



# 2023 års Domarstege för Svenska Styrkelyftförbundet

## Allmänt

### Åldersgräns

Rätt att bli domare har den som fyllt 18 år. Det är upp till domaransvarig i varje Specialdistriktsförbund (SDF) att, i samarbete med Exekutiva Domarkommittén, tillse att alla domare oavsett ålder är lämpliga att utföra sitt uppdrag. Om så ej bedöms vara fallet så kan licensen återkallas.

### Byte av föreningstillhörighet/omregistrering

Omregistrering (föreningsbyte) kan normalt endast ske under perioden 15 november till 15 december och träder i kraft den 1 januari kommande år. Mer information angående detta finns att läsa på sidan 4 i SSF:s tävlingsregler.

### Domarklädsel

Domare skall vara snyggt och propert klädda i:

- För män: grå byxor, vit skjorta med broderat SSF domarembem (kort ärm sommartid, lång ärm vintertid) och slips. För domare tillhörande Elitdomargruppen skall mörkblå kavaj med SSF:s domarembem (kan vara löstagbart) användas vid SM-tävling.
- För kvinnor: grå kjol eller byxa, vit blus/skjorta med broderat SSF domarembem (kort ärm sommartid, lång ärm vintertid) scarf/slips. För domare tillhörande Elitdomargruppen skall mörkblå kavaj med SSF:s domarembem (kan vara löstagbart) användas.

För domare som inte tillhör Elitdomargruppen är det tillåtet att bära en kavaj enligt ovanstående premisser. Dock finns alltid kravet på likformighet för samtliga tjänstgörande domare i en grupp.

### **OBS! Byxor eller kjol får ej vara av jeansstyg eller chinos!**

För IT-domare gäller den internationella domarklädseln vid SM-tävlingar.

Skobeklädnad skall vara i svart färg av typen lågsko eller promenadsko, ej fritids-/gymnastiskor.

Strumpor skall vara i mörk/grå färg.

Huvuddomare/Jury får medge lättnader i klädsel, dock skall samtliga domare, inklusive den tekniske kontrollanten, uppträda i enhetlig klädsel (t.ex. kort-/långärmad vit skjorta/blus).

## **Distriktsdomare**

### **Distriktsdomarutbildning**

Planläggs, genomförs och bekostas av respektive distrikt.

Målsättningen bör vara att ge samtliga domaraspiranter en insikt i följande funktionärsuppgifter:

- Tävlingssekreterare
- Tidtagare
- Kontaktperson/tidtagare mellan sekretariat och uppvärmning för mottagande av lyftar-/matcharlappar
- Klovare/passare/skippåsettare
- Sekreterare vid resultattavla

Som instruktör vid distriktsdomarutbildning skall av SSF godkänd domarinstruktör fungera.

Godkänd domarinstruktör och examinator är internationell domare.

Kursen omfattar ca 20 timmar och består av ett teoretiskt prov (digitalt) och ett praktiskt prov.

För att godkännas som distriktsdomare fordras 85 % i det teoretiska provet och 90 % i det praktiska provet. Deltagare som ej uppnår godkänt resultat i proven har rätt att genomföra omprov. Omprov får dock genomföras tidigast tre månader och senast 12 månader från kursdatum.

### **Behörighet**

Distriktsdomare får döma alla tävlingar i Sverige utom internationella tävlingar och svenska mästerskap.

### **Krav på aktivitet**

För att få behålla behörigheten som distriktsdomare skall uppdrag per verksamhetsår redovisas. Minst två (2) stycken skall vara dömda SL-tävlingar. Krav finns även på deltagande vid den obligatoriska domarfortbildningen (Referee Clinic), vilket normalt sker vart fjärde år.

Vid för låg aktivitet vidtas följande åtgärder:

- efter ett (1) år med för låg aktivitet erhåller domaren en varning,
- efter två (2) år med för låg aktivitet stängs domaren av och måste genomgå ny domarutbildning för att återfå behörigheten.

## **Förbundsdomare**

### **Minimikrav för att kunna bli förbundsdomare**

Distriktsdomare med minst två (2) års praktik och sex (6) redovisade uppdrag varav fyra (4) skall vara dömda SL-tävlingar under en sammanhängande två (2) årsperiod, (minst 24 månader). Eller sju (7) redovisade uppdrag varav fem (5) skall vara dömda SL-tävlingar under en sammanhängande tre (3) årsperiod. Om dessa krav är uppfyllda kan möjlighet ges att ansöka om att examineras till förbundsdomarbehörighet.

För att godkännas som förbundsdomare skall ett teoretiskt prov via dator genomföras. Det praktiska provet skall fördelas på knäböj (40 lyft) bänkpress och marklyft (30 vardera) totalt 100 fullföljda/genomförda lyft. Minst 90 % rätt måste

uppnås vid vardera provet för ett godkännande. Teoretiskt och praktiskt prov genomförs vid SM-tävling.

Ansökan om förbundsdomarbehörighet skall göras på fastställt formulär och insändas av respektive förening till eget SDF.

Därefter tillstyrker eller avslår SDF:s domaransvarige ansökan och sänder den vidare till SSF:s domarregistrator.

De i domarboken noterade och bestyrkta uppdragen ligger till grund för SSF:s domarregistratorer bedömning och ansökan sänds efter kontroll till SSF:s domarkommitté för beslut.

## **Behörighet**

Förbundsdomare får döma alla tävlingar i Sverige utom internationella tävlingar.

### **Krav på aktivitet**

- För att behålla sin behörighet skall förbundsdomaren redovisa minst tre uppdrag per verksamhetsår, varav två (2) skall vara dömda SL-tävlingar + ett (1) övrigt uppdrag. Med övrigt uppdrag avses bänkpresstävling, tävlingsledare, teknisk kontrollant eller speaker.
- Förbundsdomare som ingår i Elitdomargruppen skall dessutom redovisa minst två (2) uppdrag vid SM-tävling (med SM-tävling avses officiella SM i styrkelyft material/klassisk och bänkpress) inom en period av två (2) år.
- Deltagit vid den obligatoriska domarfortbildningen (Referee Clinic).

Vid för låg aktivitet vidtas samma åtgärder som stadgas för distriktsdomare vid för låg aktivitet.

Om en förbundsdomare har dömt för distriktsdomare stipulerat antal SL-tävlingar (2) kan domaren erhålla licens för distriktsdomare.

## **Internationell domare**

**Det finns två nivåer för internationella domare;**

### **Krav för att kunna erhålla internationell behörighet i kategori 2 (Cat II)**

För att erhålla internationell behörighet Cat II fordras att kandidaten har:

- varit förbundsdomare under minst två (2) år,
- som förbundsdomare dömt minst tio (10) tävlingar varav sju (7) skall vara tävlingar i styrkelyft material/klassisk,
- som förbundsdomare dömt minst två (2) SM-tävlingar i styrkelyft inom en period av två (2) år,
- god kännedom om IPF:s Approved list (utrustningslista),
- god kännedom i det engelska språket,

Under det tredje året följs kandidaten upp vid SM-tävlingar av representanter ur SSF:s exekutiva domarkommitté och ges i samband med denna feedback på uppträdande samt genomgång av juryns testprotokoll (uppnått godkänt/underkänt resultat) av kandidatens domarbedömning.

Ansökan om examination för internationell behörighet insänds av respektive förening till eget SDF. Respektive SDF kontrollerar att fastställda krav uppnåtts och sänder, med eget yttrande, ansökningshandlingar till SSF:s domarregistrator senast den 1 april årligen.

## **Examination till internationell behörighet i kategori 2 (Cat II)**

De teoretiska och praktiska proven genomförs vid av IPF godkänd internationell tävling och 85 % (teoretiska) och 85 % (praktiska) rätt måste uppnås för ett godkännande.

Det praktiska provet består av 40 knäböjningar, 30 bänkpressar och 30 marklyft (skall vara fullföljda/genomförda lyft) där kandidaten tjänstgör som sidodomare.

### **Krav för att kunna erhålla internationell behörighet i kategori 1 (Cat I):**

- Varit en välrenommerad domare av kategori II under minst fyra (4) år.
- Måste ha dömt minst fyra (4) internationella mästerskap (exklusive VM i bänkpress).
- Genomgå ett Cat I teoretiskt prov via dator och ett praktiskt prov vid en av IPF godkänd internationell tävling, exklusive VM i bänkpress. Kandidaten kan också kreditera sig 25 kompetenspoäng vid utrustningskontroll, invägning och under den tid som kandidaten tjänstgör vid podiet. Ett avdrag med 0,5 poäng görs för varje fel som överträder de tekniska reglerna.

Den examinerade måste uppnå minst 90 % godkännande av sitt totala examinationsresultat.

Detta inkluderar de 75 lyften (varav 35 skall vara knäböj) som skall överensstämma med jurymedlemmarnas bedömning utan hänsyn till övriga domare. Dessutom inräknas de (maximala 25) kompetenspoäng för beslut och uppförande vid utrustningskontroll, invägning och kontroll av tävlingsplattform med tillhörande utrustning som kandidaten har erhållit.

Kandidat till examination måste vara nominerad av SSF som ansöker hos IPF:s Domarregistrator och IPF:s Tekniska Kommittés ordförande senast tre (3) månader innan den tävling där kandidaten önskar examineras.

Ansökan baseras på följande:

- Kompetens som domare
- Antal dömda tävlingar som kategori II och status på dessa
- Framtida tillgänglighet som internationell domare
- Kunskaper i engelska språket
- Valet av kandidat för testning bedöms av IPF och är beroende av följande:
- Antalet inkomna ansökningar
- Antal tillgängliga lyft att bedöma
- Nuvarande behov av domare i kategori I inom berörd nation

### **Krav på aktivitet**

För att behålla sin nationella och internationella behörighet skall internationell domare redovisa minst fyra (4) uppdrag per verksamhetsår.

Under en period av fyra (4) år (mellan sommar-OS):

- dömt åtta (8) nationella mästerskapstävlingar. Två (2) BP-SM och två (2) Klassiska SL får inräknas,
- dömt två (2) internationella mästerskapstävlingar,
- deltagit vid fortbildning (Referee Clinic).

Vid för låg aktivitet vidtas samma åtgärder som stadgas för distrikts- och förbundsdomare.

Vad avser den internationella licensen hänskjuts frågan till exekutiva domarkommittén för yttrande och sedan till SSF:s styrelse för beslut.

### **Behörighet för internationella domare**

Kategori II får döma alla tävlingar.

Kategori I får döma alla tävlingar samt ingå i jury vid internationella tävlingar.

### **Domarinstruktör**

Krav för att genomgå utbildning till domarinstruktör:

Internationell domarbehörighet Cat I eller Cat II.

## **Domarinstruktörens uppgifter**

Domarinstruktören skall själv, efter gällande utbildningsplan och bestämmelser, kunna planlägga och genomföra distrikts-/förbundsdomarutbildning samt svara för fortbildning av SSF:s samtliga domare.

Domarinstruktörsutbildning planläggs, genomförs och bekostas av SSF.

## **Fortbildning**

Fortbildning av samtliga nationella domare genomförs normalt vart fjärde (4) år vid den obligatoriska fortbildningen, eller om behov uppstår av andra skäl. Fortbildningen genomförs för att sprida kännedom om ändringar i tillämpningen av tävlingsreglerna. Domare som ej genomgår den obligatoriska fortbildningen förlorar sin domarbehörighet med omedelbar verkan.

Fortbildning av domare genomförs och bekostas av respektive SDF. SSF:s domarinstruktörer ansvarar för dessa fortbildningar.

Domarinstruktörer fortbildas genom SSF:s försorg.

Boden 2022-12-18

Ola Arvidsson