



Danish Federation of
Strength Athletes

Truck pull

Regler for disciplin

- Disciplinen kan udføres på følgende måder:
 - Arm over arm
 - Med seletøj med/uden reb.
- Disciplinen udføres for hurtigst tid.
- Tidsgrænse: 75 sekunder
- Gennemføres disciplinen ikke inde for tidsgrænsen, måles den nået afstand.
- Vægten kan variere fra disciplin/konkurrence.
- Af hensyn til løfteren, rådes der til IKKE at anvende nylonreb.
- Underlag skal være plant og jævnt.
- Egnet/sikkert seletøj skal anvendes.
- Egned platform skal anvendes ved arm over arm pull.
- Tiden noteres, når fronten krydser målstregen.

Udstyr tilladt

- Klatresko
- Kalk/magnesium
- Bælte
- Handsker

Dispensation

- Ændring af overstående regler, kan kun ske hvis omstændighederne ikke tillader at løftet/disciplinen kan udføres efter gældende regler. Hvis en dispensation skal være mulig, skal ændringen meddeles til DFSA efter stævnet, med en begrundelse for ændringen.
- Hvis atleten er fysisk forhindret i, at gennemføre disciplinen 100 % korrekt, er det atletens ansvar at gøre dommeren opmærksom på dette INDEN disciplinstart.