

Prüfliste für einen Virtualmeet.net Wettkampf

Diese Liste basiert auf den aktuellen Regeln für Wettkämpfe <<http://virtualmeet.net/meets/rules/>> und soll die empfohlenen Vorbereitungen auflisten.

In den Wochen vor dem Wettkampf:

- Lies die Regeln gründlich durch. Bei Unklarheiten im Forum nachfragen.
- Sei sicher, dass Du weißt wie man die Versuche regelkonform durchführt.
- Melde Dich für den Wettkampf vor Ablauf der Anmeldefrist an. Spätere Nennungen können nicht akzeptiert werden. Lass uns auch wissen an welchem Datum Du den Wettkampf durchführen willst.
- Prüfe ob die empfohlenen Kameraeinstellungen in Deiner Trainingsstätte möglich sind. Falls nicht, versuche so nah wie möglich an sie heranzukommen oder benutze eine andere Trainingsstätte für den Wettkampf.
- Gehe sicher, dass Deine Kamera funktioniert und dass Du in Deinem Gym filmen darfst.

Am Tag vor dem Wettkampf:

- Lese noch mal die Regeln.
- Prüfe noch einmal die Kameraeinstellungen.

Am Wettkampftag:

- Hol die heutige Tageszeitung.
- Prüfe noch mal, dass Deine Kamera funktioniert und dass die Batterien geladen sind.
- Wiege Dich maximal 10 Stunden vor Deinem ersten Versuch.
- Gehe sicher, dass Du Kleidung für den Wettkampf trägst die nach den Regeln erlaubt ist.
- Wettkampfdauer: maximal 2,5 Stunden für einen kompletten Kraftdreikampf, 1,5 Stunden für einen Zweikampf und 1 Stunde für einen Wettkampf in einer Einzeldisziplin. Notiere Beginn- und Endzeiten.

Nach dem Wettkampf:

- Lade Deine Filme innerhalb von 24 Stunden auf den Server. Nähere Angaben dazu hast Du per Email bekommen.