



# REGLEMENT SPORTIF D'HALTEROPHILIE

## Saison 2009/2010

### TITRE I

### REGLEMENTATION GENERALE

**NOTE :** Le déroulement des compétitions organisées en France doit être conforme à la réglementation internationale en vigueur (sauf dérogations inscrites au présent règlement).

#### **ARTICLE 1 : CATEGORIE DE POIDS (en référence aux règlements Internationaux)**

Les compétitions sont organisées pour les hommes et pour les femmes. Les athlètes doivent participer aux compétitions selon leur poids corporel, dans les catégories de poids établies par ce règlement. Par dérogation du règlement international, la pesée pourra être faite à l'aide de bascule dont la précision est d'au plus 50 grammes.

**Le choix d'une catégorie de poids de corps faite par un athlète ou implicitement par les différentes listes de sélections quelles qu'elles soient, parmi celles définies dans le présent règlement, doit retranscrire la santé du corps d'un athlète en lui permettant d'exprimer au mieux sa force physique et/ou son volume musculaire en fonction de sa taille. Ces catégories de poids de corps respectent les règlements internationaux de chaque Fédération Internationale auxquelles la FFHMFAC est affiliée.**

CATEGORIES DE POIDS							
FEMININES				MASCULINS			
Minimes	Cadettes	Juniors	Seniors	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors
36							
40							
44	44			40			
48	48	48	48	45			
53	53	53	53	50	50		
58	58	58	58	56	56	56	56
+58	63	63	63	62	62	62	62
	69	69	69	69	69	69	69
	+69	75	75	77	77	77	77
		+75	+75	+77	85	85	85
					94	94	94
					+94	105	105
						+105	+105

*Les catégories de poids ne concernent pas les benjamins.*

## **ARTICLE 2 : CATEGORIE D'AGE**

Le changement de catégorie d'âge est régi par l'année civile.

Pour la licence et les classements, la catégorie d'âge d'un haltérophile est définie au 1<sup>er</sup> septembre par anticipation de l'année de naissance :

Pour la saison sportive 2009/2010, les catégories sont les suivantes :

Dénomination	Âges	nés en	nés en	nés en
<b>BENJAMINS</b>	11 et 12 ans	1999	1998	
<b>MINIMES</b>	13 et 14 ans	1997	1996	
<b>CADETS</b>	15 à 17 ans	1995	1994	1993
<b>JUNIORS</b>	18 à 20 ans	1992	1991	1990
<b>SENIORS</b>	21 ans et plus	1989 et antérieurement		

### **MASTERS**

Dénomination	Âges	nés en	nés en	nés en	nés en	nés en
<b>MASTER 1 (H+F)</b>	35 à 39 ans	1975	1974	1973	1972	1971
<b>MASTER 2 (H+F)</b>	40 à 44 ans	1970	1969	1968	1967	1966
<b>MASTER 3 (H+F)</b>	45 à 49 ans	1965	1964	1963	1962	1961
<b>MASTER 4 (H+F)</b>	50 à 54 ans	1960	1959	1958	1957	1956
<b>MASTER 5 (H+F)</b>	55 à 59 ans	1955	1954	1953	1952	1951
<b>MASTER 6 (H+F)</b>	60 à 64 ans	1950	1949	1948	1947	1946
<b>MASTERS 7 (F)</b>	65 ans et plus	1945 et antérieur				
<b>MASTER 7 (H)</b>	65 à 69 ans	1945	1944	1943	1942	1941
<b>MASTER 8 (H)</b>	70 à 74 ans	1940	1939	1938	1937	1936
<b>MASTER 9 (H)</b>	75 à 79 ans	1935	1934	1933	1932	1931
<b>MASTER 10 (H)</b>	80 ans et plus	1930 et antérieur				

*En ce qui concerne les compétitions internationales, se référer aux règlements correspondants.*

## **ARTICLE 3 : CLASSEMENT EN SERIES**

Les haltérophiles font l'objet d'une classification dans le cadre des compétitions inscrites au calendrier de la FFHMFAC (calendrier national comprenant les compétitions de zones, nationales et internationales et les calendriers régionaux comprenant les compétitions départementales et régionales).

Cette classification est définie par un tableau de minima féminins au total, pour les femmes et de minima masculins au total, pour les hommes.

MINIMA FEMININS								
CADETTES								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	
44 kg	40	50	60	70	80	90	100	
48 kg	45	55	65	75	85	95	105	
53 kg	50	65	75	85	95	105	115	
58 kg	55	70	80	90	100	115	125	
63 kg	60	75	85	95	110	125	135	
69 kg	65	80	95	105	120	135	145	
+69 kg	75	90	105	115	130	145	155	
JUNIORS								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	
48 kg	50	60	75	85	95	110	125	
53 kg	55	65	80	95	105	120	135	
58 kg	65	75	90	100	110	130	145	
63 kg	70	80	95	110	125	140	155	
69 kg	75	85	100	120	135	150	165	
75 kg	90	100	115	130	145	160	175	
+75 kg	100	110	120	140	155	170	185	
SENIORS								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	Olympique
48 kg	60	70	85	95	110	125	140	155
53 kg	70	80	95	105	120	140	160	175
58 kg	80	90	100	115	130	155	175	190
63 kg	85	95	110	125	140	165	185	200
69 kg	95	105	120	135	150	175	190	205
75 kg	100	115	130	145	160	180	195	210
+75 kg	110	125	140	155	170	190	210	225

MINIMA MASCULINS								
CADETS								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	
50 kg	65	80	95	110	120	135	150	
56 kg	80	95	110	125	140	155	175	
62 kg	100	115	130	145	160	175	195	
69 kg	115	130	150	160	175	190	215	
77 kg	125	145	165	180	195	210	235	
85 kg	135	155	180	195	215	230	250	
94 kg	150	170	190	210	225	240	260	
+94 kg	160	180	205	220	235	250	270	
JUNIORS								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	
56 kg	95	110	130	145	170	190	215	
62 kg	110	130	150	165	190	215	235	
69 kg	125	145	165	185	215	240	260	
77 kg	140	160	185	205	235	270	280	
85 kg	155	175	195	220	250	280	300	
94 kg	165	185	205	230	260	290	310	
105 kg	175	195	215	240	270	305	320	
+105kg	185	205	225	250	280	315	330	
SENIORS								
	Départemental	Régional	Interrégional	Fédéral	National	International B	International A	Olympique
56 kg	110	130	145	170	195	210	225	240
62 kg	130	150	170	195	220	240	255	270
69 kg	145	165	185	215	240	260	275	290
77 kg	160	180	205	235	265	290	310	325
85 kg	175	195	220	250	280	310	330	345
94 kg	185	205	230	260	290	320	340	355
105 kg	195	215	240	270	300	330	350	365
+105kg	205	225	250	280	310	340	360	375

#### **ARTICLE 4 : COMPETITEURS**

Tout athlète désirant participer à une compétition officielle de la FFHMFAC doit être titulaire d'une licence « compétition » valable pour la saison en cours, dûment signée, et présenter la carte licence le jour de ladite compétition. (Elle sera délivrée dans les conditions prévues par la réglementation spécifique à la délivrance de la licence compétition). Pour les épreuves disputées en début de saison, la présentation du double du bordereau de demande de licence correspondant dûment rempli, sera toléré jusqu'au 1<sup>er</sup> novembre.

Les concurrents doivent porter une tenue réglementaire, propre et décente conçue et portée de façon à ce que l'on ne puisse pas y faire objection. Les concurrents ne doivent pas porter de tenue qui pourrait entraver l'inspection des arbitres. La tenue de l'équipe de France est interdite lors de toutes compétitions nationales.

Dans les compétitions, les athlètes participent dans la tenue d'uniforme agréée par la Fédération Internationale : réf. Article 4.1 du règlement technique et de compétition de l'I.W.F.

Dans ce sens, la présentation des athlètes et la cérémonie des récompenses est considérée comme partie intégrante de la compétition. Tout compétiteur n'étant pas en tenue sportive (maillot, chaussures d'haltérophile, survêtement, chaussures de sports) ne pourra pas participer à cette cérémonie.

La réglementation internationale concernant les habits de compétitions s'applique aux compétitions françaises.

#### **ARTICLE 4.1 : ATHLETES ETRANGERS**

A l'occasion de la délivrance des licences, la FFHMFAC se réserve la possibilité de demander aux athlètes, la production de tout justificatif relatif aux informations fournies dans le formulaire de demande de licence.

En vertu de la réglementation IWF, « un athlète résidant dans un pays étranger ne pourra participer à des compétitions organisées dans ce pays que si il ou elle a une autorisation de sa Fédération nationale ». « **Les fédérations nationales doivent donner une autorisation par écrit avant que l'un de ses membres soit autorisé à concourir à quelque niveau que ce soit dans n'importe quel autre pays** ».

**« Cette autorisation doit être déposée à la Fédération hôte avec copie à l'IWF et à la Fédération Continentale. Le non-respect de ces règlements entraîne une amende de US \$ 1000 USD (mille dollars américains) à la Fédération nationale concernée à chaque fois. »**

La délivrance de leur licence est donc subordonnée à la réception par la FFHMFAC d'une autorisation provenant de la fédération d'origine.

**Les athlètes issus d'une fédération étrangère affiliée à l'IWF participants à toute compétition par équipe devront être licenciés au minimum quinze jours avant le premier tour ou la première journée de ladite compétition par équipe.**

**Ces obligations ne concernent pas les athlètes étrangers non issus d'une fédération étrangère vivant régulièrement en France et pouvant justifier d'un domicile fixe et d'une activité scolaire voire professionnelle.**

La licence délivrée par la FFHMFAC mentionnera la nationalité de l'athlète.

La participation à une compétition à l'étranger des athlètes français licenciés à la FFHMFAC, est soumise à l'accord de celle-ci.

#### **ARTICLE 4.2 : MUTATIONS**

**Les mutations sont régies par le règlement des mutations.**

#### **ARTICLE 5 : COMPETITIONS**

Un athlète qui monte de catégorie de poids se retrouve classé d'après son meilleur total réalisé dans la catégorie inférieure.

Un athlète qui descend de catégorie de poids reste classé dans la même série que dans la catégorie de poids supérieure.

Toute participation dans une compétition ouverte sur listing peut se faire dans la catégorie de poids au choix de l'athlète, à la condition de respecter le niveau d'accès de cette épreuve (cf articles 5 alinéa 1 et 2).

Toute participation dans une compétition où un titre est décerné ne peut se faire que dans la catégorie de poids de qualification (Finales Individuelles).

Toute participation dans une compétition doit avoir été confirmée à l'aide du coupon réponse éditée pour l'épreuve et ce dans les délais impartis.

## **FINALES NATIONALES**

Une seule implantation et une seule structure sont définies par finale nationale, elle est attribuée par le Comité Directeur de la FFHMFAC sur proposition de la Commission Sportive Nationale. La structure retenue devra fournir au moins six mois avant la date de l'épreuve, à la Commission Sportive Nationale, le projet d'organisation de la compétition concernée, comprenant notamment le budget primitif et le cahier des charges dûment signé.

Pour toute finale nationale, un délégué fédéral sera désigné par la Commission Nationale d'Arbitrage en accord avec la Commission Sportive Nationale. Ce délégué fédéral, représentant de la FFHMFAC, a un rôle de conseil et d'expertise.

Les organisations devront respecter les règlements en vigueur.

**La confirmation de participation et le versement d'un engagement de 10 € par athlète sont obligatoires pour toutes finales nationales individuelles et doivent être envoyés 8 jours avant le début de l'épreuve aux services de la FFHMFAC. Tout manquement à ces obligations entraînera le versement d'un droit de participation de 30 € par athlète avant le début de l'épreuve pour qu'il puisse participer à la finale nationale.**

*ANNEXE* : Cahier des charges d'organisation des manifestations nationales et cahier des charges spécifique aux compétitions d'Haltérophilie.

### **ARTICLE 6 : RECORDS DE FRANCE**

Les records délivrés, au nom de la fédération par le Comité Directeur, le sont selon les règles d'homologation propres à chacune des disciplines.

La Commission Sportive Nationale reconnaît les records de France des athlètes Féminines Cadettes, Juniors et Seniors, les records de France des athlètes Masculins Cadets, Juniors, et Seniors ainsi que les records de France par équipes correspondant aux différents types de compétitions prévues par le présent règlement.

Un record de France ne peut être obtenu que par un athlète de nationalité Française, de même par équipe, un record de France ne sera validé que si tous les athlètes composant l'équipe sont de nationalité française.

Les records de France d'une catégorie d'âge supérieure peuvent être établis par un haltérophile de catégorie d'âge inférieure (sauf en ce qui concerne les minimes pour lesquels il n'existe pas de records de France). L'année d'âge minimum pour établir un record de France Cadets Juniors ou Seniors est celle des 15 ans.

Les records de France Cadets et Juniors peuvent être établis dans ces catégories jusqu'au 31 décembre de l'année en cours. Un cadet 1<sup>ère</sup> année ne peut établir de record entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 31 décembre.

Les records de France peuvent être établis lors des rencontres de zones, nationales, inscrites au Calendrier adopté par le Comité Directeur et proposé aux instances compétentes en matière de dopage à toute fin de contrôle anti-dopage, ainsi que lors de participation à des rencontres internationales à l'initiative de la FFHMFAC. Pour les autres compétitions, la C.S.N.H, avertie au moins un mois avant la tentative de record, fera connaître son accord ou son refus de prise en compte de la demande. Le double d'une demande de contrôle anti-dopage réalisée auprès des structures compétentes devra être jointe. Elle doit être réalisée par le Président du Comité Régional sur lequel a lieu l'épreuve.

L'établissement d'un record de France doit se faire en présence de trois arbitres Nationaux ou Internationaux. La production d'un procès verbal, complètement renseigné, joint à la feuille de match est obligatoire.

## **ARTICLE 7 : LISTINGS, SELECTIONS, CONVOCATIONS, RESULTATS**

### 1) Listing et compétitions régionales

1. Centralisation des résultats par le C.T.S.R. ou le Responsable Régional des résultats.
2. Transmission au DTZ des listings informatiques par courrier électronique aux dates déterminées (31/12 – 31/03 – 30/06).
3. Transmission des résultats de compétitions inscrites au calendrier régional dans les 48 heures après la fin de la compétition.
4. La totalité des feuilles de matches régionales doivent parvenir au Directeur Technique de la Zone. L'envoi de ces résultats, par courrier électronique selon le modèle des feuilles de listing disponibles sur le site Internet de la FFHMFAC, est obligatoire. L'envoi par courrier postal de l'original de la feuille de match de l'éliminatoire régional au DTZ, reste obligatoire.

- ✓ centre-ouest@ffhmfac.fr
- ✓ nord@ffhmfac.fr
- ✓ nord-est@ffhmfac.fr
- ✓ sud-est@ffhmfac.fr
- ✓ sud-ouest@ffhmfac.fr

### 2) Compétitions et qualifications de Zones

1. Les sélections aux épreuves de zone sont effectuées par le Directeur Technique de Zone.
2. Envoi des convocations aux clubs, au minimum quinze jours avant la date de la compétition, par le Directeur Technique de Zone.
3. La désignation et la convocation des arbitres se font par le responsable Zone des arbitres, en accord avec le Directeur Technique de Zone.
4. Les résultats des Championnats de France UNSS, et des épreuves prévues dans le cadre des accords des Commissions Mixtes UNSS/FFHMFAC des haltérophiles régulièrement licenciés à la FFHMFAC doivent être pris en compte pour les listings de Zones.

### 3) Compétitions nationales

1. L'ensemble des documents relatifs aux finales nationales, notamment la liste des sélectionnés sera diffusé sur le site internet fédéral ([www.ffhmfac.fr](http://www.ffhmfac.fr)).

### 3) Diffusion des résultats sportifs nationaux

1. Centralisation des résultats nationaux par la CSNH, aidée du Responsable du Département Compétitions Nationales de la DTN.
2. Diffusion des résultats par la FFHMFAC au moyen du site Internet et par courrier/mail (revue fédérale ou autre)

## **ARTICLE 8 : RECLAMATION**

Aucune réclamation ou contestation n'est, à elle seule, susceptible d'entraver le bon déroulement d'une compétition.

Toute éventuelle réclamation ou contestation doit faire l'objet d'un recours dûment motivé par courrier recommandé avec AR auprès de la C.S.N.H. dans un délai de 72 heures accompagné d'un chèque d'un montant de 200 Euros. Passé ce délai, aucune réclamation ne sera examinée. Le chèque sera restitué en cas d'aboutissement de la réclamation.

Les cas non prévus au présent règlement seront examinés par la CSNH.

## TITRE II

# REGLEMENTATION SPECIFIQUE AUX COMPETITIONS INDIVIDUELLES

### **ARTICLE 9 : CHALLENGES d'AUTOMNE, d'HIVER et de PRINTEMPS**

#### **\* Objectif**

- Compétitions destinées à promouvoir le recrutement dans les départements et régions.

#### **\* Public concerné**

- Compétitions ouvertes aux haltérophiles minimes, cadets, juniors et seniors femmes et hommes non classés, ou séries départementale et régionale. Les athlètes seniors ne peuvent participer en qualité de master.

#### **\* Généralité**

- Cette compétition permet un Classement par Zone puis National. Les dates fixées au Calendrier National sont des dates limites d'organisation.

### **ARTICLE 10: ANIMATIONS SPORTIVES pour BENJAMINS et MINIMES**

#### **\* Objectifs**

- Intéresser et fidéliser cette catégorie d'âge par un système évolutif.
- Participer à la formation technique et faciliter leur entrée dans la compétition
- Permettre à chacun(e) de s'exprimer en " technique " et en efficacité
- Ouvrir au plus grand nombre

#### **\* Public concerné**

- Jeunes athlètes filles et garçons des catégories Benjamins et Minimes

#### **\*Généralités**

- 3 animations (2 régionales et une interrégionale), au minimum, par saison sportive
- Animations à visée éducative, il faut veiller à la qualité de l'environnement humain et matériel : ambiance et accueil.
- Totalisation de points en vue d'atteindre un niveau, incitant à revenir et à mieux travailler au club, valorisant les apprentissages techniques et la progression de l'enseignement.
- Les animations doivent être organisées indépendamment des challenges (article 9)
- Les Benjamins effectueront les 2 mouvements olympiques (3 essais par mouvement) avec une charge qui ne dépassera pas 60 % du poids de corps pour l'arraché et 70 % du poids de corps pour l'épaulé jeté. Ils ne sont pas classés par catégorie de poids de corps mais sont toutefois pesés afin de déterminer les charges maximales à lever (%). Dans un souci éducatif, cette pesée se fera en tenue réglementaire.
- Les Benjamins ne peuvent participer qu'à ces animations. En revanche, la participation à ces animations n'interdit pas aux minimes de participer aux compétitions individuelles et par équipes, inscrites au calendrier fédéral, suivant la réglementation prévue pour cette catégorie d'âge. Toutefois les évaluations réalisées lors de ces journées d'animation ne peuvent compter pour une autre épreuve concernant ce même public (Challenges).
- Les Benjamins seront classés au sein de chaque haltère de couleur obtenue en fonction du nombre de points marqués, sans distinction de catégorie de poids.
- Les Minimes effectueront les 2 mouvements olympiques (3 essais par mouvement) avec une charge qu'ils peuvent choisir.

- L'écart entre deux essais consécutifs réussis sera de 1 ou 2 kg maximum.
- En cas d'essai réussi, la progression est obligatoire.
- Pour que le jeune puisse se concentrer sur le mouvement technique, le round system sera appliqué, à savoir passage de tous les premiers essais, ensuite tous les deuxièmes et enfin tous les troisièmes et derniers essais, cette disposition est valable jusqu'au niveau de la zone.
- Toute tentative manquée ne pourra être suivie que de la même charge sur l'haltère.

#### \* Notation

La notation du geste technique sera effectuée obligatoirement par 3 techniciens (CTS, Brevetés d'Etat, ou Entraîneur Fédéral Diplômé voire moniteurs ayant l'option haltérophilie, pour ces deux derniers, ils devront être supervisés par des cadres techniques). Un arbitre validera ou non l'essai en application de la réglementation en vigueur.

La notation se fera selon la grille ci-dessous et prenant en compte les critères suivants :

#### **Arraché** : 12 points

- placement de départ sur **2 points**
- trajectoire au plus près du corps sur **2 points**
- actions de bras sur **2 points** → action de bras retardée pour intervenir lors du passage
- accélération sur **2 points** → le changement de rythme doit être net et important
- flexion et stabilité en réception sur **2 points** → une flexion à 90° est acceptée
- impression générale sur **2 points**

#### **Epaulé-jeté** : 18 points

- placement de départ sur **2 points**
- trajectoire au plus près du corps sur **2 points**
- actions de bras sur **2 points** → action de bras retardée pour intervenir lors du passage
- accélération sur **2 points** → le changement de rythme doit être net et important
- flexion et stabilité en réception sur **2 points** → une flexion à 90° est acceptée
- appel : maintien corporel sur **2 points** → buste et ceinture abdominale gainés
- impulsion sur **2 points** → extension pointe de pieds-épaules
- stabilité en réception sur **2 points** → retour jambe avant puis arrière si jeté en fente
- impression générale sur **2 points**

Chaque essai est noté sur 12 points pour l'arraché et sur 18 points pour l'épaulé-jeté. Les 6 essais permettent d'obtenir un maximum de 90 points.

Ces 3 techniciens se réunissent avant l'épreuve, se partagent le jugement des critères (2 critères par technicien pour l'arraché et 3 critères par technicien pour l'épaulé-jeté) et se concertent pour la note définitive.

Les techniciens sont désignés par le coordinateur de l'ETR au niveau régional, et désignés par le directeur technique de zone pour les épreuves de zone.

#### \* Déroulement des épreuves

- ✓ La barre d'initiation avec poids + serrage doit être utilisée, au-delà de 15 kg c'est la barre dite Féminine avec ses poids d'initiation qui sera utilisée pour toutes les catégories de poids et de sexe.
- ✓ Le chronomètre ne sera pas utilisé.
- ✓ La réalisation de quatre essais (2 à l'arraché + 2 à l'épaulé jeté) est obligatoire pour être classé.
- ✓ Les demi-points ne peuvent être attribués.

#### **Niveau régional :**

Lors des épreuves régionales, seules les évaluations sont prises en compte.

### **Niveau zone :**

Lors de l'épreuve de zone, aux points acquis par l'évaluation s'ajoutent les kilos soulevés par l'addition des quatre essais réussis (2 meilleurs à l'arraché + 2 meilleurs à l'épaulé jeté). Les classements s'effectuent au sein de chaque haltère de couleur.

### **Niveau national :**

Lors de la Finale Nationale, les classements sont réalisés par addition des quatre essais réussis (2 meilleurs à l'arraché + 2 meilleurs à l'épaulé jeté).

### **\* Pesée des sportifs**

Il est convenu que pour cette catégorie d'âge, les variations de poids sont très importantes.

Pour des raisons évidentes de santé, il n'est pas question d'inciter ces jeunes sportifs à prendre ou perdre du poids, pour tenter de respecter leur inscription dans une catégorie donnée.

En conséquence, lors des pesées de l'épreuve de Zone ou Nationale, la règle suivante sera appliquée :

- 1) sportif dans sa catégorie de poids de sélection : prise en considération du poids relevé
- 2) sportif plus lourd que sa catégorie de sélection : il devra se reposer lors de la pesée de la catégorie supérieure où il pourra participer
- 3) sportif plus léger que sa catégorie de sélection : son poids sera enregistré au poids plancher de la catégorie à laquelle il participera. Ex. : Dupont sélectionné en 45 kg accuse un poids de corps de 39 kg. Le poids enregistré sera de 40,010 ou 40,050 selon la bascule.

Dans tous les cas une seule pesée sera effectuée dans la catégorie concernée.

A l'issue de chaque animation, les athlètes se verront remettre une récompense de couleur correspondant à leur niveau d'animation et de leur niveau technique.

- VERT = 51 à 60 Points
- JAUNE = 61 à 70 Points
- BLEU = 71 Points et plus au niveau régional
- ROUGE = 81 à 90 Points. (Ne sera délivré qu'à la finale de zone)

*L'initiative est laissée aux Comités Régionaux d'organiser d'autres journées d'animation, après accord du Directeur Technique de la Zone concernée afin de permettre l'accès au plus grand nombre de jeunes.*

## **ARTICLE 10.1: TROPHEE DE ZONE DES MINIMES**

### **\* Public concerné**

- Animation de zone ouverte aux haltérophiles filles et garçons benjamins et minimes en fonction des résultats des épreuves régionales fédérales.
- Ont accès à ce trophée, tous les benjamins et minimes titulaires de l'Haltère Bleu et/ou Rouge à l'issue des journées d'animation, réalisées dans les régions.

### **\* Généralité**

- La confirmation de participation est obligatoire auprès du DTZ.

## **ARTICLE 10.2 : TROPHEE NATIONAL DES MINIMES**

### **\* Objectif**

- Rassemblement de jeunes issus des Finales de Zones, pour une confrontation basée sur l'addition des quatre essais réussis (2 meilleurs à l'arraché + 2 meilleurs à l'épaulé jeté).

### **\* Public concerné**

- Finale Nationale ouverte aux haltérophiles filles et garçons minimes de niveau technique rouge, à la suite des Trophées de zone.

### **\* Généralités**

- La sélection à la finale nationale sera effectuée par la CSNH, sous l'autorité du Directeur Technique National. (Cette sélection pouvant être complétée par des bleus).
- Les listes des qualifiés seront établies par ordre alphabétique au sein de chaque catégorie.
- La confirmation de participation est obligatoire.

## **ARTICLE 11 : CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX**

### **\* Objectifs**

- Dynamiser la politique sportive départementale.
- Mettre en valeur l'élite du département.
- Se faire reconnaître par les Conseils Généraux.
- Les championnats départementaux avec délivrance de titre, est un passage vers la finale de zone, au travers des listings de zone.
- Ils sont sélectifs pour les Championnats Régionaux.
- Le niveau minimum de participation est laissé à l'initiative des départements.
- La date d'organisation est de la responsabilité du comité départemental.

## **ARTICLE 12 : CHAMPIONNATS REGIONAUX**

### **\* Objectifs**

- Dynamiser la politique sportive régionale.
- Mettre en valeur l'élite de la région.
- Les championnats régionaux avec délivrance de titres sont organisés à une date fixée par les comités régionaux respectifs sauf si :
- **Les championnats régionaux qui seraient cumulés avec les éliminatoires régionales sont de fait qualificatifs pour le Grand Prix Fédéral et les Championnats de FRANCE individuels – sous réserve de la présence de trois arbitres nationaux au minimum. La date mentionnée dans le calendrier est une date fixe.**

### **\* Public concerné**

- Le niveau minimum de participation est laissé à l'initiative des régions.

## **ARTICLE 13 : ELIMINATOIRES REGIONALES**

### **\* Objectifs**

- Permettre une qualification directe aux finales nationales.
- Mettre en valeur l'élite de la région.

**\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux haltérophiles cadets, juniors et seniors, femmes et hommes classés dans la série Régionale minimum.

**\* Généralités**

- Ils sont qualificatifs pour les compétitions de zone, le Grand Prix Fédéral et les Championnats de France individuels.
- La date est fixe et fait partie du calendrier national.
- Trois arbitres nationaux au minimum doivent officier.

**ARTICLE 14 : CRITERIUM NATIONAL :**

**\* Objectif**

- Epreuve individuelle de début de saison organisée à l'échelon Interrégional par les Zones, cette compétition permet l'élaboration des premières listes de sélectionnés pour le Grand Prix Fédéral et pour les Championnats de France individuels.

**\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux séries interrégionales, fédérales, nationales et plus, cadets, juniors, seniors, femmes et hommes.
- Un haltérophile n'ayant pas participé la saison précédente (S-1) devra justifier auprès du DTZ de son niveau sportif obtenu lors de la saison antérieure (S-2) à l'aide d'une feuille de match validée. A défaut, il lui faudra participer à une épreuve régionale de sélection organisée par son Comité Régional en amont du Critérium National.

**\* Généralités**

- Les DTZ établiront la liste des participants d'après les listings des zones établis en fin de saison précédente.
- La confirmation de participation est obligatoire 8 jours avant auprès du DTZ.

**ARTICLE 15 : FINALE DE ZONE des INTERREGIONAUX**

**\* Objectifs**

- Epreuve qualificative pour les Finales Nationales individuelles sous réserve de la réalisation des minima correspondants.
- Epreuve phare pour ce niveau de pratique, un titre de Champion de Zone sera délivré au sein de chaque catégorie de poids, d'âge et de sexe.

**\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux athlètes classés « interrégional » d'après les listings régionaux.
- La sélection est effectuée par le DTZ.

**\* Généralités**

- Les Interrégionaux devront bénéficier de l'organisation de plateaux communs aux Fédéraux et Plus si ces derniers étaient amenés à participer le même jour.
- La confirmation de participation (8 jours avant) est obligatoire auprès du DTZ.

## **ARTICLE 16 : FINALE DE ZONE DES FEDERAUX – NATIONAUX et PLUS**

### **\* Objectifs**

- Confrontation et rassemblement des meilleurs athlètes issus des régions en vue des sélections aux Championnats de France individuels et au Grand Prix Fédéral.
- Cette compétition est sélective aux finales nationales sous réserve de la réalisation des minima correspondants.

### **\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux haltérophiles cadets, juniors et seniors, femmes et hommes classés dans la série « fédérale » et PLUS d'après les listes régionales diffusées par les Directeurs Techniques des Zones.
- Un athlète pourra se présenter dans la catégorie de poids de son choix, à condition que le total olympique réalisé le classe toujours dans la série minimale d'accès de l'épreuve. (Réf. : Art. 5 compétitions).

### **\* Généralités**

- Les meilleures performances individuelles sont calculées selon la Table SINCLAIR (IWF)
- La confirmation de participation est obligatoire 8 jours avant auprès du DTZ.

## **ARTICLE 17 : FINALE DU GRAND PRIX FEDERAL**

### **\* Objectif**

- Confrontation des athlètes de valeur fédérale.

### **\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux haltérophiles ayant réalisé la série fédérale lors des épreuves sélectives.
- Les listes seront complétées le cas échéant, par les sportifs ayant réalisé la série Interrégionale lors des mêmes épreuves sélectives et ce dans le but d'atteindre six (6) participants par catégorie de poids.
- Les épreuves sélectives pour la saison sportive en cours sont :
  - Le Critérium National
  - Les Eliminatoires Régionales
  - Les Finales de zone des Interrégionaux
  - Les Finales de zone des Fédéraux et plus
- Un athlète ne peut se présenter que dans la catégorie dans laquelle il a été qualifié.
- Un athlète participant aux championnats de France individuels seniors dans la même saison sportive ne pourra pas participer au grand prix fédéral.

### **\* Généralités**

- La sélection à cette Finale Nationale sera effectuée par la Commission Sportive Nationale, sous l'autorité du Directeur Technique National.
- La confirmation de participation est obligatoire 8 jours avant.

## **ARTICLE 18 : CHAMPIONNATS DE FRANCE INDIVIDUELS**

### **\* Objectifs**

- Confrontation des meilleurs haltérophiles français, femmes et hommes, pour décerner le titre de Champion de France, dans les catégories « cadets – juniors – seniors »
- Pour les catégories jeunes, permettre une émulation en vue de la relève de notre future élite.

### **\* Public concerné**

- Compétition ouverte aux haltérophiles ayant réalisé la série nationale et plus lors des épreuves sélectives.
- Les listes seront complétées le cas échéant, par les sportifs ayant réalisé la série fédérale lors des mêmes épreuves sélectives, et ce afin d'atteindre six (6) participants par catégorie de poids. Les athlètes de série fédérale participeront dans leurs catégories d'âges respectives.
- Les épreuves sélectives pour la saison sportive en cours sont :
  - Le Critérium National.
  - Les éliminatoires régionales réservées aux séries régionales et plus.
  - Les finales de zone des Interrégionaux.
  - Les finales de zone des fédéraux et plus.
  - Le grand prix fédéral (uniquement pour les cadets et juniors).
- Pour les athlètes résidant dans les DOM-TOM.: **Critérium National**, Championnats régionaux et/ou une compétition officielle, correspondant aux dates limites du calendrier de la Métropole (Eliminatoires des Zones)
- Tout athlète sélectionné en compétition au titre de l'équipe de France (conformément à la charte de l'Equipe de France) entre le 1<sup>er</sup> septembre et le Championnat de France de l'année en cours est automatiquement qualifié pour ce Championnat de France (quel que soit le résultat enregistré en équipe de France). Il concourt dans la catégorie d'âge et de poids dans laquelle il a été sélectionné, sauf demande expresse et motivée du DTN auprès de la CSNH.
- Tout athlète participant à un Tournoi International à l'initiative de la FFHMFAC (engagement des athlètes) sous réserve de la réalisation des minima de qualification.

### **\* Généralités**

- La participation aux Championnats de France ne pourra se faire que dans une catégorie de poids et d'âge correspondant aux minima réalisés lors de l'épreuve sélective.
- La sélection à cette Finale Nationale sera effectuée par la Commission Sportive Nationale, sous l'autorité du Directeur Technique National.
- Un haltérophile sélectionné dans plusieurs catégories d'âge ou/et de poids devra effectuer un choix et ne pourra participer, au cours du même championnat (C.J. ou S) qu'à une seule catégorie d'âge et de poids, **la pesée officielle validera ce choix**. Pour les cadets (en cas de réalisation des minima seniors), une demande écrite (cf règlement médical pour le double sur-classement) devra être réalisée auprès de la Fédération qui statuera sur la possible participation dans la catégorie seniors lors des Championnats de France.
- La preuve de la nationalité française pourra être demandée lors de la pesée des athlètes.
- La confirmation de participation (8 jours avant) est obligatoire auprès de la FFHMFAC.

## **ARTICLE 19 : OPEN DE FRANCE**

Tous les haltérophiles ne possédant pas la nationalité Française, licenciés à la FFHMFAC, peuvent concourir, dans le cadre des Open de France lors des Championnats de France à la condition toutefois qu'ils aient réalisé une performance de série nationale (au cours d'une épreuve qualificative sur le territoire national) dans la catégorie de poids dans laquelle ils se présentent.

Deux classements seront établis : celui des Championnats de France et celui des Open de France.  
La confirmation de participation est obligatoire 8 jours avant.

## **ARTICLE 20 : CHAMPIONNATS DE FRANCE MASTERS**

Compétition ouverte aux haltérophiles hommes et femmes de 35 ans et plus d'après les listes établies par les Directeurs Techniques de Zones, et à l'issue des compétitions individuelles ou par équipes régionales et plus (cf. date limite du listing Vétéran).

La sélection à la finale nationale sera effectuée sur décision de la CSNH. Cette sélection se fera à partir :

- de la grille des minima européens
- sur tout autre critère qu'elle juge pertinent.

La confirmation de participation est obligatoire (8 jours avant).

## **EPREUVES INTERNATIONALES VETERANS (MASTERS)**

La sélection aux épreuves internationales MASTERS est effectuée sur décision de la CSNH et ce d'après les résultats enregistrés au cours des championnats de FRANCE. De par des contraintes de calendrier, les résultats des Championnats de France de la saison antérieure pourront être pris en considération.

## TITRE III

# REGLEMENTATION SPECIFIQUE AUX COMPETITIONS PAR EQUIPES

(Lire art. 4.1 – 4.2 : A et B)

Dans un souci d'équité entre les athlètes et afin de ne pas inciter des mutations, les épreuves par équipe ne permettent pas de sélection dans les Finales Nationales Individuelles. Il en va de la sauvegarde des clubs à faible effectif de compétiteurs.

Les arbitres officiants dans les épreuves par équipes sont pris en charge par les structures présentant ces équipes (club - département - région). La présence d'arbitres féminines est fortement recommandée pour ces compétitions.

Les épreuves par équipe doivent se dérouler conformément au calendrier national.

### **ARTICLE 21 : COUPE DE FRANCE DES CLUBS**

Compétition sur trois tours :

1 <sup>er</sup> tour (niveau régional) :	Quart de Finale
2 <sup>ème</sup> tour (niveau interrégional) :	Demi-finale
3 <sup>ème</sup> tour (niveau national) :	Finale Nationale

Pour les 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> tours, chaque équipe doit être accompagnée d'un arbitre de niveau National au minimum. Ils se partageront les différents postes dévolus aux arbitres.

Les six meilleures équipes au score sont sélectionnées par catégorie d'âge et de sexe et par zone au 2<sup>ème</sup> tour (niveau interrégional) à partir des résultats des tours régionaux. En cas d'égalité de points pour la 6<sup>ème</sup> place, le nombre d'équipes sélectionnées dans la catégorie est augmenté d'autant. Les équipes, dont le résultat total est négatif, peuvent participer au 2<sup>ème</sup> tour.

Les six meilleures équipes au score sont sélectionnées par catégorie d'âge et de sexe à la Finale Nationale après les résultats des demi-finales. En cas d'égalité de points pour la 6<sup>ème</sup> place, le nombre d'équipes sélectionnées dans la catégorie est augmenté d'autant. Seules les équipes ayant obtenu des points positifs lors de la demi-finale auront accès à la Finale Nationale.

En cas de forfait, les équipes suivantes (7<sup>ème</sup>, 8<sup>ème</sup>, etc.) à l'issue des tours précédents pourront être repêchées par le DTZ pour le 2<sup>ème</sup> tour et par la CSNH, sous l'autorité du DTN, pour la finale nationale.

Une seule équipe par Club aura accès à la Finale Nationale, dans chaque catégorie d'âge et de sexe.

Dans chaque équipe ne peuvent participer qu'un athlète ne possédant pas la nationalité Française et qu'un athlète muté.

### **Equipe Minime Fille**

#### o **Composition**

L'équipe est composée de trois **(3)** haltérophiles minimes filles.

#### o **Déroulement**

- o Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
- o L'écart entre deux essais consécutifs réussis sera de 1 ou 2 kg.
- o Toute tentative manquée ne pourra être suivie que de la même charge sur l'haltère.
- o Le total soulevé est défini par l'addition des deux meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (12 essais), toute tentative manquée étant comptée zéro (0).

- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé, diminué du poids de corps de l'équipe.

### **Equipe Féminine Cadette-Junior**

- **Composition**  
L'équipe est composée de trois (3) haltérophiles féminines Cadettes ou Juniors.
- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - Le total soulevé est défini par l'addition des meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (6 essais).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé, diminué du poids de corps de l'équipe.

### **Equipe Féminine Open**

- **Composition**  
L'équipe est composée de trois (3) haltérophiles dont au moins une Senior mais ne peut comprendre de benjamine ou de minime.
- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - Le total soulevé est défini par l'addition des meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (6 essais).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé, diminué du poids de corps de l'équipe.
- **Autres**
  - La version féminine de la Coupe de France des Clubs permet l'accession au Championnat de France des Clubs. (Art. 30)
  - Les athlètes seniors qui participent à plus de deux journées du Championnat de France des Clubs ne peuvent pas participer à la Coupe de France des Clubs. Les athlètes seniors qui participent à la Coupe de France des Clubs, ne pourront pas participer à plus de deux journées du Championnat de France des clubs

### **Equipe Minime Mixte**

- **Composition**  
L'équipe est composée de quatre (4) haltérophiles minimes (2 garçons et 2 filles).
- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - L'écart entre deux essais consécutifs réussis sera de 1 ou 2 kg.
  - Toute tentative manquée ne pourra être suivie que de la même charge sur l'haltère.
  - Le total soulevé est défini par l'addition des deux meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (16 essais), toute tentative manquée étant comptée zéro (0).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé, diminué du poids de corps des 2 filles et du double du poids de corps des 2 garçons.

### **Equipe Minime Garçon**

- **Composition**  
L'équipe est composée de trois (3) haltérophiles minimes garçons

- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - L'écart entre deux essais consécutifs réussis sera de 1 ou 2 kg.
  - Toute tentative manquée ne pourra être suivie que de la même charge sur l'haltère.
  - Le total soulevé est défini par l'addition des deux meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (12 essais), toute tentative manquée étant comptée zéro (0).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé par l'équipe, diminué du double de poids de corps de l'équipe.

### **Equipe Cadette Garçon**

- **Composition**  
L'équipe est composée de trois **(3)** haltérophiles cadets garçons
- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - Le total soulevé est défini par l'addition du meilleur essai réussi à chaque mouvement de chaque athlète (6 essais).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé par l'équipe, diminué du double de poids de corps de l'équipe.

### **Equipe Junior Garçon**

- **Composition**
  - L'équipe est composée de trois **(3)** haltérophiles garçons (issus des catégories cadets ou juniors).
  - L'équipe doit comporter au minimum un Junior homme et éventuellement des Cadets hommes (pas de minime).
- **Déroulement**
  - Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
  - Le total soulevé est défini par l'addition du meilleur essai réussi à chaque mouvement de chaque athlète (6 essais).
- **Score de l'équipe**  
Il est défini par le total soulevé par l'équipe, diminué du double de poids de corps de l'équipe.

Dans le cadre de la Coupe de France des clubs pour les minimes et les cadets (ettes), la règle d'un seul athlète n'ayant pas la nationalité française ne s'impose pas si les conditions suivantes sont respectées :

- Ces mineurs doivent être domiciliés en France.
- Ils doivent fournir à la fédération, quinze jours avant leur participation à un tour de la Coupe de France, l'un des éléments suivants :

- a) une preuve de domiciliation sur le territoire français.
- b) un certificat de scolarité de l'année scolaire en cours.

### **ARTICLE 22 : TROPHÉE NATIONAL DES COMITES REGIONAUX JEUNES**

Le Trophée National des Comités Régionaux est une compétition sur deux tours : le 1<sup>er</sup> tour de zone et la finale nationale.

#### **\* Objectifs**

- Dynamiser la politique sportive régionale.

- Mettre en valeur la jeunesse sportive de la région.
- Intéresser et fidéliser cette catégorie d'âge en leur proposant une finale dans un lieu ludique.

#### **\* Composition**

Chaque équipe régionale est composée de six **(6)** haltérophiles (3 garçons et 3 filles), accompagnée d'un arbitre de niveau national minimum.

Elle concerne uniquement des Cadets et des cadettes quel que soit leur niveau de performances.

#### **\* Déroulement**

- Chaque membre d'équipe effectue les deux mouvements olympiques (arraché et épaulé jeté).
- Le total soulevé est défini par l'addition des meilleurs essais réussis à chaque mouvement de chaque athlète (12 essais), toute tentative manquée étant comptée zéro (0).

#### **\* Score de l'équipe**

Il est défini par le total soulevé, diminué du poids de corps des 3 filles et du double du poids de corps des 3 garçons.

Les six meilleures équipes au score sont sélectionnées à la Finale Nationale après les résultats du 1<sup>er</sup> tour au niveau de la zone.

En cas de forfait, les équipes suivantes (7<sup>ème</sup>, 8<sup>ème</sup>, etc.) à l'issue du 1<sup>er</sup> tour en zone pourront être repêchées.

Une seule équipe par région aura accès à la Finale Nationale.

Pour le compte de chaque équipe, ne peuvent participer, qu'un athlète issu d'une fédération nationale étrangère affiliée à l'IWF et un seul athlète muté.

En cas d'égalité de points, l'équipe la plus jeune l'emporte.

## TITRE IV

# REGLEMENTATION SPECIFIQUE DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

### **ARTICLE 23 : PREAMBULE**

Le Championnat de France des Clubs a pour objectif :

- Une augmentation de la popularité de l'haltérophilie à travers un système de compétition attractif et s'inscrivant dans la politique habituelle des compétitions similaires des autres disciplines sportives.
- Fidéliser un public et surtout les médias autour d'un championnat attrayant.
- Permettre à chaque club engagé de négocier avec les partenaires institutionnels et privés une collaboration à plusieurs niveaux dont celui financier, grâce à ce support important qu'est le Championnat de France.

Il se déroule sur quatre journées en match triangulaire, pour les garçons, et pour les filles.

### **ARTICLE 24 : DIVISIONS**

#### **ARTICLE 24.1 : DIVISION NATIONALE 1 avec :**

##### **Pour les Masculins**

9 clubs de Nationale 1A                      9 clubs de Nationale 1B

##### **Pour les Féminines**

9 clubs de Nationale 1A                      9 clubs de Nationale 1B

#### **ARTICLE 24.2 : DIVISION NATIONALE 2 avec 5 poules géographiques :**

##### **Pour les Masculins**

**Poule 2A : 9 clubs                      Poule 2B : 9 clubs                      Poule 2C : 9 clubs**

**Poule 2D : 9 clubs                      poule 2E : 9 clubs**

#### **ARTICLE 24.3 : DIVISION NATIONALE 3 :**

Du fait de la refonte de la N2 et N3, cette division est supprimée. Cependant, la CSNH se réserve le droit dans des conditions bien précises (équipes régionales performantes et en nombre suffisant) de la recréer.

#### **ARTICLE 24.4 : CHAMPIONNAT REGIONAL DES CLUBS**

Il est composé d'une ou plusieurs divisions, dans chaque région. Ce Championnat régional est géré et contrôlé par les Comités Régionaux respectifs. A noter que la Zone peut, elle aussi, organiser, gérer et contrôler des divisions régionales après accords des Comités Régionaux et de la CSNH.

La réglementation des divisions nationales doit être respectée pour les montées.

Pour les féminines, la Coupe de France des Clubs (zone et finale nationale) sert de support pour les montées.

## **ARTICLE 25 : CALENDRIER**

Le Championnat de France par équipes se déroule sur 4 journées dont les dates sont définies impérativement :

- a) Par la FFHMFAC pour le calendrier des divisions nationales,
- b) Par les Comités Régionaux pour le calendrier du Championnat Régional qui devront s'engager à intercaler les journées de régionales vis-à-vis de la Nationale. Celui-ci devra se terminer impérativement au plus tard **le 30 mai 2010**. Les résultats finaux devront être toujours transmis à la CSNH après la dernière journée et au plus tard **le 15 juin 2010**.

## **ARTICLE 26 : DELEGUES FEDERAUX**

Pour la division de Nationale 1A (H & F) **et la finale de la N1B (H et F)**, sur proposition de la Commission Nationale d'Arbitrage, la FFHMFAC désignera des délégués fédéraux (arbitres nationaux ou internationaux).

Ils représentent la Fédération, et sont chargés de veiller au bon déroulement de la compétition. Ils feront un compte rendu à la Fédération incluant les résultats de l'implantation contrôlée. Les déplacements des délégués fédéraux seront pris en charge par la FFHMFAC.

## **ARTICLE 27 : ENGAGEMENT - CAUTION**

Les clubs engagés dans le championnat de France, doivent à la date fixée confirmer leur participation à l'aide du formulaire type dûment signé, accompagné d'une caution pour toutes leurs équipes. (Celle-ci sera restituée à la clôture du championnat sous réserve de participation effective et **du respect de la réglementation**).

Pour la saison 2009/2010 :

- L'inscription sera lancée en Juillet 2009.
- La date limite d'engagement est fixée au 30 août 2009, et cet engagement devra être accompagné de l'affiliation du club.
- Les athlètes issus d'une fédération étrangère affiliée à l'IWF et engagés dans ce championnat devront être licenciés au minimum quinze jours avant la première journée. La prise de licence les concernant ne pourra se faire pendant la durée du championnat.
- Le montant de la caution est fixé à 200 € par équipe
- Les clubs dont une équipe est inscrite dans le championnat de nationale 1A, 1B et 2, devront de plus, verser un droit d'engagement pour chaque équipe.
- Pour la saison 2009/2010 :
  - Le montant de l'engagement est fixé à 200 € pour la Nat. 1A et 1B et 50 € pour la Nat.2.

## **ARTICLE 28 : COMPOSITION DES EQUIPES**

Le Championnat de France des Clubs est un championnat par équipes de 4 hommes, pour le championnat masculin et 3 femmes pour le championnat féminin. Chaque club peut faire participer, à l'occasion de chaque journée, 5 hommes et 4 femmes, issus des catégories Cadets, Juniors, Seniors dont au maximum un(e) athlète ne possédant pas la nationalité Française. **OU un(e) athlète muté(e). Les 5 hommes et les 4 femmes font partie de l'équipe et aucun n'est considéré comme hors match. Le score de l'équipe étant calculé sur les quatre meilleurs scores hommes et trois meilleurs scores femmes.**

Les minimes ne peuvent participer à cette compétition.

**Les athlètes féminines seniors qui participeront à plus de deux journées du Championnat de France des Clubs ne pourront plus participer à la Coupe de FRANCE des Clubs et inversement, celles qui participeront à la Coupe de France des Clubs, ne pourront pas participer à plus de deux journées du Championnat de France des Clubs.**

Un athlète muté en cours de saison sportive, sera considéré comme muté pour la saison en cours et la suivante, dans le cadre des compétitions par équipes (cf. Règlement des mutations).

Pour les athlètes français en situation de mutation pour la saison sportive 2009/2010, la participation au Championnat de France des clubs est autorisée sous réserve :

- a) du respect des dispositions fixées par le règlement spécifique des mutations ;
- b) du respect des dispositions de l'article 27-alinéa 1
- c) du respect des dispositions de l'article 5.

Un athlète ne peut, au cours de la même journée du championnat, figurer dans 2 équipes (Championnat Régional compris).

Un club ne peut engager que 2 équipes au maximum dans le championnat masculin en Nationale 1, 2 ou 3, et avec obligatoirement une division d'écart (Nat 1A et 1B comptant pour 2 divisions distinctes). Pour le championnat féminin un club ne peut engager qu'une seule équipe en division Nationale.

### **ARTICLE 29 : SCORE ET POINTS**

Le résultat de l'équipe, appelé score, sera calculé selon la formule des kilos/points.

Le calcul du score de l'équipe en kilo/points est effectué en ajoutant le nombre de kilos/points marqués par les 4 (3 pour les féminines) meilleurs équipier(e)s.

Les kilos/points marqués par un(e) haltérophile seront calculés selon la différence entre le total olympique et le double du poids de corps pour les masculins, selon la différence entre le total olympique et le seul poids du corps pour les féminines.

Le poids de corps de chaque haltérophile de l'équipe sera apprécié à 100 grammes près par la valeur inférieure (Ex : 75,59 kg sera arrondi à 75,5 kg).

Le score final de l'équipe est calculé à une décimale près. Ex : 240,3 points.

<b>Exemple de calcul pour une équipe masculine :</b>						
	Poids de corps	Arraché	Epaulé jeté	Total Olympique	2 x Poids Corps	Score
1	74,2	100	125	225	148,4	76,6
2	84,7	105	127	232	169,4	62,6
3	64,3	75	95	170	128,6	41,4
4	57,9	77	97	175	115,8	59,2
5	69	100	125	225	138	87
				SCORE DE L'EQUIPE =		285.4

Chaque match est organisé en rencontre triangulaire opposant trois équipes de club.

Un classement après chaque journée, au score moyen, sera réalisé dans chaque division et dans chaque poule.

Pour chaque Nationale 1 (A et B) et pour les poules de Nationale 2, le classement final au score moyen (moyenne des 4 rencontres) déterminera l'équipe victorieuse.

Une équipe forfait à une journée marquera un score négatif (-60 points).

Le forfait sur deux journées donne lieu à la descente en Régionale.

### **ARTICLE 30 : ACCESSIONS, RELEGATIONS**

Les équipes de clubs peuvent participer uniquement dans les divisions pour lesquelles elles ont été sélectionnées par la CSNH, en fonction de leurs résultats.

Pour la saison 2009/2010, les accessions et relégations d'une division à l'autre se feront de la manière suivante :

#### **Pour la Nationale 1, 4 (quatre) équipes sont concernées :**

- l'équipe classée dernière en N1A sera reléguée en N1B
- l'équipe classée première en N1B accédera en N1A
- l'équipe classée deuxième en N1B pourra accéder en N1A à condition que son score moyen (sur les quatre journées) soit supérieur à celui de l'avant-dernière équipe de 1A qui sera alors reléguée en 1B.

#### **Pour la Nationale 2, 11 (onze) équipes sont concernées**

- Les 2 équipes en N2 classées première et deuxième du classement général de la N2 au score moyen accèdent en N1B.
- L'équipe en N2 classée troisième du classement général de la N2 au score moyen pourra accéder en N1B si celui-ci est supérieur à celui de l'équipe classée 7<sup>ème</sup> pour les hommes de N1B.
- Les huit dernières équipes peuvent être concernées par la descente si leur score moyen est inférieur à ceux des équipes régionales.

#### **Pour les divisions régionales**

Les huit premières équipes du championnat régional peuvent prétendre à l'accession si celles-ci sont supérieures au score moyen des équipes de N2.

#### **Accession, relégation pour les équipes féminines**

- l'équipe classée dernière en N1A sera reléguée en N1B
- l'équipe classée première en N1B accédera en N1A
- l'équipe classée deuxième en N1B pourra accéder en N1A à condition que son score moyen (sur les quatre journées) soit supérieur à celui de l'avant dernière équipe de 1A qui sera alors reléguée en 1B.
- Les 6 meilleures équipes à l'issue de la Finale Nationale seniors de la Coupe de France pourront accéder au Championnat de France des Clubs, division féminine, Nat 1 B, si leur total (score moyen) de la ½ Finale et de la Finale de la Coupe est supérieur aux scores moyens des 6 dernières équipes de Nationale1 B.
- L'équipe refusant deux fois l'accession à la Nationale 1B, ne pourra participer à la Finale Nationale de la Coupe de France des Clubs de la saison en cours.

## **ARTICLE 31 : OBLIGATIONS**

Les clubs engagés en nationale 1 et 2 masculine, quel que soit le nombre d'équipes, sont soumis à l'obligation d'une équipe en division régionale avec une participation sur au moins deux tours du championnat pour la saison 2009-2010. Pour les saisons suivantes, il y aura l'obligation d'une participation sur 4 tours.

En cas de non-respect de ces obligations, la CSNH, après avoir entériné le résultat sportif, proposera au Bureau Directeur, une relégation automatique d'une division, avant la diffusion définitive des résultats de la saison.

Les clubs relégués pour non-respect des règlements ne pourront être repêchés.

## **ARTICLE 32 : ARBITRAGES, FORFAITS ET HORAIRES**

En Nationale 1, Nationale 2, trois arbitres de niveau national minimum sont obligatoires par rencontre. Ils se doivent d'être présents dès le tirage au sort des équipes.

Chaque club présente et prend en charge l'arbitre qui officie pour son équipe. Si une équipe est dans l'impossibilité de présenter un arbitre, le remplacement de celui-ci pourra être envisagé, sous réserve d'un courrier recommandé avec A.R. adressé à la FFHMFAC sept (7) jours avant la rencontre. La FFHMFAC mandatera un arbitre pour officier en lieu et place de l'arbitre manquant. Cette prestation sera facturée au club demandeur (forfait de 200 Euros).

La pesée se déroulera selon la réglementation suivante :

- \* le tirage au sort déterminera l'ordre de passage des équipes à la pesée.
- \* **l'équipe devra se présenter complète, dans le cas contraire on passera à l'équipe suivante,**
- \* les barres de départ de l'équipe seront communiquées à la pesée,
- \* lorsqu'un(e) haltérophile souhaitera se peser pour pouvoir tirer dans une catégorie inférieure, il (elle) pourra disposer du temps réglementaire mais afin d'éviter tout litige, il (elle) sera enregistré (e) avec son poids de corps lors de la pesée d'équipe puis éventuellement corrigé lorsqu'il (elle) atteindra la catégorie de poids choisie ; en aucun cas il ne peut être question d'une deuxième pesée dans la même catégorie de poids.
- \* l'entraîneur de l'équipe sera le responsable et l'interlocuteur officiel, il peut être l'un des haltérophiles de l'équipe.

Les matchs auront lieu impérativement le samedi avec l'horaire suivant :

- \* 13H45 : tirage au sort des équipes
- \* 14H00-15H00 : pesée
- \* 15H45 : présentation des équipes et des officiels de la compétition en tenue
- \* 16H00 : match par équipes
- \* fin du match : proclamation des résultats de la rencontre avec les 3 équipes et les officiels en tenue.

Un club organisateur en accord avec les deux autres clubs pourra modifier ces horaires le samedi, après en avoir avisé par écrit (L.R. avec A.R.) et quinze jours à l'avance la CSNH qui statuera.

Est considérée comme forfait, l'équipe ne se présentant pas à la pesée ou présentant une équipe incomplète. Une équipe forfait à une journée marquera un score négatif de moins 60 points.

En cas d'organisation sur le même site, d'une rencontre d'une division inférieure, les horaires pour cette division pourront être les suivants :

\* 11H15 : Tirage au sort des équipes

\* 11H30-12H30 : Pesée

\* 13H15 : Présentation des équipes et des officiels de la compétition en tenue

\* 13H30 : Match par équipes

\* fin du match : Proclamation des résultats de la rencontre avec les 3 équipes et les officiels en tenue, et match de division supérieure à 16h, avec pesée de 14h à 15h.

### **ARTICLE 33 : FINALE NATIONALE du CHAMPIONNAT MASCULIN et FEMININ**

La 4<sup>ème</sup> journée du Championnat Masculin et Féminin de **Nationale 1A** sera organisée sous la forme d'une finale, en une seule implantation.

Les plateaux seront organisés dans l'ordre inverse du classement au score moyen obtenu à l'issue de la 3<sup>e</sup> journée. Ceci permettant une compétitivité accrue et un meilleur spectacle lors de cette finale. Les prétendants au titre se trouvant opposés sur le dernier plateau.

La 4<sup>ème</sup> journée du Championnat Masculin et Féminin de **Nationale 1B** sera organisée sous la forme d'une finale, en une seule implantation.

Les plateaux seront organisés dans l'ordre inverse du classement au score moyen obtenu à l'issue de la 3<sup>e</sup> journée. Ceci permettant une compétitivité accrue et un meilleur spectacle lors de cette Finale. Les prétendants au titre se trouvant opposés sur le dernier plateau.

Les titres de chaque division seront décernés le jour de la Finale, à la moyenne des 4 journées.

Pour la nationale 2, le titre sera décerné après le Classement Général des 4 journées.

### **ARTICLE 34 : COORDINATION**

La coordination et le suivi des rencontres de Nationales seront assurés par le centralisateur national, les résultats devront lui parvenir dès la fin de chaque rencontre par fax ou courrier électronique, et au plus tard pour le dimanche 19 H. L'original de la feuille de match sera envoyé dès le lundi suivant, le cachet de la poste faisant foi, au siège de la FFHMFAC.

## TITRE V

# CHALLENGE NATIONAL HALTEROPHILE

La FFHMFAC instaure un CHALLENGE NATIONAL HALTEROPHILE, sous forme de classement, permettant de juger de l'évolution des clubs et des comités régionaux. Dans ce sens, les classements en séries des haltérophiles sont pris en compte.

Des points de bonification seront attribués en fonction de la participation aux Championnats des clubs, Finales de Zones, Finales nationales et rencontres internationales officielles du calendrier sportif fédéral.

Il est à préciser :

- qu'une rencontre internationale pour laquelle les sélections de sportifs n'auront pas été réalisées par la FFHMFAC ne pourra apporter de points.
- que les points de bonification ne sont apportés qu'en cas de participation effective à l'épreuve. La seule pesée ne peut suffire.

**De plus, est incorporé le Challenge des clubs formateurs qui s'appuiera sur un classement des Clubs menant des actions en direction du recrutement d'haltérophiles et privilégiant les moins de 20 ans (cadets et juniors) et en valorisant la pratique féminine. Ce recrutement se doit de déboucher sur la pratique compétitive.**

En ce sens le classement s'appuiera sur les épreuves suivantes :

- Les trois Challenges (Automne – Hiver – Printemps)
- Le 1° Tour de la Coupe de France des Clubs

**L'attribution de points doit permettre de valoriser les plus jeunes, la participation à une première épreuve (leur 1er Pas), et l'esprit d'équipe avec une épreuve comme la Coupe de France.**

Qu'a l'issue de chaque saison et d'après les listes régionales fournies par les Comités régionaux un état et un classement seront diffusés largement.

**Les dix premiers clubs Français recevront un diplôme, de plus les trois meilleurs clubs se verront récompensés par l'attribution de matériel pédagogique.**

### **ARTICLE 35 : ATTRIBUTION DES POINTS**

#### **POINTS « AU CLASSEMENT »**

"Séries" réalisées	Hommes et femmes
Non classés	1
Départementale	3
Régionale	5
Interrégionale	8
Fédérale	12
Nationale	20
Internationale B	30
Internationale A	40
Olympique	60

<b>Points à la Participation</b>	<b>Hommes</b>	<b>Femmes</b>
Equipe au 1 <sup>er</sup> Tour de la Coupe de France	4	4
Finale Zone Coupe de France (points positifs)	10	10
Finale Nationale Coupe de France (par équipe)	15	15
Equipe en Championnat Régional des Clubs	8	8
Equipe en Nationale 1A	25	25
Equipe en Nationale 1B	20	20
Equipe en Nationale 2	15	15
Trophée de Zone Benjamin et Minime	6	6
Tournoi, Sélection Internationale officielle	15	15
Championnats d'Europe C. J. S et les moins de 23 ans	30	30
Championnats du Monde J.S	50	50
Jeux Méditerranéens	50	50
Jeux Olympiques de la Jeunesse	50	50
Jeux Olympiques	90	90
Participation club formateur Cadet et Junior	3	5
Bonification de la Participation au 2 <sup>ème</sup> et 3 <sup>ème</sup> challenge dans la saison.	3	3

<b>Points aux résultats</b>	<b>Premier</b>	<b>Deuxième</b>	<b>Troisième</b>	<b>Autres places</b>
Trophée National Minimes	16	14	12	8
Finale Zone Interrégionaux	12	10	8	6
Finale Zone Fédéraux	16	14	12	8
Critérium national	20	15	13	10
Grand Prix Fédéral CJS	24	20	16	12
France CJS	30	25	20	15