

---

## 1 Record

---

### 1.1 Requisito

I record possono essere registrati in tutte le gare riconosciute da Swiss Powerlifting, a condizione che siano conformi alle seguenti condizioni:

Sono soddisfatte tutte le regole di Swiss Powerlifting.

- a) Il concorrente al record deve essere in possesso di una licenza svizzera di Powerlifting, avere un passaporto svizzero o un permesso di soggiorno ed essere residente in Svizzera.
- b) Tre giudici ufficiali devono giudicare il tentativo e garantire il rispetto di tutte le norme tecniche necessarie.
- c) I concorrenti sono stati accuratamente pesati prima della gara.
- d) La bilancia utilizzata per la pesatura deve essere accurata.
- e) L'abbigliamento e l'equipaggiamento personale dell'atleta deve essere conforme alle regole.
- f) I record mondiali ed europei possono essere stabiliti solo nei campionati internazionali.
- g) Solo i concorrenti che partecipano effettivamente al concorso possono tentare di stabilire dei record.
- h) I concorrenti che non partecipano all'intera manifestazione non possono tentare di stabilire un record in una singola disciplina.
- i) Nel caso in cui due atleti stabiliscano un record in una disciplina o di risultato complessivo nella stessa competizione, il concorrente più leggero sarà riconosciuto come nuovo detentore del record. Se entrambi hanno lo stesso peso corporeo, gli atleti devono essere pesati nuovamente. Se entrambi gli atleti pesano ancora una volta lo stesso peso, tutti e due gli atleti saranno riconosciuti come detentori di record.
- j) Per un record in totale, il bilanciere deve essere sempre caricato con un multiplo di 2,5 kg.
- k) I record di disciplina sono validi solo se superano di almeno 500 grammi il vecchio record.
- l) I record sono validi solo per la rispettiva classe di peso corporeo determinata alla pesatura ufficiale.

## 1.2 Categorie d'età e peso

Swiss Powerlifting registra e riconosce i record (in kg) nelle seguenti categorie di età e peso:

## 1.3 Categorie d'età

Classe	Categoria	Età
Sub-Junior	T13-15	dai 13 fino ai 15 anni compresi
	T16-17	dai 16 fino ai 17 anni compresi
	T18-19	dai 18 fino ai 19 anni compresi
Junior	Jun	dai 19 fino ai 23 anni compresi
Open	Open	dai 24 fino ai 39 anni compresi
Master	M40-44	dai 40 fino ai 44 anni compresi
	M45-49	dai 45 fino ai 49 anni compresi
	M50-54	dai 50 fino ai 54 anni compresi
	M55-59	dai 55 fino ai 59 anni compresi
	M60-64	dai 60 fino ai 64 anni compresi
	M65-69	dai 65 fino ai 69 anni compresi
	M70-74	dai 70 fino ai 74 anni compresi
	M75-79	dai 75 fino ai 79 anni compresi
	M80+	dai 80 e più

- Il sollevamento competitivo è limitato ad un'età minima di 13 anni.
- L'età minima può variare in base alla società internazionale mantello.
- Un concorrente deve rimanere nella sua fascia d'età fino al suo prossimo compleanno, quando raggiunge il limite superiore della rispettiva fascia d'età.

## 1.4 Categorie di peso

Uomini		Donne	
Abb.	Peso corporeo	Abb.	Peso corporeo
-52	bis 52kg	-44	bis 44kg
-56	52,01 - 56kg	-48	44,01 - 48kg
-60	56,01 - 60kg	-52	48,01 - 52kg
-67.5	60,01 - 67,5kg	-56	52,01 - 56kg
-75	67,51 - 75kg	-60	56,01 - 60kg
-82.5	75,01 - 82,5kg	-67.5	60,01 - 67,5kg
-90	82,51 - 90kg	-75	67,51 - 75kg
-100	90,01 - 100kg	-82.5	75,01 - 82,5kg
-110	100,01 - 110kg	-90	82,51 - 90kg
-125	110,01 - 125kg	+90	90,01 90,01kg e più
-140	125,01 - 140kg		
+140	140,01kg e più		

In caso di dubbio, consultare la versione in tedesco.

## 2 Cronologia

<b>Data</b>	<b>Versione</b>	<b>Cambiamento</b>	<b>Autore</b>	<b>Review</b>
24.03.2020	1.0	Prima versione	Cina Serge	Dr. Wyss Christoph
22.08.2020	1.0	Traduzione in italiano	Brian Antonioli	
19.12.2023	1.1	Definizione più precisa dei requisiti	Cina Serge	Mazzucco Stefano