



RÈGLEMENT

« DEADLIFT BATTLE »

Compétition du 25 juin 2022 à
Bourgoin-Jallieu

ARTICLE 1 : Définition de l'épreuve

1.1 La compétition « DEADLIFT BATTLE » est une compétition individuelle dans laquelle l'athlète effectue plusieurs soulevés de terre. Le règlement technique est celui de l'IPF à l'exception de ce qui est spécifié ci-dessous.

ARTICLE 2 : Engagement

2.1 Les inscriptions se font via internet sur le site de la Ligue Lauraf.

ARTICLE 3 : Catégories et barres de départ

3.1 Le classement se fait à l'indice GL Point, par sexe et catégories d'âge, il n'y a donc pas de catégorie de poids de corps.

	HOMME			FEMME		
Catégorie	JUNIOR	SENIOR	MASTER	JUNIOR	SENIOR	MASTER
Année de naissance	2007 à 1999	1998 à 1983	1982 et antérieurement	2007 à 1999	1998 à 1983	1982 et antérieurement

Une barre minimum de départ sexe Femme/Homme est déterminée de la manière suivante :

80kg pour les femmes

120 kg pour les hommes

ARTICLE 4 : Déroulement de la compétition

4.1 L'athlète devra effectuer une pesée avec au moins 1 arbitre au plus tard 30 min avant le début du passage de son groupe.

La barre est chargée au poids de départ en fonction du sexe du groupe.

Les athlètes sont appelés par ordre de poids de corps du plus lourd au plus léger. Ils peuvent soit tenter la barre chargée soit faire l'impasse.

Quand tous les athlètes sont passés, la barre est augmentée de 5 kg et les athlètes sont de nouveau appelés par ordre de poids de corps décroissant et peuvent à chaque fois tenter la barre ou faire l'impasse.

Si un essai est raté, l'athlète peut retenter au même poids ou ne pas faire le deuxième essai et il aura 1 seul essai pour la barre suivante qu'il aura choisi plus lourde. S'il rate ce nouvel essai avec la barre plus lourde il sera éliminé. S'il réussit cette barre il a de nouveau 2 essais pour la barre suivante.

Si un athlète se succède à lui-même il aura 2 minutes de récupération.

4.2 Des groupes des 12 athlètes maximum seront constitués pour éviter de trop grand temps de repos. Ceux-ci seront fait après la pesée en fonction du nombre d'athlètes inscrits.

ARTICLE 5 : Arbitrage

5.1 L'arbitrage est assuré par des arbitres régionaux ou nationaux licenciés à la FFForce.

ARTICLE 6 : Tenues des athlètes et matériel

6.1 Les tenues autorisées sont celles décrites dans le règlement IPF et dans le règlement sportif de la FFForce. Pour les débutant(e)s, il est exceptionnellement autorisé le port d'un T-Shirt manches courtes avec un short type cycliste. Les chaussettes hautes sont obligatoires.

6.2 Le matériel doit être conforme au règlement IPF et au règlement sportif de la FFForce.