# Introduktion - Invägning

l detta dokument hittar du en övergripande beskrivning av hur du går tillväga för att väga in lyftare på en tävling. Fullständig manual hittar du på <u>www.styrkelyft.se</u> under "Dokument".

Denna instruktion förutsätter att tävlingen är skapad och att lyftare är inlagda.

## 1. Åtkomst till systemet

Powerlifting Live är det system som används av Svenska Styrkelyftförbundet för att hantera funktionalitet kopplat till tävlingsadministration.

Systemet nås via länken: https://se.powerliftinglive.com/index.php

### 2. Logga in och välj tävling

Användaren som skapat tävlingen behöver logga in på sitt konto. Välj sedan rätt tävling genom att klicka på "Hem" i menyn och klicka på rätt tävling. Om du inte har access behöver du be den som skapat tävlingen lägga till dig.



# 3. Invägning Addera kroppsvikt, ställningshöjder och ingångsvikter

I menyn, klicka på "Lyftare". Om du inte ser alla fält i Lyftarvyn, zooma ut i webbläsaren.

Om du har flera grupper som ska vägas in för tävlingen kan du i vyn för "Lyftare" filtrera på grupp för att enklare kunna hitta den lyftare som ska vägas in. Markera de grupper du vill se och klicka på "Uppdatera".

								Р	owerl	SM Lufeå KSL Byt.tävling	Live	9						
Contraction of the second seco	Lyftare	,																
Meny	SOK			экар														
Hem		Sök		Nar	mn:			Skapa										
Logga ut Ny tayling	Randor 108 Lvft	m lottnummer CSV import are	Alla klassi	iska Snabbla	ige: [	Kroppsvikt		~										
Om	_																	
Datafióde	Filtrera																	
Domare		Grupp 01																
Hialo	Grupp	Grupp 02 Grupp 03																
Tavionar		Grupp 04 💌																
Översättning	Sorter	a efter: Grupp 🗸																
Anutodara	Spara		1		·				1		26	10		1		10		_
Administration		Namn	Lott	Licens	Kön	Nominerad i viktklass	Kroppsvikt	Kategori	KB	BP BP	KB1	BP1	ML1	Förening	Grupp	Födelseår	Klassisk	•
Aktivitetslogg	Ändra	Ellen B. Akesson	0		D	69 🗸	0.00	Senior 🗸			0.0	0.0	0.0	Nāssjó AMK 🗸	Grupp 01 🗸		x	1a bort
Back-up	Ändra	Elsa Sörman Paulsson	0	1	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸			0.0	0.0	0.0	iksu 🗸	Grupp 01 🗸		x	Ta
Dokument	Ăndra	Frida Wittberg	0	í i	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸	i		0.0	0.0	0.0	Kungālvs Atletklubb 🗸	Grupp 01 🗸	i	×	Ta
Domarsignaler	Āndra	Julia Johansson	0	1		[60 M]	0.00	Panior N			0.0	0.0	0.0	Liosala TK	Course 01 M		×	Ta
Grupper	Anna			8	Ľ	03 +	0.00	Jenior •			0.0	0.0	0.0	Opsaia IN	Grupp or +		<u> </u>	100
Inställningar	Andra	Livia Blomkvist	0		D	69 🗸	0.00	Senior V			0.0	0.0	0.0	Borlänge AK 🗸	Grupp 01 🗸		X	100
Invägningar	Ändra	Matilda Vilmar	0	1	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸			0.0	0.0	0.0	Sundbybergs TK 🗸	Grupp 01 🗸		×	Ta bort
Kategorier	Andro	Neuro Rupphore		i i		60.44	0.00	Popior			0.0	0.0	0.0	Luled AK	Guine 01 M		1 v	Ta

Hitta sedan den lyftare som ska vägas in antingen genom att skrolla i vyn eller söka på lyftaren i fältet "Sök". När du hittat lyftaren fyller du sedan i följande fält:

- Kroppsvikt
- Ställningshöjder
- KB1
- BP1
- ML1 (ingångsvikter).

## Glöm inte klicka på "Spara"

Meny	Sok			Skap	a														
Hem		Sök		Nar	mn: [				Skapa										
Logga ut	Ran	iom lottnummer CSV Import	Alla klassi	ska Snabbla	age: (	Kron	nsvikt		×										
Ny tävling	108 L	yftare			-go. (	TOOP													
Om																			
Dataflöde	Filtre	Grupp 01																	
Domare	Gnu	Grupp 02																	
Hjälp	-	Grupp 03 Grupp 04																	
Tävlingar	Sor	era efter: Grupp 🗸																	
Översättning	Con																		
	Spa	a																	
Användare	Spa	Namn	Lott	Licens	Kön	Nom	inerac klass	Kroppsvikt	Kategori	Ställningshi	ijd Ställningshöjd	KB1	BP1	ML1	Förening	Grupp	Födelseår	Klassiskt	
Användare Adminstration	Āņd	Namn	Lott	Licens	Kõn	Nom vikt	inerac klass	Kroppsvikt	Kategori	Ställningshi KB	jd Ställningshöjd BP	KB1	BP1	ML1	Förening	Grupp	Födelseår	Klassiskt	Ia
Anvandare Adminstration Aktivitetslogg	Ănd	Namn Ellen B. Akesson	Lott 0	Licens	Kön	Nom vikt	klass	Kroppsvikt 0.00	Kategori Senior	Ställningshi KB	jd Ställningshöj BP	KB1	BP1 0.0	ML1	Förening Nässjö AMK 🗸	Grupp Grupp 01 🗸	Födelseår	Klassiskt X	Ta bort
Användare Adminstration Aktivitetslogg Back-up	Ănd Ănd	a Namn Ca Ellen B. Åkesson Ca Elsa Sórman Paulsson	Lott 0 0	Licens	Kön D D	Nom vikt 69	klass	Kroppsvikt 0.00 0.00	Kategori Senior	Ställningshi KB	jd Ställningshöjd BP	KB1 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0	Förening Nässjö AMK 🗸	Grupp Grupp 01 🗸 Grupp 01 🗸	Födelseår	Klassiskt X X	Ta bort Ta bort
Användare Adminstration Aktivitetslogg Back-up Dokument	Ānd Ānd Ānd	a Namn a Ellen B. Åkesson a Elsa Sörman Paulsson a Frida Wittberg	Lott 0 0	Licens	Kön D D	Nom vikt 69 69	klass	Kroppsvikt 0.00 0.00 0.00	Kategori Senior Senior	Ställningshe KB	jd Ställningshöjd BP	KB1 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0	Förening Nässjö AMK × IKSU × Kungälvs Atletklubb ×	Grupp Grupp 01 🗸 Grupp 01 🗸 Grupp 01 🗸	Födelseår	Klassiskt X X X	Ta bort Ta bort Ta bort
Användare Adminstration Aktivitetslogg Back-up Dokument Domarsignaler	And And And And	Namn   Ellen B. Akesson   Elsa Sórman Paulsson   Frida Wittberg   Julia Johansson	Lott 0 0 0	Licens	Kön D D D	Nom vikt 69 69 69	klass v v	Kroppsvikt 0.00 0.00 0.00	Kategori Senior Senior Senior Senior	Ställningshe KB	jd Staliningshöjd BP	KB1 0.0 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0 0.0	Förening Nassjö AMK v KSU v Kungälvs Atletklubb v Upsala TK v	Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V	Födelseår	Klassiskt X X X X	Ta bort Ta bort Ta bort Ta bort
Användare Adminstration Aktivitetalogg Back-up Dokument Domarsignaler Grupper Installicionar	And And And And And	a Namn   a Ellen B. Akesson   a Elsa Sörman Paulsson   a Frida Wittberg   a Julia Johansson   a Livia Blomkvist	Lott 0 0 0	Licens	Kön D D D	Nom vikt 69 69 69 69	klass	Kroppsvikt 0.00 0.00 0.00 0.00	Kategori Senior Senior Senior Senior	Ställningshi KB	jd Ställningshöjd BP	KB1 0.0 0.0 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0 0.0 0.0	Förening Nässjö AMK × KSU × Kungälvs Atletklubb × Upsala TK ×	Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V	Födelseår	Klassiskt X X X X X	Ia bort Ia bort Ia bort Ia bort Ia
Användare Adminstration Aktivitetalogg Back-up Dokument Domarsignaler Grupper Installningar Installningar	And And And And And	Image: Second	Lott 0 0 0 0	Licens	Kon D D D	Nom vikt 69 69 69 69	klass v v v	Kroppsvikt 0.00 0.00 0.00 0.00	Kategori Senior Senior Senior Senior Senior	Stallningshi KB	jd Stàllningshöjd BP	×B1 0.0 0.0 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	Förening Nässjö AMK v Kungälvs Attetklubb v Upsala TK v Borlange AK v	Grupp Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V	Födeiseår	Klassiskt X X X X X	Ia bort Ia bort Ia bort Ia bort Ia bort Ta
Användare Adminstration Aktivitetslogg Backup Dokument Domarsignaler Grupper Installningar Installningar	And And And And And	Namn   Ellen B. Akesson   Elsa Sorman Paulsson   Frida Wittberg   Julia Johansson   Livia Blomkvist   Matilda Vilmar	Lott 0 0 0 0 0 0	Licens	Kön D D D D D	Nom vikt 69 69 69 69 69	klass V V V V	Kroppsvikt 0.00 0.00 0.00 0.00 0.00	Kategori Senior Senior Senior Senior Senior Senior	Stallningshi KB	jd Staliningshöj BP	×B1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	BP1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	ML1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	Förening Nassjö AMK V IKSU V Kungalvs Atletitubb V Upsala TK V Bortlange AK V Sundbybergs TK V	Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V Grupp 01 V	Födeiseår	Klassiskt X X X X X X X	Ia bort Ia bort Ia bort Ia bort Ia bort

#### Se exempel nedan för hur du fyller i: Detta är viktigt för att klovarnas info ska bli rätt på skärmarna!

- Om en lyftare ska ha infällt rack i knäböj: Fält ställningshöjd KB
  - o 11/in för höjd 11, båda infällda
  - o 18/h.in för höjd 18 och höger infälld)
- Höjder och avlyft i bänkpress: Fält ställningshöjd BP
  - o 10/8 för höjd 10, safetyrack 8, inget avlyft
  - o 5/7/A för höjd 5, safetyrack 7 och avlyft

Ī		Namn	Lott	Licens	Kön	Nominerad i viktklass	Kroppsvikt	Kategori	Ställningshöjd KB	Ställningshöjd BP	ĸ	31
1	Ăndra	Ellen B. Akesson	0	9	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸	10	5/7/A	C	0
1	Ăndra	Elsa Sórman Paulsson	0	8	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸	11/in	10/8	Ē	0
1	Ändra	Frida Wittberg	0	8	D	69 🗸	0.00	Senior 🗸	18/h.in	12/5/A	Ī	0

OBS: För att undvika att kroppsvikter och ingångsvikter finns synliga för andra lyftare/allmänheten innan invägningen är slut behöver grupperna publiceras innan start. Detta görs automatiskt 1.5 h efter att invägningen startat. Det är också möjligt att manuellt publicera grupperna om invägningen är klar tidigare.

Grupper						
Sök			Ny g	rupp		
	Sök		Nar	mn:		Skapa
Skapa 2 grupper f	ör invägning (		~] S	kapa		
Grupp 01 (5)	Ăndra	Ta bort	Not published	Publish	10.08.2024 09:1	5
Carl Carlsson	Junior 19-23	74	Testförening 2	m	4	
Bertil Bertilsson	Senior	74	Testförening 1	m	5	
Test1	Senior	93	Aksempelklubb	m	6	
Anders Andersson	Senior	93	Testförening 1	m	8	
Daniel Danielsson	Senior	93	Testförening 3	m	7	
Grupp 02 (3)	Ändra	Ta bort	Published	Unpublish	10.08.2024 09:1	5
Fredrika Fredriksson	Senior	57	Testförening 2	f	14	
Gunilla Gunhildsson	Senior	57	Testförening 3	f	13	
Erika Eriksson	Master 3	57	Testförening 3	f	12	
Utan grupp						