



PARA POWERLIFTING

Es una técnica precisa y de fuerza entrenada. A diferencia del convencional, este Para deporte se realiza acostado en banca realizando un press de pecho.

TIPO DE DISCAPACIDAD

Física, específicamente personas con discapacidad en el tronco inferior y talla baja.





CATEGORÍAS

Los powerlifters se dividen en categorías por peso corporal para que los atletas con diferentes discapacidades físicas puedan competir entre sí para obtener una medalla.

EL PRESS DE BANCA ES LA ÚNICA DISCIPLINA DEL DEPORTE, CON 10 CATEGORÍAS BASADAS EN EL PESO CORPORAL.

CATEGORÍAS POR PESO

PESOS

			
49 KG	41 KG	SOBRE 107 KG	SOBRE 86 KG
54 KG	45 KG		
59 KG	50 KG		
65 KG	55 KG		
72 KG	61 KG		
80 KG	67 KG		
88 KG	73 KG		
97 KG	79 KG		
107 KG	86 KG		

ESPECIFICACIONES DE JUEGO



- 1 Cada competidor tiene 3 intentos para levantar el peso.
- 2 Puede incrementar el peso levantado mínimo por 1 kg o más cada vez.
- 3 Este es evaluado por 3 jueces. Para que sea un levantamiento aceptable, tiene que tener luz verde por 2 jueces.

