

COMITE DEPARTEMENTAL DES HAUTS-DE-SEINE D'HALTEROPHILIE-MUSCULATION



CD 92

Fondé le 1^{er} janvier 1969

1 rue de la chasse

92000 NANTERRE

RÈGLEMENTATION DES COMPÉTITIONS HALTÉROPHILES

SAISON 2024-2025

La saison sportive se déroule du 1^{er} septembre au 31 août de l'année suivante.

1. CATEGORIES D'AGE

Les catégories d'âge sont valables pour toute la saison sportive.

Une catégorie d'âge est définie par référence à l'année de naissance de l'haltérophile.

Les changements de catégories d'âge ont lieu le 1^{er} septembre.

Ainsi, en 2023-2024, les catégories d'âge sont les suivantes :

BENJAMINS (U10) Athlètes nés en 2015, 2016, 2017, 2018 (7, 8, 9 et 10 ans en 2025)

MINIMES (U13) Haltérophiles nés en 2012, 2013, 2014 (11, 12, 13 ans en 2025)

CADETS 1 (U15) Haltérophiles nés en 2010, 2011 (14, 15 ans en 2025)

CADETS 2 (U17) Haltérophiles nés en 2008, 2009 (16, 17 ans en 2025)

JUNIORS (U20) Haltérophiles nés en 2005, 2006, 2007 (18, 19, 20 ans en 2025)

SENIORS Haltérophiles nés en 2004 et avant (21 ans et plus en 2025)

(SENIORS non vétérans Haltérophiles nés de 1991 à 2004 (21 à 34 ans en 2025))

VÉTÉRANS Haltérophiles nés en 1986 et antérieurement (35 ans et plus en 2025)

Les benjamins ne peuvent participer qu'aux « challenges ».

Il existe 10 catégories d'âge Vétérans pour les hommes et 8 pour les femmes :

Age 1 (35 à 39 ans)	Haltérophiles nés de 1986 à 1990	M35 et W35
Age 2 (40 à 44 ans)	Haltérophiles nés de 1981 à 1985	M40 et W40
Age 3 (45 à 49 ans)	Haltérophiles nés de 1976 à 1980	M45 et W45
Age 4 (50 à 54 ans)	Haltérophiles nés de 1971 à 1975	M50 et W50
Age 5 (55 à 59 ans)	Haltérophiles nés de 1966 à 1970	M55 et W55
Age 6 (60 à 64 ans)	Haltérophiles nés de 1961 à 1965	M60 et W60
Age 7 (65 à 69 ans)	Haltérophiles nés de 1956 à 1960	M65 et W65
Age 8 (70 ans et +)	Haltérophiles nées en 1955 et avant.	W70+ femmes seulement
Hommes :		
Age 8 (70 à 74 ans)	Haltérophiles nés de 1951 à 1955	M70 hommes seulement.
Age 9 (75 ans et plus)	Haltérophiles nés en 1946 à 1950	M75 hommes seulement.
Age 10 (80 ans et plus)	Haltérophiles nés en 1945 et avant	M80+ hommes seulement.

2. CATEGORIES DE POIDS ET CLASSEMENT EN SERIES

Les haltérophiles cadets, juniors, seniors font l'objet d'une classification en séries, correspondant au total olympique réalisé dans une catégorie de poids dans le cadre d'une compétition haltérophile départementale, régionale, nationale ou internationale.

Les vétérans sont considérés comme seniors pour ces minima.

La classification est définie par des tableaux de minima (hommes et femmes).

Pour déterminer la série d'un haltérophile, on ne prend en compte que les résultats de la saison en cours et ceux de la saison précédente.

Il y a 10 catégories de poids chez les hommes et 10 chez les femmes (9 en minimales HF).

L'écart entre deux essais est de 1 kg minimum.

Dispositions particulières :

1. Tout athlète qui monte dans la catégorie d'âge ou de poids supérieure est reclassé en fonction de sa meilleure performance réalisée dans sa précédente catégorie.

2. Tout athlète n'ayant pas participé à une compétition au cours d'une saison perd une série par saison pour les saisons suivantes.

3. Tout athlète qui descend de catégorie pour une compétition pourra être engagé dans la série correspondant à son ancienne catégorie. Il sera reclassé dans sa nouvelle catégorie en fonction de la performance réalisée dans cette compétition.

Catégories de poids des cadets 1 et 2 :

Filles	40 kg	45 kg	49 kg	55 kg	59 kg	64 kg	71 kg	76 kg	81 kg	+ 81 kg
Garçons	49 kg	55 kg	61 kg	67 kg	73 kg	81 kg	89 kg	96 kg	102 kg	+102 kg

Catégories de poids des seniors et des juniors :

Femmes	45 kg	49 kg	55 kg	59 kg	64 kg	71 kg	76 kg	81 kg	87 kg	+ 87 kg
Hommes	55 kg	61 kg	67 kg	73 kg	81 kg	89 kg	96 kg	102 kg	109 kg	+109 kg

3. MINIMALES

Les compétitions ouvertes à la catégorie "MINIMALES" sont régies par les dispositions particulières suivantes :

Catégories de poids :

Filles	35 kg	40 kg	45 kg	49 kg	55 kg	59 kg	64 kg	71 kg	+71 kg
Garçons	35 kg	40 kg	45 kg	49 kg	55 kg	61 kg	67 kg	73 kg	+73 kg

Compétitions :

Les minimales ne peuvent participer qu'aux compétitions qui leur sont réservées, avec la réglementation particulière suivante :

L'écart entre 2 essais consécutifs est de 1 ou 2 kg.

Toute tentative manquée ne pourra être suivie que par la même charge.

La performance est définie par l'addition des deux meilleurs essais réalisés à l'arraché et des deux meilleurs essais réalisés à l'épaulé jeté.

Toute tentative manquée est comptée 0.

Il n'y a pas de classement en séries pour les minimales.

Les minimales ne peuvent pas participer à une compétition par équipes dans une équipe composée avec des haltérophiles d'autres catégories d'âge.

4. REGLEMENTATION DES COMPETITIONS DEPARTEMENTALES

CHAMPIONNATS DES HAUTS-DE-SEINE (CLASSEMENT ANNUEL)

Tous les résultats officiels de l'année sportive comptent (du 1^{er} septembre au 30 juin).

Le but est de répertorier tous les haltérophiles du département dans un même classement et d'avoir tous les clubs haltérophiles du département dans un classement.

Championnats des Hauts-de-Seine individuels.

Nous avons un classement individuel dans chaque catégorie de poids (10 chez les hommes et 10 chez les femmes) et d'âge (minimes, cadets, juniors, seniors). Un haltérophile n'est classé que dans une catégorie. Les minimes sont concernés également.

Le premier de chaque catégorie est déclaré **champion des Hauts-de-Seine de cette catégorie.**

Championnats des Hauts-de-Seine par équipes.

Le premier de chaque catégorie marque 16 points, le deuxième 14, le troisième 13, le quatrième 12 points, ... le quinzième 1.

Nous avons un classement masculin et un classement féminin.

Une coupe récompense le meilleur club masculin et le meilleur club féminin.

CHALLENGE D'ENCOURAGEMENT (3 tours, voire 4 si la FFHM l'impose)

Epreuve individuelle. Organisation départementale (par groupe de départements).

Trois épreuves : Automne, hiver et printemps. Dates fixées par le comité régional.

Epreuve ouverte : aux benjamins-minimes HF, aux **cadets et juniors, de niveau inférieur ou égal à la série inter-régionale**, et aux seniors, hommes et femmes, **de niveau inférieur ou égal à la série régionale.**

Classement individuel par catégories d'âge, de poids et de sexe, la participation du plus grand nombre étant souhaitable.

CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX INDIVIDUELS

Epreuve réservée aux haltérophiles minimes et cadets-juniors-seniors, hommes et femmes, **classés en série départementale et plus** (résultats de la saison en cours et de la saison précédente).

5. REGLEMENTATION SPECIFIQUE AUX COMPETITIONS HALTEROPHILES

CLUB ORGANISATEUR

Le club en charge de l'organisation d'une compétition du ressort du comité départemental ou du comité régional doit prévoir :

- la possibilité d'accès au lieu de la compétition au moins un quart d'heure avant le début de la compétition,
- les barres haltérophiles et les disques pour l'échauffement et la compétition,
- la bascule (si possible numérique) en état pour la pesée,
- le secrétariat de la compétition et les feuilles de matches,
- les chargeurs.

La feuille de match doit être remplie de manière complète et lisible par le secrétaire de la compétition.

En particulier, doivent figurer impérativement les renseignements suivants :

- Nom et prénom de l'athlète, son club, sa nationalité,
- Date de naissance (y compris pour les seniors et les vétérans),
- Poids de corps,
- Meilleurs essais à l'arraché et à l'épaulé-jeté,
- Total olympique.

La feuille de match d'une compétition du ressort du comité départemental ou du comité régional doit être retournée sans délai au président du CIF.

Le président du CIF a la responsabilité d'établir avec le secrétaire général du CIF les listings des performances des haltérophiles du comité régional, qu'il doit transmettre à la commission nationale d'haltérophilie à des dates-butoirs.

A cet effet, il est impératif que lui soit retournée une copie de toutes les feuilles de match où figurent les résultats des haltérophiles du comité d'Ile-de-France.

ARBITRES

Les arbitres désignés par le comité départemental ou par la commission d'haltérophilie du CIF doivent être présents, en tenue officielle, au début de la pesée.

Ils sont chargés :

- de la pesée officielle,
- de vérifier la validité des licences des haltérophiles,
- de vérifier que l'athlète est bien autorisé à participer à la compétition,
- de vérifier le bon état du matériel de compétition (barre - disques et système d'arbitrage),
- de l'arbitrage de la compétition.

En cas d'empêchement, tout arbitre désigné doit impérativement prévenir le président du comité départemental ou le président du CIF.

COMPETITEURS

Dans les compétitions, les haltérophiles doivent porter un maillot haltérophile propre d'une seule pièce et sans col qui laisse les coudes et les genoux découverts.

Le port du T-shirt sans col est permis sous le maillot ; toutefois les manches ne doivent pas recouvrir les coudes.

Lors de la remise des récompenses, l'athlète doit se présenter en tenue de compétition ou en survêtement.

Lors de la pesée, les haltérophiles doivent présenter aux arbitres leur licence.