

Verbände	Divison	Equipped	Kniebandagen	Sleeves	Kniebandagen erlaubt bei	Handgelenkbbandagen	Ellbogenbandagen erlaubt bei
Swiss Powerlifting	RAW	-	2.5 m / 8 cm		Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	Equipped	Multi Ply	2.5 m / 8 cm		Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
WRPF	RAW	-	-	30 cm	-	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	Classic RAW	-	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
WEPF	Equipped	Single Ply	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	Equipped	Multi Ply	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
WPC	Equipped	Multi Ply	3 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	Equipped	Single Ply	3 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	RAW	-	-	-	-	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	Classic RAW	-	3 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
GPC	Equipped	Multi Ply	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	Verboten	Verboten
	RAW	-	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen	1 m / 8 cm Bankrücken & Kreuzheben	Verboten
WUAP	Equipped	Multi Ply	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebuegen, Bankdrücken & Kreuzheben	1 m / 8 cm	Kniebeugen & Kreuzhben
	RAW	-	2.5 m / 8 cm	30 cm	Kniebeugen & Bankdrücken	1 m / 8 cm	Kniebeugen
IPF / EPF	Equipped	Siehe Approved-Liste	2 m / 8 cm	-	Kniebuegen	1 m / 8 cm	Verboten
	Classic	-	-	30 cm	-	1 m / 8 cm	Verboten

Verbände	Divison	Squat Kommandos	Bench Kommandos	Deadlift Kommandos	Kopfposition beim Bankdrücken	Fussposition beim Bankdrücken	Diverses
Swiss Powerlifting	RAW	Squat & Rack	Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	
	Equipped						
WRPF	RAW	Squat & Rack	Start & Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	
	Classic RAW						
WEPF	Equipped	Squat & Rack	Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	A7 Heberanzüge sind nur erlaubt, wenn das Silikon-/Gummiband an den Beinen entfernt wurde. Die Heberanzüge der Firma Fleo sind ebenfalls nicht zugelassen.
	Equipped						
WPC	Equipped	Squat & Rack	Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	A7 Heberanzüge sind nur erlaubt, wenn das Silikon-/Gummiband an den Beinen entfernt wurde. Die Heberanzüge der Firma Fleo sind ebenfalls nicht zugelassen.
	Equipped						
	RAW						
GPC	Equipped	Squat & Rack	Start & Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	
	RAW						
WUAP	Equipped	Squat & Rack	Start & Press & Rack	Down	irrelevant	Fuss oder Zehenspitzen sind im Kontakt mit dem Boden	
	RAW						
IPF / EPF	Equipped	Squat & Rack	Start & Press & Rack	Down	Kontakt mit der Bank	Die Füsse müssen flach auf dem Boden stehen	
	Classic						

Alle Angaben ohne Gewähr. Bitte vor jeder Teilnahme das Reglement des jeweiligen Verbandes prüfen.