



28.03.25

Revidert 14.08.25

## Kvalifiseringskrav og perioder for internasjonale konkurranser 2025

Kvalifisering til internasjonale konkurranser skjer i henhold til forbundet sin Lovbok kapittel 4: § 17, § 18, § 19 og § 20.

### Generelle føringer for representasjonsuttak:

- Det er ikke anledning til å kvalifisere seg til EM og VM på klubbmesterskap eller seriestevner.
- Ved EM og VM kan det være aktuelt å doble i en eller flere klasser. Som hovedregel skal Sportslig Utvalg (SU) da foreslå den/de nest beste løftere som har gjort det kilomessige beste resultat i løpet av kvalifiseringstiden.
- Hvis mer enn to løftere er kvalifisert i en vektklasse, kan den tredje beste innstilles som reserve. På nordisk kan det være aktuelt å ha tre løftere i en vektklasse (som følge av reduksjonen i antall vektklasser) – da vil de samme prinsippene gjelde, men slik at tre utøvere kan innstilles.
- For at en toer i en klasse skal innstilles må vedkommende være minimum 10 poeng bedre enn en ener i en annen vektklasse.
- Innad i en vektklasse så rangeres utøverne etter antall løftet kilo.
- Hvis flere løftere kvalifiserer seg med samme kilomessige resultat vil den som tok resultatet først bli innstilt først.
- Hvis det er mer enn åtte kvalifiserte til et mesterskap vil avgjørelsen om hvilken toer som få delta baseres på poeng (sinclair).
- Alle laguttak blir behandlet i SU. Dette inkluderer også trener-lagleder funksjonen.
- SU kan utøve skjønn under uttaksprosessen (da også eventuelt i samråd med OLT).
- Oppholdet ved større stevner skal være av en slik karakter at en får mest mulig ut av budsjettet. Dette betyr i praksis at en reiser hjem når en er ferdig med sin del av mesterskapet.
- Egenandeler vil gjelde i forhold til det Tinget vedtar i forbindelse med budsjettbehandlingen. Stevner som SU ikke har vektlagt som viktige i forhold til de mål NVF har satt, kan allikevel gi en deltakelse ved at det benyttes en betydelig høyere egenandel.
- Mottatt representasjonstøy skal oppbevares, vaskes og holdes i orden hos de som har fått utlevert dette. Dette skal leveres tilbake når NVF ber om det.
- Representasjonsklær skal ikke brukes i annen sammenheng enn det de er ment til.
- NVFs representasjonskontrakt og Antidoping-kontrakt vil være en del av kvalifiseringsgrunnlaget.
- Det blir tatt forbehold om NVF sin totale økonomi i forhold til uttak til de ulike mesterskapene. NVF sitt styre eller NVF sitt ting kan legge andre føringer inn mot endelig laguttak.
- Råd/anbefalinger fra norske myndigheter vil også være en del av vurderingsgrunnlaget med hensyn til å reise til internasjonale stevner.
- Hvis utøvere er skadet i forkant av stevner, forbeholder NVF seg retten til å kreve at utøveren stiller til undersøkelse på toppidrettssenteret slik at man får en uttalelse om utøverens helsetilstand. Basert på disse undersøkelsene vil det bli tatt en endelig avgjørelse om stevnedeltakelse.

ADAMS:

For konkurranser på det Internasjonale Vektløfterforbundets (IWF) terminliste kreves det at alle deltakere rapporterer utøverinformasjon i ADAMS minst tre måneder før verdensmesterskap og minst to måneder før andre mesterskap starter. Trener og utøver må vurdere registrering i ADAMS før den nasjonale kvalifiseringsfristen. NVF antar at kvalifiseringsfristen er 8 uker før konkurransen, med mindre final entry er 9 uker eller lengre før konkurransen. For mer informasjon om registrering og rapportering i ADAMS, se vektløfterforbundets nettsider under fanen: Antidoping, eller på IWFs nettsider: <http://www.iwf.net/antidoping/whereabouts-irtp/>. Utøvere som ikke oppfyller IWFs krav om rapportering av utøverinformasjon, vil ikke få delta i mesterskapet.

Vektklasser:

For å kunne prestere best mulig i sin vektklasse er det viktig at man fyller klassen. NVF har forståelse for at enkelte utøvere får en mer stabil treningshverdag ved å ligge noe over vektklassen, og det gis da anledning til å kunne kvalifisere seg i aktuell vektklasse med cirka 3% overvekt. Tabellen nedenfor angir maksvekt for godkjent kvalifiseringsresultat i de aktuelle vektklasser.

| Damer      |                 | Menn       |                 |
|------------|-----------------|------------|-----------------|
| Vektklasse | Maks kroppsvekt | Vektklasse | Maks kroppsvekt |
| 40 kg      | 41,2 kg         | 49 kg      | 50,5 kg         |
| 45 kg      | 46,4 kg         | 55 kg      | 56,7 kg         |
| 49 kg      | 50,5 kg         | 61 kg      | 62,8 kg         |
| 55 kg      | 56,7 kg         | 67 kg      | 69,0 kg         |
| 59 kg      | 60,8 kg         | 73 kg      | 75,2 kg         |
| 64 kg      | 65,9 kg         | 81 kg      | 83,4 kg         |
| 71 kg      | 73,1 kg         | 89 kg      | 91,7 kg         |
| 76 kg      | 78,3 kg         | 96 kg      | 98,9 kg         |
| 81 kg      | 83,4 kg         | 102 kg     | 105,1 kg        |
| 87 kg      | 89,6 kg         | 109 kg     | 112,3 kg        |
| + 87 kg    |                 | + 109 kg   |                 |

Fra 1. juni 2025 gjelder følgende vektklasser og tabell:

| Damer      |                 | Menn       |                 |
|------------|-----------------|------------|-----------------|
| Vektklasse | Maks kroppsvekt | Vektklasse | Maks kroppsvekt |
| 44 kg*     | 45,3 kg         | 56 kg*     | 57,5 kg         |
| 48 kg      | 49,5 kg         | 60 kg      | 61,8 kg         |
| 53 kg      | 54,6 kg         | 65 kg      | 67,0 kg         |
| 58 kg      | 59,8 kg         | 71 kg      | 73,1 kg         |
| 63 kg      | 64,9 kg         | 79 kg      | 81,4 kg         |
| 69 kg      | 71,1 kg         | 88 kg      | 90,7 kg         |
| 77 kg      | 79,3 kg         | 98 kg      | 105,1 kg        |
| 86 kg      | 88,6 kg         | 110 kg     | 113,3 kg        |
| + 86 kg    |                 | +110 kg    |                 |

Utøver må gjøre kravet i vektklassen vedkommende ønsker å stille i på mesterskapet. (Vektklasse 44 kg er kun for ungdom jenter og vektklasse 56 er kun for ungdom menn). I en overgang til nye vektklasser vil det være mulig å kvalifisere seg med krav i nye vektklasser med små avvik fra 3% overvektsgrensen. I den nye 53 kg klassen for damer vil det frem til de nye vektklassene være mulig å kvalifisere seg i full 55 kg klasse.

VM Ungdom

| Sted          | Dato                      | Fra    | Til                                    | Gutter minimumskrav | Jenter minimumskrav |
|---------------|---------------------------|--------|----------------------------------------|---------------------|---------------------|
| Lima,<br>Peru | 30.04.2025-<br>05.05.2025 | 6 mnd. | 8 uker<br>før (evt.<br>Final<br>entry) | A:                  | A:                  |
|               |                           |        |                                        | 49kg: 177           | 40kg: 113           |
|               |                           |        |                                        | 55kg: 195           | 45kg: 126           |
|               |                           |        |                                        | 61kg: 211           | 49kg: 135           |
|               |                           |        |                                        | 67kg: 225           | 55kg: 147           |
|               |                           |        |                                        | 73kg: 238           | 59kg: 154           |
|               |                           |        |                                        | 81kg: 252           | 64kg: 162           |
|               |                           |        |                                        | 89kg: 265           | 71kg: 172           |
|               |                           |        |                                        | 96kg: 275           | 76kg: 178           |
|               |                           |        |                                        | 102kg: 282          | 81kg: 183           |
|               |                           |        |                                        | +102kg: 291         | +81kg: 191          |

Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:

|                                    |                             |                                                                                                                             |
|------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NM ungdom 09.11.2024               | Nordisk ungdom 15.11.2024   | NM-lag 23.11.2024                                                                                                           |
| Landsdelsmesterskapene januar 2025 | NM senior 01.03.-02.03.2025 | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |

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 er 22.01.2025.

*Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse.*

Kravene for jenter er satt til 210 poeng med full kroppsvekt i de enkelte vektklassene. Kravene for gutter er satt til 320 poeng med full kroppsvekt i de enkelte vektklassene.

EM Senior

| Sted                                                                                                                                                                                                             | Dato              | Fra                                      | Til                          | Menn minimumskrav                                                                                                           |             |             | Kvinner minimumskrav |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|----------------------|------------|
| Chisinau, Moldova                                                                                                                                                                                                | 13.04.25-21.04.25 | 6 mnd før                                | 8 uker før (evt final entry) | 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:                                                                                                                                                                     |                   |                                          |                              |                                                                                                                             |             |             |                      |            |
| RM:<br>12.10.2024-13.10.2024                                                                                                                                                                                     |                   | Nordisk senior:<br>18.10.2024-19.10.2024 |                              | NM-lag:<br>23.11.2024                                                                                                       |             |             |                      |            |
| VM senior:<br>Januar 2024                                                                                                                                                                                        |                   | Landsdelsmesterskapene:<br>Januar        |                              | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |             |             |                      |            |
| 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 er 01.02.2024. |                   |                                          |                              |                                                                                                                             |             |             |                      |            |

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 innført 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.

VM Junior

| Sted                                                                                                                                                                                                                  | Dato                  | Fra        | Til                              | Menn minimumskrav |                                                                                                                             | Kvinner minimumskrav |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------|----------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------|
| Lima, Peru                                                                                                                                                                                                            | 30.04.2025-05.05.2025 | 6 mnd. før | 8 uker før<br>(evt. final entry) | A:                | B:                                                                                                                          | A:                   | B:         |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 55kg: 225         | 55kg: 215                                                                                                                   | 45kg: 144            | 45kg: 137  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 61kg: 253         | 61kg: 240                                                                                                                   | 49kg: 154            | 49kg: 146  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 67kg: 270         | 67kg: 256                                                                                                                   | 55kg: 177            | 55kg: 168  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 73kg: 286         | 73kg: 271                                                                                                                   | 59kg: 186            | 59kg: 176  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 81kg: 303         | 81kg: 287                                                                                                                   | 64kg: 196            | 64kg: 185  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 89kg: 319         | 89kg: 302                                                                                                                   | 71kg: 208            | 71kg: 196  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 96kg: 330         | 96kg: 312                                                                                                                   | 76kg: 215            | 76kg: 203  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 102kg: 338        | 102kg: 320                                                                                                                  | 81kg: 221            | 81kg: 209  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | 109kg: 347        | 109kg: 329                                                                                                                  | 87kg: 221            | 87kg: 209  |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  | +109kg: 358       | +109kg:340                                                                                                                  | +87kg: 239           | +87kg: 226 |
| Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:                                                                                                                                                                          |                       |            |                                  |                   |                                                                                                                             |                      |            |
| Landsdelsmesterskapene: Januar                                                                                                                                                                                        |                       |            | NM senior: 01.03.2025-02.03.2025 |                   |                                                                                                                             |                      |            |
|                                                                                                                                                                                                                       |                       |            |                                  |                   | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |                      |            |
| Til dette stevnet stilles det krav om rapportering av utøverinformasjon minimum <u>tre</u> måneder før mesterskapet starter. Frist for å starte rapportering av utøverinformasjon til denne konkurransen er 28.02.25. |                       |            |                                  |                   |                                                                                                                             |                      |            |
| Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse.                                                                            |                       |            |                                  |                   |                                                                                                                             |                      |            |

Kvalifiseringskravene til VM junior ble i 2024 endret slik at de tidligere kravene nå er blitt de nye Bkravene. På den nye poengtabellen er A-kravene satt til 380 poeng for menn og B-kravene satt til 365 poeng, med unntak av 55 kg klassen. På den nye poengtabellen er A-kravene satt til 255 poeng for damer og B-kravene til 240 poeng, men unntak av vektclassene 45, 49 og 87 kg.

VM senior

VM arrangeres i Norge i år, men NVF må trolig følge samme regler som andre nasjoner med minst fire overnattinger til samme pris. Dette innebærer at det for NVF vil være en betydelig kostnad til VM 2025, men NVF vil likevel prioritere flest mulig norske deltakere som klarer et minimumskrav.

IWF har signalisert at det kan bli aktuelt å innføre internasjonale kvalifiseringskrav for å begrense antall deltagere da det har vært svært høyt antall over de siste åene. Hvis det blir innført internasjonale kvalifiseringskrav som er høyere enn B-kravene må selvfølgelig disse justeres.

B-kravene settes til 350 poeng på den nye poengtabellen for herrer og til 245 poeng for kvinner. A-kravet settes til 395 poeng for menn og 265 poeng for kvinner som tidligere.

| Sted         | Dato                | Fra    | Til                           | Menn minimumskrav |             | Kvinner minimumskrav |            |
|--------------|---------------------|--------|-------------------------------|-------------------|-------------|----------------------|------------|
|              |                     |        |                               | A:                | B:          | A:                   | B:         |
| Førde, Norge | 3.-12. oktober 2025 | 6 mnd. | 8 uker før (evt. Final entry) | 60kg: 257         | 60kg: 228   | 48kg: 167            | 48kg: 154  |
|              |                     |        |                               | 65kg: 272         | 65kg: 241   | 53kg: 180            | 53kg: 166  |
|              |                     |        |                               | 71kg: 288         | 71kg: 255   | 58kg: 191            | 58kg: 177  |
|              |                     |        |                               | 79kg: 307         | 79kg: 272   | 63kg: 202            | 63kg: 187  |
|              |                     |        |                               | 88kg: 325         | 88kg: 288   | 69kg: 213            | 69kg: 197  |
|              |                     |        |                               | 94kg: 335         | 94kg: 297   | 77kg: 225            | 77kg: 208  |
|              |                     |        |                               | 110kg: 357        | 110kg: 317  | 86kg: 236            | 86kg: 218  |
|              |                     |        |                               | +110kg: 368       | +110kg: 326 | +86kg: 247           | +86kg: 228 |

Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:

|                                 |                                                                                                                             |                |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| EM senior april                 | NM mix lag juni                                                                                                             | RM 5-kamp juni |
| Kvalifiseringsstevne 23. august | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |                |

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 01.07.2025.

*Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse.*

Nordisk senior

| Sted                                                                                                                                       | Dato                        | Fra                 | Til                 | Menn minimumskrav                                                                                                                         | Kvinner minimumskrav                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Island                                                                                                                                     | 15.-16.<br>November<br>2025 | 4<br>Måneder<br>før | 2<br>Måneder<br>før | A:<br><br>60kg: 220 kg<br>65kg: 232 kg<br>71kg: 246 kg<br>79kg: 263 kg<br>88kg: 278 kg<br>94kg: 287 kg<br>110kg: 306 kg<br>+110kg: 315 kg | A:<br><br>48kg: 151 kg<br>53kg: 163 kg<br>58kg: 174 kg<br>63kg: 183 kg<br>69kg: 193 kg<br>77kg: 204 kg<br>86kg: 214 kg<br>+86kg: 222 kg |
| Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse. |                             |                     |                     |                                                                                                                                           |                                                                                                                                         |

Kravene til nordisk settes til 240 poeng for damer og 338 poeng for herrer på de nye poengtabellene.

I tråd med vedtak 20. mars 2025 i det nordiske forbundet ble det bestemt at de to letteste vektklassene vil konkurrere i en samlet vektklasse (for øvrig er man tilbake til alle de øvrige vektklassene). Hvis det på nordiske mesterskap er deltakere fra begge vektklassene vil det bli konkurrert i poeng. Hvis det imidlertid på nordisk mesterskap bare er deltakere fra en vektklasse vil det bli konkurrert i kg.

EM junior og U23**A-krav**

| Sted                                                                                                                                                                                                             | Dato  | Fra            | Til                                                                                                                                  | Menn minimumskrav | Kvinner minimumskrav |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------|
| Tirana,<br>Albania                                                                                                                                                                                               | 28.10 | 6 mnd.<br>før  | 8 uker<br>før (evt.<br>Final<br>entry)                                                                                               | A (junior):       | A (junior):          |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 60kg: 221         | 48kg: 151            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 65kg: 234         | 53kg: 163            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 71kg: 2248        | 58kg: 173            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 79kg: 265         | 63kg: 183            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 88kg: 280         | 69kg: 193            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 94kg: 289         | 77kg: 204            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 110kg: 308        | 86kg: 208            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | +110kg: 110 kg    | +86kg: 212 kg        |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | A (U23):          | A (U23):             |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 60kg: 225         | 48kg: 154            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 65kg: 238         | 53kg: 166            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 71kg: 252         | 58kg: 177            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 79kg: 268         | 63kg: 187            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 88kg: 284         | 69kg: 197            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 94kg: 293         | 77kg: 208            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | 110kg: 312        | 86kg: 212            |
|                                                                                                                                                                                                                  |       |                |                                                                                                                                      | +110kg: 322 kg    | +86kg: 216 kg        |
| Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:                                                                                                                                                                     |       |                |                                                                                                                                      |                   |                      |
| NM junior: 26.04.2025                                                                                                                                                                                            |       | RM 5-kamp juni | Internasjonale stevner (eksempel<br>Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt.<br>andre forhåndsgodkjente internasjonale<br>stevner). |                   |                      |
| 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 er 01.06.2025. |       |                |                                                                                                                                      |                   |                      |
| Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse.                                                                       |       |                |                                                                                                                                      |                   |                      |

A-kravene for junior herrer er 340 poeng. A-kravene for junior damer er satt til 240 poeng i vektklassene opptil 77 kg klassen, de øvrige er satt til å kunne kjempe om medalje. A-kravene for U23 herrer er satt til 345 poeng, A-kravene for U23 damer er satt til 245 poeng opp til 77 kg klassen, de øvrige klassene er satt til å kunne kjempe om medalje.



## B-krav

| Sted               | Dato     | Fra           | Til                                   | Menn minimumskrav |       |       | Kvinner minimumskrav |       |       |
|--------------------|----------|---------------|---------------------------------------|-------------------|-------|-------|----------------------|-------|-------|
| Tirana,<br>Albania | 04.09.25 | 6 mnd.<br>før | 8 uker<br>før (evt.<br>Final<br>entry | B (junior):       |       |       | B (junior):          |       |       |
|                    |          |               |                                       | 18 år             | 19 år | 20 år | 18 år                | 19 år | 20 år |
|                    |          |               |                                       | 60kg: 211         | 215   | 218   | 48kg: 138            | 142   | 145   |
|                    |          |               |                                       | 65kg: 224         | 227   | 230   | 53kg: 149            | 153   | 156   |
|                    |          |               |                                       | 71kg: 237         | 241   | 244   | 58kg: 159            | 163   | 166   |
|                    |          |               |                                       | 79kg: 253         | 256   | 260   | 63kg: 168            | 172   | 175   |
|                    |          |               |                                       | 88kg: 267         | 271   | 276   | 69kg: 177            | 181   | 185   |
|                    |          |               |                                       | 94kg: 276         | 280   | 284   | 77kg: 187            | 191   | 195   |
|                    |          |               |                                       | 110kg: 294        | 298   | 303   | 86kg: 196            | 200   | 204   |
|                    |          |               |                                       | +110kg: 303       | 307   | 312   | +86kg: 200           | 204   | 208   |
|                    |          |               |                                       | B (u23):          |       |       | B (u23):             |       |       |
|                    |          |               |                                       | 60kg: 218         |       |       | 48kg: 151            |       |       |
|                    |          |               |                                       | 65kg: 230         |       |       | 53kg: 163            |       |       |
|                    |          |               |                                       | 71kg: 244         |       |       | 58kg: 173            |       |       |

Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:

|                       |                |                                                                                                                             |
|-----------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NM junior: 26.04.2025 | RM 5-kamp juni | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |
|-----------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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 01.06.2025.

*Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltagelse.*

B-kravene for junior herrer i alle vektklasser er beregnet til 335 poeng på den nye poengtabellen med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse (120 kg kroppsvekt i tyngste klasse) det året man er 20 år, 330 poeng det året man er 19 år og 325 poeng det året man er 18 år. B-kravene for U23 herrer i alle vektklasser er beregnet til 335 poeng med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse (120 kg kroppsvekt i tyngste klasse). B-kravene for junior damer er beregnet til 230 poeng på den nye poengtabellen i vektklasse opp til 77 (med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse) det året man er 20 år, 225 poeng det året man er 19 år og 220 poeng det året man er 18 år. I de 2 tyngste klassene er kvalifiseringskravene estimert slik at utøverne kan kjempe om en topp 5- plassering det året man er 20 år. Kravene for U23 damer er beregnet til 240 poeng i vektklassene fra opp til 77 (med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse). I de øvrige klassene er det kvalifiseringskravene estimert til å gi en topp 5-plassering.

Grunnet nærhet til VM senior en måned senere vil økonomi og optimalisering for utøvere kvalifisert til VM kunne påvirke deltagelse i dette mesterskapet.

Nordisk ungdom og junior

| Sted                                                                                                                                       | Dato                  | Fra       | Til       | Menn minimumskrav                                                                                                              | Kvinner minimumskrav                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Halmstad,<br>Sverige                                                                                                                       | 29. – 30.<br>november | 4 mnd før | 2 mnd før | A (ungdom):                                                                                                                    | A (ungdom):                                                                                                                   |
|                                                                                                                                            |                       |           |           | 56kg: 163 kg<br>60kg: 172 kg<br>65kg: 182 kg<br>71kg: 193 kg<br>79kg: 206 kg<br>88kg: 218 kg<br>94kg: 225 kg<br>+94kg: 231 kg  | 44kg: 105 kg<br>48kg: 113 kg<br>53kg: 122 kg<br>58kg: 130 kg<br>63kg: 137 kg<br>69kg: 144 kg<br>77kg: 153 kg<br>+77kg: 156 kg |
|                                                                                                                                            |                       |           |           | A (junior):                                                                                                                    | A (junior):                                                                                                                   |
|                                                                                                                                            |                       |           |           | 60kg: 189 kg<br>65kg: 200 kg<br>71kg: 211 kg<br>79kg: 225 kg<br>88kg: 239 kg<br>94kg: 246 kg<br>110 kg: 262<br>+110 kg: 274 kg | 48kg: 123 kg<br>53kg: 132 kg<br>58kg: 141 kg<br>63kg: 149 kg<br>69kg: 157 kg<br>77kg: 166 kg<br>86kg: 174 kg<br>+86kg: 177 kg |
| Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse. |                       |           |           |                                                                                                                                |                                                                                                                               |

Kravene for gutter er satt til 265 poeng på den nye poengtabellen for ungdom (med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse – i tyngste klasse 112 kg). For junior er kravet satt til 290 poeng (med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse – i tyngste klasse 120 kg). Kravene for jenter er satt til 180 poeng på den nye poengtabellen for ungdom (med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse – i tyngste klasse 90 kg). For junior settes kravet til 195 poeng med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse. I 2023 ble det vedtatt å endre antall vektklasser til de nordiske mesterskapene.

I tråd med vedtak 20. mars 2025 i det nordiske forbundet ble det bestemt at de to letteste vektklassene vil konkurrere i en samlet vektklasse (for øvrig er man tilbake til alle de øvrige vektklassene). Hvis det på nordiske mesterskap er deltakere fra begge vektklassene vil det bli konkurrert i poeng. Hvis det imidlertid på nordisk mesterskap bare er deltakere fra en vektklasse vil det bli konkurrert i kg.

EM ungdom

| Sted                                                                                                                                                                                                             | Dato             | Fra                  | Til                          | Menn minimumskrav                                                                                                           | Kvinner minimumskrav |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Madrid, Spania                                                                                                                                                                                                   | 23.07-30.07.2025 | 6 mnd. før           | 8 uker før (evt final entry. | A (u15):                                                                                                                    | A (u15):             |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 52 kg: 160 kg                                                                                                               | 40kg: 92 kg          |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 56 kg: 170 kg                                                                                                               | 44kg: 105 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 60kg: 179 kg                                                                                                                | 48kg: 113 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 65kg: 190 kg                                                                                                                | 53kg: 122 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 71kg: 201 kg                                                                                                                | 58kg: 130 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 79kg: 204 kg                                                                                                                | 63kg: 137 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | 88kg: 209 kg                                                                                                                | 69kg: 145 kg         |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | +88kg: 220 kg                                                                                                               | +69kg: 150 kg        |
|                                                                                                                                                                                                                  |                  |                      |                              | A (u17):                                                                                                                    | A (u17):             |
|                                                                                                                                                                                                                  | 56kg: 185 kg     | 44kg: 117 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 60kg: 195 kg     | 48kg: 126 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 65kg: 206 kg     | 53kg: 136 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 71kg: 219 kg     | 58kg: 144 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 79kg: 233 kg     | 63kg: 152 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 88kg: 247 kg     | 69kg: 161 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | 94kg: 255 kg     | 77kg: 171 kg         |                              |                                                                                                                             |                      |
|                                                                                                                                                                                                                  | +94kg: 262 kg    | +77kg: 174 kg        |                              |                                                                                                                             |                      |
| Stevner som teller i kvalifiseringsperioden:                                                                                                                                                                     |                  |                      |                              |                                                                                                                             |                      |
| NM senior 01.03-02.03.2025                                                                                                                                                                                       |                  | NM junior 26.04.2025 |                              | Internasjonale stevner (eksempel Bundesliga, Fransk Top 9, osv) (samt evt. andre forhåndsgodkjente internasjonale stevner). |                      |
| 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 er 22.04.2025. |                  |                      |                              |                                                                                                                             |                      |
| Vedtak styremøte 20\10-16: Dersom ingen utøvere oppnår kravet som er satt innstiller SU den/de som de mener er kvalifisert til deltakelse.                                                                       |                  |                      |                              |                                                                                                                             |                      |

Kravene for U15 for jenter i vektklasse fra 44 til og med vektklasse 69 er beregnet til 180 poeng på den nye poengtabellen med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse. Kravene i de øvrige vektklassene er estimert slik at man vanligvis skal kunne ha god mulighet for en topp 5-plassering. **For U15 er det innført 40 kg klasse (finnes ikke i U17) og tatt bort 77 kg klassen.** Kravene for U15 for gutter i vektklasse til og med vektklasse 71 er beregnet til 275 poeng på den nye poengtabellen med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse. Kravene i de øvrige vektklassene er estimert slik at man vanligvis skal kunne ha god mulighet for en topp 5-plassering (dvs kunne kjempe om medalje i enkeltøvelser). **For U15 er det innført 52 kg klasse (finnes ikke U17) og tatt bort 94 kg klassen.** Kravene for U17 for jenter i vektklasse til og med vektklasse 77 er beregnet til 200 poeng på den nye poengtabellen med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse. Kravene i de øvrige vektklassene er estimert slik at man vanligvis skal kunne ha god mulighet for en topp 5-plassering. Kravene for U17 for gutter i er beregnet til 300 poeng på den nye poengtabellen med maksimal kroppsvekt i hver vektklasse (i tyngste vektklasse 112 kg). Hvis det blir vedtatt nye vektklasser som trer i kraft før mesterskapet vil kvalifiseringskravene bli justert til de samme poengkravene med full kroppsvekt i de ulike vektklassene.