# Kraftdreikampf

## Über die Sportart

- Disziplin der Schwerathletik
- Die Sportart: Kombination aus Kniebeugen, Bankdrücken und Kreuzheben
- Seit 1983 gibt es internationale Wettbewerbe im Kraftdreikampf.
- Disziplinen: Teilnahme an einer einzelnen Disziplin oder am Kraftzweikampf (Bankdrücken und Kreuzheben) ist möglich.

## Besonderheiten der Sportart bei Special Olympics

Im Kraftdreikampf werden Athletinnen und Athleten nach Geschlecht, Alters- und Gewichtsklassen eingeteilt. Bei den Wettbewerben kommen von SOI/SOD geprüfte Hanteln, Scheiben, Kniebeuge- und Sitzbankgestelle zum Einsatz. Die Entscheidungen des Kampfgerichts zur Gültigkeit eines Versuchs und zu möglichen Fehlern werden mithilfe von Lichtsignalen und farbigen Karten bekannt gegeben. Im Anschluss werden sie für die Athletinnen und Athleten verständlich erklärt.

## Informationen zum Regelwerk

Allen Regelwerken der Sportarten liegen Artikel 1 und die General Rules (offizielle Regelungen von Special Olympics International) zugrunde. Das vollständige Regelwerk von SOD, Informationen in Leichter Sprache sowie die sportartübergreifenden Regeln von SOI stehen über die folgenden Links zur Verfügung.

- ✔ ***Regelwerk Kraftdreikampf SOD***
- ✔ ***Informationen in Leichter Sprache***
- ✔ ***Artikel 1 [SOI]***
- ✔ ***General Rules [SOI]***

Special Olympics International hat die Sportregeln für Kraftdreikampf auf Grundlage des Regelwerks für Kraftdreikampf des internationalen Fachverbandes **"International Powerlifting Federation (IPF)"** erstellt. Die Bestimmungen der IPF oder die des **Bundesverbandes Deutscher Kraftdreikämpfer** werden angewendet, es sei denn, sie stehen im Widerspruch zu den offiziellen Special Olympics Sportregeln für Kraftdreikampf oder zu Artikel 1. Auf diese Weise können Special Olympics Kraftdreikampf-Wettbewerbe nach weltweit gültigen allgemeinen Standards durchgeführt werden.

*(Foto: SOD, Sascha Klahn)*

Special Olympics Deutschland

## Welche Disziplinen werden angeboten?

| Disziplin | National | International |
|---|---|---|
| Kniebeugen | X | X |
| Bankdrücken | X | X |
| Kreuzheben | X | X |
| Kraftzweikampf | X | X |
| Kraftdreikampf | X | X |
| Unified Sports®-Kraftdreikampf | X | X |

## Die wichtigsten Informationen und Regeln

### *Alters- und Gewichtsklassen*

- Alterseinteilung: Sub-Junior (14-18) – Junior (19-23) – Senior (24-39) – Master (40+)
- Gewichtsklassen Herren: 53 – 59 – 66 -74 – 83- 93 – 105 – 120 – 120+ kg
- Gewichtsklassen Damen: 43 – 47 – 52 – 57 – 63 – 72 – 84 – 84+ kg
- Die angegebenen Körpergewichte sind jeweils die Obergrenzen für die Gewichtsklassen. Falls nötig, können Gewichtsklassen unter Berücksichtigung der Wilkes-Formel zusammengefasst werden.

### *Kampfrichtende*

- Kampfrichtende achten auf die genaue Ausführung der Bewegungen, geben alle Signale und vergeben Fehlerpunkte. Fehler der Sportlerinnen und Sportler werden mithilfe von roten, blauen und gelben Fehlerkarten angezeigt.
- Die genauen Bewegungsbeschreibungen sowie die Erläuterungen der einzelnen Fehler sind im Special Olympics Regelwerk für Kraftdreikampf zu finden.

### *Bandagen und Tape*

- Bandagen sind nur im Bereich der Handgelenke und Knie erlaubt und müssen genehmigt sein.
- Zwei Lagen medizinisches Klebeband (Tape) können zudem um den Daumen getragen werden.

### *Hinweise zu Unified Sports®*

- In jedem Unified Sports®-Team treten ein Athlet und ein Partner bzw. eine Athletin und eine Partnerin gemeinsam an. Ein Unified Sports®-Team wird nach Summe der erfolgreich gestemmten Gewichte bewertet. Zur Berechnung des für den Wettbewerb maßgeblichen Gewichts wird ein Koeffizient aus dem Gewicht von Athlet oder Athletin und Partner oder Partnerin gebildet.
- Weitere Informationen zum Unified Sports® hinsichtlich der verschiedenen Ansätze, der Durchführung und den Wettbewerbsbestimmungen sowie Ansprechpartner von SOD sind auf der Homepage unter folgendem Link zu finden: **SO Unified Sports®**

## Ansprechpartner

**Special Olympics Deutschland e.V.**
**Laurent Oettershagen - Einzelsportarten**
+49 (0)30 246 252 - 43
laurent.oettershagen@specialolympics.de
specialolympics.de/kraftdreikampf

**Enrico Häfner - Nationaler Koordinator**
enrico.haefner@specialolympics.de

#GemeinsamStark
WÜRTH ABB
Premium Partner von
Special Olympics Deutschland

Special Olympics Deutschland