



Durchführungsbestimmungen Kraftdreikampf

(11/2023)



Premium Partner

ABB

WÜRTH



Inhalt

1	Vorwort	3
2	Anerkennung der Veranstaltung	3
3	Mindestkriterien Anerkennungswettbewerb	4
4	Ausschreibung & Wettbewerbsvorbereitung	4
4.1	Allgemeines	4
4.2	Ausschreibung.....	5
4.3	Angebot der Disziplinen	5
5	Personal	6
5.1	Wettbewerbsleitung	6
5.2	Kampf- und Schiedsrichtende	6
5.3	Helfende	7
6	Wettbewerbsdurchführung	7
6.1	Allgemeines	7
6.1.1	Voraussetzungen & Ausstattung der Sportstätte	7
6.1.2	Zugangsbereiche	8
6.1.3	Leistungsverbesserung, Proteste und Regelkomitee	9
6.1.4	Headcoachmeeting	10
6.1.5	Sportinformationstisch	10
6.1.6	Medizinische Sicherstellung	10
6.2	Klassifizierung	10
6.2.1	Einteilungskriterien	11
6.3	Siegerehrung	11
7	Exemplarische Zeitplanung	12
8	Nachbereitung	12
9	Kontakt	12
10	Inkrafttreten	13



1 Vorwort

Mit der Richtlinie zur Durchführung von Special Olympics Kraftdreikampf-Wettbewerben für regional, landes- und bundesweit ausgeschriebene Wettbewerbe sind allgemein verbindliche Standards für die Ausrichtung festgelegt. Sie dienen der Vereinheitlichung und Vergleichbarkeit der Leistungen der Sportler im Sinne des Prinzips des Aufstiegs und der Qualifizierung zur Teilnahme an den Kraftdreikampf-Wettbewerben der Nationalen Spiele von Special Olympics Deutschland e.V. (SOD).

Diese Richtlinie steht ergänzend zu den wichtigsten allgemeinen und sportartspezifischen Kriterien der Bestimmungen der [General Rules](#) und [Sport Rules Artikel 1](#) von Special Olympics International (SOI), des Regelwerks Kraftdreikampf von [SOI](#) und [SOD](#), der [Wettbewerbsregeln](#) der IPF (International Powerlifting Federation) und der [Nationalen Regeln](#) des Bundesverband Deutscher Kraftdreikämpfer (BVDK).

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in dieser Publikation auf eine geschlechtsneutrale Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

2 Anerkennung der Veranstaltung

Sofern ein Wettbewerb als Anerkennungswettbewerb (AW) zur Teilnahme an Nationalen Spielen gelten soll, sind die Mindestkriterien der AW (siehe Punkt 3 Mindestkriterien Anerkennungswettbewerbe) einzuhalten. Die Anmeldung für AW erfolgt über den folgenden Link: <https://questionpro.eu/t/AB3usrAZB3vDat>.

Spätestens 3 Monate vor Beginn der Veranstaltung muss die Ausschreibung per Mail an anerkennungswettbewerbe@specialolympics.de gesendet werden. Die Rückmeldung erfolgt innerhalb von 2 Wochen.

Wettbewerbe auf regionaler und Landesebene können in Rücksprache mit den zuständigen Landesverbänden organisiert und durchgeführt werden.

Sportler, welche an Nationalen Spielen teilnehmen wollen, sind verpflichtet, vorab an AW im eigenen Landesverband teilzunehmen. Sollte die Ausrichtung eines eigenen AW's nicht möglich sein, so können Kooperationen mit anderen Landesverbänden geschlossen werden. Alle wichtigen Informationen und Erläuterungen sind im [SOD-Grundsatzpapier-Teilnahme Nationale Spiele](#) zu finden sowie im ergänzenden Dokument [Nominierungsprozess Nationale Winterspiele](#).



3 Mindestkriterien Anerkennungswettbewerb

Die in der Tabelle dargestellten Kriterien sind zur Durchführung von AW für Nationale Spiele einzuhalten. Sie dienen der Vereinheitlichung und der Vergleichbarkeit in den Rahmenbedingungen von Veranstaltungen sowie der guten Vorbereitung aller Sportler.

Kriterien	Mindestanforderungen
Teilnehmendenzahl	<ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 10 Athleten
Sportstätte	<ul style="list-style-type: none"> • Sporthalle, Fitnessstudio oder Trainingsraum mit größerem Nebenraum zum Aufwärmen • Plattform (evtl. Bühne), Wettkampf-Hantelstange, Wettkampf-Hantelscheiben, Verschlüsse, Kniebeugenständer, Drückerbank, Kampfrichteranlage, • Tische und Stühle für Sprechertisch und Schiedsgericht sowie Sitzmöglichkeiten für Zuschauer
Angebot Disziplinen	<ul style="list-style-type: none"> • Kraftdreikampf: Hantelkniebeuge, Bankdrücken und Kreuzheben • Kraftzweikampf: Bankdrücken und Kreuzheben
Schiedsgericht & Wettbewerbsleitung	<ul style="list-style-type: none"> • 3 Kampfrichtende (Empfehlung: 1-2 Kampfrichtende mit mindestens Bezirkslizenz und 1-2 Kampfrichtende mit Landes- oder Bundeslizenz) • Der Kampfrichtende mit der höchsten Lizenz ist der Hauptkampfrichtende
Spielsystem/ Software	<ul style="list-style-type: none"> • Online Wettkampfprotokoll unter: https://www.bvdk.de/formulare-vordrucke • Startkarten, Steigerungskarten, Dots-Tabelle
Anzahl Helfende	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Sprecher, 1 Protokollführer, 1 Mitarbeiter am Laptop, 3 Scheibenstecker/Spotter
Weitere Hinweise	<ul style="list-style-type: none"> • Das SO Regelwerk und Sportkonzept sind einzuhalten

Sportler, welche an Nationalen Spielen teilnehmen wollen, müssen den AW in der Sportart und Disziplin bzw. Kategorie ablegen, in welcher an Nationalen Spielen teilgenommen werden soll.

4 Ausschreibung & Wettbewerbsvorbereitung

4.1 Allgemeines

Vor Durchführung eines Wettbewerbs muss in der Planung die Erstellung einer Ausschreibung sowie die Benennung von verantwortlichen Personen berücksichtigt werden.

Eine Ausschreibung zur Veranstaltung ist verpflichtend und nach den Vorgaben des jeweiligen Landesverbandes und in Absprache mit diesem zu erstellen. Die Ausschreibung von AW muss



vor Veröffentlichung mit dem Team Sport der Bundesgeschäftsstelle abgestimmt werden (siehe Punkt 2).

Die Wettbewerbsleitung besteht aus mindestens einer Person, der die sportliche Gesamtleitung der Veranstaltung obliegt. Bei Fragen kann sich der Wettbewerbsleiter an den Bundestrainer Kraftdreikampf von SOD wenden. Ebenso stehen der Nationale Koordinator oder Mitglieder der Arbeitsgruppe beratend und unterstützend zur Seite.

4.2 Ausschreibung

In der Ausschreibung werden die wichtigsten Informationen zur Teilnahme an der Veranstaltung beschrieben. Folgende Inhalte sollen in einer Ausschreibung vorhanden sein:

- Titel der Veranstaltung
- Benennung des Veranstalters
- Termin (bestenfalls mit Uhrzeiten)
- Ort
- Disziplinangebot
- Kurzbeschreibung der Sportstätte
- Hinweis, ob Anerkennungswettbewerb
- Entstehende Kosten für die Teilnehmenden
- Betreuungsverhältnis
- Geplante Mindest- und Maximalanzahl von Teilnehmenden
- Kontakt Ansprechpersonen
- Verweis auf Regelwerk Kraftdreikampf in Leichter und Standardsprache (siehe [Homepage](#)).

Ergänzend können folgende Informationen aufgenommen werden:

- Unterkunftsmöglichkeiten
- Verpflegungsmöglichkeiten

4.3 Angebot der Disziplinen

Es können alle Disziplinen, die Bestandteil des nationalen Regelwerks Kraftdreikampf sind, ausgeschrieben werden. Das Mindestangebot an Disziplinen bei AW ist Punkt 3 zu entnehmen.

Im Kraftdreikampf sind folgende Disziplinen möglich:

- Kraftdreikampf
- Kraftzweikampf

Hinweise:

- In Ausnahmefällen ist eine Meldung für nur eine Einzeldisziplin möglich (ärztliches Attest nötig)
- Die Sportler dürfen für Kraftdreikampf oder Kraftzweikampf gemeldet werden.



Die Anzahl der in der Ausschreibung festgelegten Altersklassen ist von der Größe der Veranstaltung und von den konkreten Bedingungen des jeweiligen Landesverbandes abhängig. Die Altersgruppe eines Sportlers wird durch das Alter des Sportlers zum Veranstaltungsbeginn bestimmt. Die Sportler müssen mindestens 14 Jahre alt sein. Die genaue Unterteilung der Altersklassen ist dem Punkt 6.2.1 zu entnehmen.

5 Personal

5.1 Wettbewerbsleitung

Im Rahmen der Ausschreibung ist eine hauptverantwortliche Person der Veranstaltung, die Wettbewerbsleitung, zu benennen. Diese trägt die sportliche Leitung während der Veranstaltung. Die Kontaktdaten sind in der Ausschreibung zu veröffentlichen. Die Wettbewerbsleitung muss aktiv in die Planung eingebunden und an der Durchführung der Sportwettbewerbe beteiligt sein. Den Verantwortlichen wird empfohlen, vor Organisation der Veranstaltung mit dem Bundestrainer Kraftdreikampf von SOD oder dem Nationalen Koordinator Kontakt aufzunehmen.

5.2 Kampf- und Schiedsrichtende

Im Kraftdreikampf spricht man nicht von Schiedsrichtenden, sondern von Kampfrichtenden. Der oder die Kampfrichtende mit der höheren Lizenz nimmt automatisch die Position des Hauptkampfrichters ein.

Benennung	Aufgaben	Kenntnisse	Anzahl
Kampfrichtende	Leitung Kampfgericht, Einhaltung Regelwerk, Disqualifikationen	Mindestens Bezirksligalizenz empfohlen	3x gesamt
Protokollführer	Führen des Wettbewerbsprotokolls	Fachhelfer, bestenfalls Erfahrung im Kraftfreikampf	1x gesamt
Mitarbeiter Laptop	Eingabe der Ergebnisse	Fachhelfer, bestenfalls Erfahrung im Kraftfreikampf	1x gesamt

Es muss eine Einweisung durch die Wettbewerbsleitung oder einer von ihm beauftragten fachkundigen Person des Sportorgateams erfolgen.



5.3 Helfende

Benennung	Aufgaben	Kenntnisse	Anzahl
Sprecher	Athleten ansagen	Fachhelfer, bestenfalls Erfahrung im Kraftfreikampf	1x gesamt
Scheibenstecker/ Spotter	Auflegen der Gewichtsscheiben	Kräftige Personen	3 x gesamt
Helfer Siegerehrung	Durchführung Siegerehrung	Bestenfalls SO-Erfahrung	1 Leiter, 2 Helfer
Je nach Gegebenheiten und Größe der Veranstaltung können mehr Helfende benötigt und weitere Aufgaben ergänzt werden.			

6 Wettbewerbsdurchführung

6.1 Allgemeines

Zur Wettbewerbsdurchführung müssen einige Kriterien beachtet werden. Dabei handelt es sich um verpflichtende Vorgaben oder um Empfehlungen. Dies ist im Text entsprechend gekennzeichnet.

6.1.1 Voraussetzungen & Ausstattung der Sportstätte

Zur Durchführung von Kraftdreikampfveranstaltungen müssen grundlegende, technische und materielle Voraussetzungen erfüllt werden, um den Anforderungen eines professionellen Wettbewerbs zu entsprechen. Die Materialien sind entweder an der Anlage vorhanden, können ggf. von Vereinen, Verbänden oder SOD ausgeliehen oder anderweitig beschafft werden.

Sportstätte allgemein:

- Eine Sporthalle, ein Fitnessstudio oder einen Trainingsraum mit großem Nebenraum zum Aufwärmen.
- Wünschenswert ist eine Plattform/ Bühne.
- Zwingend benötigt werden eine Wettkampf-Hantelstange, Wettkampf-Hantelscheiben, Verschlüsse, Kniebeugen-Ständer, Drückerbank, Kampfrichteranlage.

Aufenthaltsbereich für Sportler, Trainer, Zuschauer:

- Ausreichend Sitzmöglichkeiten

Umkleideräume & Sanitäreinrichtungen:

- Getrennt für Frauen und Männer

Aufwärm- und Aufrufbereich:

- Beschallungsanlage (inkl. Mikrofon)



- Ausreichend Sitzplätze

Wettbewerbsfläche:

- Die Wettbewerbsbereiche für Kniebeugen, Bankdrücken und Kreuzheben sind deutlich zueinander abzugrenzen.

Siegerehrungsbereich:

- Geeignete Fläche inkl. Zugang für Zuschauer
- Beschallungsanlage (inkl. Mikrophon)
- Tische (zur Vorbereitung der Medaillen & Schleifen)
- Siegerehrungspodest inkl. Back-Drop

Wettbewerbsbüro:

- Abgeschlossener Raum (bestenfalls kein Durchgangszimmer)
- Bestuhlte Arbeitsplätze
- EDV- und Kopiergeräte + ausreichend Stromquellen

Sonstiges:

- Sanitätsraum
- Aufenthaltsraum für Helfende und Schiedsrichtende
- Rückzugsmöglichkeit

6.1.2 Zugangsbereiche

Es wird empfohlen einige Bereiche bei Veranstaltungen nur bestimmten Personengruppen zugänglich zu machen. Die folgende Einteilung findet bei Nationalen Spielen Anwendung:

Weißer Zone = Zugang für alle (Sportler, Trainer, Offizielle, Helfende & Zuschauer)

- Tribünen
- Aufenthaltsbereich (teilweise eingeschränkt für Zuschauer)
- Nähe Siegerehrungen

Blaue Zone = Zugang für Sportler, Trainer, Offizielle & Helfende der Sportart

- Aufwärm- und Aufrufbereich
- Wettbewerbsbereich (Übergabe Sportler an Helfende)

Rote Zone = Zugang für Sportler, Offizielle & Helfende der Sportart

- Wettbewerbsfläche
- Siegerehrungsfläche (Podest o.ä.)

Bei Veranstaltungen auf regionaler oder Landesebene sind die Zonen den Möglichkeiten der Veranstaltungsstätte anzupassen. Die Veranstaltungsbereiche sind deutlich gegeneinander abzugrenzen.



6.1.3 Leistungsverbesserung, Proteste und Regelkomitee

Leistungsverbesserung

Alle Sportlerinnen und Sportler sowie alle Trainer sind aufgefordert, sowohl bei der Meldung vorab als auch bei der Klassifizierung das wahre Leistungsvermögen anzugeben und zu zeigen. Weichen die Leistungen im Finale von den Klassifizierungsergebnissen stark – entsprechend der Vorgaben des Regelwerks – ab, werden die Sportler disqualifiziert.

Einer Disqualifikation kann durch die Nutzung des Leistungsverbesserungsformulars (bspw. durch einen Sturz, Krankheit, etc.) vorgebeugt werden. Leistungsverbesserungsformulare sind am Sportinformationstisch zu finden. Im Kraftdreikampf sind Leistungsverbesserungen zu nutzen, sollte man beispielsweise die gemeldeten Bestleistungen ändern wollen. Werden die gemeldeten Werte im Wettbewerb um mehr als 15% übertroffen, wird der Athlet disqualifiziert. In der Regel ist es ratsam, das gemeldete Gewicht mit dem Ergebnis aus den letzten Wettkämpfen abzugleichen.

Vor allem bei neuen Athleten ist mit einem starken Leistungsschub zu rechnen. Darüber hinaus sind äußere Faktoren wie Lampenfieber oder gesundheitliche Probleme zu beachten, die zu einer Leistungsminderung führen können. Trainer sollten diese Szenarien kennen und entsprechend handeln.

Protest

Sollten Regelverstöße durch Trainer festgestellt werden, so kann mittels eines Formulars binnen 30 Minuten ein Protest digital eingereicht werden. Gründe für Proteste sind

- Missachtung des Regelwerks
- Kein Eingreifen der Schiedsrichtenden bei Missachtung von Regeln
- Kein Ausspruch einer Strafe bei Regelverstoß

Gegen Entscheidungen in der Klassifizierung (Einteilung der Finalgruppen) bzw. bei Tatsachenentscheidungen kann kein Protest eingelegt werden. Sollte ein Protest abgelehnt werden, kann der Headcoach bei Landesspielen und Nationalen Spielen innerhalb von 60 Minuten nach Bekanntgabe der Ablehnung erneut digital Einspruch einlegen. Der Protest wird dann vom übergeordneten Regelkomitee behandelt.

Regelkomitee

Im ersten Headcoachmeeting (HCM) ist ein Regelkomitee zu bilden. Dieses besteht aus der sportlichen Leitung des Wettbewerbs, einem Trainer sowie einem Vertreter der Schiedsrichtenden. Sie entscheiden über eingereichte Proteste. Bei Multisportveranstaltungen (Landes-/Nationale Spiele) ist ein übergeordnetes Regelkomitee



eingerrichtet. Dies besteht aus der sportlichen Leitung einer Sportart, einer Vertretung der Schiedsrichtenden sowie einem Ansprechpartner Sport von Special Olympics (Hauptamt oder Ehrenamt).

6.1.4 Headcoachmeeting

Vor Beginn der Wettbewerbe findet immer ein HCM statt. Die Headcoaches sind zur Teilnahme verpflichtet. Sollte der Headcoach einer Delegation nicht daran teilnehmen, fñhrt dies zur Disqualifikation der teilnehmenden Sportler. Aus diesem Grund ist frñhzeitig – bestenfalls mit Veroffentlichung der Ausschreibung – auf die Startzeit, die Dauer und den Ort hinzuweisen.

Im HCM werden die wichtigsten Informationen der Wettbewerbsleitung an die Headcoaches weitergegeben und es besteht die Mfglichkeit fñr Rñckfragen. Letzte Änderungen in der Meldung kfgnnen hier vorgenommen werden. Bei Mehr-Tages-Veranstaltungen bietet es sich an, an jedem Tag ein kurzes Meeting durchzufñhren.

6.1.5 Sportinformationstisch

Bei allen Veranstaltungen soll ein Sportinformationstisch eingerichtet werden. Dieser bildet die Schnittstelle der Delegationen zur Wettbewerbsleitung. Hier soll Auskunft zu Zeitplänen und zur Veranstaltung gegeben werden kfgnnen. Ebenso kfgnnen hier die Protest- und Leistungsverbesserungsformulare digital eingereicht werden. Der Sportinformationstisch muss entsprechend mit Unterlagen (Zeitplänen, ggf. Lageplänen und weiteren Informationsmaterialien) sowie einem mobilen Endgerät (idealerweise Tablet oder Laptop) ausgestattet werden.

6.1.6 Medizinische Sicherstellung

Die Gesundheit aller Teilnehmenden steht bei der Veranstaltung an oberster Stelle. Generell sollte die medizinische Sicherstellung immer mit Dienstleistern erfolgen. Sie kfgnnen am besten einschätzen, wie viele Sanitäter fñr die geplante Teilnehmendenzahl und Sportart benfgtigt werden. Ebenso sollte gemeinsam ein medizinischer Notfallplan (Meldekette, etc.) aufgestellt werden. Im Kraftdreikampf gibt es folgende Empfehlung:

- Arzt ständige vor Ort oder in Rufbereitschaft
- 2 Rettungssanitäter (mfgglichst mit RTW vor Ort)

6.2 Klassifizierung

Das Klassifizierungssystem bildet gemeinsam mit dem Prinzip des Aufstiegs den zentralen Kern des [Special Olympics Sportkonzeptes](#) und stellt den fundamentalen Unterschied zu allen anderen Sportorganisationen dar. Klassifizierungswettbewerbe sind im Kraftdreikampf wñhrend einer Veranstaltung in der Regel nicht mfgglich. Sportler sollten am Wettkampftag



nur einmal ihr Maximalgewicht heben. Der Trainer meldet im Vorfeld die Bestleistung des Athleten. Die Bestleistung und das Körpergewicht der Teilnehmenden lassen sich dem Startbuch entnehmen. Aus den daraus hervorgehenden Werten ermitteln sich die Einteilung in Leistungsgruppen.

6.2.1 Einteilungskriterien

Die Einteilung der Leistungsgruppen erfolgt nach den Kriterien Leistungsvermögen, Gewicht, Geschlecht und Alter.

1) Leistungsvermögen und Gewicht (entscheidendes Kriterium)

Grundlage für die Einteilung sind die gemeldeten Bestleistungen und das Gewicht. Die Bestleistungen in den Disziplinen werden mittels des Dots-Systems der IPF mit dem Gewicht des Sportlers multipliziert. Die sich daraus ergebende Rangfolge wird zur Bildung der Leistungsgruppen herangezogen, so dass Athleten, die sich in der Leistung um nicht mehr als 20% unterscheiden, in einer Leistungsgruppe antreten.

2) Geschlecht

Sofern es das Leistungsvermögen und die Anzahl der Sportler erlauben, werden die Leistungsgruppen nach Geschlechtern getrennt.

3) Alter

Sofern es das Leistungsvermögen und die Anzahl der Sportler innerhalb eines Geschlechts erlauben, sollen folgende Altersgruppen berücksichtigt werden:

Altersklasse	Alter
Altersklasse 1	14 bis 18 Jahre
Altersklasse 2	19 bis 23 Jahre
Altersklasse 3	24 bis 39 Jahre
Altersklasse 4	Ab 40 Jahre

Eine Teilnahme an Kraftdreikampfwettbewerben ist erst ab 14 Jahren möglich.

6.3 Siegerehrung

Die Siegerehrung ist ein verpflichtender Bestandteil von sportlichen Wettbewerben bei Special Olympics. Den Athleten wird hier Anerkennung für ihre erbrachten Leistungen entgegengebracht. Wichtig ist, dass hier die Leistung der Athleten im Vordergrund steht. Bestenfalls wird die Moderation durch einen geschulten Moderator oder engagierte Helfende



übernommen. Alle Sportler werden mit Medaillen und Platzierungsschleifen geehrt. Diese sind vor der Veranstaltung in ausreichender Menge zu beschaffen. Der Aufbau des Siegerehrungsbereichs sollte gut zugänglich sein, so dass möglichst viele Zuschauer die Siegerehrung verfolgen können. Es können Siegerehrungspodeste oder Platzierungswürfel zum Einsatz kommen. Die Siegerehrung kann frühestens 30 min nach Beendigung des Wettbewerbs und Ablauf der Protestfrist stattfinden. Ausführliche Informationen sind im Siegerehrungskonzept dargestellt.

7 Exemplarische Zeitplanung

Die Vor- und Nachbereitung der Veranstaltungsstätte erfolgt durch den Ausrichter. Der Aufbau aller Veranstaltungsbereiche sollte am Vorabend oder rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung abgeschlossen sein.

Im Folgenden wird eine exemplarische Zeitplanung für einen Eintageswettbewerb dargestellt:

Wettbewerbsabschnitt 1 (Finals)

08.30 Uhr	Helfereinweisung
09.00 Uhr	Anreise Teilnehmer
09.15 Uhr	Kampfrichter- / Headcoachmeeting
09.45 Uhr	Eröffnungsfeier
10.00 Uhr	Beginn des Wettbewerbs
16.00 Uhr	Siegerehrung

8 Nachbereitung

Im Nachgang der Veranstaltung ist durch die Wettbewerbsleitung ein Protokoll anzufertigen. Für AW muss das nachfolgende Formular innerhalb von vier Wochen nach der Veranstaltung ausgefüllt werden: <https://questionpro.eu/t/AB3usrAZB3vCXO>. Sollte dies nicht geschehen, kann der Status als AW auch nachträglich entzogen werden!

9 Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den Bundestrainer Kraftdreikampf von SOD, Tim Fuhse (tim.fuhse@specialolympics.de, 0176/70 79 11 73) oder den Nationalen Koordinator Enrico Häfner (enrico.haefner@specialolympics.de).



10 Inkrafttreten

Die Durchführungsbestimmungen der Sportart Kraftdreikampf treten mit Wirkung zum 01.11.2023 in Kraft.