LANDSHOLDSKRAV SENIOR 2028

Klassisk Styrkeløft

Damer - NEW	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
47	335	352,5	324,5	362,5
52	377,5	397,5	387,5	407,5
57	400	422,5	412,5	435
63	432,5	455	442,5	465
69	460	492,5	485	510
76	475	502,5	497,5	525
84	485	512,5	507,5	535
84+	545	570	560	587,5
Herrer - NEW	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
59	510	537,5	525	552,5
66	547,5	627,5	610	642,5
74	675	697,5	680	715
83	725	747,5	730	767,5
93	762,5	787,5	767,5	807,5
105	777,5	810	790	832,5
120	820	855	835	877,5
120+	857,5	882,5	860	905

Udvalget vurderer, at de nye krav – hvis de beregnes efter den traditionelle metode – ville være noget høje i forhold til det sportslige niveau. Det er derfor besluttet at beregne dem som et gennemsnit af de nuværende krav og de "normalt" beregnede krav (se nedenfor) med virkning fra 2028. Herefter vil kravene blive justeret årligt.

VM A-krav fastsættes til gennemsnittet af en placering som nr. 8. ved VM klassisk 2024-2026, afrundet til nærmeste tal deleligt med 2,5 kg. Resultater lavere end 90% af højeste 8. plads for perioden fjernes fra regnestykket.

VM B-krav fastsættes til 95%, EM A-krav 97,5% og EM B-krav 92,5% af VM A-krav. EM B-krav repræsenterer elitekrav.

Hvis et krav øges mere end 10% af tilsvarende krav fra 2026, begrænses kravet til 110% af 2026- kravet. Da VM-kravene i -84 kg-klassen bliver lavere end i -76 kg-klassen, justeres VM A-krav i -84 kg til samme krav som i -76 kg og VM B-krav til 95% af VM A-kravet.

De opdaterede krav for klassisk styrkeløft er gældende fra 1. januar 2028.

Bænkpres for Senior

Klassisk **Med Udstyr**

Damer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A	Damer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
47	70	75	72,5	77,5	47	85	90	87,5	92,5
52	80	85	82,5	87,5	52	92,5	97,5	95	102,5
57	87,5	92,5	90	95	57	102,5	107,5	105	112,5
63	95	100	97,5	105	63	115	120	117,5	125
69	105	110	107,5	115	69	125	132,5	130	137,5
76	117,5	122,5	120	127,5	76	137,5	145	142,5	150
84	127,5	135	132,5	140	84	152,5	162,5	157,5	167,5
84+	127,5	135	132,5	140	84+	152,5	162,5	157,5	167,5
Herrer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A	Herrer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
59	112,5	117,5	115	122,5	59	140	147,5	142,5	152,5
66	125	132,5	130	137,5	66	155	165	160	170
74	142,5	150	145	155	74	175	185	180	190
83	157,5	167,5	162,5	172,5	83	197,5	207,5	202,5	215
93	180	190	185	195	93	220	232,5	227,5	240
105	202,5	212,5	207,5	220	105	250	265	257,5	272,5
120	225	237,5	230	242,5	120	285	300	292,5	310
120+	225	237,5	230	242,5	120+	285	300	292,5	310

De opdaterede krav for bænkpres er gældende fra 1. januar 2028.

Betingelser for udtagelse til landshold og internationale stævner

Løftere der har lavet minimum EM B-krav kan blive udtaget til landsholdet, men der er ingen automatik i at man udtages, især fra et enkelt EM B-krav. Kravet skal være lavet til et dansk mesterskab.

For at kunne udtages til landsholdstruppen skal man være minimum top 2 i sin vægtklasse i Danmark blandt aktuelle løftere, inkluderet junior- og masterløftere.

Løftere som overføres fra juniorlandsholdet skal have lavet seniorkravet.

Efter udtagelse går der to landsholdssamlinger eller seks månder (den korteste periode) før man kan deltage til internationale mesterskaber. Løftere som overføres fra juniorlandsholdet kan deltage umiddelbart.

I tråd med IPFs/EPFs krav om at kun nationale og internationale mesterskaber kan benyttes som nominering til EM og VM kan kun DM, JM/SM og internationale stævner (sanktioneret af IPF/EPF/NPF) benyttes som kvalifikationsstævner til EM og VM. (Ved krav fra eliteudvalget om at en løfter skal lave et stabilitetsresultat, kan dette laves til et hvilket som helst officielt stævne, dersom løfteren allerede har lavet kval-krav til et kval-stævne i perioden.)

Krav til EM/VM skal være lavet senest 60 dage før mesterskabets start. Kval-perioden løber fra tilsvarende mesterskab året i forvejen eller indenfor de sidste 12 måneder fra mesterskabets start.

Der vil så vidt det er muligt ske forhåndsudtagelser tidligt. Løftere der har lavet A-krav er førsteprioritet ved valg af stævnecoach, ved mulighed for enkeltværelse, osv.

Løftere der ikke har lavet EM-/VM-krav kan ikke deltage til disse stævner - dog kan eliteudvalget fravige fra denne regel og udtage løftere alligevel, hvis stævnet afholdes i Danmark og er højt prioriteret.

Der kan forventes en vis egenbetaling - hvor stor afhænger af budgetrammen for stævnet. Løftere der har opnået A-krav vil have en betydeligt mindre egenbetaling, end løftere der kun har opnået B-krav.

Frist for indbetaling af egenbetaling er 10 dage inden final nomination. Man betaler egenbetaling baseret på status for krav ved preliminary nomination (60 dage før stævnets start, samme som kval-frist).

World Games har som udgangspunkt ingen egenbetaling for løfteren. Ved deltagelse ved andre internationale stævner end EM, VM og World Games kan man forvente fuld egenbetaling.

Det er et krav at man deltager til landsholdssamlinger og DM i primære disciplin.

Eliteudvalget kan dispensere fra kravene hvis det skønnes sportsligt forsvarligt eller der foreligger en specifik sportslig satsning.