
REGLEMENT SPORTIF DE LA FORCE ATHLETIQUE

Saison 2009/2010

Chapitre II : Compétitions de Développé Couché Seul

ARTICLE 1 :

Champ d'Application

- 1.1 Le présent règlement s'applique aux catégories d'âges suivantes : Junior, Espoir, Senior (Open) et Master. Pour la catégorie Junior, la tenue et les équipements sont spécifiques (voir art. 15 du présent règlement). Au développé couché seul, la catégorie Cadet(te) n'existe pas. Pour ce règlement le terme « finales nationales » s'applique aux championnats de France individuels. Le terme « finales par équipes » s'applique au challenge Jean Villenave et à la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

ARTICLE 2 :

Les compétitions :

- 2.1 Les compétitions de force athlétique et de développé couché seul sont des activités sportives distinctes. Le présent règlement ne s'applique qu'aux compétitions de développé couché seul. Les compétitions de force athlétique font l'objet d'un autre règlement. Le développé couché réalisé dans le cadre d'une compétition de force athlétique n'est pas pris en compte pour déterminer un niveau dans la discipline du développé couché seul.

ARTICLE 3 :

Les niveaux et participation aux compétitions :

- 3.1 Les compétitions sont de différents niveaux pour permettre un regroupement des athlètes de même valeur et les conduire vers des niveaux supérieurs. Les différents niveaux sont les suivants : départemental, régional, interrégional, national, international B et international A. Les niveaux internationaux ne sont pris en compte que lors des finales nationales ou lors des compétitions internationales.
- 3.2 Les compétitions permettent l'obtention d'un niveau. Un athlète qui pratique les deux disciplines a de ce fait un niveau en force athlétique et un niveau, identique ou différent, en développé couché seul. Il ne peut pas arguer de sa performance au développé couché obtenue en force athlétique pour obtenir un niveau en développé couché seul.
- 3.3 Les compétitions sont ouvertes aux athlètes dont le niveau est conforme à celui requis pour chaque compétition dans le calendrier national. Cependant, les vainqueurs des compétitions départementales et régionales de chaque catégorie de sexe, d'âge et de poids sont directement qualifiés pour la compétition de niveau supérieur. Pour cette dernière, ils sont qualifiés seulement dans la catégorie de sexe, d'âge et de poids dans laquelle ils ont gagné. Mais le champion départemental devra, au minimum, avoir le niveau départemental pour participer au championnat régional et le champion régional devra, au minimum, avoir le niveau régional pour participer au championnat de zone.

- 3.4 Le titre de champion départemental pourra être attribué à n'importe quel participant, de nationalité française, même s'il n'a pas le niveau départemental.
- 3.5 Un athlète qui n'a jamais participé à une compétition ou qui n'a pas participé pendant une saison entière, devra obligatoirement se classer ou se reclasser dans l'une des compétitions suivantes : premier pas ou critérium des espoirs ou championnat départemental. En aucun cas, il ne pourra se présenter à une autre compétition en vue d'une éventuelle qualification directe pour une des finales nationales. Néanmoins, il pourra participer « hors match », au championnat régional pour pouvoir se qualifier pour le championnat de zone. En aucun cas un athlète ne pourra participer « hors match » au championnat de zone (sauf les étrangers).
- 3.6 Un athlète qui atteint un niveau à la fin d'une saison sportive peut participer à sa première compétition de la saison suivante en fonction de ce niveau. Ce dernier ne sera pas remis en cause dans le cas où il décide de participer dans une catégorie de poids de corps supérieure ou inférieure.
- 3.7 Un athlète qui atteint un niveau lors d'une saison sportive garde ce niveau minimal toute la saison même s'il change de catégorie de poids de corps au cours de cette saison. Cependant, ceci ne s'applique pas pour la qualification aux finales nationales (voir art. 4 du présent règlement)
- 3.8 Lorsqu'un athlète change de catégorie d'âge, son niveau est revu en conséquence. De ce fait, un athlète de la catégorie Espoir qui passe dans la catégorie Senior peut voir son niveau diminuer, au jour du changement de catégorie d'âge. Il doit donc se renseigner sur son nouveau niveau pour savoir s'il peut participer aux compétitions à venir. En revanche un athlète de la catégorie Senior qui passe dans la catégorie Master 1 peut voir son niveau augmenter, de même qu'un athlète de la catégorie Master 1 qui passe dans la catégorie Master 2 ainsi qu'un athlète Master 2 qui passe dans la catégorie Master 3.
- 3.9 Un athlète licencié dans un club doit participer aux compétitions dans la région (pour toutes les compétitions jusqu'au championnat régional) et la zone (pour les championnats de zones) dans lesquelles se trouve son club. A titre exceptionnel, il peut y avoir une dérogation accordée, mais seulement par le président de la C.S.N.F.A, sur demande écrite de l'intéressé, et au minimum 15 jours avant la compétition. Dans ce cas, l'athlète participe obligatoirement « hors match ». Dans le cas d'un non-respect de cette règle, les résultats de l'athlète ou de l'équipe dans laquelle il a participé ne seront pas pris en compte.
- 3.10 La catégorie Open n'existe que pour les finales nationales. Pour les autres compétitions, elle est remplacée par la catégorie Senior. Les athlètes doivent participer obligatoirement dans la catégorie de leur âge au jour de la compétition. Donc un athlète Junior, Espoir, Master 1, Master 2, Master 3 ne peut pas participer dans la catégorie Senior dans les compétitions suivantes : premier pas, critérium des espoirs, championnat départemental, championnat régional, championnat de zone et deuxième pas.
- 3.11 Un athlète étranger ne peut prétendre, ni aux titres délivrés par la fédération et ses organes déconcentrés, ni aux différents records. Un étranger ne peut donc pas prétendre au titre de champion départemental ou régional, ni battre un record départemental, régional ou de zone.
- 3.12 Pour les compétitions suivantes : premier pas, deuxième pas, critérium des espoirs, championnats départementaux, régionaux et de zone, le club doit engager ces athlètes par écrit au moins une semaine à l'avance et envoyer un exemplaire au responsable force athlétique de sa région et au club organisateur. Aucune inscription ne peut être faite sur place.

ARTICLE 4 :

Qualification aux finales nationales :

- 4.1 La participation aux finales nationales est subordonnée, dans un premier temps, à la réalisation, au cours d'une des compétitions qualificatives, inscrites au calendrier national, du niveau national ou du minimum de qualification (si un minimum requis est fixé par la C.S.N.F.A). Dans un deuxième temps, ne pourront participer aux championnats de France que les 10 athlètes (avec possibilité d'évolution à l'appréciation de la C.S.N.F.A) ayant réalisé les meilleures performances au cours des compétitions qualificatives inscrites au calendrier de l'année en cours et ceci pour chaque catégorie de sexe d'âge et de poids. En cas d'égalité de performances pour l'attribution de la dernière place qualificative, c'est l'athlète le plus léger qui sera qualifié. En cas d'égalité de barre et de poids de corps, les athlètes ex æquo seront tous qualifiés. Les athlètes qui ont participé à une

sélection internationale de développé couché la saison N-1 ne sont pas qualifiés automatiquement pour l'année N.

- 4.2 **La confirmation de participation et le versement d'un engagement de 10€ par athlète sont obligatoires pour les finales nationales individuelles et doivent être envoyés 8 jours avant le début de l'épreuve aux services de la FFHMFAC. Tout manquement à ces obligations entrainera le versement d'un droit de participation de 30€ par athlète avant le début de l'épreuve pour qu'il puisse participer à la finale nationale.**
- 4.3 Seuls, participent aux finales nationales, les athlètes de **nationalité française**. Les athlètes originaires d'une fédération nationale étrangère affiliée à l'International Powerlifting Federation (I.P.F.) peuvent participer «hors match» à condition qu'ils en fassent la demande par écrit au président de la C.S.N.F.A au plus tard la semaine qui suit la dernière compétition qualificative pour les finales nationales. Cependant, ces personnes peuvent participer «dans le match» aux finales par équipes, selon les règles définies pour ces compétitions (voir art. 14 du règlement de la force athlétique et art 14 du présent règlement).
- 4.4 Un athlète peut se qualifier pour une finale nationale dans plusieurs catégories de poids de corps, dans différentes compétitions qualificatives. Il pourra le jour de la compétition choisir sa catégorie de poids de corps mais ne pourra en choisir qu'une seule.
- 4.5 Si le jour de la finale nationale un athlète conteste la catégorie de poids de corps dans laquelle il est qualifié, il devra, pour que cette contestation soit recevable, déposer 20 euros à la table du jury. Après vérification de la demande et si l'athlète avait raison, la catégorie de poids sera changée et les 20 euros restitués à l'athlète. Dans le cas contraire, le jury conservera les 20 euros.
- 4.6 Les athlètes participant à une finale nationale sont classés, à partir du moment où ils ont réalisé, le jour de cette finale, un total au minimum égal à la classe nationale de la catégorie dans laquelle ils participent. Le titre de champion de France peut être attribué à tous les athlètes à condition qu'ils soient classés.
- 4.7 Dans chaque catégorie d'âge et de sexe, on classe les trois premiers concurrents d'après **l'indice WILKS**. Tous les athlètes ayant concouru participent à ce classement. Ce classement peut donner lieu à l'attribution d'une récompense, mais elle reste à la discrétion du club organisateur.
- 4.8 Les grilles de niveaux (voir tableaux de minima).
Elles sont réactualisées et harmonisées en fonction des tables WILKS.

ARTICLE 5 :

Les records :

- 5.1 Les records de France
- 5.1.1 Un record de France ne peut être homologué que par la F.F.H.M.F.A.C et ne peut être battu qu'au cours d'une finale nationale ou d'un championnat international. Pour qu'un record soit établi pour la première fois, il doit être au moins égal au niveau interrégional.
Un athlète participant « hors match » à une compétition ne peut en aucun cas battre un record.
Il est fortement recommandé de signaler auparavant, à la table d'appel, toute tentative de record de France. En cas d'oubli et si la tentative est réussie, le record sera tout de même homologué.
Pour chaque record de France, l'athlète se présentera au Contrôleur technique avant la tentative, ou en son absence après l'essai réussi au Jury, ou en son absence aux 3 arbitres, pour inspection.
- 5.1.2 Un athlète qui participe à une compétition internationale dans la catégorie d'âge des Sub-juniors et qui de ce fait utilise le matériel d'assistance ne pourra pas homologuer de record de France Junior car ces records ne peuvent être validés que sans matériel (voir art. 15 du présent règlement). Par contre, un athlète Sub-junior qui bat un record de France Open lors d'une compétition internationale pourra homologuer ce record de France Open car l'athlète participe dans les mêmes conditions que lors d'une compétition Open (avec le matériel d'assistance).
- 5.1.3 Un record de France Open peut être battu à l'occasion de toutes les finales nationales (mais pas aux finales par équipes) et à condition de respecter le présent règlement. Les records de France Junior, Espoir et Master peuvent être battus lors de leurs finales respectives mais aussi au championnat de

France Open. Contrairement au règlement international (I.P.F.), un athlète ne peut battre un record au développé couché seul que lors d'une compétition de développé couché seul.

5.1.4 L'homologation des records internationaux relève du règlement I.P.F.
Ils peuvent être pris en compte non seulement aux compétitions internationales, mais également aux finales nationales (mais pas aux finales par équipes), avec le concours de trois arbitres internationaux et contrôle antidopage négatif (obligatoire).

5.2 Autres records

5.2.1 Les records départementaux peuvent être battus à l'occasion de toutes les compétitions inscrites au calendrier de la C.S.N.F.A sauf au Premier Pas, au Deuxième Pas, au Critérium des Espoirs et aux finales par équipes. Ils sont établis par la C.S.N.F.A et diffusés sur le site de la fédération. Ils n'ont pas besoin d'être demandés auparavant à la table d'appel pour être homologués.

5.2.2 Les records régionaux peuvent être battus à l'occasion de toutes les compétitions inscrites au calendrier de la C.S.N.F.A sauf au Premier Pas, au Deuxième Pas, au Critérium des Espoirs, au Championnat Départemental et aux finales par équipes. Ils sont établis par la C.S.N.F.A et diffusés sur le site de la fédération. Ils n'ont pas besoin d'être demandés auparavant à la table d'appel pour être homologués.

5.2.3 Les records de zones peuvent être battus à l'occasion de toutes les compétitions inscrites au calendrier de la C.S.N.F.A sauf au Premier Pas, au Deuxième Pas, au Critérium des Espoirs, au Championnat Départemental, au Championnat Régional et aux finales par équipes. Ils sont établis par la C.S.N.F.A et diffusés sur le site de la fédération. Ils n'ont pas besoin d'être demandés auparavant à la table d'appel pour être homologués.

ARTICLE 6 :

Les catégories d'âges :

6.1 Au niveau national

6.1.1 Dames :

Catégorie Junior : du 01^{er} septembre de l'année des 16 ans au 31 août de l'année des 18 ans.
Catégorie Espoir : du 01^{er} septembre de l'année des 18 ans au 31 décembre de l'année des 23 ans.
Catégorie Senior : du 01^{er} janvier de l'année des 24 ans au 31 décembre de l'année des 39 ans.
Catégorie Open : du 01^{er} septembre de l'année des 16 ans et sans limite d'âge
Catégorie Master 1 : du 01^{er} janvier de l'année des 40 ans au 31 décembre de l'année des 49 ans.
Catégorie Master 2 : du 01^{er} janvier de l'année des 50 ans et sans limite d'âge.
Sous-catégorie Master 3* : du 01^{er} janvier de l'année des 60 ans et au delà.

6.1.2 Messieurs :

Catégorie Junior : du 01^{er} septembre de l'année des 16 ans au 31 août de l'année des 18 ans.
Catégorie Espoir : du 01^{er} septembre de l'année des 18 ans au 31 décembre de l'année des 23 ans.
Catégorie Senior : du 01^{er} janvier de l'année des 24 ans au 31 décembre de l'année des 39 ans.
Catégorie Open : du 01^{er} septembre de l'année des 16 ans et sans limite d'âge.
Catégorie Master 1 : du 01^{er} janvier de l'année des 40 ans au 31 décembre de l'année des 49 ans.
Catégorie Master 2 : du 01^{er} janvier de l'année des 50 ans au 31 décembre de l'année des 59 ans.
Catégorie Master 3 : du 01^{er} janvier de l'année des 60 ans et sans limite d'âge.
Sous-catégorie Master 4* : du 01^{er} janvier de l'année des 70 ans et au delà.

* Les Master 3 chez les femmes et les Master 4 chez les hommes sont des sous-catégories car il n'existe ni minima spécifiques, ni catégorie de poids de corps. Ces athlètes restent classés au Championnats de France Masters dans les catégories Master 2 pour les femmes et Master 3 pour les hommes dans leur catégorie de poids de corps respectives. Il y a simplement un classement des athlètes de plus de 60 ans chez les dames et de plus de 70 ans chez les hommes d'après l'indice de WILKS et remise de récompenses aux trois premiers.

6.1.3 A chaque niveau (départemental, régional, zone et national), chaque catégorie a ses propres records. Il est à noter que pour les records de France, la catégorie Senior n'existe pas. Elle est remplacée par la catégorie Open, c'est-à-dire qu'à partir du 01^{er} septembre de l'année de ses 16 ans, un athlète peut battre un record Open.

Les catégories Junior, Espoir, Master 1 et Master 2 chez les femmes et les catégories Junior, Espoir, Master 1, Master 2 et Master 3 chez les hommes ont leurs propres records et doivent être respectées dans toutes les compétitions. C'est donc l'âge de l'athlète au jour de la compétition qui détermine sa catégorie d'âge. Il ne peut pas participer à une compétition dans une catégorie autre que celle que son âge lui attribue (sauf pour les championnats de France Open qui sont ouverts aux catégories Junior, Espoir et Masters à partir du moment où les athlètes ont réalisé les minimas de qualification).

Il est à noter que les records de France pour les catégories Master 3 chez les dames et Master 4 chez les hommes n'existent pas.

Par conséquent :

Un athlète Junior ne peut pas participer ou battre un record en catégorie Espoir.

Un athlète Master 3 ne peut pas participer ou battre un record en catégorie Master 2 ou Master 1.

Un athlète Master 2 ne peut pas participer ou battre un record en catégorie Master 1.

6.2 Au niveau international (voir le règlement I.P.F.)

ARTICLE 7 :

Les catégories de poids :

7.1 Le choix d'une catégorie de poids de corps faite par un athlète ou implicitement par les différentes listes de sélections quelles qu'elles soient, parmi celles définies dans le présent règlement, doit retranscrire la santé du corps d'un athlète en lui permettant d'exprimer au mieux sa force physique et/ou son volume musculaire en fonction de sa taille. Ces catégories de poids sont définies dans le règlement I.P.F.

7.2 Les athlètes handicapés peuvent concourir avec les valides (mêmes catégories, de sexe, d'âge et de poids) à condition qu'ils respectent le règlement I.P.F. Cependant pour certains handicaps et en particulier pour les amputés il y a un correctif de poids à apporter au moment de la pesée (se reporter au règlement I.P.F.)

ARTICLE 8 :

Arbitres et Officiels :

8.1 Il n'existe pas d'arbitre de développé couché. Ce sont donc les arbitres de force athlétique qui sont chargés de faire respecter les règlements. Au niveau national, il existe des arbitres de niveau régional et de niveau national.

8.2 La tenue des arbitres est définie par la C.S.N.F.A : veston bleu marine, chemise blanche, cravate, pantalon gris (pour les dames, jupe ou pantalon gris), écusson mentionnant le grade, apposé sur la poche gauche du veston. Tout arbitre doit être en tenue pour officier.

8.3 Les arbitres ont la responsabilité de faire respecter les règlements en vigueur au niveau national et international, à tous les échelons de la vie de la discipline.

8.4 La présence d'un Contrôleur Technique est facultative pour les compétitions par équipes

8.5 Les ordres donnés par les arbitres lors d'une compétition doivent être prononcés en français et sont les suivants :

Au développé couché : Partez – Pouss' (diminutif de Poussez) – Rac' (diminutif de Raccrochez)

ARTICLE 9 :

Tenue des compétiteurs :

9.1 Les tenues réglementaires sont celles définies par la C.S.N.F.A au 01 septembre de l'année sportive en cours. Elles doivent être portées par les athlètes pour toutes les compétitions qualificatives aux finales nationales et

aux finales par équipes, à l'initiative des comités régionaux, des zones, ainsi que lors de toutes les finales nationales et les finales par équipes.

- 9.2 A la demande de la Commission de la Sécurité des Consommateurs, il est très fortement recommandé de ne pas porter de bagues et d'alliances lors de la pratique des activités sportives et ceci afin d'éviter tout accident.

ARTICLE 10 :

Le banc de développé couché :

- 10.1 Contrairement au règlement I.P.F., le banc pourra être orienté pieds de l'athlète vers le public. Cette possibilité reste à l'appréciation du Jury.

ARTICLE 11 :

Circuits administratifs :

- 11.1 Les compétitions sont celles qui sont validées dans le calendrier de la C.S.N.F.A

ARTICLE 12 :

Le Championnat National de Développé Couché des Clubs (CNADEC) :

- 12.1 Le CNADEC est instauré pour motiver les clubs. Ce CNADEC est distinct du Championnat National de Force Athlétique des Clubs (CNAFAC). Il regroupe les athlètes des deux sexes et de toutes les catégories de poids et d'âge. Le principe consiste à attribuer un certain nombre de points (voir tableau ci-dessous) à chaque athlète participant à une finale nationale, à la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché et à la Coupe de France de Développé Couché Endurance (DCE) en fonction de sa place et à condition qu'il ait réalisé au minimum la classe interrégionale (sauf pour les finales par équipes pour lesquelles ce niveau n'est pas requis pour marquer des points). Entrent dans ce challenge, les athlètes et les équipes qui ont participé aux compétitions suivantes : Championnats de France Junior, Espoir, Open et au Masters 1, 2 et 3, ainsi que la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

- 12.2 L'attribution des points diffère selon les championnats et se fait de la manière suivante :

	<u>Championnats de France et National Masters</u> Toutes catégories de sexe, d'âge et de poids	<u>Coupe de France par équipes mixtes de développé couché</u>	<u>Coupe de France de Développé Couché Endurance</u>
1^{ère} place	12 points	12 points	12 points
2^{ème} place	09 points	09 points	09 points
3^{ème} place	08 points	08 points	08 points
4^{ème} place	07 points	07 points	07 points
5^{ème} place	06 points	06 points	06 points
6^{ème} place	05 points	05 points	05 points
7^{ème} place	04 points	04 points	04 points
8^{ème} place	03 points	03 points	03 points
9^{ème} place	02 points	02 points	02 points
10^{ème} place et +	01 point	01 point	01 point

Pour les jeunes et les féminines, les points sont doublés dans les compétitions individuelles.

De plus, il est attribué 12 points aux clubs qui organisent une des compétitions suivantes : Championnat de France Open, Jeunes, et Masters, Coupe de France de développé couché endurance et Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

ARTICLE 13 :

Les sélections internationales :

- 13.1 Les sélections aux compétitions internationales de développé couché Open et Junior sont sous l'autorité du D.T.N.
- 13.2 Les sélections aux compétitions internationales de développé couché Masters sont de la compétence de la sous-commission des masters sous l'autorité du Président de la C.S.N.F.A.
- 13.3 Les finales par équipes ne sont pas qualificatives pour les compétitions internationales.

ARTICLE 14 :

Coupe de France par équipes mixtes de développé couché :

Fête de la force :

- 14.1 Définition de l'épreuve :

La C.S.N.F.A organise chaque saison sportive la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché, le même jour que la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique. Cette épreuve est réservée aux clubs affiliés à la F.F.H.M.F.A.C. et aux athlètes régulièrement licenciés. Il s'agit d'une compétition par équipes de 3 athlètes dans laquelle il doit y avoir au moins un homme et au moins une femme.

Les résultats sont établis selon la table WILKS pour les hommes et pour les femmes. C'est le résultat obtenu avec ces tables qui sert de référence pour la Fête de la force comme pour les qualifications.

- 14.2 La Coupe :
La C.S.N.F.A reconnaît :

** La Coupe de France par équipes mixtes de développé couché :*

Les équipes sont constituées soit de 2 hommes et 1 femme, soit de 2 femmes et 1 homme. Les 3 athlètes auront au minimum 17 ans dans l'année civile de la compétition, et sans limite d'âge.

Les équipes mixtes sont donc obligatoires.

- 14.3 Déroulement de l'épreuve :

Cette coupe est organisée en 2 phases :

1ère phase : Elimatoire de la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

Chaque comité régional organise ses propres éliminatoires. Les clubs participent à cette épreuve dans leur comité régional (sauf dérogation écrite du Président de la C.S.N.F.A, sur demande écrite du responsable du club faite au minimum 15 jours avant la compétition).

2ème phase : La Coupe de France par équipes mixtes de développé couché (jumelée avec la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique) dites la Fête de la force.

Après avoir reçu les résultats des comités régionaux dans les délais qu'elle a fixés, la C.S.N.F.A qualifie les meilleures équipes pour la Fête de la force.

Le nombre d'équipes qualifiées à cette finale est au minimum de 12 équipes (avec possibilité d'évolution à l'appréciation de la C.S.N.F.A).

- 14.4 Planning de «la Fête de la force»

La Coupe de France par équipes mixtes de développé couché et la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique sont organisées sur une seule journée, un samedi, dans la deuxième quinzaine du mois de juin selon le planning indicatif suivant :

08h30 Pesée des athlètes de la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

10h30 Début de la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

10h30 Pesée des force-athlétistes de la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique

12h00 Fin de la Coupe de France par équipes mixtes de développé couché.

12h30 Début de la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique.

18h00 Fin de la Coupe de France par équipes mixtes de force athlétique.

A l'issue de cette journée, il est organisé un banquet dansant au cours duquel seront remises les médailles. Il sera aussi procédé à la remise des trophées pour le CNAFAC et le CNADEC et pour les personnes que la

C.S.N.F.A entend honorer. En aucun cas, ces récompenses ne seront remises tout de suite à l'issue des compétitions. Il est donc très fortement conseillé aux athlètes et aux représentants des clubs récompensés d'être présents à ce banquet. Ce dernier a pour but de faire rencontrer les athlètes des deux disciplines que sont la force athlétique et le développé couché seul mais aussi de marquer la fin de la saison sportive nationale.

14.5 Composition des groupes

14.5.1 Pour cette coupe il y aura trois groupes d'athlètes.

Le premier groupe sera constitué des athlètes ayant réalisé le plus petit indice de leur équipe lors des éliminatoires.

Le deuxième groupe sera constitué des athlètes ayant réalisé le deuxième indice de leur équipe lors des éliminatoires.

Le troisième groupe sera constitué des athlètes ayant réalisé le meilleur indice de leur équipe lors des éliminatoires.

14.6 Divers :

14.6.1 Ces compétitions sont des épreuves par équipes de club. Deux clubs ne peuvent pas s'associer pour former une équipe.

14.6.2 Un club peut engager autant d'équipes qu'il le désire aux éliminatoires.

14.6.3 Un athlète ne peut pas concourir dans 2 équipes de développé couché. Par contre, il peut participer à la Coupe de France de développé couché et à la Coupe de France de force athlétique. Dans ce cas, le force-athlète ne participera qu'à une seule pesée et ne subira qu'un seul contrôle du matériel au moment de ceux organisés pour le développé couché seul.

14.6.4 Un athlète licencié dans un club ne peut participer que pour ce club.

14.6.5 Un athlète originaire d'une fédération nationale étrangère affiliée à l'I.P.F. est autorisé à participer à cette épreuve, cependant un club ne peut pas en engager plus d'un par équipe.

14.6.6 Un club peut modifier la composition de son ou ses équipe(s) entre les éliminatoires et la coupe en respectant le présent règlement. Il est autorisé à 2 changements au plus par équipe. Dans ce cas, le nouvel athlète concourt dans le groupe de l'athlète qu'il remplace (voir art 14.5.1 du présent règlement).

14.6.7 Le club qui engage plusieurs équipes aux éliminatoires ou qui a plusieurs équipes qualifiées dans la coupe doit annoncer, au moment de la pesée des athlètes, la composition de chacune de ses équipes. Une fois constituées, ces équipes ne peuvent plus être modifiées.

14.6.8 Aucun record de France ne peut être battu lors de cette coupe. Les performances effectuées lors de cette coupe ne sont pas qualificatives pour les championnats internationaux.

14.6.9 Les 3 athlètes doivent être présents sur le lieu de la compétition et donc y participer (valable pour les éliminatoires et la coupe). Il est donc impossible de prendre en compte des performances d'athlète qui ne sont pas réalisées sur place, le jour de la compétition et ceci même pour des athlètes de grande valeur appelés à représenter la France dans des championnats internationaux.

14.6.10 Le club organisateur de la coupe à une équipe qualifiée d'office dans cette coupe, à condition qu'il n'ait pas déjà une ou plusieurs équipes qualifiées. Ce club doit être affilié à la F.F.H.M.F.A.C. pour la saison en cours.

14.6.11 Pour participer à cette coupe aucun niveau minimum n'est pré requis.

14.6.12 Le zéro dans un mouvement n'est pas éliminatoire, ce qui signifie que l'équipe continue la compétition jusqu'à la fin et qu'elle sera classée.

14.6.13 La présentation de la licence et d'une pièce d'identité (permettant de justifier de l'identité et de la nationalité de l'athlète) est obligatoire aux éliminatoires comme à la coupe.

14.7 Récompenses :

14.7.1 Des récompenses sont remises à chacun des athlètes des 3 premières équipes.

ARTICLE 15 :

Tenue et équipements des athlètes de la catégorie Junior :

15.1 Un athlète est classé dans la catégorie d'âge « Junior » du 01^{er} septembre de l'année de ses 16 ans au 31 août de l'année de ses 18 ans.

15.2 Les athlètes hommes et dames de cette catégorie d'âge pratiquent le développé couché seul sans combinaison et équipements spécifiques.

L'article III (Combinaison et équipement personnel) du règlement IPF s'applique mais sont rigoureusement interdits les éléments suivants :

- Les combinaisons d'assistance utilisées pour les flexions de jambes et le soulevé de terre (Seules sont autorisées les combinaisons souples type haltérophilie, lutte.....).
- Les maillots d'assistance utilisés pour le développé couché (Seuls sont autorisés les T-shirt classiques).
- Les bandes de genoux et les genouillères.
- Les bandes de poignets.

ARTICLE 16 :

Les mutations :

16.1 Elles sont définies par le Comité Directeur de la F.F.H.M.F.A.C.

ARTICLE 17 :

Communication des résultats :

17.1 Les résultats des compétitions doivent être traités exclusivement à partir de la feuille de match informatique disponible sur le site de la FFHMFAC. Les résultats doivent être envoyés au plus tard le 1^{er} mardi qui suit la compétition. Cet envoi se fait exclusivement par courrier électronique à l'adresse précisée sur le site Internet de la FFHMFAC.

Les résultats qui parviendraient sous une autre forme (autre programme, support papier...) ne seront pas pris en compte et seront systématiquement renvoyés à son expéditeur jusqu'à ce qu'il se conforme à cette règle.

17.2 La communication de la liste des qualifiés aux différentes finales nationales doit être faite par le responsable force athlétique de chaque région avec le document approprié au plus tard 3 jours après la compétition de zone.

17.3 L'ensemble des informations concernant le développé couché seul sont disponibles sur le site de la F.F.H.M.F.A.C. : ffhmfac.fr