijn bij een club van de VGPF (Vlaamse Gewichthef- en Powerlifting Federatie)
- Minimumleeftijd: vanaf het jaar dat je 10 jaar wordt. **Identiteitsbewijs moet voorgelegd worden op de weging.**
- Er zijn geen deelnameminima
- 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.

### VK Open en U15

- 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 aan het VK en zal niet in deze uitslag verschijnen.
  - Gezien deze wedstrijd gecombineerd wordt met interclub 2 zal je wel nog steeds aan de interclub kunnen meedoen en wel opgenomen worden in deze uitslag
  - Uitzondering: de leeftijdscategorieën **U13 & U15** mogen ook in een **lichaamscategorie hoger meedoen dan initieel opgegeven** bij de inschrijving. Op deze leeftijd groeien kinderen nog heel snel en we willen hiermee obsessief diëten voor hen tegengaan.
- Titel: Een VGPF-kampioenstitel (Liga kampioen) kan gewonnen worden zowel door aangesloten leden met de Belgische nationaliteit als met andere nationaliteit.

---

**VGPF vzw** (0417.702.487| RPR Gent, afdeling Kortrijk)

**Secretariaat** Moerenakker 10 – 9070 Heusden **E-mail:** [secretariaat@vgpf.be](mailto:secretariaat@vgpf.be)

Bankrekening : IBAN: BE21 7390 2211 6203 BIC: KREDBEBB