

## Anforderungs- & Checkliste

-Für das Ausrichten einer Deutschen Einzel-Meisterschaft-

Die unten aufgeführte Anforderungs- und Checkliste beinhaltet wichtige Richtlinien, um zu gewährleisten, dass Ausrichter in der Lage sind, Deutsche Einzel-Meisterschaften ordnungsgemäß, zügig, sicher und mit der nötigen Wettkampf-Ausstattung durchzuführen. Bei den genannten Richtlinien sprechen wir teilweise von Mindest-Anforderungen und Optimal-Anforderungen. Je mehr Optimal-Anforderungen ein Ausrichter erfüllen oder sogar übertreffen kann, desto höher wird die Qualität der Meisterschaft sein.

(Zutreffendes bitte ankreuzen)

<b>Aufwärm-Bereich:</b> Dieser Bereich sollte in der Größe so beschaffen sein, dass Athletinnen/Athleten sowie Betreuerinnen/Betreuer genug Platz vorfinden, um sich geordnet, sicher und schnell auf den Wettkampf vorbereiten zu können.	<input type="checkbox"/>
<b>mindestens:</b> <b>Wettkampf im KDK</b> Vier Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer Wettkampf-Kombi, einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist. (Hantelheber)	<input type="checkbox"/>
<b>optimal:</b> <b>Wettkampf im KDK</b> Fünf Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer Wettkampf-Kombi, einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist. (Hantelheber)	<input type="checkbox"/>
<b>mindestens:</b> <b>Wettkampf im Einzel-Bankdrücken</b> Drei Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer Wettkampf-Kombi oder einer Drückerbank mit Safetys, einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist.	<input type="checkbox"/>
<b>optimal:</b> <b>Wettkampf im Einzel-Bankdrücken</b> Vier Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer Wettkampf-Kombi oder einer Drückerbank mit Safetys, einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist.	<input type="checkbox"/>
<b>mindestens:</b> <b>Wettkampf im Einzel-Kreuzheben</b> Drei Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist. (Hantelheber)	<input type="checkbox"/>
<b>optimal:</b> <b>Wettkampf im Einzel-Kreuzheben</b> Vier Aufwärmstationen - im Einzelnen bestehend aus einer rutschfesten und bodenschonenden Plattform sowie einer KDK-Hantel und Scheibenmaterial (ca. 300 kg) – Alles so beschaffen, dass eine sichere Vorbereitung auf den Wettkampf möglich ist. (Hantelheber)	<input type="checkbox"/>
<b>mindestens:</b> <b>Monitor/Fernseher:</b> Ein Monitor/Fernseher im Aufwärm-Bereich oder im Bandagier-Bereich, um das Wettkampf-Protokoll bzw. die Startreihenfolge der sich im Wettkampf befindenden Athletinnen/Athleten deutlich mitverfolgen zu können.	<input type="checkbox"/>
<b>optimal:</b> <b>Monitore/Fernseher:</b> - zwei Monitore/Fernseher – ein Gerät im Aufwärm-Bereich und ein Gerät im Bandagier-Bereich	<input type="checkbox"/>
- ausreichend Stühle oder Sportbänke (z.B. für das Bandagieren)	<input type="checkbox"/>

<b>Umkleieräume:</b> Es müssen getrennte Umkleidemöglichkeiten für Frauen und Männer zur Verfügung stehen.	<input type="checkbox"/>
<b>Bereich für das Abwiegen der Athletinnen/Athleten:</b> Ein abschließbarer, gut belüfteter Raum, der ausreichend Platz bietet. (Tisch, Stühle, Steckdosen für Laptop u. Waage)	<input type="checkbox"/>
<b>Bereich für Kleider- und Equipment-Kontrollen:</b> Ein Bereich, welcher sich in direkter Nähe zum Raum für das Abwiegen befindet. (2 Tische)	<input type="checkbox"/>
<b>Bereich für Dopingkontrollen:</b> Ein abschließbarer Raum mit einem WC. An jedem Wettkampftag muss mindestens ein voller Kasten Wasser bereitstehen.	<input type="checkbox"/>
<b>Wettkampf-Bereich:</b> Dieser Bereich muss in der Größe so beschaffen sein, dass der Sprechertisch, der Jurytisch, die Wertungsanlage, die Leinwand/Videowand/Monitore und die Wettkampf-Plattform übersichtlich angeordnet werden können. Im Wettkampf-Bereich dürfen sich nur Offizielle des BVDK, das Personal des Sprechertisches, die Scheibenstecker, Fotografen mit der nötigen Erlaubnis, die/der zum Versuch aufgeforderte Athletin/Athlet und die/der Betreuerinnen/Betreuer aufhalten. Eine Möglichkeit zur Absperrung dieses Bereiches sollte zur Verfügung stehen. (Absperrbänder, stellbare Pfosten mit selbst aufrollenden Textilbändern, etc..)	<input type="checkbox"/>
<b>Leinwand + Beamer oder Videowand:</b> Für das Publikum oder auch für die Jury, zur Mitverfolgung des Wettkampfprogrammes bzw. der Startreihenfolge der sich im Wettkampf befindenden Athletinnen/Athleten.	<input type="checkbox"/>
<b>Jury-Bereich:</b> - zwei Tische nebeneinander, mit ausreichend Stühlen - Wasser für Kampfrichter und Scheibenstecker	<input type="checkbox"/>
<b>Wettkampf-Plattform: Wird für ausgewählte KDK DMs vom BVDK zur Verfügung gestellt!</b> - eine Plattform nach IPF-Richtlinien (siehe unterer Text o. IPF Regelwerk)	<input type="checkbox"/>
<b>Reinigungsmaterial:</b> Drahtbürste, Reinigungstücher + Desinfektionsmittel, Staubsauger  <i>Alle Disziplinen werden auf einer Wettkampfformatplattform ausgetragen, die mindestens 2,50 m x 2,50 m und maximal 4,00 m x 4,00 m messen soll. Die Plattform darf, gemessen vom Boden, auf dem sie liegt, nicht höher als 10 cm sein. Die Oberfläche der Plattform muss flach, fest, eben und mit einem weichen, rutschfesten Teppichbelag ausgelegt sein (d. h. frei von Unregelmäßigkeiten und Vorsprüngen). Gummimatten oder ähnliche Auflagematerialien sind nicht zulässig.</i>	<input type="checkbox"/>
<b>Wettkampf-Kombination: Wird für ausgewählte KDK DMs vom BVDK zur Verfügung gestellt!</b> <b>mindestens:</b> - eine Wettkampf-Kombination, nach IPF Richtlinien (siehe IPF Regelwerk)	<input type="checkbox"/>
<b>optimal:</b> - eine Wettkampf-Kombination, welche offiziell von der IPF genehmigt ist	<input type="checkbox"/>
<b>Ermittlung der Ständer- und Safetyhöhen:</b> Es muss eine baugleiche, vom selben Hersteller gefertigte, Wettkampf-Station / Wettkampf-Kombi zur Ermittlung der Ständer- und Safetyhöhen zur Verfügung stehen, da die Ermittlung vor dem Abwiegen oder spätestens beim Aufwärmen erfolgen muss. Eine Ermittlung der Ständer- und Safetyhöhen an der Wettkampf-Kombi auf der Wettkampf-Plattform ist nicht bzw. sehr eingeschränkt möglich, da hier in der Regel parallel Wettkämpfe laufen.	<input type="checkbox"/>

**Wettkampf-Hantelstange: Wird für ausgewählte KDK DMs vom BVDK zur Verfügung gestellt!**

**mindestens:**

Eine Hantelstange (20 kg) + zwei Verschlüsse (jeweils 2,5 kg), nach IPF Richtlinien (siehe IPF Regelwerk)



**optimal:**

Eine Hantelstange (20 kg) + zwei Verschlüsse (jeweils 2,5 kg), offiziell von der IPF genehmigt



**Wettkampf-Hantelscheiben: Wird für ausgewählte KDK DMs vom BVDK zur Verfügung gestellt!**

**mindestens:**

- Hantelscheiben kalibriert (410 kg – Rekordscheiben inbegriffen), nach IPF Richtlinien (siehe IPF Regelwerk)

0 x 50,00 kg nicht erlaubt  
12 x 25,00 kg rot  
2 x 20,00 kg blau  
2 x 15,00 kg gelb  
2 x 10,00 kg beliebige Farbe (inoffiziell grün)  
2 x 5,00 kg beliebige Farbe (inoffiziell weiß)  
2 x 2,50 kg beliebige Farbe (inoffiziell schwarz)  
2 x 1,25 kg beliebige Farbe (inoffiziell silbern)



- Rekordscheiben kalibriert (4 x 0,5 kg, 2 x 0,25 kg), nach IPF Richtlinien (siehe IPF Regelwerk)

**optimal:**

- Hantelscheiben kalibriert (410 kg – Rekordscheiben inbegriffen), offiziell von der IPF genehmigt

0 x 50,00 kg nicht erlaubt  
12 x 25,00 kg rot  
2 x 20,00 kg blau  
2 x 15,00 kg gelb  
2 x 10,00 kg beliebige Farbe (inoffiziell grün)  
2 x 5,00 kg beliebige Farbe (inoffiziell weiß)  
2 x 2,50 kg beliebige Farbe (inoffiziell schwarz)  
2 x 1,25 kg beliebige Farbe (inoffiziell silbern)



- Rekordscheiben kalibriert (4 x 0,5 kg, 2 x 0,25 kg), offiziell von der IPF genehmigt

**Fußblöcke:**

Um den Athleten bei Bedarf eine sichere Fußauflage bei seinem Versuch in der Disziplin "Bankdrücken" zu garantieren. Die vorgeschriebenen Größen/Abmaße müssen nach IPF-Richtlinien eingehalten werden. (siehe IPF Regelwerk)



**Hantelheber: Wird für ausgewählte KDK DMs vom BVDK zur Verfügung gestellt!**

Um ein leichtes Beladen der Wettkampf-Hantelstange in der Disziplin "Kreuzheben" zu gewährleisten.



**Scheibenstecker:**

Sollten Personen sein, die gute bis sehr gute Erfahrung in diesem wichtigen Aufgabenbereich mitbringen. d.h. - durchweg sicheres, korrektes (Sportbekleidung) und einheitliches (zumindest gleiche T-Shirts) Auftreten  
- schnelle und richtige Änderungen an der Wettkampf-Station / Wettkampf-Kombi vornehmen  
- schnelles und richtiges Beladen der Wettkampfhantel vornehmen  
- Gefahrenquellen richtig erkennen/einschätzen und ggf. beseitigen  
- dem Athleten richtige und sichere Hilfestellung geben  
- richtiges und selbstständiges Koordinieren bei den Scheibensteckern untereinander



Es müssen immer **fünf** Scheibenstecker pro Wettkampfgruppe anwesend sein. Außerdem sollten durchgängig genug Scheibenstecker pro Wettkampftag zur Verfügung stehen, sodass ein Durchwechseln/Pausieren möglich ist. Sollte ein Scheibenstecker-Mangel die ordnungsgemäße Durchführung des Wettkampfes erschweren, so ist eine Anfrage bei den teilnehmenden Vereinen durchaus erlaubt.

**Sprechertisch:**

- Veranstaltungssprecher/in
- Protokollführer/in (PC/Laptop)
- Zeitnehmer/in,
- Versuchsermittler/in (Startkarten)
- Urkundenschreiber/in (**Wird in der Regel von den Kampfrichterinnen und Kampfrichtern übernommen.**)



Diese Personen sollten über ausreichend Erfahrung im Wettkampfbetrieb verfügen, sodass sie ordnungsgemäß, zügig und sicher wirken können. (Es sollten zum Teil Personen mit einer gültigen KDK-Kampfrichterlizenz sein.)

**PC/Laptop:**

- ein Gerät für den Sprechertisch (PC/Laptop)
- ein zweites Geräte (Laptop) für die Waage, zum Eintragen der Waagedaten in das Wettkampfprotokoll
- eventuell ein Gerät in Reserve (PC/Laptop)

**Wettkampfprogramm: Wird vom BVDK zur Verfügung gestellt!**

Es muss das vom BVDK bereitgestellte Wettkampfprogramm verwendet werden. **Das Wettkampfprogramm wird vom BVDK für den Wettkampf vorbereitet. (Zuordnung der Athletinnen/Athleten in die jeweiligen Wettkampfgruppen, etc.) Auf Wunsch wird eine Schulung/Einweisung über ein Online-Meeting durchgeführt.**

**voll funktionsfähiger Drucker:**

Der technischen Zustand des Gerätes muss so sein, dass zu jedem Zeitpunkt im Wettkampf, auf Anfrage des Kampfgerichtes oder der Jury, Wettkampf-Protokolle oder andere Listen in **Farbe** ausgedruckt werden können.

**Sprechanlage:**

Muss so beschaffen sein, dass die Informationen des Sprechers im Wettkampf- und Aufwämbereich klar und deutlich zu hören sind.

**Wertungsanlage: Wird vom BVDK zur Verfügung gestellt!****mindestens:**

Muss eine Anlage sein, welche die Wertungen des Kampfgerichtes erst anzeigt (gültig weiss oder ungültig rot), wenn alle drei Kampfrichter ihre Wertung abgegeben haben.

- drei weiße & drei rote Fähnchen/Kellen + Kampfrichter-Fehlerkarten  
(Falls die Wertungsanlage nicht funktionieren bzw. ausfallen sollte.)

**optimal:**

Muss eine Anlage sein, welche die Wertungen des Kampfgerichtes erst anzeigt (gültig weiss oder ungültig rot), wenn alle drei Kampfrichter ihre Wertung abgegeben haben. Diese Anlage muss außerdem den Versuch (1., 2., 3. Versuch), die Versuchszeit, die geforderte Hantellast der/des Athletin/Athleten und bei einem ungültigen Versuch die Fehlerfarben (rot, blau und gelb) anzeigen.

- drei weiße & drei rote Fähnchen + Kampfrichter -Fehlerkarten  
(Falls die Wertungsanlage nicht funktionieren bzw. ausfallen sollte.)

**Gewichts- und Versuchsanzeige:**

Eine extra Gewichts- und Versuchsanzeige ist vor Ort.

(Bei der Optimal-Anforderung der **Wertungsanlage** ist dieser Punkt nicht nötig.)



**Die zur Verfügung gestellte Wertungsanlage wird durch das BVDK LiveStream-Team vor dem Wettkampf aufgebaut und eingerichtet.**

**elektronische Waage:****mindestens:**

Die Waage muss eine elektronische Digitalwaage sein, die mindestens eine Dezimalstelle nach dem Komma anzeigt. Die Waage muss eine Tragkraft von mindestens 180 kg aufweisen.

**optimal:**

- eine Waage nach IPF-Richtlinien

Die Waage muss eine elektronische Digitalwaage sein, die mindestens zwei Dezimalstellen nach dem Komma anzeigt. Die Waage muss eine Tragkraft von mindestens 180 kg aufweisen.

- eine weitere Waage für das Probe-Wiegen

**Verpflegung:**

Muss an allen Wettkampftagen vom Ausrichter angeboten oder veranlasst werden.

**Sichtschutz:**

Zur Abschirmung von verletzten Athleten, gegen Personen, welche das Geschehen filmen bzw. fotografieren möchten oder die Hilfsmaßnahmen durch ihre Anwesenheit stören.

**Sanitätsdienst:****mindestens:**

Wenn der Sanitätsdienst nicht vor Ort sein kann, sollte ein schnelles Eintreffen nach Notruf gewährleistet sein.

**optimal:**

Der Sanitätsdienst kann an allen Wettkampftagen vor Ort anwesend sein.

Es wird hier auf den § 41 der BVDK-Sportordnung hingewiesen.

**Internet:****mindestens:**

LTE von Telekom oder von Vodafone steht zur Verfügung.

**optimal:**

LTE von Telekom oder von Vodafone steht zur Verfügung.  
Festnetz-Internet steht in der Sportstätte zur Verfügung.

## FAQ's:

***“Ich habe mich entschieden mit meinem Verein eine Deutsche Einzel-Meisterschaft auszurichten, da die Anforderungen in der “Anforderungs- & Checkliste“ erfüllt werden können. Was für Leistungen erbringt der BVDK, um mich und meinen Verein dabei zu unterstützen?***

Der BVDK unterstützt den Ausrichter bei der Durchführung einer Deutschen Einzel-Meisterschaft wie folgt:

- Um eine ordentliche Meisterschaft durchführen zu können, bekommt der Ausrichter vom Verband finanzielle Unterstützung, d.h. von der Startgebühr jeder/jedes gemeldeten Athletin/Athleten bekommt der Ausrichter **30 €** für eine KDK-Meisterschaft und **15 €** für eine Bankdrück- oder Kreuzhebenmeisterschaft. Für die Athletinnen/Athleten aus dem eigenen Verein, welche eventuell auf der gleichen Meisterschaft starten, bekommt der Ausrichter keinen Anteil der Startgebühr, da die eigenen Athletinnen/Athleten als Mitglieder des ausrichtenden Vereins keine Startgebühr entrichten müssen.
- Urkunden, Startunterlagen (Startkarten und die Einverständniserklärungen der Anti-Doping-Bestimmungen) und Medaillen werden zur Verfügung gestellt.
- Urkunden werden vom BVDK nach Zeitplan u. Gruppeneinteilung vorsortiert
- Die Startkarten und die Einverständniserklärungen der Anti-Doping-Bestimmungen werden für die jeweiligen Meisterschaft vom BVDK nach Vereinszugehörigkeit sortiert und von einem Offiziellen des BVDK am Wettkampftag an die jeweiligen Vereine bzw. deren Athletinnen/Athleten vor der Waage (in der Regel am Jury-Tisch) ausgehändigt.

Hiermit garantiere ich, dass meine Angaben zutreffend sind.

---

Ort - Datum - Unterschrift des Ausrichters - Vereinsstempel

Erstellung: 13.12.2019  
Update: 14.11.2023