

Landsholdskrav senior fra 01.01.24

KLASSISK STYRKELOFT

Damer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
47	325	342,5	332,5	350
52	367,5	387,5	377,5	397,5
57	387,5	410	400	420
63	412,5	435	422,5	445
69	440	470	465	490
76	460	487,5	492,5	520
84	465	490	495	520
84+	527,5	547,5	542,5	570

Herrer	EM B (elite)	EM A	VM B	VM A
59	510	537,5	522,5	550
66	582,5	615	597,5	630
74	655	690	672,5	707,5
83	702,5	740	722,5	760
93	737,5	777,5	757,5	797,5
105	747,5	787,5	767,5	807,5
120	787,5	830	810	852,5
120+	832,5	877,5	855	900

VM A-krav fastsættes til gennemsnittet af en placering som nr. 8. ved VM klassisk 2021-2023, 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 2022, begrænses kravet til 110% af 2022-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 2024.

Landsholdskrav senior fra 01.01.25

KLASSISK BÆNKPRES

Damer	EM B (elite)	EM A	VM B	VMA
47	77,5	80	77,5	82,5
52	87,5	92,5	92,5	97,5
57	97,5	102,5	100	105
63	107,5	112,5	110	115
69	110	117,5	117,5	122,5
76	112,5	120	120	125
84	115	125	120	127,5
84+	127,5	137,5	132,5	142,5

Herrer	EM B (elite)	EM A	VM B	VMA
59	137,5	147,5	160	170
66	155	165	162,5	170
74	177,5	187,5	182,5	192,5
83	190	200	195	205
93	202,5	215	210	220
105	207,5	220	215	225
120	225	237,5	230	242,5
120+	232,5	245	240	252,5

BÆNKPRES MED Udstyr

Damer	EM B (elite)	EM A	VM B	VMA
47	85	90	92,5	100
52	102,5	107,5	105	110
57	112,5	120	115	125
63	117,5	127,5	127,5	137,5
69	125	135	135	142,5
76	135	142,5	145	157,5
84	145	152,5	147,5	157,5
84+	155	160	165	180

Herrer	EM B (elite)	EM A	VM B	VMA
59	167,5	182,5	182,5	192,5
66	192,5	202,5	192,5	207,5
74	220	237,5	230	242,5
83	235	252,5	255	267,5
93	255	277,5	275	290
105	275	297,5	297,5	312,5
120	290	305	297,5	312,5
120+	305	322,5	312,5	330

VM A-krav fastsættes til en placering som nr. 8. ved world ranking i bænkpres ved internationale mesterskaber i bænkpres og styrkeløft fra 01.01.23 til 23.06.24, afrundet til nærmeste tal deleligt med 2,5 kg. I vægtklasser hvor VM A-krav synker betydeligt fra 2022-krav justeres VM A-krav til gennemsnittet af IPF GL-points for repræsentative vægtklasser.

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 2022, begrænses kravet til 110% af 2022-kravet. Da kravene i -84 kg-klassen med udstyr bliver lavere end i -76 kg-klassen, justeres VM A-krav i -84 kg til samme krav som i -76 kg.

De opdaterede krav for bænkpres er gældende fra 1. januar 2025.

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 måneder (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.