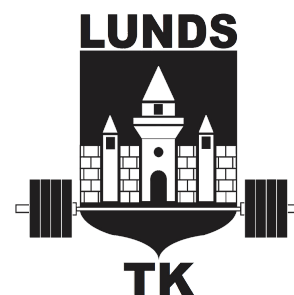


--	--	--

# Policy för tävlingsdeltagande i Lunds TK 2023

Denna policy innehåller information för tävlande om kriterier och ekonomiska förutsättningar för tävlande. Uppfylls inte policyn så kan man bli nekad till tävlingslicens samt individuella tävlingar.



## Grundförutsättningar

### Medlem i Lunds TK

Medlemsavgift för kalenderåret ska vara inbetald och medlemskonto skapat på [www.lundstk.se](http://www.lundstk.se).

### Tävlingslicens

För tävlingslicens ska den tävlande ha varit medlem i minst 3 månader. Tävlingsansvarig löser tävlingslicens inför lyftarens första tävling för året efter att följande har verifierats:

- Medlemskap
- Inbetald avgift för tävlingslicens (kostnadsfri 2022)
- Underskriven policy för tävlingsdeltagande

### Träning

Den tävlande ska regelbundet träna i föreningens lokaler och ha kontakt med tävlingsansvarig.

### Gemensamt arbete

Grunden i en ideell förening är det gemensamma arbetet. För den tävlande innebär det att denne ska hjälpa till vid städdagar, vara delaktig i tävlingsorganisation och/eller hjälpa till vid hemmatävlingar, exempelvis som klovare, domare eller i sekretariatet.

### God ambassadör

Den tävlande ska agera som en god ambassadör för föreningen, både på och utanför tävlingspodiet. Den tävlande förväntas uppvisa god kamratskap och föregå med gott exempel vid tävling och på Lunds TK. Som tävlande är man ansvarig för sitt eget uppförande samt medföljande coaches.

### Antidoping

Av den tävlande förväntas fullständig avhållsamhet från intag och hantering av dopingklassade preparat. Vidare skall den tävlande genomgå och bli godkänd på RF:s utbildning "Ren vinnare" på: <http://www.renvinnare.se>. Diplom/bekräftelse ska mailas till [tavling@lundstk.se](mailto:tavling@lundstk.se).

## Tävlingar

### Serietävlingar

--	--	--

--	--	--

Tävlingar i Styrkelyft och bänkpress ingår i en tävlingsserie. Från 2023 så består den klassiska serien av tre divisioner, elitserien, division 1 och division 2 för dam resp herr i styrkelyft och bänkpress. Serien avgörs över fyra serieomgångar under året där varje lag består av 4 lyftare för elitserien och 3 lyftare för övriga divisioner, se [Nya Seriesystemet](#) för mer information. De 4 bästa lagen i elitserien kvalificerar sig till Lag-SM. Lunds TK har lag i följande divisioner,

- Elitserien Herrar Klassisk SL
- Elitserien Damer Klassisk SL
- Elitserien Damer Klassisk BP
- Division 1 Herrar Klassisk BP

Serietävlingarna anordnas av klubbarna lokalt inom Sydsvenska Styrkelyftförbundet. Alla licensierade lyftare får tävla på serietävlingar, förutsatt att det finns kapacitet hos anordnande klubb. De bästa resultaten räknas in till serien, men allas resultat registreras i databasen. Skulle det finnas begränsat antal platser kommer tävlingsansvariga att behöva fördela platserna. Då kommer följande kriterier tas i beaktning,

- Lyftaren har hjälpt till med klubbverksamhet under året, såsom på städdagar, serietävling och diverse klubbaktiviteter. Hjälp vid serietävling ses över extra
- Lyftaren har för avsikt att kvala till ett närliggande SM

Anmälan till lokala och regionala tävlingar (serietävlingar, DM) görs genom anmälningslista som delas på hemsidan [www.lundstk.se](http://www.lundstk.se) och Facebookgruppen *Tävlande på Lunds TK*.

### **Distriktsmästerskap**

Distriktsmästerskap, DM, anordnas inom Styrkelyft och Bänkpress inom Sydsvenska Styrkelyftförbundet. DM går vanligtvis i samband med serieomgång 3 eller 4. Till skillnad från serien är anmälan till DM klass-fast, dvs lyftaren behöver väga in i klassen man anmäler sig till. Detta gäller dock inte ungdomar. Alla licensierade lyftare får delta i DM, men det rekommenderas att köra en vanlig serietävling som första tävling.

### **Lag-SM**

I slutet av året så blir de fyra lag med toppresultat i högsta serien (bänkpress & styrkelyft, utrustad & klassisk) inbjudna till Lag-SM. Här tävlar man som ett lag där poängen från lyftarna räknas ihop.

Urvalet av lyftarna som representerar klubben kommer inte att väljas enbart från resultat. Målet från klubben är inte att toppa laget utan att välja lyftare som representerar klubben väl. Kriterier för att få tas i beaktning är följande:

- Lyftaren har hjälpt till med klubbverksamhet under året, såsom på städdagar, serietävling och diverse klubbaktiviteter. Hjälp vid serietävling ses över extra
- Man ska ha minst ett registrerat resultat till serien under året. För varje serietävling så räknas de topp 4 bästa resultaten.

### **Nationella tävlingar**

Anmälan till nationella tävlingar (GM och SM) ska göras i god tid (senast en vecka innan sista anmälningsdag) genom mail till [tavling@lundstk.se](mailto:tavling@lundstk.se). Internationella tävlingar hanteras av Svenska Styrkelyftförbundet. Lyftaren är själv ansvarig för att se till att detta görs i tid.

### **Coach**

--	--	--

--	--	--

De tävlande förutsätts i första hand att coacha varandra vid tävlingar. Om det inte är möjligt är det föreningens mål att ordna medföljande coach på större tävlingar. Vill den tävlande ha stöd av annan coach står vederbörande själv för coachens omkostnader. Som tävlande är man ansvarig för att egen medföljande coach följer föreningens policy om god ambassadör samt antidopingregler..

## Ekonomiska förutsättningar

Styrelsen för Lunds TK har beslutanderätt för om föreningen ersätter tävlingsomkostnader enligt tävlingspolicyen beroende på föreningens ekonomiska status och om lyftaren uppfyller tävlingspolicyens grundförutsättningar.

### Avgift för tävlingslicens

- Tävlingslicens för styrkelyft och bänkpress år 2023 är 700 kr för senior/junior/veteran och 200 kr för ungdom (11-18 år)

### Omkostnader för tävling

Föreningen står för omkostnader i samband med **en** SM-tävling per år **samt** Lag-SM.

Omkostnaderna innefattar,

- Anmälningavgiften
- Omkostnader för resa och/eller boende upp till totalt 1000 kr för tävlingar utanför Skåne.
  - Resa med egen bil ersätts med 25 kr/mil under förutsättning att lyftaren tar initiativ till samåkning inom föreningen.
  - Boendekostnader ersätts endast för övernattning utanför Skåne.

Den tävlande står själv för bokning och betalning av resor och boende. Ersättning ges efter att kvitton lämnats till kassören, vilket ska göras senast 1 månad efter tävlingen.

Den tävlande har läst igenom dokumentet Policy för tävlingsdeltagande och avser att uppfylla de krav som ställs för att tävla för Lunds TK.

*Tävlandes underskrift*

*Namnförtydligande*

\_\_\_\_\_

*Ort och datum*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

--	--	--