



DANSK VÆGTLØFTNING

Stævnekategorisering

Revideret juni 2026

Indholdsfortegnelse

INTRODUKTION	3
KATEGORI 1	3
STÆVNEAFVIKLING OG REGLER	3
KVALIFIKATION	3
REKORDER	4
DOMMERE	4
KATEGORI 2A	4
STÆVNEAFVIKLING OG REGLER	4
KVALIFIKATION	4
REKORDER	4
DOMMERE	4
KATEGORI 2B	5
STÆVNEAFVIKLING OG REGLER	5
KVALIFIKATION	5
REKORDER	5
DOMMERE	5
KATEGORI 3	5
STÆVNEAFVIKLING OG REGLER	5
KVALIFIKATION	6
REKORDER	6
DOMMERE	6
EVENTKATEGORI	6
KRAV TIL STÆVNER OG EVENTS	6
OVERSIGTSTABEL OVER DE FIRE KATEGORIER BRUGT TIL DV-ARRANGERED E STÆVNER	8
OVERSIGT OVER KATEGORISERING AF DV-ARRANGERED E STÆVNER	9

INTRODUKTION

Kategoriseringen er udarbejdet for at skabe overblik for vægtløftere, trænere og arrangørende klubber over alle stævner på terminslisten og forskellene på dem. Her skal det være let som vægtløfter og træner at se hvilke stævner, der har størst opsætning, samt hvor man kan lave rekorder og kvalifikation. For arrangørende klubber giver kategoriseringen et overblik over hvilket krav, der stilles til det pågældende stævne, som klubben ønsker at afholde. Desuden kan kategoriseringen give klubber inspiration til, hvordan man kan op- eller nedjustere opsætningen til foreningsstævner.

Kategoriseringen består af 5 kategorier, hvoraf 4 kategorier er forskellige skaleringer af stævner som vi kender dem i dansk vægtløftning, og som er beskrevet i stævnebestemmelserne. Disse kategorier er beskrevet ud fra de fire punkter: (1) Stævneafvikling og regler. (2) Dommere. (3) Kvalifikation. (4) Rekorder. På side 7 ses en oversigtstabel over de fire kategorier brugt til DV-arrangerede stævner, som tydeliggør forskellene kategorierne imellem.

Den femte kategori er en eventkategori. Et nyt tiltag hvor målet er at skabe en bredere oplevelse af, hvad vægtløftning kan være. Her er der færre krav fra DV og større frihed til fx at konkurrere i variationer af træk og stød, eller indblande elementer fra anden sport.

KATEGORI 1

Kategori 1 stævner er de stævner med de største krav til opsætning. Her nærmer opsætningen sig internationalt niveau. Stævner, herunder er DM senior og hold-DM.

STÆVNEAFVIKLING OG REGLER

Dette afsnit inkluderer kun regler, som ikke er beskrevet i stævnebestemmelserne. Vi henviser derfor til stævnebestemmelserne med kategoriseringen som supplement for en fyldestgørende beskrivelse af alle stævneregler.

1. Alle regler beskrevet i stævnebestemmelserne skal overholdes.
2. Kategori 1 stævner kan man ikke skifte vægtklasse på dagen uanset omstændighederne for seniorstævner.
3. Stævnested må ikke være et træningslokale, medmindre dette er godkendt af DVs bestyrelse.
4. Fast angivne tidspunkter for hvornår grupper starter.
5. Tidsplan for punkt 4 skal offentliggøres inden stævnedagen.
6. Opvarmningspladser tildeles på baggrund af startnummer med maksimum 3 løftere per platform.
7. Der skal være et pre-opvarmningsområde med fri gulvplads, separat fra opvarmningsområdet. Dette område skal give løfterne mulighed for at strække ud, foam rolle, og lave øvelser med kasteskaft eller tom vægtstang uden at overlape med forrige gruppes opvarmning.

KVALIFIKATION

Følgende kvalifikationskrav kan opnås til kategori 1 stævner:

1. Internationale kvalifikationskrav.
2. Nationale kvalifikationskrav.
3. Indsamling af point til DM-hold.

REKORDER

Følgende typer af rekorder kan laves til kategori 1 stævner:

1. Nordiske rekorder
2. Nationale rekorder

DOMMERE

Der anvendes altid 3 dommersystem med minimum 2 A-dommere under hele stævneafviklingen.

Der bruges teknisk kontrollant.

Øgestation og tidtager bemandes af dommere.

KATEGORI 2A

Ved kategori 2a stævner er kravene til stævneopsætningen sænket fra kategori 1, hvorfor det er nemmere som arrangør at afholde. Stævner herunder er de regionale seniormesterskaber, samt DM-ungdom, DM-junior, DM-master, samt de respektive holdkonkurrencer.

STÆVNEAFVIKLING OG REGLER

Dette afsnit inkluderer kun regler, som ikke er beskrevet i stævnebestemmelserne. Vi henviser derfor til stævnebestemmelserne med kategoriseringen som supplement for en fyldestgørende beskrivelse af alle stævne regler.

1. Alle regler beskrevet i stævnebestemmelserne skal overholdes. Der kan dog søges dispensation for overholdelse af alle regler i stævnebestemmelserne, så kun de mest nødvendige regler overholdes, som sikrer god og sikker vægtløftning. Fx kan dispensation søges hvis konkurrencelokalet ikke tillader nok afstand mellem centerdommeren og sidedommerne. Dispensation søges til en repræsentant for DV.
2. Stævnested må gerne være et træningslokale.
3. Vægtløftere kan rykke en vægtsklasse op på stævnedagen.

KVALIFIKATION

Følgende kvalifikationskrav kan opnås til kategori 2a stævner:

1. Internationale kvalifikationskrav.
2. Nationale kvalifikationskrav.
3. Indsamling af point til DM-hold.

REKORDER

Følgende typer af rekorder kan laves til kategori 2a stævner:

1. Nordiske rekorder
2. Nationale rekorder

DOMMERE

Der anvendes altid 3 dommersystem med minimum 2 A-dommere under hele stævneafviklingen.

Der bruges teknisk kontrollant.

Øgestation, tidtager og sekretærbord bemandes af frivillige evt. suppleret af dommere.

KATEGORI 2B

Kategori 2b og 2a stævner er nært beslægtede og enkelte forskelle inkluderer dommerbesætningen, hvorfor der ikke kan laves seniorrekorder. Derudover kan der i kategori 2b afviges fra nogle regler, hvor der i kategori 2a, skal søges dispensation for dette. Stævner herunder er de regionale ungdoms-, junior- og masters-mesterskaber og de regionale B-mesterskaber.

STÆVNEAFVIKLING OG REGLER

Dette afsnit inkluderer kun regler, som ikke er beskrevet i stævnebestemmelserne. Vi henviser derfor til stævnebestemmelserne med kategoriseringen som supplement for en fyldestgørende beskrivelse af alle stævneregler.

1. De mest nødvendige regler overholdes, som sikrer god og sikker vægtløftning. f.eks. kan plateau være en tapefirkant på gulvet, dommerne sidder lidt for tæt på plateau, og andet som ikke påvirker løfterens oplevelse negativt.
2. Stævnested må gerne være et træningslokale.
3. Vægtløftere kan rykke en vægtklasse op på stævnedagen.

KVALIFIKATION

Følgende kvalifikationskrav kan opnås under kategori 2b stævner:

1. Nationale kvalifikationskrav.
2. Indsamling af point til DM-hold.

REKORDER

Følgende typer af rekorder kan laves til kategori 2a stævner:

1. Nationale ungdoms-, junior- og masters rekorder

DOMMERE

Der anvendes altid 3 dommersystem som udgangspunkt med 2 B-dommere under hele stævneafviklingen.

Der bruges teknisk kontrollant.

Øgestation, tidtager og sekretærbord bemandes af frivillige evt. suppleret af dommere.

KATEGORI 3

Kategori 3 stævner er det laveste niveau for stævner under Dansk Vægtløftnings- Forbund. Her er kravene til stævneopsætning, dommerbesætning og vægtløfterens påklædning lavest. Denne kategori er velegnet til foreningsstævner hvor fokus er mere på selve vægtløftningen end medaljer, rekorder og kvalifikationskrav.

STÆVNEAFVIKLING OG REGLER

Dette afsnit inkluderer kun regler, som ikke er beskrevet i stævnebestemmelserne. Vi henviser derfor til stævnebestemmelserne med kategoriseringen som supplement for en fyldestgørende beskrivelse af alle stævneregler.

1. De mest nødvendige regler overholdes, som sikrer god og sikker vægtløftning. f.eks. kan plateau være en tapefirkant på gulvet, dommerne sidder lidt for tæt på plateau, og andet som ikke påvirker løfterens oplevelse negativt.
2. Stævnested må gerne være et træningslokale.
3. Vægtløftere kan rykke en vægtklasse op på stævnedagen.
4. Trikot er ikke påkrævet.

KVALIFIKATION

Ingen kvalifikationskrav kan opnås under kategori 3 stævner.

REKORDER

Der er ikke mulighed for at lave rekorder til kategori 3 stævner.

DOMMERE

Der bruges som udgangspunkt 1 dommersystem. Ved aftale med en repræsentant fra DV kan 3-dommersystem anvendes.

Der bruges ikke teknisk kontrollant.

Øgestation, tidtager og sekretærbord bemandes af frivillige evt. suppleret af dommere.

EVENTKATEGORI

Disse stævner kan være enhver konkurrence, hvor vægtløftning er omdrejningspunktet. Her vil fx kunne konkurreres i opadstød eller frivend som et løft i sig selv, hvis arrangør ønsker dette, ala Klovov Power Weekend i 2015.

DV sætter stævnet på terminslisten, og deler information og begivenhed på DVs hjemmeside og Facebook side.

DV hjælper ikke med at rekruttere dommere.

Man kan hverken lave rekorder eller kvalifikationskrav, hvis der konkurreres i træk og stød.

KRAV TIL STÆVNER OG EVENTS

Krav til at få stævnet/eventet skrevet på terminslisten, samt delt på hjemmeside og Facebook:

1. Der skal være åben tilmelding for alle medlemmer fra klubber under DV.
2. En grundig beskrivelse af stævnet/eventet skal sendes til DVs kontor. Herunder beskrives:
 - a) Konkurrencens art; Konkurreres der i rene vægtløftningsøvelser, eller er der indblandet elementer fra fx Styrkeløft, atletik eller crossfit?
 - b) Dato, tid, sted.
 - c) Tilmeldingsfristens udløb.
 - d) Startgebyrets størrelse og betalingsfristens udløb.
 - e) Deltagere; Er konkurrencen individuel eller holdbaseret? Er der nogle særlige krav til deltagerne?
 - f) Formål; Er der et særligt formål med konkurrencen? Fx præmier, målsætning eller anerkendelse?
 - g) Regler og format; Forklar reglerne og formatet for konkurrencen. Hvordan afgøres vinderen? Er der forskellige runder eller faser? Er der nogen vigtige regler, deltagerne skal følge?

- h) Konkurrenceforløb.; Giv en beskrivelse af, hvordan konkurrencen forløber. Er der nogle særlige begivenheder eller bemærkelsesværdige øjeblikke undervejs?
- i) Andet.

OVERSIGTSTABEL OVER DE FIRE KATEGORIER BRUGT TIL DV-ARRANGEREDE STÆVNER

	1	2a	2b	3
Rekorder og kvalifikation				
Mulighed for at lave nordiske rekorder	x	x		
Mulighed for at lave nationale seniorrekorder	x	x		
Mulighed for at lave nationale ungdom-, junior- og masterrekorder	x	x	x	
Mulighed for internationale kval. krav	x	x		
Mulighed for nationale kval. Krav	x	x	x	
Mulighed for at samle point til hold DM	x	x	x	
Stævneafvikling og regler				
Det er fast angivne tidspunkter for gruppestart, offentliggjort i en tidsplan inden stævnedagen	x			
Der skal være et pre-opvarmningsområde tilgængeligt	x			
Pausen mellem træk og stød er 10 min.	x	x	x	
De mest nødvendige regler, som sikrer god og sikker vægtløftning, overholdes. Fx tillades at plateau kan være en tapefirkant på gulvet, dommerne sidder lidt for tæt på plateau, og andet som ikke påvirker løfterens oplevelse negativt.		**	x	x
Stævnested må gerne være et træningslokale		x	x	x
Vægtløftere kan rykke en vægtklasse op på stævnedagen		x	x	x
Trikot er ikke påkrævet				x
Dommere				
3 dommersystem med minimum 2 A-dommere	x	x		
3 dommersystem med 2 B-dommere			x	x
Der bruges som udgangspunkt 1 dommersystem				x
Der skal ikke bruges teknisk kontrollant				x

** Der kan søges dispensation for overholdelse af alle regler i stævnebestemmelserne, så kun de mest nødvendige regler overholdes, som sikrer god og sikker vægtløftning. Fx kan dispensation søges hvis konkurrencelokalet ikke tillader nok afstand mellem centerdommeren og sidedommerne. Dispensation søges til en repræsentant for DV.

OVERSIGT OVER KATEGORISERING AF DV-ARRANGEREDE STÆVNER

DM SENIOR MÆND / KVINDER – 1
DM JUNIOR MÆND / KVINDER – 2a
DM UNGDOM DRENGE / PIGER – 2a
DM MASTERS – 2a
DV 5-KAMP – 3

HOLD DM MÆND / KVINDER – 1
HOLD DM JUNIOR – 2a
HOLD DM UNGDOM – 2a
HOLD MASTERS – 2a

REGIONALE ØST / VEST MESTERSKABER:

ØST SENIOR – 2a
ØST JUNIOR – 2b
ØST UNGDOM – 2b
ØST MASTERS – 2b
ØST B-MESTERSKABER – 3

VEST SENIOR – 2a
VEST JUNIOR – 2b
VEST UNGDOM – 2b
VEST MASTERS – 2b
VEST B-MESTERSKABER – 3

FORENINGSSTÆVNER – Kategori vælger arrangør i samspil med DV.