



## SPC – Reglement Schweizerrekorde im Bankdrücken, Powerlifting

Der SPC registriert und anerkennt Schweizerrekorde & int. IPF Rekorde der folgenden Disziplinen:

- Kniebeugen
- Bankdrücken
- Kreuzheben
- Powerlifting – Total

Die Rekorde werden in den folgenden Alters und Gewichtsklassen registriert:

Altersklassen Männer	Altersklassen Frauen	Altersklassen Abkürzungen	Gewichtskategorien Männer (kg)	Gewichtskategorien Frauen (kg)
Men-Open	Women-Open	Open	-52 <sup>1</sup>	-44 <sup>2</sup>
Sub-Junior	Sub-Junior	Ten	-56	-48
Junior	Junior	Jun	-60	-52
Master I	Master I	M1	-67.5	-56
Master II	Master II	M2	-75	-60
Master III	Master III	M3	-82.5	-67.5
Master IV		M4	-90	-75
			-100	-82.5
			-110	-90
			-125	+90
			+125	

Der SPC registriert Rekorde von Schweizer Athleten welche auf IPF anerkannten Wettkämpfe aufgestellt wurden.

Wenn bei einer vom SPC anerkannten Meisterschaft ein Athlet mit einem gültigen Versuch innerhalb 20 kg des bestehenden Rekords liegt, kann er einen vierten Versuch, der höher als der bestehende Rekord sein muss, verlangen. Der vierte Versuch wird getrennt vom Gesamtergebnis registriert. Weitere Versuche sind nicht gestattet.

Der Rekord ist immer nur in der Gewichtsklasse gültig die der Heber beim offiziellen Abwiegen erreicht hat.

Rekorde in Einzelversuchen müssen mit einem Total aller drei Disziplinen einhergehen.

Neue Rekorde sind nur gültig, wenn sie den alten Rekord um mindestens 1 kg überbieten.

Falls ein Heber den Einzelbankdrückrekord bei einem Kraftdreikampf überbietet, hat er Anspruch auf den Einzelbankdrückrekord.

Falls ein Heber bei einem Einzelbankdrück-Wettbewerb den Rekord im Bankdrücken im Kraftdreikampf überbietet, hat er jedoch keinen Anspruch auf diesen Rekord.

<sup>1</sup> Die Gewichtskategorie Männer -52 kg gibt es nur bei den Sub-Junioren & Junioren

<sup>2</sup> Die Gewichtskategorie Frauen -44 kg gibt es nur bei den / Sub-Junioren & Junioren