



Wettkampfbestimmungen Freiamtercup

Kategorien -> 1x Jugend STH/STS, 1x Erwachsene STH, 1x Erwachsene STS

Sparte Nationalturnen

Es gelten die aktuellen STV Weisungen Nationalturnen. Es sind keine eigenen Geräte zugelassen.

• Steinheben	- Aktive Herren	22.5 kg		10.00	
	- Aktive Herren	18.0 kg		9.00	
	- Aktive Damen	12.5 kg		10.00	
	- Aktive Damen	10.0 kg		9.00	
	- Männer	22.5 kg		10.00	
	- Männer	18.0 kg		9.50	
	- Männer	15.0 kg		9.00	
	- Senioren	18.0 kg		10.00	
	- Senioren	15.0 kg		9.00	
	- Frauen / Seniorinnen	10.0 kg		10.00	
	- Frauen / Seniorinnen	8.0 kg		9.00	
	- Jugend männlich	16+17 jährig	15.0 kg		10.00
		14+15	10.0 kg		10.00
		12+13	8.0 kg		10.00
		10+11	6.0 kg		10.00
		9 + jünger	4.0 kg		10.00
	- Jugend weiblich	16+17 jährig	10.0 kg		10.00
		14+15	8.0 kg		10.00
		12+13	6.0 kg		10.00
	11 + jünger	4.0 kg		10.00	
• Steinstossen	Aktive Herren	12.5 kg	10.00 m	10.00	
	Aktive Damen	6.0 kg	8.00 m	10.00	
	Männer	10.0 kg	10.00 m	10.00	
	Senioren	10.0 kg	9.00 m	10.00	
	Frauen/Sen	6.0 kg	7.00 m	10.00	
	- Jugend männlich	16+17 jährig	6.0 kg	11.00 m	10.00
		14+15	6.0 kg	9.00 m	10.00
		12+13	6.0 kg	7.00 m	10.00
		10+11	6.0 kg	5.00 m	10.00

- Jugend				
weiblich	16+17 jährig	4.0 kg	11.00 m	10.00
	14+15	4.0 kg	9.00 m	10.00
	12+13	4.0 kg	7.00 m	10.00
	11 + jünger	4.0 kg	5.00 m	10.00

Stossen

Der Stein darf nur mit einer Hand gestossen werden. Der Stoss kann aus dem Stand oder aus dem Anlauf erfolgen.

Fehlversuch

Als Fehlversuch gilt, wenn der Wettkämpfer:

- nach Beginn des Versuches mit irgendeinem Teil des Körpers die Oberkante oder –fläche des Stossbalkens oder den Boden ausserhalb des Kreissegmentes berührt
- während eines Versuches den Stein fallen lässt
- den Stein beim Anlauf oder beim Abstoss beidhändig hält
- beim Verlassen des Kreissegmentes seinen ersten Schritt ausserhalb nicht vollständig hinter die gekennzeichnete seitliche Verlängerungslinie setzt (dies gilt auch für Unterbrechungen)
- die Anlaufbahn verlässt, bevor der Stein den Boden berührt
- den Stein so stösst, dass er ausserhalb des Sektors landet
Die Sektorlinien gehören nicht zum Sektor.

Heben

Der Wettkämpfer muss Hebungen mit dem rechten und dem linken Arm vornehmen. Ab 15 Hebungen werden für den stärkeren Arm im Maximum 3/5 des Totals aller Hebungen angerechnet. Dies ergibt die folgenden Verhältniszahlen.

A = Gültige Hebungen mit dem schwächeren Arm

B = Maximal anrechenbare Anzahl Hebungen mit dem stärkeren Arm

A	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
B	14	13	12	11	10	9	9	10-11	12-13	14	15-16	17	18-19	20	21-22	23	24-25	26	27-28	29	30-31