



## **RÉGLEMENT SPORTIF RÉGIONAL**

**SAISONS 2018/2019**



# TABLES DES MATIÈRES

## TABLE DES MATIERES

Table des matières .....	2
Préambule .....	2
A. Épreuves individuelles .....	3
A.1. Tournoi de rentrée .....	3
A.2. Championnat Départemental / Éliminatoire Départementale aux finales nationales .....	3
A.3. Grand Prix de Bretagne / Éliminatoire régionale aux finales nationales (hors U13) .....	3
A.4. Championnat de Bretagne / Éliminatoire de Province aux finales nationales .....	4
A.5. Challenges « Avenir » .....	5
A.6. Les animations U10/U13 (benjamins/minimes) .....	5
B. Épreuves par équipe .....	6
B.1. Championnat de Bretagne des clubs .....	6
B.2. Coupe de France des clubs .....	7
B.3. Championnat de France des équipes de ligues .....	8
C. Dispositions générales .....	8
D. Records régionaux .....	9
E. Les arbitres .....	10

## PRÉAMBULE

Les Athlètes, les Arbitres et les Clubs souhaitant participer aux programmes sportifs départementaux, de provinces et régionaux, tant pour les compétitions individuelles que celles par équipes, doivent être en conformité avec les statuts et règlements fédéraux relatifs aux licences et affiliations.

La participation d'athlètes aux compétitions départementales et/ou régionales peut être refusée par le Comité départemental et/ ou la Ligue régionale si l'athlète, l'association, l'établissement commercial ou la collectivité locale d'appartenance de l'athlète n'est pas à jour de son affiliation départementale et/ou régionale (licence ou affiliation activée dans l'intranet fédéral).

Les athlètes participant aux compétitions organisées par la LBHM s'engagent à respecter la « Charte d'éthique et de déontologie de la FFHM » ainsi que les règles relatives à la lutte antidopage.

Ce règlement est régi par la réglementation fédérale (FFHM) et internationale (IWF).



**LA BRETAGNE EST À LA FOIS UNE RÉGION, UNE LIGUE ET UNE PROVINCE.**

## A. EPREUVES INDIVIDUELLES

### A.1. TOURNOI DE RENTREE

Cette compétition est traditionnellement la première de la saison et se déroule fin septembre. Elle est départementalisée et ouverte à tous les compétiteurs de tous niveaux. Le classement se fera à l'indice dans les catégories masculines et féminines U15, U17, U20, Seniors, Masters.

Cette compétition peut-être un challenge « Avenir ».

### A.2. CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL / ELIMINATOIRE DEPARTEMENTALE AUX FINALES NATIONALES

Compétition ouverte à tous les compétiteurs, ayant concouru au moins une fois dans la saison. Epreuve organisée par les comités départementaux qui peuvent à leur initiative se regrouper si besoin.

Cette compétition est qualificative aux finales Nationales. Les essais seront jugés par des arbitres nationaux sur le plateau des IRG et +.

Les U13 auront un plateau spécifique conformément à la réglementation (voir règlement sportif National).

Seuls les athlètes classés « DEP » pourront prétendre au titre de champion départemental.

### A.3. GRAND PRIX DE BRETAGNE / ÉLIMINATOIRE RÉGIONALE AUX FINALES NATIONALES (HORS U13)

Compétition ouverte à tous les compétiteurs (sauf U10/U13), ayant concouru au moins une fois dans la saison. Pour les athlètes classés la ou les saisons précédentes et n'ayant pas concouru en 2017-2018, la règle d'un abattement d'une série par année sera appliquée afin de déterminer leur niveau de participation. Elle est qualificative aux finales nationales.

Cette épreuve donne lieu à un classement masculin et féminin par niveau d'âge et de pratique :

- Le niveau NCL/DEB/DEP/REG : 6 classements (cadet, junior et senior) (récompensé par le club organisateur)
- Le niveau IRG et + : 6 classements (cadet, junior et senior)
- Masters : Top IWF ( coefficient Meltzer-Faber)

Aucune enveloppe budgétaire pour les récompenses ne sera fournie par la LBHM. Le club organisateur se doit de récompenser à minima le niveau NCL/DEB/DEP/REG.

Pour les autres niveau (voir ci-dessus), il est laissé à l'initiative de l'organisateur de prévoir des récompenses.

**Une caution/engagement de 15€ sera demandée pour chaque athlète engagé, elle devra être jointe avec la feuille d'engagement. Le chèque ne sera encaissé que si un athlète est absent, La LBHM effectuera le remboursement du reste de la caution le cas échéant.**



Les délais d'engagement devront être respectés sous peine de pénalité (voir ci-après). La feuille d'engagement pourra parvenir par courrier électronique à l'adresse **commissiotechnique.lbhm@gmail.com**, et devras être confirmé par un chèque à l'ordre de la LBHM, la date d'envoi du courrier devra elle aussi respecter les dates d'engagements qui figurent dans l'annexe du règlement sportif.

Si un athlète souhaite participer à cette compétition après les date limites des engagements, il ne s'agira plus d'une caution/engagement mais d'un engagement de 15€.

Si un athlète arrive le jour de la compétition sans être engagé, le prix de son engagement sera de 50 euros.

**Aucun athlète ne pourra participer sans être engagé sauf si il paye les pénalités.**

#### A.4. CHAMPIONNAT DE BRETAGNE / ÉLIMINATOIRE DE PROVINCE AUX FINALES NATIONALES

Peuvent y participer :

- Les U10 (Benjamins) et U13 (Minimes) : tous ceux ayant fait au moins une animation ou une compétition dans l'année. Ils peuvent concourir dans la catégorie de poids de leur choix.
- Les Cadets (U15 et U17), Juniors (U20) et Seniors hommes et femmes : tous les athlètes ayant réalisé le minimum «REG» dans la saison. Un athlète ne peut concourir au Championnat de Bretagne que dans la catégorie dans laquelle il s'est qualifié.
- Les Masters Masculins et Féminins : ouvert à tous les vétérans ayant réalisé la série « Région » masters dans la saison et à condition d'avoir participé à une compétition minimum dans la saison en cours.

Le classement s'établit selon la catégorie de poids dans les catégories d'âge et de poids suivantes :

- 3 classements féminin et masculin (cadet, junior et senior) (récompensé par le club organisateur)
- Masters : Top IWF ( coefficient Meltzer-Faber)

Aux championnats de Bretagne deux classements par club sont réalisés selon la cotation suivante :

Challenge Isabelle Le Guennec (U10 à Masters) : 1<sup>er</sup> : 20 points, 2<sup>ème</sup> : 15 points, 3<sup>ème</sup> : 10 points, Autres : 5 points.  
Bonification : tout kilo au-delà de la série régionale pour les C/J/S/Ma.

Challenge Des Jeunes Bretons (U10 à U20) : 1pts par athlète participant. Les compétitions qui permettent l'obtention de points sont : Les challenges avenir (4), les éliminatoires départementaux, le GPB, le Championnat de Bretagne.

Cette compétition est régie par le cahier des charges en fin de ce règlement.

Les résultats seront pris en compte pour la qualification des équipes de ligues cadets/juniors.

La LBHM s'occupe des récompenses des deux challenges (soit trois trophées à chaque), ainsi que le top IWF féminin/masculin pour les U13, U15, U17, U20, seniors et master (soit 36 trophées). Le reste des récompenses est à la charge de l'organisateur, il se doit de remettre à chaque participant une médaille.

Une caution/engagement de 15€ sera demandée pour chaque athlète engagé, elle devra être jointe avec la feuille d'engagement. Le chèque ne sera encaissé que si un athlète est absent, La LBHM effectuera le remboursement du reste de la caution le cas échéant.

Les délais d'engagement devront être respectés sous peine de pénalité (voir ci-après). La feuille d'engagement pourra parvenir par courrier électronique, et devras être confirmé par un chèque à l'ordre de la LBHM, la date



d'envoi du courrier devra elle aussi respecter les dates d'engagements qui figurent dans l'annexe du règlement sportif.

Si un athlète souhaite participer à cette compétition après la date limites des engagements, il ne s'agira plus d'une caution/engagement mais d'un engagement de 15€.

Si un athlète arrive le jour de la compétition sans être engagé, le prix de son engagement sera de 50 euros.

**Aucun athlète ne pourra participer sans être engagé sauf si il paye les pénalités.**

.

#### A.5. CHALLENGES « AVENIR »

Compétitions départementalisées ou inter-départementalisées. Chaque compétition permet un classement national après cette journée.

Les compétitions avenir sont ouvertes à tous les athlètes de série NCL/DEB/DEP/REG qu'ils soient benjamins, minimes, cadets, juniors ou seniors. 4 compétitions sont obligatoires entre le 1<sup>er</sup> septembre 2018 et le 16 mars 2019. Les seniors ne peuvent pas participer en qualité de masters.

Cependant, les athlètes IRG peuvent y participer. Ils seront clairement identifiés sur la feuille de match et leurs résultats ne seront pas pris en compte pour la compétition mais seront intégrés dans les listings trimestriels.

Le club organisateur à la possibilité d'organiser une animation U10/U13 le matin avant cette compétition.

Le nombre de challenge « Avenir » est illimité dans la saison.

#### A.6. LES ANIMATIONS U10/U13 (BENJAMINS/MINIMES)

Les animations régionales U10 et U13 ont pour but d'associer approche technique et développement des qualités physiques. La commission sportive régionale en collaboration avec l'Equipe Technique Régionale nomme pour chaque animation un entraîneur responsable chargé du bon déroulement de l'animation. Les entraîneurs présents seront associés à l'encadrement de la journée.

Exemple de planning :

- Accueil 10h30-10h45
- Activités physiques 11h-11h45
- Activités techniques 11h45-12h15
- Pesé 12h30
- Compétition 14h00

##### **1ère partie :**

##### **1. Epreuves physiques/ athlétiques :**

Un tirage au sort sera effectué pour choisir un mouvement de chaque catégorie (sauter, lancer, courir)

##### **2. Séance technique :**

Encadrement : 1 entraîneur pour 8/10 athlètes (selon le niveau de pratique), 2 pour + de 10 athlètes

**But :** Perfectionnement technique, Correction de placement, Apprentissage de mouvement, Détermination du niveau technique de l'athlète.



**Déroulement :** 2/3 personnes par barre, surveiller les bons placements, surveiller la bonne exécution du mouvement

1 à 3 mouvements par mouvement (arraché, épaulé et jeté) selon le nombre de séries et de répétitions  
Choisir des mouvements de remédiation technique plutôt que technique et semi technique

**Arraché :** Savoir tirer/ savoir chuter : Départ d'arraché, THA, TBA, passage arraché, chute arraché, arraché force

**Epaulé :** Savoir tirer/ savoir chuter : Départ d'épaulé, THE, TBE, passage épaulé, épaulé force

**Jeté :** Savoir pousser/ savoir chuter : Passage de jeté, jeté force, va et viens de jeté

Notation technique durant les mouvements, débriefing de l'encadrement à la fin de la séance technique.

### **2ème partie :**

Compétition classique avec pesée, en simple, pas de round système (cf. réglementation national)

Remise des récompenses à l'issue du plateau, le classement sera effectué en additionnant les résultats des épreuves physiques/ athlétiques.

Etant donnée le bon niveau technique de certains athlètes, selon la notation donnée lors de la première animation effectuée par l'athlète, il aura la possibilité de ne pas participer aux premières parties des animations suivantes (à savoir les épreuves athlétiques ainsi que techniques) et donc participer uniquement à la compétition.

Il pourra en contrepartie être « mini-coach » et donc corriger les différents placements et gestes techniques des autres athlètes.

L'encadrement effectuera un bref débriefing avec le ou les athlètes « mini-coach » permettant un retour sur la séance.

Un Challenge des Jeunes Bretons est organisé conjointement donnant lieu à un classement à la participation. (4 animations + Championnat de Bretagne)

Une remise de trophée aura lieu à l'occasion des championnats de Bretagne.

## **B. EPREUVES PAR EQUIPE**

### **B.1. CHAMPIONNAT DE BRETAGNE DES CLUBS**

B.1.1. Le championnat se compose de deux divisions une masculine et une féminine.

B.1.2 Organisation des divisions

Moins de 9 équipes engagées	Division masculine ou féminine simple
De 9 à 14 équipes engagées	2 sous-divisions masculine ou féminine
+ 15 équipes engagées	3 sous-divisions masculine ou féminine

B.1.3. Le championnat se déroule sur quatre (4) journées avec la possibilité d'une finale pour les 3 premières équipes de la division selon le tirage au sort et le nombre d'équipes engagées. Possibilité d'une finale commune avec les 3 premières équipes d'une région limitrophe.

B.1.4. Les poules sont constituées au regard du classement de la saison précédente et des équipes engagées.



- B.1.5 Il y a au maximum 2 équipes du même club par divisions ou sous-divisions sauf pour la dernière division.
- B.1.6. L'engagement est fixé à la réunion de début de saison.
- B.1.7. Un club peut engager plus d'équipes que la saison précédente. Ces nouvelles équipes débiteront dans la division régionale la plus basse.
- B.1.8. S'agissant des équipes souhaitant accéder en N2 Hommes et N1 Femmes, elles devront être constituées de 5 hommes ou 4 femmes.
- B.1.9. La constitution des matchs se fait par tirage au sort par la commission technique suite aux engagements.
- B.1.10. Le classement se fait sur les 4 premières journées du championnat pour les équipes avec 5 hommes et avec 4. Seul les 3 premières équipes de chaque divisions et/ou sous divisions participent à la finale. Le classement final du Championnat se fait lors de la finale grâce à la moyenne de la moyenne des 4 journées et de la finale.
- B.1.11. La participation des licenciés étrangers ainsi que des athlètes mutés est admise sans restriction. Toutefois, pour les clubs souhaitant monter en division nationale la réglementation fédérale s'applique : à savoir un seul étranger ou un seul muté.
- B.1.12. Une équipe se présentant avec seulement (3) athlètes chez les hommes ou (2) athlètes chez les femmes marquera toutefois les 2 points réservés à la défaite.
- B.1.13. Une équipe forfait enregistre un score de 0.
- B. 1.14. L'équipe doit se présenter complète à la pesée, dans l'ordre du tirage au sort. La pesée des féminines se fait toujours indépendamment de la pesée des masculins. Si celle-ci n'est pas assurée par une arbitre féminine, la pesée des compétitrices se fera en en présence d'autres athlètes féminines représentant d'autres équipes. Si cette mesure n'est pas possible, la pesée des compétitrices se fera en maillot de compétition. Dans ce cas un forfait de 200 grammes sera enlevé au poids de pesée.
- B.1.15. Un athlète ayant tiré lors de 2 journées dans une équipe du club quelle que soit la division, ne pourra plus participer dans une équipe du club évoluant en division inférieure.
- B.1.16. Les accessions et relégations sont effectuer en fonction du nombre de points des équipes de 5 et des 4 journées. Seules les 2 premières équipes peuvent montées. Le gagnant de la poule monte automatiquement et le second monte si sa moyenne (4 journées) est supérieure à la moyenne de l'avant dernier de la poule supérieure.
- B.1.17. Le club organisateur doit mettre à disposition des athlètes au moins deux barres à l'échauffement et des disques nécessaires par équipe.
- B.1.18. Le club organisateur doit assurer le secrétariat de la rencontre et procéder au chargement des barres.
- B.1.19. Le système de classement (aux nombres de points et non à l'iwf) est le même que celui de FFHM.
- B.1.20. Une caution de 150€ (100€ pour l'équipe et 50€ pour l'arbitre) sera demandée par équipe. Si l'équipe est forfait, le chèque sera encaissé. Cependant, un arbitre devra se déplacer pour officier ou la caution de l'arbitre sera également encaissée.
- B.1.21. Le club participera aux récompenses à hauteur de 40€ par équipe pour l'ensemble des journées du championnat. Ce versement se fera lors de l'engagement.

## B.2. COUPE DE FRANCE DES CLUBS

Voir réglementation Nationale

### B.3. CHAMPIONNAT DE FRANCE DES EQUIPES DE LIGUE

Les équipes seront sélectionnées par l'ETR et la commission technique en fonction des résultats lors du Championnat de Bretagne.

### C.DISPOSITIONS GENERALES

C.1. Lors de la pesée, la présentation de la licence pour la saison en cours est obligatoire, ou à défaut une attestation imprimée et signée ou téléchargée ou une vérification intranet par le corps arbitral. Tout comme l'organisateur le corps arbitral ne pourra être tenu pour responsable en cas d'impossibilité à faire cette vérification intranet. Les arbitres doivent mettre à disposition leurs licences et carnets d'arbitrage.

C.2. La date limite de qualification pour le championnat de Bretagne est fixée à J-14 et la liste des qualifiés est diffusée à J-21. La sélection est établie par la Ligue de Bretagne : aucune demande de dérogation ne sera examinée.

C.3. Aux compétitions départementales et régionales individuelles, l'athlète étranger âgé de plus de 20 ans (senior) pourra être classé, sous réserve toutefois qu'il réside sur le territoire national. Dans l'autre cas il apparaîtra comme Open. Les athlètes étrangers (ères) des catégories Minimes, Cadets et Juniors (moins de vingt ans) participent au même titre que les athlètes Français à toutes les compétitions départementales et régionales individuelles.

C.4. Un athlète ou une équipe est autorisé(e) à entrer dans la salle de pesée uniquement s'il possède(nt) leur(s) licence(s) avec eux. Elle(s) ne peut (pourront) pas être remis plus tard. Les barres de départs doivent être précisées lors de la pesée de l'athlète.

C.5. Lors de la présentation des athlètes et de la proclamation des résultats, les participants de la compétition doivent être présents et en tenue sportive.

C.6. Les résultats des rencontres doivent être transmis par mail au Président Commission sportive au plus tard le dimanche soir 19h suivant la compétition. Si les résultats ne sont pas transmis en temps et en heures, une pénalité sera enregistrée pour son équipe régionale (Défaite de l'équipe soit 2 points).

C.7. Un Athlète qui monte de catégorie monte avec son total : En effet, un Athlète peut se présenter dans une catégorie supérieure à sa catégorie habituelle. S'il n'a jamais tiré dans cette catégorie, son meilleur total de la saison en cours est pris en compte et si celui-ci correspond au niveau d'accès requis pour la compétition, il peut tirer dans cette nouvelle catégorie.

C.8. Un Athlète qui descend de catégorie descend avec sa série : En effet, un Athlète peut se présenter dans une catégorie inférieure à sa catégorie habituelle. S'il n'a jamais tiré dans cette catégorie, son classement en série de la saison en cours est pris en compte et si celui-ci correspond au niveau d'accès requis pour la compétition, il peut tirer dans cette nouvelle catégorie.

C.9. Il est tenu compte de tous les résultats des compétitions officielles départementales, de province et régionales, nationales et internationales, pour le classement en série des Athlètes. Le changement de série prend effet le jour même où la performance est réalisée.

C.10. Les compétitions (pesée) peuvent débuter dès 8h du matin et finir au plus tard (remise des récompenses) à 22h (amplitude max 11h → 1ère pesée à dernière remise des récompenses). La composition d'un plateau ne peut excéder 21 athlètes. Au-delà, il devra être scindé en deux, cela peut être modifié à l'unanimité des clubs



participants. Pour un plateau inférieur à 11 athlètes inclus, le temps de pause entre l'arraché et l'épaulé-jeté est de 15 minutes.

#### C.11.

- La diffusion du programme prévisionnel se fait trois semaines minimum avant le jour j.
- Pour ce faire le club organisateur doit transmettre à la commission technique son prévisionnel en amont, puis la commission technique le ventilerà aux clubs. Les clubs auront donc à minima une semaine pour engager leurs athlètes.
- A l'issue de la date butoir la liste des athlètes engagés sera envoyée au club organisateur par la commission technique (soit deux semaines avant le jour de la compétition).
- Dès la réception de cette liste d'athlètes le club organisateur fournira son programme officiel à la commission technique, il précisera si une buvette est mise en place.
- L'envoi du programme définitif sera assuré par la commission technique.

C.12. Toute personne (arbitres, chargeurs, athlètes ou coachs) en activité, consommant une boisson alcoolisée dans l'aire de compétition et dans l'enceinte d'échauffement sera exclu de cette zone. Le club organisateur à l'obligation de tout mettre en œuvre pour le faire sortir de la zone.

C.13. Pour toutes les compétitions de la LBHM, les athlètes devront saluer les arbitres lors de la sortie à l'issue de la présentation.

C.14. Tous les engagements aux compétitions devront être effectués avec le formulaire fourni par la LBHM. Aucun autre moyen ne pourra être pris en compte.

## D. RECORDS REGIONAUX

D.1. Il n'existe aucun record individuel pour les catégories des U10 et U13 tant chez les masculins que chez les féminines. Un record régional U15 ne peut être battu respectivement que par un(e) athlète U15. Un record régional U17 ne peut être battu respectivement que par un(e) athlète U15 ou U17. Un record régional U20 ne peut être battu respectivement que par un(e) athlète U15, U17 ou U20. Les records régionaux Seniors peuvent être battus par des athlètes U15, U17, U20 ou Senior.

D.2. Un record régional ne peut être établi que lors d'une compétition officielle de la LBHM, ou lors des finales nationales ou internationales reconnue par la FFHM.

D.3. Les records par équipe sont ceux correspondant aux équipes reconnues par la FFHM et la LBHM. Tout comme en individuel des records U17 peuvent être battus par des U15 et ainsi de suite. Les records par équipe peuvent être battus dans les compétitions par équipe uniquement.

D.4. Lors des épreuves départementales et régionales un record régional peut être proposé à l'homologation par : Un (1) arbitre national neutre ou Trois (3) arbitres régionaux à la majorité des voix dont un seul maximum du même club que l'athlète.

D.5. Pour qu'un record soit homologué le ou les arbitres devront remplir et signer un PV attestant de la réalisation du Record de Bretagne.

D.6. Pour chaque record battu lors d'épreuves de territoire nationale ou internationale, la feuille de match dûment signée fera foi.

D.7. Un Arbitre participant en tant qu'Athlète lors d'une rencontre ne peut arbitrer en même temps cette rencontre, ni même signer ou valider les feuilles de matchs et les procès-verbaux qui s'y réfèrent.



## E. LES ARBITRES

E.1. Tout arbitre doit obligatoirement être en tenue officielle pour les arbitres nationaux quel que soit le niveau de la compétition et pour les arbitres régionaux, le polo de l'arbitre de la LBHM avec le macaron, un pantalon de ville / jean (pas de jogging) et des chaussures de ville.

E.2. Un arbitre doit être présent pendant toute la durée de la compétition sur laquelle il officie y compris lors de la pesée → présence des 3 arbitres obligatoire.

E.3. Un arbitre doit être présent à sa place lors de la présentation des athlètes et la remise des récompenses.

E.4. Un arbitre doit procéder obligatoirement à un recyclage par olympiade (1 fois tous les 4 ans).

E.5. Un arbitre en fonction ne peut en aucun cas poser un téléphone sur sa table que ce soit pour filmer le plateau (sauf demande du responsable d'arbitrage), prendre des photos des athlètes avec n'importe quel objet, téléphoner ou envoyer des messages avec son téléphone portable.

E.6. La LBHM met en place le système de cartons jaunes et rouge lors de toutes les compétitions. (voir règlementation national de la commission national de l'arbitrage)

**Le présent Règlement Sportif est complémentaire au Règlement Sportif Fédéral Haltérophile de la FFHM et de la IWF et au Règlement de la FFHM et de la IWF.**

**LE COMITE DIRECTEUR DE LA L.B.H.M. EST SEUL RESPONSABLE DU PRESENT REGLEMENT.**

**IL EST SEUL HABILITE A TRANCHER LES LITIGES DECOULANT DES ARTICLES DU PRESENT REGLEMENT ET POUR SE FAIRE, S'APPUIE SUR L'EXPERTISE DE LA COMMISSION TECHNIQUE D'HALTEROPHILIE.**

**IL PEUT À TOUT MOMENT, S'IL LE JUGE NECESSAIRE, MODIFIER TOUT OU PARTIE DU REGLEMENT.**