



STÆVNEBESTEMMELSER

DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND

Revideret maj 2025

Indholdsfortegnelse

1.	INDBYDELSER	5
2	STÆVNEFORMAT	5
3	FORENINGENS OPGAVER	6
4	DVFS OPGAVER	7
5	RETNINGSLINJER FOR OPSTILLING AF KONKURRENCEOMRÅDE	7
6	OFFICIALS	8
6.1	DOMMER:	8
6.2	SPEAKERS OPGAVER:	9
6.3	STÆVNELEDERES OPGAVER:	9
7	PROTEST	9
8	VÆGTLØFTERENS/FORENINGENS FORPLIGTELSE	9
9	LICENS	9
10	BESTEMMELSER FOR DVF STÆVNER	9
11	DANSKE SENIORMESTERSKABER FOR MÆND/KVINDER	10
12	DANSKE JUNIORMESTERSKABER DRENGE/PIGER	11
13	DANSKE UNGDOMSMESTERSKABER DRENGE/PIGER	11
14	DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD (HOLD DM) MÆND/KVINDER	11
15	DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD JUNIOR DRENGE/PIGER.	12
16	DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD UNGDOM DRENGE/PIGER.	12
17	DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD MASTERS MÆND/KVINDER.	12
18	DANSKE MASTERS MESTERSKABER	13
19	B-DM	13
20	REGIONALE MESTERSKABER / STÆVNER	13
21	FORENINGSTÆVNER	13
22	DVF'S REKLAMEREGLER	14
	REKORDBESTEMMELSER	16
2	I DANMARK:	16
3	I UDlandet	16
	DOMMERBESTEMMELSER	19
1	DOMMERAREJDSGRUPPENS OPGAVER:	19
2	DOMMERLICENS	20

STÆVNEBESTEMMELSER FOR DVF 5-KAMP	23
DANSKE MESTERSKABER I FEMKAMP FOR UNGDOMSLØFTERE	24
DANSKE MESTERSKABER I FEMKAMP FOR SENIORLØFTERE	24
BILAG 1 – DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND STÆVNEPAKKE	26

DISSE STÆVNEBESTEMMELSER ER GÆLDENDE FOR FØLGENDE STÆVNER AFHOLDT UNDER DANSK
VÆGTLØFTNINGS-FORBUND (FREMOVER OMTALT DVF STÆVNER)

DM SENIOR MÆND / KVINDER
DM JUNIOR MÆND / KVINDER
DM UNGDOM DRENGE / PIGER
DM MASTERS
DVF 5-KAMP
B-DM

HOLD DM MÆND / KVINDER
HOLD DM JUNIOR
HOLD DM UNGDOM
HOLD MASTERS

REGIONALE ØST / VEST MESTERSKABER:

ØST SENIOR
ØST JUNIOR
ØST UNGDOM
ØST MASTERS
ØST B-MESTERSKABER

VEST SENIOR
VEST JUNIOR
VEST UNGDOM
VEST MASTERS
VEST B-MESTERSKABER

FORENINGSSTÆVNER SOM ØNSKES KVALIFIKATIONSGIVENDE ELLER MED MULIGHED FOR AT
LAVE DANSKE REKORDER

Ved enhver tvivl efter læsning af stævnebestemmelserne henvises til IWF reglement.

1. INDBYDELSER

- 1.1 Indbydelse til stævner offentliggøres af DVF's sekretariat i samarbejde med den arrangerende forening, der leder stævnerne i overensstemmelse med nedenstående bestemmelser. Indbydelse skal være DVF's kontor i hænde seneste 2 måneder før stævnets start og udsendes af DVF snarest muligt herefter såfremt der er fundet en arrangør.
- 1.2 Indbydelser til stævner skal indeholde:
 - 1.2.1 Stævnets art
 - 1.2.2 Stævnets kategori 1, 2a, 2b eller 3
 - 1.2.3 Dato, tid, sted
 - 1.2.4 Eventuelle kvalifikationskrav
 - 1.2.5 Tid for indvejning
 - 1.2.6 Tilmeldingsfristens udløb
 - 1.2.7 Startgebyrets størrelse og betalingsfristens udløb.
 - 1.2.8 At stævnet finder sted i overensstemmelse med DVF's stævnebestemmelser og vedtægter
 - 1.2.9 Evt. andre betingelser (f.eks. aldersinddeling, påklædning, hvordan resultaterne opgøres mv.)
- 1.3 Tilmelding til stævner foretages enten via e-mail eller internet baseret tilmelding (f.eks. Billetto.dk) og skal indeholde vægtløfterens fulde navn, fødselsdato, klub, vægtklasse og startvægte (træk og stød).
- 1.4 Tilmeldinger skal være de i indbydelsen nævnte i hænde senest 21 dage før stævnets start. Eftertilmelding skal være de i indbydelsen nævnte i hænde senest 14 dage før stævnets start.
- 1.5 Ved indvejningen er det tilladt at rykke en vægtklasse op i forhold til den tilmeldte vægtklasse, kategori 1 stævner er ikke omfattet af dette.
- 1.6 Deltagerantallet til et stævne, kan blive begrænset, hvis der måtte være forhold, der taler for dette.

2 STÆVNEFORMAT

- 2.1 Stævner kan afholdes efter det traditionelle system i vægtløftning (IWF-regler) eller i Round Robin format.
- 2.2 For nærmere beskrivelse af reglerne for det traditionelle system henvises til IWFs regler.
- 2.3 Dansk Vægtløftnings-Forbunds medarbejdere kan kontaktes for hjælp til at arrangere både Round Robin stævner og traditionelle stævner.
- 2.4 Round Robin format:
 - 2.4.1 I dette format løfter man i et rundesystem hvor alle løftere afvikler deres løft nr. 1 før første løfter påbegynder sit løft nr. 2. Formatet er bl.a. kendt fra styrkeløft. Forskellen på det hierarki der bestemmer forsøgsrækkefølgen i dette format sammenlignet med det traditionelle format i vægtløftning kan ses i nedenstående tabel.

Traditionelt System (IWF-Regler)	Round Robin
1. Vægten på stangen (letteste først)	1. Forsøgsnummer (laveste først)
2. Forsøgsnummer (laveste først)	2. Vægten på stangen (letteste først)
3. Tid siden sidste forsøg (atleten der løftede længst tid siden først)	3. Tid siden sidste forsøg (atleten der løftede længst tid siden først)

4. Startnummer for atleten (laveste nummer først)	4. Startnummer for atleten (laveste nummer først)
---	---

Denne stævnetype virker særligt godt til holdkonkurrencer, små stævner og stævner med stor niveauforskel på løfterne.

Fordele ved denne stævnetype er bl.a. at:

Den kan opleves mere publikumsvenlig grundet kortere tid mellem hvert løft.

De tungeste løft i hver gruppe fordeles jævnt ud over gruppens afvikling frem for at grupperes i gruppens afslutning.

Godt flow i konkurrencen da en løfter ikke kan efterfølge sig selv.

Dansk Vægtløftnings-Forbunds medarbejdere kan kontaktes for hjælp til at arrangere både Round Robin stævner og traditionelle stævner.

3 FORENINGENS OPGAVER:

Sørge for (OBS det meste af nedenstående kan lånes i DVF stævnepakke, se bilag 1):

- 3.1.1 Plateau.
- 3.1.2 Vægtstang, låse og vægtskiver til konkurrence og opvarmning.
- 3.1.3 Speaker/sekretærbord med mikrofon tilkoblet højtaler.
- 3.1.4 Eventuelt jurybord.
- 3.1.5 Dommerpladser.
- 3.1.6 Evt. reklamebagvæg.
- 3.1.7 Dommermarkeringsanlæg.
- 3.1.8 Opstilling af ur og kilotavle. Ved brug af OWLCMS kan dette fx være en computer.
- 3.1.9 PC med projektor eller stor TV-skærm. Alternativt kan Resultattavle med plads til mindst 12 vægtløftere anvendes. På PC registreres stævnet enten ved anvendelse af OWLCMS, et regnearksprogram eller andet anerkendt/gennemprøvet system.
- 3.1.10 Printer.
- 3.1.11 Sejrsskammel.
- 3.1.12 Adgang til internet (WIFI).
- 3.2 Desinficerende midler, stålborste, klude, kost og evt. andre rengøringsmidler til rengøring af vægtstang og plateau.
- 3.3 Tilsige speaker, stævneleder, samt andre officials udover dommere, i samarbejde med DVF.
- 3.4 Sørge for indvejningslister.
- 3.5 Sikre at stævnestyringssystem er korrekt opsat
- 3.6 Sørge for ajourførte rekordlister.

- 3.6.1 Omlædningsrum m/k gerne med prøvevægt svarende til stævnevægten.
- 3.6.2 Indvejningslokale med stævnevægt og bord.
- 3.6.3 Opvarmningslokale med højtaler, der er tilsluttet mikrofon til stævnespeakeren.
- 3.6.4 Lokale til dopingtest.

- 3.6.5 Stille med et tilstrækkeligt antal hjælpere, bl.a. skivepåsættere og hjælpere til resultatformidling under stævnet. Skivepåsættere skal belaste vægtstangen korrekt med den af stævnespeakeren annoncerede vægt, samt evt. ajourføre kilotavlen.
- 3.6.6 Foreningen kan for at forbedre faciliteterne og gøre arrangementet mere festligt skaffe følgende:
 - 3.6.6.1 Udsmykning af stævnested
 - 3.6.6.2 Videokontakt mellem plateau og opvarmningslokale
 - 3.6.6.3 Sauna
 - 3.6.6.4 Stævneprogram
 - 3.6.6.5 Honorarier eller andre til overrækkelse af præmier
 - 3.6.6.6 Underholdning i pauser (fx musikanlæg)
 - 3.6.6.7 Arrangere banket.
- 3.6.7 Det aftales med arrangerende forening hvem der stiller med resultatformidler samt udstyr til ajourføring af stævneprotokol med deltagerens løft, såvel godkendte som kasserede. Alternativt, hvis PC ikke anvendes, kan papirprotokol og tavlefører anvendes.
- 3.6.8 Indsende resultatliste til DVFs kontor

4 DVFS OPGAVER

- 4.1.1 Sætte stævnet på terminslisten
- 4.1.2 Offentliggøre stævneindbydelser.
- 4.1.3 Modtage og offentliggøre tilmeldinger.
- 4.1.4 Sikre, at de tilmeldte løftere overholder gældende stævnebestemmelser
- 4.1.5 Afholde møde med arrangøren vedrørende stævnet og aftale fordeling af reklamepladser, antal dage og antal plateauer mm.
- 4.1.6 Sørge for medaljer og præmier.
- 4.1.7 Offentliggøre deltagerlister.

5 RETNINGSLINJER FOR INDVEJNING

- 5.1 Indvejningen af deltagerne samt evt. lodtrækning varetages af to dommere.
- 5.2 Deltagerne skal vejes i trikot, og det skal være den samme trikot som de konkurrerer i. De må ikke have sko, strømper eller andet fodtøj på under indvejningen.
- 5.3 Alle deltagere får fratrukket 250 gram for at kompensere for vægten af deres trikot, det er vægten efter kompensation for trikot, der noteres som indvejningsvægt.
- 5.4 Såfremt en deltager vejer inden for minimum og maksimum for vægtklassen vil deres vægt blive noteret, og indvejningen for den enkelte deltager er afsluttet.
- 5.5 Såfremt en deltager vejer over den tilmeldte vægtklasse efter at der er kompenseret for trikotens vægt, har deltageren indtil indvejningen lukker til reducere sin kropsvægt for at opnå den rette vægt. Såfremt deltageren ikke har opnået den rette vægt vil deltageren blive rykket en vægtklasse op, eller ekskluderet fra konkurrencen afhængigt af stævnets kategori.
- 5.6 Såfremt en deltager vejer for lidt, efter der er kompenseret for trikotens vægt, har deltageren indtil indvejningen lukker til at opnå den rette vægt for at ikke at bliver ekskluderet fra

konkurrencen.

- 5.7 Til kategori 1 stævner bliver man diskvalificeret, såfremt man ikke rammer den vægtklasse man er tilmeldt i bliver en deltager ekskluderet.
- 5.8 Til kategori 2a, 2b og 3 stævner, er det muligt at gå en vægtklasse op, såfremt man ikke kan indveje i den tilmeldte vægtklasse bliver en for tung deltager rykket til en tungere vægtklasse.
- 5.9 Til stævner hvor det ikke er et krav at løfte i trikot, skal vægtløfterne vejes i deres konkurrence tøj og op til 250 gram kan stadig fratrækkes vægten vist til indvejningen, hvis en vægtløfter er tungere end den vægtklasse han/hun er tilmeldt.

6 RETNINGSLINJER FOR OPSTILLING AF KONKURRENCEOMRÅDE

6.1 Retningslinjer for konkurrenceområde

- 6.1.1 Alle løft skal foretages på et konkurrenceplateau som måler 4x4 meter jf. IWF-regler.
- 6.1.2 Rundt om konkurrenceplateauet skal der været et frit område på 1 meter, som er fladt og frit for udstyr og vægtskiver jf. IWF-regler.
- 6.1.3 Magnesium/kalk skal være tilgængeligt tæt på plateauet.
- 6.1.4 Desinficerende midler, stålborste, klude, kost og evt. andre rengøringsmidler skal være tilgængeligt tæt på konkurrenceplateauet til benyttelse af skivepåsætterne.
- 6.1.5 Det er tilladt at benytte flere konkurrenceplateau samtidig.
- 6.1.6 Eleiko reklame-bannere udlånt af DVF skal hænges nær plateau.
- 6.1.6.1 Foreningsstævner er undtaget punkt 5.1.6.

6.2 Retningslinjer for plateau

- 6.2.1 Afhængigt af stævnets kategori kan konkurrenceplateauet udgøres af et kvadratisk gulvareal på 4x4 meter tydeligt afmærket med tape, hvis dette er aftalt med stævnelederen.
- 6.2.2 Bedste praksis for opvarmningsplateaus størrelse er værende 3 meter bredt og 2,5-3 meter langt eller større jf. IWF-regler.
- 6.2.3 Opvarmningsplateau kan udgøres af et gulvareal tydeligt markeret med fx tape.
- 6.2.4 Bedste praksis er at have træunderlag under fødderne på atleterne på både konkurrence-og opvarmningsplateauer.

6.3 Retningslinjer for placering af dommere, jury, stævnestyrbordet og skivepåsættere.

- 6.3.1 Centerdommeren skal være placeret midt for og 4 meter fra fronten af plateauet. Sidedommerne skal være placeret parallelt for centerdommeren 3-4 meter fra centerdommeren.
- 6.3.2 Stævnestyrbordet og skivepåsættere skal placeres i behørig og sikker afstand fra konkurrenceplateauet, gerne på samme side som atleternes indgang til plateauet.
- 6.3.3 Hvis der er jury til stævnet: Jurybordet skal have plads til 3 personer og være placeret med frit og uhindret udsyn til konkurrenceplateauet. Jurybordet skal være placeret maksimalt 10 meter fra midten af konkurrenceplateauet, mellem centerdommeren og den sidedommer nærmest atleternes indgang til konkurrenceplateauet.

6.4 Retningslinjer for vægtstang, vægtskiver og låse til brug på konkurrenceplateau

- 6.4.1 Alt nedenstående udstyr skal være IWF-certificeret konkurrence Eleiko udstyr.
- 6.4.1.1 Foreningsstævner er undtaget punkt 5.4.1.
- 6.4.2 Et konkurrencesæt består af to af følgende farvede vægtskiver, 0.5kg (hvid), 1kg (grøn), 1,5kg (gul), 2kg (blå), 2,5kg (rød), 5kg (hvid), 10kg (grøn), 15kg (gul), 20kg (blå) og 6 vægtskiver af 25kg (rød), samt to låse af 2,5kg, en herrestand 20kg og en damestang 15kg.
- 6.4.3 5kg vægtstang skal bruges til og med 14kg, og 10kg vægtstang skal bruges til og med 24kg for

både mænd og kvinder.

6.4.4 Brug af forskellige typer vægtstænger bruges som følgende:

6.4.4.1 5kg teknikstang t.o.m. 14kg for både mænd og kvinder

6.4.4.2 10kg teknikstang t.o.m. 24kg for både mænd og kvinder

6.4.4.3 15kg stang fra 25kg for kvinder

6.4.4.4 15kg stang t.o.m. 44kg for mænd

6.4.4.5 20kg fra 45kg for mænd

6.5 Retningslinjer for Indvejning

6.5.1 Lokale skal være et lukket rum som fx et omklædningsrum, kontor eller lignende. Alternativ kan et område i et større rum afskærmes, så det ikke er muligt at kigge ind udefra.

6.5.2 Hvis der er nogle vinduer i det pågældende rum, skal de dækkes så man ikke kan se igennem.

6.5.3 Kamera, overvågning eller lignende skal slukkes i det pågældende rum.

6.5.4 Dommere og officials skal have et bord med tilhørende stole tilgængeligt.

7 OFFICIALS

7.1 DOMMER:

7.1.1 Dommergerning er beskrevet i Dommerbestemmelserne.

7.1.2 SPEAKERS OPGAVER:

7.1.3 At præsentere deltagerne, dommere og jury samt holde deltagerne og publikum orienteret om tidsfrister, resultater m.m.

7.2 STÆVNELEDERS OPGAVER:

7.2.1 Sikre at stævnet afvikles i overensstemmelse med programmet uden unødvendige ophold og hjælpe med at løse alle ikke specificerede problemer. Stævneleder må ikke påtage sig andre opgaver i et omfang, så vedkommende ikke er tilgængelig for spørgsmål.

7.3 En person kan have flere funktioner.

7.4 Stævneofficials, dommere og skivepåsættere må ikke nyde alkohol før og under stævnet.

8 PROTEST

7.1.1 Protest mod en vægtløfters start skal være indleveret til stævnelederen eller juryen inden dagens konkurrencer påbegyndes. Kan der ikke umiddelbart træffes en afgørelse, kan den pågældende vægtløfter godt starte, men tildeles ikke placering før endelig bestemmelse er truffet.

9 VÆGTLØFTERENS/FORENINGENS FORPLIGTELSE

9.1 For at deltage i stævner under DVF skal vægtløfteren være medlem af en forening under DVF.

9.2 Start i udlandet kræver DVF's tilladelse.

9.3 Alle der under et stævne udviser dårlig opførsel, kan af stævnelederen udelukkes fra stævnet og indberettes til DVF.

9.4 En vægtløfter kan kun starte for én forening.

9.5 Foreningsskifte finder sted i juli måned og skal for at have gyldighed meddeles af vægtløfteren eller dennes nye forening til den hidtidige forening og DVF.

- 9.5.1 Finder foreningsskifte sted på andet tidspunkt, skal det også ske efter aftale mellem den gamle forening og den nye til en aftalt dato. DVF skal orienteres.
- 9.5.2 I tilfælde af uoverensstemmelser kan DVF træffe afgørelse om vægtløfterens tilhørsforhold.

10 LICENS

- 10.1 Licens opnås første gang i et kalenderår løfteren deltager i et stævne under DVF.
- 10.2 Licensen gælder for kalenderåret.
- 10.3 Licensbeløbet fastsættes af DVF's bestyrelse.

11 BESTEMMELSER FOR DVF STÆVNER

- 11.1 En vægtløfter kan deltage i:
 - 11.1.1 Seniorstævner fra det år hvori han/hun fylder 15 år.
 - 11.1.2 Juniorstævner til og med det år hvori han/hun fylder 20 år.
 - 11.1.3 Ungdomsstævner til og med det år hvori han/hun fylder 17 år.
 - 11.1.4 Mastersstævner fra det år hvori han/hun fylder 35 år.
- 11.2 Enhver dansk statsborger, der er medlem af en dansk forening under DVF, har ret til at deltage ved stævnerne.
- 11.3 Udlændinge kan deltage, for så vidt de har været tilmeldt Folkeregisteret i Danmark i mindst 1 år op til mesterskabet.
- 11.4 Dokumentation af fødselsdato skal på forlangende forevises ved indvejningen.
- 11.5 Der konkurreres i vægtklasser, dog ved mindre end 10 tilmeldte deltagere konkurreres der efter sinclairtabellen.
- 11.6 Viser det sig nødvendigt, vil det snarest efter tilmeldingens tidsfrist blive oplyst, om der sker ændringer som omflytning af grupper/vægtklasser fra en dag til en anden, indførelse af kvalifikationskrav eller indførelse af deltagerantal begrænsninger.
- 11.7 DVF's bestyrelse kan, såfremt der er sportslige grunde hertil, dispensere fra opsatte stævnebestemmelser.

12 REGLER FOR INDVEJNING, PRÆSENTATION, STÆVNESTART OG PAUSER VED DM SENIOR OG HOLD DM

- 12.1 Indvejning:
 - 12.1.1 Indvejningen finder sted i overensstemmelse med den officielle tidsplan for DM senior og Hold DM.
 - 12.1.2 Indvejningens varighed fastsættes i tidsplanen og kan afvige fra IWF's standardregler, men vil normalt være to timer før konkurrencestart og vare en time.
- 12.2 Præsentation af løftere:
 - 12.2.1 Præsentation af løfterne finder sted som fastsat i tidsplanen for DM senior og Hold DM.
 - 12.2.2 Den kan placeres enten før konkurrencestart eller på et andet tidspunkt efter indvejningen, afhængigt af stævneplanlægningen.
- 12.3 Stævnestart:
 - 12.3.1 Konkurrencens starttidspunkt fastsættes i tidsplanen for DM senior og Hold DM.
- 12.4 Pauser:
 - 12.4.1 Konkurrencens pauser fastsættes i tidsplanen for DM senior og Hold DM.
- 12.5 Ændringer i tidsplanen:
 - 12.5.1 Stævneledelsen har til enhver tid ret til at ændre i tidsplanen under et stævne, hvis det findes

nødvendigt.

- 12.5.2 Det er udelukkende stævneledelsens beslutning, hvad der udgør en nødvendig årsag til ændringer.
- 12.5.3 Eventuelle ændringer meddeles hurtigst muligt til løftere, trænere og officials.
- 12.6 Overordnede Bestemmelser:
- 12.6.1 Ved DM senior og Hold DM er det den officielle tidsplan for stævnet, der er gældende, uanset hvad der står i IWF's internationale regelsæt.
- 12.6.2 Hvis der opstår tvivl, har stævneledelsen og DVF den endelige beslutningskompetence.

13 DANSKE SENIORMESTERSKABER FOR MÆND/KVINDER

13.1 Danske mesterskaber for i træk, stød og tokamp afholdes hvert år i følgende vægtklasser:

13.1.1 Mænd: 60 kg, 65 kg, 71 kg, 79 kg, 88 kg, 94 kg, 110 kg, +110 kg

13.1.2 Kvinder: 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 77 kg, 86 kg, +86 kg

13.2 På de dage, hvor danske seniormesterskaber finder sted, må ingen andre stævner i vægtløftning afholdes uden tilladelse fra DVF's bestyrelse.

13.3 Kvalifikation

13.3.1 Kvalifikationskrav skal være opnået i tokamp i perioden fra dagen efter forrige danske seniormesterskabs afslutning og indtil dagen for sidste tilmelding til årets danske seniormesterskab, til et godkendt stævne på DVFs terminsliste.

13.3.2 Kvalifikationskrav til Danske Seniormesterskaber er følgende:

Mænd:

Vægtklasse: 60 kg

Krav: 132 kg

Vægtklasse: 65 kg

Krav: 160 kg

Vægtklasse: 71 kg

Krav: 180 kg

Vægtklasse: 79 kg

Krav: 200 kg

Vægtklasse: 88 kg

Krav: 213 kg

Vægtklasse: 94 kg

Krav: 220 kg

Vægtklasse: 110 kg

Krav: 235 kg

Vægtklasse: 110+ kg

Krav: 230 kg

Kvinder:

Vægtklasse: 48 kg

Krav: 96 kg

Vægtklasse: 53 kg

Krav: 110 kg

Vægtklasse: 58 kg

Krav: 130 kg

Vægtklasse: 63 kg

Krav: 137 kg

Vægtklasse: 69 kg

Krav: 143 kg

Vægtklasse: 77 kg

Krav: 153 kg

Vægtklasse: 86 kg

Krav: 150 kg

Vægtklasse: +86 kg

Krav: 145 kg

14 DANSKE JUNIORMESTERSKABER DRENGE/PIGER

14.1 De danske juniormesterskaber i tokamp afholdes hvert år i samme vægtklasser som nævnt under seniormesterskaberne.

15 DANSKE UNGDOMSMESTERSKABER DRENGE/PIGER

15.1 De danske ungdomsmesterskaber i tokamp afholdes hvert år i følgende vægtklasser:

15.1.1 Drenge: 56 kg, 60 kg, 65 kg, 71 kg, 79 kg, 88 kg, 94 kg, +94 kg

15.1.2 Piger: 44 kg, 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 77 kg, +77 kg

15.2 Hvis danske juniormesterskaber afholdes samtidig med danske ungdomsmesterskaber, kan en vægtløfters resultat kun gælde i en af de to konkurrencer. En ungdomsløfters resultat vil altid gælde til ungdomsmesterskabet, medmindre andet angives inden konkurrencens start.

- 15.2.1 Såfremt det ønskes at konkurrere i både ungdoms- og juniormesterskaberne, skal den pågældende vægtløfter tilmeldes i begge konkurrencer.

16 DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD (HOLD DM) MÆND/KVINDER

- 16.1 Alle kvalificerede foreninger under DVF har ret til at deltage.

16.1.1 Herrehold:

Et hold består af 4 mandlige vægtløftere.

Resultaterne efter udregning af pointsum efter Sinclairtabellen udgør holdets totale pointsum.

16.1.2 Kvindehold:

Et hold består af 4 kvindelige vægtløftere.

Resultaterne efter udregning af pointsum efter Sinclairtabellen udgør holdets totale pointsum.

- 16.1.3 Mesterskaberne afholdes med deltagelse af op til 6 herrehold og 6 kvindehold. Den arrangerende forening sikrer sig automatisk en plads i hhv. herre- og kvindemesterskaberne, uanset at have kvalificeret hold eller ej.

16.2 Kvalifikation

- 16.2.1 De 6 bedste hold efter kvalifikationsperioden er automatisk kvalificeret til mesterskabet (dog med hensyntagen til punkt 16.1.3), hvilket beregnes som en samlet pointsum af tokampe nået for holdet efter sinclairtabellen opnået i perioden.

- 16.2.2 Kvalifikationsperioden fra dagen efter afholdelsen af hold DM forrige år indtil d. 1. maj året for DM-hold

- 16.2.3 Melder et hold fra tilbydes nr. 7 på listen at deltage og så fremdeles.

- 16.2.4 DVF's bestyrelse offentliggør første arbejdsdag efter 1. maj hvilke hold, der er kvalificerede.

16.3 Foreningsskifte

- 16.3.1 Finder et foreningsskifte sted efter juli måned kan der kun deltages til DM-hold og indsamles point for det hold som vægtløfteren har indsamlet point til først.

- 16.3.2 Skifter en løfter forening i kvalifikationsperioden, beholder den afgivende forening de Sinclairpoint, der er opnået inden foreningsskiftet.

16.4 Præmiering gældende for mænd- og kvindehold

- 16.4.1 Det vindende hold modtager DIF's mesterskabsmedaljer, hold nr. 2 modtager DVF's sølvmedaljer og hold nr. 3 modtager DVF's bronzemedaljer.

- 16.4.2 Desuden tilfalder en vandrepokal det vindende hold. Vinder samme forening 3 år i træk, tilfalder pokalen foreningen.

17 DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD JUNIOR DRENGE/PIGER.

- 17.1 DM-hold junior afholdes samtidig med de danske juniormesterskaber.

- 17.2 Et hold udgøres af top-3 fra hver klub og holdene bestemmes automatisk efter sidste løft til DM Junior.

- 17.2.1 Holdkonkurrencen afgøres på sinclairpoint for både drenge og piger separate, så der kåres en

vinder for drengehold og en vinder for pigehold.

- 17.3 Hvis to hold opnår samme antal point, vinder det hold, hvis vægtløftere har de bedste individuelle tokamps resultater. Er der også lighed her, er de næstbedste resultater afgørende og så fremdeles.

18 DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD UNGDOM DRENGE/PIGER.

18.1 DM-hold ungdom afholdes samtidig med de danske ungdomsmesterskaber.

18.2 Et hold udgøres af top-3 fra hver klub og holdene bestemmes automatisk efter sidste løft til DM Junior.

18.2.1 Holdkonkurrencen afgøres på sinclairpoint for både drenge og piger separate, så der kåres en vinder for drengehold og en vinder for pigehold.

18.3 Hvis to hold opnår samme antal point, vinder det hold, hvis vægtløftere har de bedste individuelle tokamps resultater. Er der også lighed her, er de næstbedste resultater afgørende og så fremdeles.

19 DANSKE MESTERSKABER FOR HOLD MASTERS MÆND/KVINDER.

19.1 DM-hold masters afholdes samtidig med de danske mesterskaber for Masters.

19.2 Et hold skal bestå af 3 vægtløftere og holdene bestemmes automatisk efter sidste løft til DM, som top 3 vægtløftere fra hver klub.

19.3 Holdkonkurrencen afgøres efter udregning af point sum efter Sinclairtabellen + Malone Meltzer tabel for både mænd og kvinder separate, så der kåres en vinder for mandehold og en vinder for kvindehold

19.4 Hvis to hold opnår samme antal point, vinder det hold, hvis vægtløftere har de bedste individuelle tokamp resultater. Er der også lighed her er de næstbedste resultater afgørende og så fremdeles.

20 DANSKE MASTERS MESTERSKABER

20.1 De danske masters mesterskaber for mænd og kvinder, afholdes hvert år i følgende Master klasser:

35 – 39 år	55 – 59 år	75 – 79 år
40 – 44 år	60 – 64 år	80 – 84 år
45 – 49 år	65 – 69 år	84 + år
50 – 54 år	70 – 74 år	

20.2 Dansk mastersmester er den som opnår det højeste antal kilo inden for hver Master klasse og Senior vægtklasse.

21 B-DM

21.1 Der konkurreres i følgende vægtklasser:

Mænd 60, 65, 71, 79, 88, 94, 110, +110 kg

Kvinder 48, 53, 58, 63, 69, 77, 86, +86 kg

21.2 Dansk B-mester i kategorien er den som opnår det højeste antal kilo i tokamp.

21.3 For mænd præmieres nummer 1, 2, 3 i hver vægtklasse med medaljer.

21.4 For kvinder præmieres nummer 1, 2, 3 i hver vægtklasse med medaljer.

21.5 Endvidere præmieres den mand, der har opnået flest sinclairpoint, med en pokal. Den kvinde, der har opnået flest sinclairpoint præmieres tilsvarende.

21.6 Der uddeles en pokal til stævnets bedste forening beregnet på sinclairpoint sammenlagt for alle deltagende løftere for hver klub. Højeste pointsum kåres som stævnets forening. Kvindepunkt tillægges 30%.

22 REGIONALE MESTERSKABER / STÆVNER

22.1 Hvert år afholdes regionale mesterskaber for senior og master mænd og kvinder, junior mænd og kvinder, ungdom drenge og piger.

22.1.1 Regionale mesterskaber holdes samlet for områderne Vest (vest for Storebælt) og Øst (øst for Storebælt).

22.1.2 Samme regelsæt som ved Danske Mesterskaber er gældende.

23 FORENINGSSTÆVNER

23.1 For at få registreret resultater som officielle resultater i forhold til kvalifikationer, rekorder, optjening af point til holdturneringen m.m. skal stævnet være optaget på DVF's terminsliste mindst 28 inden afholdelse.

23.2 Foreningen afgør selv om der skal benyttes 3 dommer eller 1 dommersystem.

23.3 Skal resultatet gælde som rekord, skal dommerarbejdsgruppen acceptere de indkaldte dommere. Dette skal ske senest en måned før stævnet.

23.4 Dommerudvalget kan være behjælpelige med indkaldelse af dommere. Udvalget skal dog have besked 3 måneder før stævnet.

23.5 Se i øvrigt rekordbestemmelserne.

24 DVF'S REKLAMEREGLER

24.1 Reklameaftaler skal overholde bestemmelserne i DIF's og IWF's regler.

24.2 Reklamen må ikke omfatte varegrupper eller illustrationer, som kan virke stødende og teksten må ikke indeholde opfordringsord.

24.3 Kun DVF's bestyrelse kan indgå reklameaftaler på DVF's vegne.

24.4 DVF's foreninger kan indgå reklameaftaler. Dog skal løftere, der repræsenterer DVF i landskampsammenhæng eller ved DVF's repræsentation i internationale mesterskaber, bære DVF's landsholdsdragt med de reklamer, der er på dragten.

24.5 Den enkelte løfter kan indgå reklameaftaler. Dog skal vedkommendes forening godkende aftalen, da den kan stride mod foreningens reklameaftaler.

24.6 Varemærker og almindeligt anerkendte logos på markedsført sportsbeklædning og idrætsmateriel er undtaget disse reklameregler.

24.7 Det samlede areal af reklame må max fylde 500 cm² på hver beklædningsgenstand.

24.8 Ved nationale stævner herunder mesterskaber må foreningens eller vægtløfterens reklamer anvendes. Ved repræsentative mesterskaber for DVF må de anvendes, hvis de ikke er i konkurrence med DVFs sponsorer.

24.9 For løftere udtaget til landsholdet gælder de til enhver tid gældende regler for landsholdet.

24.10 Vægtløftere, der støttes af Team Danmark, kan benyttes af Team Danmarks sponsorer i reklameøjemed.

24.11 Reklamer i forbindelse med TV-transmissioner skal overholde de til enhver tid gældende regler for TV-reklamer.

24.12 Tvivlsspørgsmål omkring reklamereglerne afgøres af DVF.

24.13 DVF forbeholder sig ret til at skride ind overfor reklamer.

24.14 DVF har altid ret til at promovere DVFs sponsorer.

24.15 Hvis en stævnearrangør har livestream og benytter Eleiko udstyr, så er det ikke muligt at annoncere for konkurrerende mærker af træningsudstyr. Dialog om mærker som findes i en gråzone skal foretages i god tid med bestyrelsen og Eleiko Danmark.

24.15.1 Foreningsstævner er undtaget punkt 22.15.

24.16 Mærker og firmaer som sælger produkter i andre kategorier end træningsudstyr er frit for klubberne at indgå sponsorat med ifm. stævner.

24.17 Eleiko Banner og andet materiale som klubberne låner af DVF ifm. stævner skal benyttes.

24.18 Ved DVF arrangerede stævner skal klubberne forespørge Eleiko om vi vil være på plads ifm. en stand. Eventuelle standpladser er gratis for Eleiko ved DVF stævner hvor der bruges Eleiko udstyr. Eleiko forbeholder sig ret til at vælge en egnet plads forud andre udstillere.



REKORDBESTEMMELSER

DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND

Revideret maj 2025

REKORDBESTEMMELSER

- 1 Dansk rekord kan af DVF anerkendes i de øvelser, som findes i DVF's og IWF's bestemmelser:
 - a. Træk
 - b. Stød
 - c. Olympisk tokamp

2 I DANMARK:

- 2.1 Rekorder kan kun sættes ved stævner, der er optaget på DVF's terminsliste mindst 28 dage inden afholdelse. DVF's dommerarbejdsgruppe skal godkende udvælgelsen af dommere.
- 2.2 Seniorrekorder skal bedømmes af tre dommere, hvoraf højst én må være B-dommer.
- 2.3 Ungdom, Junior- og Masters nationale rekorder skal bedømmes af tre dommere, hvoraf højst to må være B-dommere.
- 2.4 Rekorder kan kun sættes af løftere som vil kunne repræsentere DVF under de på rekordtidspunktet gældende internationale regler.
- 2.5 Rekorder kan kun sættes hvis 3 dommersystem har været i brug under hele stævnets afvikling.

3 I UDLANDET:

- 3.1 Rekorder kan sættes i udlandet såfremt løfteren repræsenterer DVF (internationale mesterskaber o. lign. hvor løfteren udtages af Eliteudvalget/DVF) og stævner som er meldt på terminslisten senest 28 dage før stævne.
- 3.2 DVF kan underkende rekorder sat ved udenlandske stævner, såfremt de anses for at være sat under tvivlsomme forhold.

4 Rekorder registreres i følgende vægtklasser:

4.1 Kategori Senior, Junior og Master

Mænd	60 kg, 65 kg, 71 kg, 79 kg, 88 kg, 94 kg, 110 kg, +110 kg
Kvinder	48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 77 kg, 86 kg, +86 kg

4.2 Kategori Ungdom

Drenge	56 kg, 60 kg, 65 kg, 71 kg, 79 kg, 88 kg, 94 kg, +94 kg
Piger	44 kg, 48 kg, 53 kg, 58 kg, 63 kg, 69 kg, 77 kg, +77 kg

- 4.3 En vægtløfter kan sætte rekord i den vægtklasse, der svarer til hans eller hendes kropsvægt.
- 4.4 Kontrol af stang og skiver skal foretages før stævnets begyndelse af den tekniske kontrollant. Materialet skal være IWF certificeret.

- 4.5 Opnår to vægtløftere i samme vægtklasse samme rekordresultat, er rekordholderen den, der opnåede rekorden først. Hvis dette sker på samme dato 2 steder, er det den tidsmæssigt først satte (timestamp), der er gældende.
- 4.6 Rekordregistrering finder sted efter hvert stævne ud fra resultaterne i stævneprotokollen.



DOMMERBESTEMMELSER

DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND

Revideret maj 2025

DOMMERBESTEMMELSER

1 DOMMERARBEJDSGRUPPENS OPGAVER:

- 1.1 Tilsige dommere, teknisk kontrollant og evt tidtager, samt evt. jury og meddele DVF's sekretariat disses ankomst og afrejsetidspunkter, samt om overnatning og deltagelse i en evt. banket.
- 1.1.1 Dommerarbejdsgruppen skal have mindst 3 måneder til overstående for at sikre at det lykkes
- 1.2 Dommerne skal være i besiddelse af licens i overensstemmelse med DVF's regler for dommeruddannelse og -virksomhed. (Jf. pkt. 2).
- 1.3 Dommerne skal dømmе efter DVF's og IWF's regler og må under stævnet ikke diskutere afgørelserne med deltagere, trænere eller publikum.
- 1.4 Voteringen foregår ved lampesystem eller flag. Ved bedømmelsen betyder hvidt godkendt og rødt underkendt løft. Votering skal foregå efter gældende regler for IWF.
- 1.5 Centerdommeren skal være placeret midt for og 4 meter fra fronten af plateauet. Sidedommerne skal være placeret parallelt for centerdommeren 3-4 meter fra centerdommeren.
- 1.6 Dommeransvarlig under stævnet udpeger tekniske kontrollanter, der overvåger det tekniske udstyr, stævnets afvikling, løfternes påklædning og sikrer at gældende lovgivning overholdes.
- 1.7 Ved DM-senior og større internationale arrangementer nedsættes evt. en jury på tre medlemmer. (Helst Internationale Kategori 1-dommere.

2 DOMMERLICENS

2.1 Dommerlicens kan erhverves som følger:

- a. National B-dommerlicens
- b. National A dommerlicens.
- c. International dommerlicens kategori 2.
- d. International dommerlicens kategori 1.

2.2 DVF's dommerudvalg forestår uddannelse af dommere.

2.3 Al eksamination forestås af dommer udpeget af dommerarbejdsgruppen.

2.4 National B-dommerlicens:

2.4.1 For at erhverve dommerlicens skal ansøgeren:

2.4.1.1 være medlem af en forening under DVF.

2.4.1.2 være fyldt 16 år.

2.4.1.3 have deltaget på et af DVF's B-dommerkurser og have bestået kursets skriftlige og praktiske prøve.

2.4.1.4 Dommerbog uddeles efter at have dømt sit første stævne indenfor 1 år efter bestået dommerkursus

2.5 National A-dommerlicens:

2.5.1 For at erhverve dommerlicens skal ansøgeren:

2.5.1.1 have været medlem af en forening under DVF i mindst 3 år.

- 2.5.1.2 være fyldt 18 år.
 - 2.5.1.3 have deltaget på et af DVF's dommerkurser og bestået kursets skriftlige prøve.
 - 2.5.1.4 have aflagt praktisk prøve ved et egnet stævne.
 - 2.5.1.5 have bestået den skriftlige og praktiske prøve med et gennemsnit på mindst 85 %.
- 2.6 International dommerlicens kategori 2:
- 2.6.1 Ansøgning om international dommerlicens kategori 2 stiles af ansøgerens forening til formanden for DVF's dommerudvalg.
 - 2.6.2 For at kunne erhverve denne dommerlicens skal ansøgeren:
 - 2.6.2.1 Opfylde de gældende regler fra IWF.
 - 2.6.2.2 bestå den teoretiske prøve (eksamination).
 - 2.6.2.3 Den praktiske prøve (eksamination) skal foregå ved et stævne med jury.
 - 2.6.2.4 For at bestå skal ansøgeren bedømme mindst 100 løft og have bedømt mindst 90 % af de gennemførte løft korrekt.
- 2.7 International dommerlicens kategori 1:
- 2.7.1 Ansøgning om international dommerlicens kategori 1 stiles af ansøgerens forening til formanden for DVF's dommerudvalg.
 - 2.7.2 Regler om forfremmelse fra kategori 2 til kategori 1 fremgår af IWF's tekniske regler.
- 2.8 Dommerudvalget udtager dommere til følgende arrangementer:
- 2.8.1 DVF-arrangementer.
 - 2.8.2 Internationale stævner.
- 3 Udtagelser til EM, VM og OL skal ske i samråd med bestyrelsen.



STÆVNEBESTEMMELSER FOR DVF 5-KAMP

DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND

Revideret september 2023

STÆVNEBESTEMMELSER FOR DVF 5-KAMP

1. For alle aldersgrupper gælder det, at den alder man har d. 31/12 i stævneåret bestemmer hvilken aldersgruppe man konkurrerer i.
2. Drengene, piger, mænd og kvinder præmieres selvstændigt i aldersgrupperne.
3. Mesterskabet skal altid afholdes med følgende faste discipliner:
 - a. Sprint:
40 m sprint med start liggende udstrakt på maven med hovedet på startlinjen. Bedste forsøg af 2 tæller.
 - b. Trespring:
Tre på hinanden følgende spring med samlede ben, uden tilløb og uden stop. Bedste resultat af 3 forsøg tæller. Der måles til hælen.
 - c. Kuglekast:
Kuglens vægt er 4 kg. Kuglen der skal bruges af løftere i aldersgruppen indtil 10 år, skal kun veje 2,5 kg. Kuglen kastes bagud over hovedet. Bedste resultat af 3 forsøg tæller. Det er ikke tilladt at træde på STARTLINIEN. Der måles fra bageste del af startlinjen til bagerste kant af kuglens nedfaldssted.
 - d. Træk:
Bedste forsøg af 3 tæller.
 - e. Stød:
Bedste forsøg af 3 tæller.
4. Rækkefølgen af disciplinerne er underordnet.
5. Til bedømmelse af vægtløftningsdisciplinerne kræves der som et minimum 1 uddannet dommer. Stævnefaciliteterne skal være godkendt af DVF.
6. BEREGNING af femkampen foregår på følgende måde:
 - a. Trespring:
For hver cm gives 0,2 point.
 - b. Kuglekast:
Kastelængde (cm) gange 10 divideret med kropsvægt (kg).
 - c. Sprint:
8,0 sekunder giver 80 point.
For hver 1/10 sekund +/- gives +/- 4 point.
 - d. Træk:
Bedste træk (kg) gange 150 divideret med kropsvægt (kg).
 - e. Stød:
Bedste stød (kg) gange 100 divideret med kropsvægt (kg).

- f. Femkampsresultatet beregnes som summen af ovenstående disciplinresultater.
- 7. Der registreres rekorder i femkamp for de enkelte aldersgrupper.
 - a. Der registreres ikke rekorder i de enkelte atletikdiscipliner.

DANSKE MESTERSKABER I FEMKAMP FOR UNGDOMSLØFTERE

Løfterne inddeles i 5 aldersgrupper:

indtil 10 år

11 - 12 år

13 - 14 år

15 - 16 år

17 - 18 år

DANSKE MESTERSKABER I FEMKAMP FOR SENIORLØFTERE

Løfterne inddeles i 11 aldersgrupper:

19 - 24 år

25 - 29 år

30 - 34 år

35 - 39 år

40 - 44 år

45 - 49 år

50 - 54 år

55 - 59 år

60 - 64 år

65 - 69 år

70 år +



STÆVNEPAKKE

DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND

Revideret maj 2025

BILAG 1 – DANSK VÆGTLØFTNINGS-FORBUND STÆVNEPAKKE

- 1 Udstyr fra stævnepakken udlånes vederlagsfrit.
- 2 Ved lån af udstyr påtager låner sig ansvar for at returnere udstyret i samme stand som ved udlån.
- 3 Der tages højde for forventeligt slid under udlån.
- 4 Ved bortkomst af udstyr erstatter låner det pågældende udstyr til DVF

Overblikstabel over stævnepakkens indhold.

Genstand	Antal	Antal ønskes udlånt
Elektronik		
Fjernsyn	1	
Højttaler	4	
Stativ til højttaler	4	
Mikrofon	2	
Div. Ledninger, netværksskabler, stikdåser		
Computere (ældre årgang)	3	
Raspberry mini computer	5	
Printer	1	
Projektor + lærred	1	
Vægt til indvejning	2	
Dommerudstyr		
Dommerflag sæt med hvid og rød	3	
Jury dommersignal-system	1	
Vægtstænger og skiver til opvarmningsbrug		
5 kg Eleiko stang	2	
10 kg Eleiko stang	5	
15 kg Eleiko dame stang	3	
20 kg Eleiko herre stang	4	
Eleiko vægtskiver, træningssæt, 0.5-1.0-1.5-2.0-2.5-5.0-10-15-20-25kg + låse	1	
Teknik skiver 2,5kg	5	
Teknik skiver 5kg	5	
ZKC-konkurrencesæt, 0.5-1.0-1.5-2.0-2.5-5.0.10-15-20-2 sæt 25kg + 1 Herrestang + 1 Damestang	1	
Stativ til stående stænger, plads til 9 stænger	1	
Konkurrenceudstyr		
IWF Certificeret Eleiko-Konkurrencesæt, 0.5-1.0-1.5-2.0-2.5-5.0.10-15-20-3 sæt 25kg + låse + 1 Herrestang + 1 Damestang	1	
Letvægtsplatform, 30mm gummi + løfteplade	1	
Præmieskammel 3 moduler	1	
Bagvæg, 6 moduler	1	