



Stand: 26.01.2026

Sächsischer Schülerpokal 2026

Ausrichter/ Termine:

	Ausrichter	Bemerkung	Termine	Meldeschluss
1. Durchgang (Vorrunde):	dezentral id LStP* ¹		07.03.26	01.03.26
2. Durchgang (Vorrunde):	Dresden	inkl. SM	09.05.26	03.05.26
3. Durchgang (Vorrunde):	dezentral id LStP* ¹		19.09.26	13.09.26
4. Durchgang (Vorrunde):	???		07.11.26	01.11.26
Finale/ sSMM:	Plauen		19.12.26	13.12.26

*¹: hier können in den jeweiligen LStP auch AK9&jünger mit „außer Konkurrenz“ starten.

Wettkampfübungen: (siehe auch Anlage)

Es kommen folgende WK-Übungen zum Einsatz

Gewichtheben:	→AK10	→AK11	→AK12	→AK13	→AK14
Reißen Technikbewertung	2 Vers.	2-3 Vers.	✓	✓	✓
Stoßen Technikbewertung	-	-	✓	✓	✓
Athletik:					
¹ LT oder 30m	✓	✓	✓	✓	✓
² Schocken	✓	✓	✓	✓	✓
³ SwSpr oder S3Spr	SwSpr	✓	✓	✓	✓
⁴ Bkdr. oder Zugliegend	Bkdr	✓	✓	✓	✓
Klim. oder Anrsten	Anr.	✓	✓	✓	✓
⁵ H1 oder H2	✓	✓	✓	-	-



***: siehe Bestimmungen Wettkampfübungen AK8-10**

Jungen AK14-13ml AK12ml AK11ml AK10ml

Mädchen AK 13-14wbl AK 11-12wbl AK10wbl

Gruppenstärke: ab einer Gruppenstärke von 9 Teilnehmer*innen, lt. Meldung, wird in 2 Wertungsgruppen (leicht & schwer o. nach Jg) aufgeteilt.

Eine Mannschaft besteht aus 4 Athlet*innen eines Vereines. Gehen von einem Verein mehrere Athlet*innen an den Start, so gehen auch mehrere Mannschaften eines Vereines in die Wertung. Die jeweilige Mannschaftszugehörigkeit ergibt sich bei den 4 Vorrundenwettkämpfen aus dem Wettkampfergebnis. Die 4 besten Athlet*innen bilden die Mannschaft 1, 5 bis 8 die Mannschaft 2 usw. (zum Schluss ist auch ein 3er-Team möglich).

Beim Finale ist die Mannschaftszugehörigkeit vor dem Wiegen verbindlich zu melden!



Ablauf:

Die Durchgänge 1- 4 sind Vorrundenkämpfe für die Qualifikation zum Finale am 5. Wettkampftag. Für eine Qualifikation/ Wertung für das Finale müssen folgende Vorleistungen erbracht werden.

Mannschaftswertung: Für das Finale qualifizieren sich die 6 besten Vereinsmannschaften nach den Vorrundendurchgängen (Addition der 4 Mannschaftsergebnisse). Sollte unter den 6 besten Mannschaften eine 2. Mannschaft eines Vereins vertreten sein, so rutscht automatisch die in der Gesamtwertung folgende Vereinsmannschaft mit ins Finale. Sieger der „sächsischen Schülermannschaftsmeisterschaft“ ist der Sieger des Finals, es werden keine Vorleistungen aus der Vorrunde berücksichtigt. Beim Finale ist die Mannschaftszugehörigkeit vor dem Wiegen verbindlich mit zu melden!

Einzelwertung: Für das Finale des *sächsischen Schülerpokals* gehen von den 4 Vorrundenwettkämpfen die 3 besten Ergebnisse in die Wertung. Aus diesen 3 Werten wird ein Durchschnittswert errechnet, welcher in das Finale als Vorleistung mitgenommen wird. Um am Finale teilnehmen zu können, ist eine Teilnahme an 3 der 4 Vorrundenwettkämpfen und am Finale erforderlich!

Ehrungen/ Auszeichnungen:

„sächsische Schülermannschaftsmeisterschaft“: Die Siegermannschaft und die Platzierten, 1.- 6. Platz, erhalten Pokale und alle Teams eine Mannschaftsurkunde.

„sächsischer Schülerpokal“ (Einzelwertung): Zu den zentralen Durchgängen erfolgt eine Urkundenausgabe (A5 Urkunden/ 1-3 mit Platzierung, ab Platz 4 nur TN-Urkunde mit erzielten Ergebnis) für alle Teilnehmer. Der/ die Jahrgangsbeste bei jedem Vorrundenwettkampf erhält einen Wanderpokal, welcher bei 3maligen Erringen final an sie/ihn geht.

Zum Finale (Jahreswertung) bekommen alle Starter eine Urkunde (A4), der beste Sportler und die beste Sportlerin je Wertungsgruppe einen Pokal, der Zweit- und Drittplatzierte eine Ehrengabe.

Startgeld: Das Startgeld beträgt pro Teilnehmer und Wettkampftag 6,00 €. (VGKF SN: 4,00 € / ausrichtende Verein: 2,00 €)

Sonstige Festlegungen:

Das Wiegen und Gewichtheben wird grundsätzlich im Heberanzug durchgeführt. Die beim Wiegen abzuziehenden „Gramms“ regelt die Sportordnung/ JgdSportprogramm.

Die Athletik ist grundsätzlich im Hebertrikot bzw. kurzer Sportbekleidung (T-Shirt und kurze Sporthose) sowie Sportschuhen zu absolvieren. Gürtel, Bandagen usw. sind entsprechend der BVDG-Sportordnung erlaubt (aber bitte nur bei absoluter Notwendigkeit einzusetzen).

Laufstest/ Sprints: Es müssen mindestens 2 Zeitnehmer pro Läufer als Kari fungieren.

Technikbewertung: Die kleinste Steigerung beträgt 1 kg vom 1. zum 2./3. Versuch. Die Last kann aber auch wiederholt werden, dies muss aber umgehend am Meldetisch angegeben werden
Die kleinste Hantellast beträgt 7 kg

Ergebniseintragung: Um Fehler bei der Ergebniseintragung zu verhindern muss der Listenführer laut (für alle verständlich) den/die Athlet*in und das erzielte Ergebnis ansagen!

