

ER Equipment inviterer i regi af DSF til det 12. åbne bænkpresstævne

Sted: Kongsholmcentret, Liljens Kvt. 2, 2620 Albertslund.

Dato: 1. og 2. februar 2013

Indvejningstider:

Fredag 1.2.: Mænd fra 105 kg op til og med 120+. 15.00-16.30. Start 17.00.

Lørdag 2.2.: Kvinder alle klasser: 09.00-10.30. Start kl. 11.00.

Mænd: 59 kg-74 kg: 10.30-12.00. Start kl. 12.30.

Mænd: 83 kg-93 kg: 12.00-13-30. Start kl. 14.00.

Tilmelding: Sendes til Dansk Styrkeløft Forbund, Idrættens Hus, 2605 Brøndby, så den er fremme **senest fredag den 11. januar 2013**. Ved tilmelding **på mail** bruges følgende adresse:

kontor@styrke.dk - Der gøres opmærksom på, at tilmelding er bindende. Tilmeldingsliste kan findes på forbundets hjemmeside.

Samtidig med tilmeldingen overføres startgebyr (se nedenfor) og eventuel licens for deltagerne til DSF's bankkonto. En tilmelding regnes kun for rettidig, hvis også startgebyr og evt. licens er overført rettidigt. - Eftertilmeldinger accepteres kun, hvis de ikke volder problemer for arrangøren eller forbundet, og kun mod indbetaling af dobbelt startgebyr, som betales samtidig med eftertilmeldingen. Hvis det dobbelte startgebyr ikke er indbetalt samtidig med eftertilmeldingen, kan den pågældende forenings eftertilmeldte løfter(e) ikke starte ved stævnet. Eftertilmeldinger kan ikke finde sted efter deltagerlistens udsendelse.

Startgebyr: Kr. 225.- indsættes på Erik Rasmussens konto: Reg. nr. 1551. Kontonr. 10738393 samtidig med tilmeldingen til forbundet. **Husk** at opgive navn og licensnummer.

Licens: For atleter, der ikke tidligere har løst licens, og som mangler at betale for 2013, skal der betales yderligere kr. 200. Beløbet indbetales på DSF bankkonto: Reg.nr. 9570 konto nr. 64 98 256.

Dommere: Klubber, som gerne vil stille med dommere ved stævnet, skal i god tid kontakte dommerudvalget v/Klaus Brostrøm. Med tre indvejninger om lørdagen, får vi brug for mange dommere. Så hjælp venligst til. – Husk, at der er kontrol af udstyr.

Holdkonkurrence:

Holdkonkurrencen afgøres ud fra Wilks points. Et hold består af op til 6 løftere, evt. af begge køn. Præmie til bedste klub: IPF-godkendt ER Equipment Rack

Yderlige oplysninger:

Kontakt forbundskontoret eller Erik Rasmussen på tlf. 20 89 41 68 (mail@er-equipment.dk).

Dansk Styrkeløft Forbund

