

La Fédération d'haltérophilie du Québec sanctionne les épreuves au programme des Jeux du Québec et les règlements spécifiques de la Fédération sont en vigueur aux Jeux du Québec.

**I. JEUX DU QUÉBEC RÉGIONAUX**

**A) CATÉGORIES ADMISSIBLES DE LA FÉDÉRATION**

<b>CATÉGORIES</b>	<b>ÂGE 2012 Nés(es) entre 1995 et 2001</b>	<b>SEXE Masculin &amp; Féminin</b>	<b>ÉPREUVES Arraché Épaulé-jeté Total</b>
	<b>2013 Nés(es) entre 1996 et 2002</b>		
	<b>CATÉGORIES HOMMES</b>		<b>CATÉGORIES FEMMES</b>
	51 kg		48kg
	56 kg		53kg
	62 kg		58kg
	69 kg		63kg
	77 kg		69kg
	85 kg		75 kg
	94 kg		+ de 75 kg
	+ de 94 kg		

**B) AFFILIATION**

Non requise pour les Jeux du Québec régionaux

## II. FINALE DES JEUX DU QUÉBEC - HIVER 2013

### A) CATÉGORIES

#### CATÉGORIES

Nés(es) entre le 01/01/1996 et le  
31/12/2000

#### SEXE

Masculin & Féminin

#### ÉPREUVES

Arraché  
Épaulé-jeté  
Total

#### Catégories de poids

Hommes (7 catégories)

Femmes (5 catégories)

51 kg

48 kg

56 kg

53 kg

62 kg

58 kg

69 kg

63 kg

77 kg

+ de 63 kg

85 kg

+ de 85 kg

### B) COMPOSITION DE L'ÉQUIPE REPRÉSENTANT LA RÉGION



#### **Athlètes**

**Maximum:** 8 athlètes (garçons et filles)

Maximum de 3 athlètes par catégorie de poids

(hommes : 7 catégories & femmes : 5 catégories).

#### **Entraîneur - accompagnateur**

1 entraîneur chef et 1 entraîneur adjoint ou 1 entraîneur chef et 1 accompagnateur

Si l'équipe choisit d'inscrire 3 filles et plus, il est préférable qu'un des entraîneurs/accompagnateurs soit une femme.

### C) SPÉCIFICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS



L'entraîneur-chef devra posséder le niveau de certification du PNCE suivant :

- Niveau 1 certifié ou Introduction à la compétition - Partie A multisport, technique et pratique niveau 1 en haltérophilie.

L'entraîneur-adjoint devra posséder un des niveaux de certification du PNCE suivant :

- Introduction à la compétition - Partie A multisport (niveau #1 théorie) et / ou, Instruction pour les débutants (I) - haltérophilie (niveau #1 technique en haltérophilie).

**D) AFFILIATION ET MODALITÉS**

Les athlètes avec licence «développement» et les entraîneurs doivent être affiliés avant le 17 février 2013.  
Coût: 25 \$ (à confirmer en septembre 2012).

**E) MODE DE SÉLECTION RÉGIONALE**

Selon les critères établis par l'Association régionale d'haltérophilie.

**F) ADMISSIBILITÉ**

- La région devra avoir tenu un événement à l'hiver 2012.
- L'athlète doit avoir participé aux Jeux régionaux - Hiver 2013.
- Exception : les athlètes éligibles à la Finale des Jeux du Québec - Hiver 2013 et qui auront participé au Championnat Canadien Junior - 2013 (prévu le 19 janvier) seront admissibles.

**G) LIEU D'APPARTENANCE DE L'ATHLÈTE**

Club affilié à la Fédération d'haltérophilie du Québec

**H) FORMULE DE COMPÉTITION À LA FINALE**

Classement par catégorie de poids corporel.

**I) SURCLASSEMENT**

Lors de la réunion disciplinaire, les entraîneurs devront confirmer les catégories de leurs athlètes, selon les règlements de la fédération d'haltérophilie (I.W.F.). En cas d'absence, la fiche d'inscription sera annulée.

**J) SUBSTITUTION**

Permise

**K) EXCLUSION**

Aucune

**L) MÉDAILLES**

Le nombre prévu de médailles distribuées lors de la Finale sera de :

Médailles d'or : 36

Médailles d'argent : 36

Médailles de bronze : 36

Aucune médaille ne sera remise aux entraîneurs

**M) SYSTÈME DE POINTAGE**

Le système de pointage qui sera utilisé sera le suivant :

Épreuve(s) = toutes les épreuves

Point attribué à la première position = 57

Nombre de point séparant chaque position = 1

Toute exception à quelque règlement ci-haut mentionné doit faire l'objet d'une entente tripartite écrite entre la Fédération sportive de régie provinciale, le Comité organisateur des Jeux du Québec régionaux et **SPORTSQUÉBEC**