



# Ost-Schweizermeisterschaft 2011 Push & Pull Bankdrücken und Kreuzheben

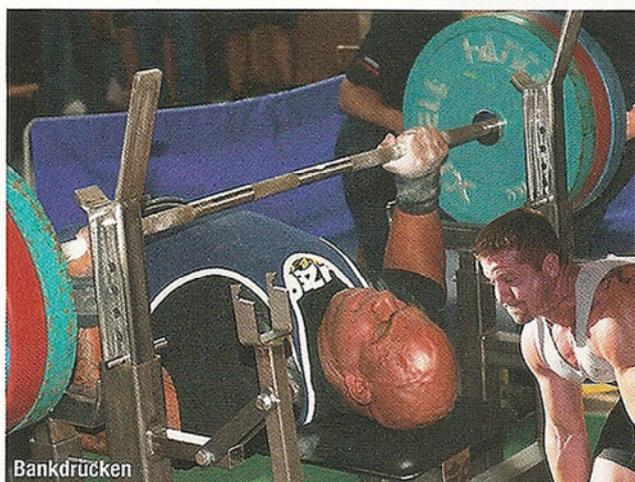
Am 30. April 2011 fanden im Rheintal St. Gallen in der Idyllischen Gemeinde Lienz die 2. Ost-Schweizermeisterschaften im Pull & Push statt. Mit 80 Anmeldungen waren diese bestens besetzt. Noch nie gab

ALL STARS Schweiz spendete zudem jedem Klassen-Sieger ein T-Shirt mit der Aufschrift »Ost-Schweizermeister/In im Bankdrücken/Kreuzheben 2011«. Von Seiten der Organisation hier nochmals

einen herzlichen Dank an alle Sponsoren:

X-Fresh Energy Drink, Alexander von der Firma »Walk Like a Pro«, Importeur der Marke Schiek, Thomas Bleiker von der Firma Mega Fitness Shop in St. Margrethen und natürlich dem

Turnverein Lienz für die tolle Festwirtschaft.



Bankdrücken

es in der Vergangenheit einen Wettkampf mit so vielen Teilnehmern. Der Wettkampf war RAW ausgeschrieben, das bedeutet, dass unterstützendes Equipment verboten war. In den einzelnen Kategorien wurden zusätzlich die Glossbrenner- und Mc Cullough-Formeln angewendet.

Damit bestand eine absolute Chancengleichheit für alle Athleten. Für den Wettkampf galt das offizielle internationale WPC-Reglement. Das Teilnehmerfeld war bunt gemischt, nebst schweizer Teilnehmern waren auch Athleten aus Deutschland, Österreich und sogar aus Amerika am Start.

Die Leistungen der Athleten waren hervorragend, so gab es neben diversen persönlichen Bestleistungen auch zwanzig neue Schweizer Rekorde. Durch viele Sponsoren wie auch ALL STARS Schweiz war es möglich, dass jeder Athlet einen Pokal bekam.



Kreuzheben

Neu im Jahr 2011 ist die Gesamtwertung (Cup) im Bankdrücken und Kreuzheben, bestehend aus den drei nationalen SPCO Wettkämpfen.

Die nächsten Termine sind am 29.10.2011 die Deutsch-Schweizermeisterschaft im RAW Bankdrücken & Kreuzheben in Dietikon und am 12.11.2011 die Schweizermeisterschaft im Bankdrücken, Powerlifting in Sierre. Zum ersten Mal gibt es 2011 auch die Kategorie Kreuzheben als Einzeldisziplin. Nähere Infos unter: [www.powerlifting.ch](http://www.powerlifting.ch)

## DIE SIEGER DER OST-SCHWEIZERMEISTERSCHAFT 2011

Anfänger-Teenager	Trostel John
Anfänger I	Plavsic Dusko
Anfänger II	Ervin Pal
Teenager & Junioren	Steiner Mathias
Frauen	Stacher Gaby
Open I	Hatzimmanuel George
Open II	Bühler Steve
Open III	Diethalm Peter
Master +40	Wyss Roman
Master +50	Aymon Jean-Pierre

