

| Federazioni | Divisione | Equipped | Fasce per ginocchia | Ginocchiere / Sleeves | Fasce per ginocchia consentite in | Fasce per polsi | Fasce per gomiti consentite in |
|--------------------|-------------|--------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------------------|---|--------------------------------|
| Swiss Powerlifting | RAW | - | 2.5 m / 8 cm | | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | Equipped | Multi Ply | 2.5 m / 8 cm | | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| WRPF | RAW | - | - | 30 cm | - | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | Classic RAW | - | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| WEPF | Equipped | Single Ply | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | Equipped | Multi Ply | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| WPC | Equipped | Multi Ply | 3 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | Equipped | Single Ply | 3 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | RAW | - | - | - | - | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | Classic RAW | - | 3 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| GPC | Equipped | Multi Ply | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat | Vietato | Vietato |
| | RAW | - | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat | 1 m / 8 cm Panca piana e Stacco da Terra | Vietato |
| WUAP | Equipped | Multi Ply | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Tutte le discipline | 1 m / 8 cm | Squate e Stacco da Terra |
| | RAW | - | 2.5 m / 8 cm | 30 cm | Squat e Panca piana | 1 m / 8 cm | Squat |
| IPF / EPF | Equipped | Vedi Approved-List | 2 m / 8 cm | - | Squat | 1 m / 8 cm | Vietato |
| | Classic | - | - | 30 cm | - | 1 m / 8 cm | Vietato |

| Federazioni | Divisione | Squat Comandi | Bench Comandi | Deadlift Comandi | Posizione Testa in Panca Piana | Posizione Piedi in Panca Piana | Diversi |
|--------------------|-------------|---------------|----------------------|------------------|--------------------------------|--|--|
| Swiss Powerlifting | RAW | Squat & Rack | Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | |
| | Equipped | | | | | | |
| WRPF | RAW | Squat & Rack | Start & Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | |
| | Classic RAW | | | | | | |
| WEPF | Equipped | Squat & Rack | Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | I Costumi A7 sono consentiti solo se la fascia di silicone/gomma sulle gambe è stata rimossa. Anche i costumi Fleo non sono ammesse. |
| | Equipped | | | | | | |
| WPC | Equipped | Squat & Rack | Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | |
| | Equipped | | | | | | |
| | RAW | | | | | | |
| GPC | Equipped | Squat & Rack | Start & Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | |
| | RAW | | | | | | |
| WUAP | Equipped | Squat & Rack | Start & Press & Rack | Down | irrelevante | Piedi o punte dei piedi in contatto con il terreno. | |
| | RAW | | | | | | |
| IPF / EPF | Equipped | Squat & Rack | Start & Press & Rack | Down | Contatto con la panca. | I piedi devono essere piatti a contatto col terreno. | |
| | Classic | | | | | | |