

Regeln für Mannschaftswettkämpfe bei internationalen Meisterschaften

1. Eine Mannschaft besteht aus 8 Hebern und drei Ersatzleuten, deren Aufstellung bei der Technischen Besprechung namentlich angegeben werden muss. Die Ersatzleute rücken in der Reihenfolge nach, in der sie in der Liste angegeben sind.
2. Aus einer Alters- und Gewichtsklasse dürfen maximal zwei Heber benannt werden.
3. Für die Bewertung werden die Zweikampfergebnisse und die zugehörigen SMF/SHMF- Werte verwendet.
4. Innerhalb einer Alters- und Gewichtsklasse werden für den 1. Platz 28 Platzierungspunkte vergeben, für den 2. Platz 25 Punkte und für den dritten 23 Punkte. Der vierte Platz erhält 22 Punkte und jeder weitere Platz je einen Punkt weniger.
5. Sind in einer Alters- und Gewichtsklasse nur zwei Heber, erhält der erste 25 Punkte und der zweite 23 Punkte. Ist nur ein Heber angetreten, erhält er 23 Punkte.
6. Die Summe der Platzierungspunkte ist Maß für die Platzierung. Haben zwei Mannschaften die gleiche Summe von Platzierungspunkten erreicht, entscheidet die Summe der SMF/SHMF Punkte über die Platzierung.
7. Diese Regeln gelten für Männer und Frauen in gleicher Weise.

Regeln für Master/in des Jahres

1. Der Sportler muss an Deutscher, Europa- und Weltmeisterschaft teilgenommen und bei jeder Meisterschaft den ersten Platz belegt haben.
2. Schaffen das mehrere Männer bzw. Frauen, entscheidet die Summe der SMF/SHMF-Punkte der drei Wettkämpfe über die Platzierung.
3. Ausgezeichnet werden die ersten drei Plätze.

Regel für Altersklassen Master und Grand Master

1. Der Heber einer Altersklasse, dessen Zweikampfergebnis in Verbindung mit dem Körpergewicht den höchsten SMF/SHMF-Wert ergibt, ist Altersklassen-Master (Frauen in gleicher Weise), vorausgesetzt, er/sie ist Sieger seiner Alters- und Gewichtsklasse.
2. Der Altersklassen-Master mit dem höchsten SMF/SHMF-Wert der gesamten Meisterschaft ist Grand Master.

Regelung Sinclairwerte

Bis auf weiteres sind die SMF/SHMF-Punkte mit den Sinclairfaktoren 2017 bis 2020 zu berechnen.