EM Senior

Sted	Dato	Fra	Til	Menn minimumskrav			Kvinner minimumskrav	
	Februar	6 mnd før	9 uker før (evt påmeldings-frist)	A:	B:	U23	A:	B:
				55kg: 234	**55kg:** 225	**55kg:** 219	**45 kg:** 155	**45kg:** 147
				61kg: 253	**61kg:** 250	**61kg:** 243	**49 kg:** 166	**49kg:** 157
				67kg: 270	**67kg:** 266	**67kg:** 259	**55 kg:** 181	**55kg:** 171
				73kg: 286	**73kg:** 280	**73kg:** 272	**59 kg:** 190	**59kg:** 179
				81kg: 303	**81kg:** 296	**81kg:** 288	**64 kg:** 200	**64kg:** 189
				89kg: 318	**89kg:** 310	**89kg:** 301	**71 kg:** 212	**71kg:** 200
				96kg: 330	**96kg:** 320	**96kg:** 311	**76 kg:** 219	**76kg:** 207
				102kg: 339	**102kg:** 327	**102kg:** 318	**81 kg:** 223	**81kg:** 211
				109kg: 347	**109kg:** 335	**109kg:** 325	**87 kg:** 227	**87kg:** 215
				+109kg: 359	**+109kg:** 344	**+109kg:** 334	**+87 kg:** 231	**+87kg:** 219

Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:

NM-5 kamp: 16.09.2023-17.09.2023	**VM senior 2023:** 04.09.2023-17.09.2023	**Regionsmesterskapene**: 14.10.2023-15.10.2023
Nordisk senior: 28.10.2023-29.10.2023	**NM-lag:** 09.12.2023	**Internasjonale stevner (eksempelvis World Cup, Bundesliga, Fransk Top 9, Aalborg Cup)**

Til dette stevnet stilles det krav om rapportering av utøverinformasjon minimum TRE måneder før mesterskapet starter.
Frist for å starte rapportering av utøverinformasjon til denne konkurransen settes til 01**.11.2023.**

De tidligere kravene for damer er nå blitt B-kravene (245 sinclair-poeng) i vektklassene 45 til 76. A-kravene er satt til 260 poeng i disse vektklassene. A-kravene i de øvrige vektklassene er satt til 12 kg over B-kravene (som er forskjellen i 71 og 76 kg klassen).

De tidligere kravene for herrer er nå blitt B-kravene. Etter den tidligere Sinclair-2021 var dette 360 poeng, men varierer fra 380 poeng til 369 poeng på Sinclair-2023. Den nye poengtabellen gir med andre ord langt mer poeng (særlig for de lettere løfterne). For å sikre forutsigbarhet for utøverne gjør det ikke endringer av disse B-kravene. A-kravene settes til 385 poeng på den nye poengtabellen.

For å stimulere nivået blant herrer, ble det i 2023 innføres lavere krav for utøvere inntil 23 år. Kravet for disse var satt til 350 poeng (Sinclair 2021) med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse, unntatt 55 hvor kravet er satt til 340 poeng. Disse kvalifiseringskravene beholdes uendret.

Størrelse på egenandeler i 2024 for de ulike kravene vil NVF komme tilbake til senest 01.12.23. Generelle føringer for representasjonsuttak 2024 og landslagskontrakt vil da også bli presentert.

NORGES VEKTLØFTERFORBUND
Norwegian Weightlifting Federation

NVF, Postboks 9904 Flatåsen, 7479 Trondheim
Tlf. +47 480 42 210
E-mail: vektlofterforbundet@idrettsmail.no
www.vektlofting.no