



# Internationale deutsche Meisterschaften im Strict-Curl 2026

DM **DIE**  
SPORTHALLE

Glauchauer Straße 35  
06112 Halle (Saale)



## A U S S C H R E I B U N G

**Internationale deutsche Meisterschaften im Strict-Curl  
für alle Vereine, Sportclubs, Gyms und Fitness-Studios  
am **Sonnabend** den **2.** und **Sonntag** den **3. Mai 2026****

- Veranstalter:** Wolfgang Marian Köhler Tel./WhatsApp: **0157 30029925**
- Wettkampfort:** 8M Die **Sport**halle - Glauchaer Straße 35 • 06110 Halle (Saale)
- Wettbewerb:** Strict-Curl (mit einer Olympia-SZ-Hantelstange)



- Startberechtigung:** Alle weiblichen und männlichen Athleten, Jugendliche ab dem vollendeten 14. bis zum 18. Lebensjahr, Junioren, Aktive und AK 1-5 Frauen und Männer Jugendliche ab dem vollendeten 14. bis zum 18. Lebensjahr, müssen eine Einwilligungserklärung der Erziehungsberechtigten vorweisen.
- Gewichtsklassen:**
- |                                |                                              |
|--------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Frauen:</b>                 | 47, 52, 57, 63, 72, 84, +84 kg               |
| <b>Jugend und Juniorinnen:</b> | 43 kg, 47, 52, 57, 63, 72, 84, +84 kg        |
| <b>Männer:</b>                 | 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120 kg        |
| <b>Jugend und Junioren:</b>    | 53 kg, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120 kg |
- Kleidung:** **Wettkampfkleidung nach IPF-Regelung**  
Bitte beachten, sonst ist kein Start möglich!
- ACHTUNG:** Die Veranstaltung ist auf **200 Teilnehmer** limitiert!
- Meldeschluss:** **18. April 2026** – sollte vor diesem Termin, die Teilnehmerzahl von 200 Athleten erreicht sein, keine Anmeldungen mehr möglich!
- Ab einem Starterfeld von 200 Teilnehmern, können Nachmeldungen auf Wunsch in die Warteliste eingetragen werden und rücken nach Ausfall von Athleten automatisch nach. Nachrücker werden rechtzeitig informiert!
- Anmeldung an:** Wolfgang Marian Köhler E-Mail: [dm-bizeps-curl@deutschland.ms](mailto:dm-bizeps-curl@deutschland.ms)
- Inhalt:** Name, Vorname, Geburtsdatum, Nationalität, Gewichtsklasse, Bestleistung, Handy- oder WhatsApp Nummer, sowie Verein, Club oder Studioname mit Ortsangabe
- Startgeld:** jeweils **50,- Euro** (fällig unmittelbar nach Anmeldung)

Wir bitten um Verständnis, dass keine Rückerstattung der Startgebühren möglich ist, da die Veranstaltung im Vorfeld der Meisterschaft finanziell abgesichert werden muss!

Überweisung der Startgebühren bitte an:

Wolfgang Marian Köhler

Bank: Revolut Bank

IBAN: DE54 1001 0178 0083 3557 67

BIC: REVODEB2

Verwendungszweck: Name, Verein/Club/Studio, DM Strict-Curl

---

## 1. Wettkampftag

Sonnabend den 2. Mai 2026

|                |      |               |
|----------------|------|---------------|
| Altersklassen: | AK 5 | 80 – 89 Jahre |
|                | AK 4 | 70 – 79 Jahre |
|                | AK 3 | 60 – 69 Jahre |
|                | AK 2 | 50 – 59 Jahre |
|                | AK 1 | 40 – 49 Jahre |

Frauen alle zwischen 14 – 80 Jahre

## Zeitplan:

Wiegen: Männer / Frauen 08:00 bis 10:30 Uhr

Eröffnung: 11:00 Uhr

Wettkampfbeginn: 11:30 Uhr

Siegerehrung: ca. 19:00 Uhr

## 2. Wettkampftag

Sonntag den 3. Mai 2026

|                |                 |               |
|----------------|-----------------|---------------|
| Altersklassen: | Männer Jugend   | 14 – 18 Jahre |
|                | Männer Junioren | 19 – 23 Jahre |
|                | Männer Aktive   | 24 – 39 Jahre |

## Zeitplan:

**Wiegen:** 08:00 bis 10:30 Uhr

**Eröffnung:** 11:00 Uhr

**Wettkampfbeginn:** 11:30 Uhr

**Siegerehrung:** ca. 19:30 Uhr

**Bitte beachten:** Der Zeitplan für Wettkampf- und Waagezeiten ist vorläufig und kann nach Eingang der Meldungen nach Meldeschluss aktualisiert werden. Notwendige Änderungen werden auf der Web-Seite und in Facebook und Instagram veröffentlicht. Jeder Starter ist eigenverantwortlich dafür, dass er sich über eventuelle Änderungen im Zeitplan der IDM nach dem Datum des Meldeschlusses informiert. Auf der Meldeliste erscheint nur, wer die Startgebühr entrichtet hat!

**Auszeichnungen:** Platz 1 – 3 Medaillen,  
Urkunden und Präsente für Alle  
Relativ-Trophäen in jeder Altersklasse  
Relativ-Trophäen für die **Gesamt-Champions aller Alters & Gewichtsklassen**

**Hygienekonzept:** Wir bitten darum, dass in den Räumen sowie auf dem gesamten Veranstaltungsgelände, für sämtliche Personen (Besucher und Mitwirkende) die Hygienevorschriften eingehalten und für Ordnung und Sauberkeit gesorgt wird! **Wir sagen Danke**

**Wir möchten euch bitten, am Ende der Veranstaltung, uns beim Aufräumen und der Abfallbeseitigung zu unterstützen, da wir die 8M Sporthalle weiterhin nutzen möchten!**

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Risiken des Teilnehmers, im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Sportveranstaltung. Es obliegt dem Teilnehmer, seinen Gesundheitszustand vorher zu überprüfen und checken zu lassen!

Der Teilnehmer erklärt sich damit einverstanden, dass der Veranstalter oder seine Vertreter und Beauftragten, nicht für Schäden und Verletzungen jeder Art haften, die durch die Teilnahme an der Veranstaltung entstanden sind oder entstehen können.

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für den Verlust von Garderobe und Wertgegenständen.

Darüber hinaus anerkennt der Teilnehmer, dass der Veranstalter, seine Vertreter und Beauftragten, nicht für solche Schäden einzustehen hat, die ein anderer Teilnehmer verursacht. Die Teilnehmer haften stattdessen untereinander für vorsätzliche und grob fahrlässig verursachte Schäden.

Wir wünschen eine verletzungsfreie Vorbereitung, eine störungsfreie Anreise und einen spannenden Wettkampf in entspannter Atmosphäre!

Wir freuen uns auf Euch

Solltet ihr Fragen haben, zögert nicht euch zu melden.