

RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES
CHAMPIONNAT PROVINCIAL SCOLAIRE INVITATION
D'HALTÉROPHILIE DIVISION 3 2021-2022

Article 1	Règlements officiels employés	2
Article 2	Identification des catégories.....	2
Article 3	Composition de la délégation.....	2
Article 4	Généralité.....	2
Article 5	Type d'épreuves.....	2
Article 6	Formule de rencontre	3
Article 7	Classement.....	3
Article 8	Délais.....	4
Article 9	Récompenses.....	4

Légende : ** Nouvel article
* Modification de l'article

(Juin 2021)

HALTÉROPHILIE 2021-2022

Article 1 **Règlements officiels employés**

- 1.1 Les règlements officiels en vigueur sont ceux de la Fédération d'Haltérophilie du Québec (FHQ).
- 1.2 Toutefois, les présents règlements spécifiques ont préséance sur les règlements officiels.
- 1.3 Les règlements du secteur scolaire du RSEQ doivent être respectés.

Article 2 **Identification des catégories**

- *2.1 L'élève-athlète doit être né(e) entre le 1^{er} juillet 2003 et le 30 septembre 2009
- 2.2 L'inscription est basée exclusivement sur les catégories de poids.

Article 3 **Composition de la délégation**

- 3.1 Une école peut inscrire un maximum de douze (12) élèves-athlètes au total (homme et/ou femme) et deux (2) substituts.

Les substituts ne participent pas à la compétition.
- 3.2 Les inscriptions doivent être acheminées par le responsable de l'établissement d'enseignement à son instance régionale du RSEQ. L'instance régionale du RSEQ valide les inscriptions et les transmet au RSEQ provincial et à la Fédération d'Haltérophilie du Québec.

Article 4 **Généralité**

Les élèves-athlètes doivent être affiliés «développement» et les entraîneurs doivent être affiliés selon les règlements de la Fédération d'haltérophilie du Québec.

Article 5 **Type d'épreuves**

- 5.1 Femme : 8 catégories de poids corporel : 49-55-59-64-71-76-81-+81 kg
 - 5.2 Homme : 8 catégories de poids corporel : 55-61-67-73-81-89-96-+96 kg
- Note : La charge minimale sera de 20 kg (la barre de 15 kg & 2 disques de 2,5 kg).

5.3 Épreuves des 16 finales :

- Arraché;
- Épaulé-jeté;
- Total olympique.

5.4 Le total olympique détermine le classement de chacune des catégories.

5.5 Lors d'une compétition préliminaire sanctionnée par la Fédération d'haltérophilie du Québec, l'élève-athlète devra réussir le seuil de performance de la catégorie dans laquelle il s'inscrira.

5.6 Catégories et seuil d'éligibilité :

HOMMES (8 catégories)							
55 kg	61 kg	67 kg	73 kg	81 kg	89 kg	96 kg	+ 96 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
72 kg	80 kg	89 kg	95 kg	103 kg	110 kg	115 kg	123 kg
FEMMES (8 catégories)							
49 kg	55 kg	59 kg	64 kg	71 kg	76 kg	81 kg	+ 81 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
61 kg	67 kg	72 kg	79 kg	87 kg	90 kg	93 kg	100 kg

Article 6 Formule de rencontre

La formule de rencontre est conforme aux règles habituelles de la FHQ.

Article 7 Classement

7.1 Le système de pointage appliqué pour le classement au total olympique :

1 ^{re} position	28 points	16 ^e position	10 points
2 ^e position	25 points	17 ^e position	9 points
3 ^e position	23 points	18 ^e position	8 points
4 ^e position	22 points	19 ^e position	7 points
5 ^e position	21 points	20 ^e position	6 points
6 ^e position	20 points	21 ^e position	5 points
7 ^e position	19 points	22 ^e position	4 points
8 ^e position	18 points	23 ^e position	3 points
9 ^e position	17 points	24 ^e position	2 points
10 ^e position	16 points	25 ^e position	1 point
11 ^e position	15 points		
12 ^e position	14 points		
13 ^e position	13 points		
14 ^e position	12 points		
15 ^e position	11 points		

- 7.2 On additionne :
- les points des six (6) meilleurs garçons inscrits par l'école.
 - les points des cinq (5) meilleures filles inscrites par l'école.

Article 8 **Délais**

Un élève-athlète qui ne se présente pas à son épreuve dans le temps prévu après l'appel de l'officiel perd son essai.

Article 9 **Récompenses**

- 9.1 Une bannière permanente est remise à l'équipe championne féminine et à l'équipe championne masculine
- 9.2 Des médailles sont attribuées pour les trois (3) premières places de chacune des catégories de poids corporel (homme : 8 catégories ; femme : 8 catégories). :
- Première : médaille d'or
 - Deuxième : médaille d'argent
 - Troisième : médaille de bronze

N.B. : Il est fortement recommandé aux élèves-athlètes désirant participer au championnat provincial scolaire invitation d'haltérophilie de prendre part, durant la saison, à une compétition comportant un processus de pesée supervisé par des officiels avec juges et spectateurs et ce, dans un but de familiarisation adéquate et de sécurité.