

# **Rencontre virtuelle des Championnats Panaméricains d'haltérophilie des Maîtres 2020**

**2 au 18 octobre 2020**

---

## **Cette compétition peut servir de qualification pour :**

1. Qualification Master Pan Am 2021
2. Qualification des World Masters Games 2021

## **Précisions**

3. Cette compétition compte pour les points pour les Master Pan Am Hall of Fame
4. La compétition est Non assujettie à des tests de dépistage de drogues
5. Cette compétition octroie les titres du championnat Pan Am Masters 2020
6. cette compétition octroie les titres de Grand Master Pan Am , masculin et féminin 2020

## **EXIGENCES GÉNÉRALES**

1. Les athlètes DOIVENT soumettre toutes les informations requises sur la page d'inscription
2. Les athlètes DOIVENT soumettre une pesée en vidéo et au moins 1 vidéo de l'arraché et 1 vidéo de l'épaulé et jeté incluant un horodatage, une horloge ou une minuterie visible à tout moment. Un maximum de 2 vidéos pour chaque mouvement peut être soumises.
3. Les vidéos DOIVENT dans la mesure du possible être filmés à 400 cm (environ 12 pieds) de la position de départ de l'athlète, si cela n'est pas possible, assurez-vous que la vidéo montre l'athlète en entier des pieds à la tête incluant la barre.
4. La caméra DOIT être placée directement devant l'athlète placée directement devant l'athlète, c'est-à-dire que les vidéos filmées depuis le ras du sol ou depuis une vue latérale ne seront pas acceptées
5. Pour la pesée le cadran indicateur peut être en kilogrammes (kg) ou en livres (lb). La balance peut être numérique ou mécanique et doit être étalonnée en utilisant une plaque de 5 kg ou 10 lb indiquant le poids exact sur la balance.
6. Les plaques de couleur noir en livre ou KG noir DOIVENT afficher des identifications de poids ceci du début jusqu'à la fin du vidéo.

7. Les levés DOIVENT être soumis en kg au nombre entier le plus bas par ex. 100,8 kg sera enregistrés comme 100 kg. Le taux de conversion des kilogrammes en livres est de 2,20462.

8. En raison de la nature de cet événement, nous demandons à tous les athlètes de concourir avec intégrité et de respecter leurs camarades sportifs.

### **Récompenses**

1. 3 médailles seront décernées par catégorie de poids et par groupe d'âge soit : (or, argent et bronze) ceci pour les deux mouvements ainsi que pour le total.

De plus d'autres récompenses sont décernées

- Meilleur athlète masculin et féminin par groupe d'âge
- Grand Maître Hommes et Femmes
- Prix des équipes masculines et féminines
- Pin du Master Pan American Champion

2. Les médailles et les récompenses seront postés à partir du 1er novembre. Veuillez-vous assurer que votre adresse postale est exacte avant de soumettre votre inscription.

3. La Fédération Master Pan Am n'est pas responsable des articles retournés pour mauvaise adresse postale

## RECORDS

1. Tous les records battus lors de cet événement seront affichés sur notre site Web et les certificats seront émis.
2. Ces records NE REMPLACERONS PAS les records Master Pan Am car ils ne seront ni testés ni certifiés.

## LE JOUR DE LA RENCONTRE

### ÉTAPE 1 REGLEMENT DE LA PESÉE

#### 1. Limite de temps

Les athlètes devront se peser et concourir dans le même temps limite qu'ils le feraient lors d'une épreuve Panaméricaine des maîtres régulière.

#### 2. La balance (numérique ou mécanique)

Doit être étalonnée en utilisant une plaque de 5 kg ou 10 lb montrant le poids exact sur la balance ceci doit être obligatoirement filmé et inclus dans la vidéo qui sera envoyé ceci pour chaque athlète. (voir aussi ceinture)

#### 3. Le vidéo de la Pesée

Les vidéos de la pesée qui n'inclut pas la vérification de la balance et qui ne montre pas toute la personne entière sur la balance ne seront pas acceptés.

#### 4. Quoi porter sur la balance

La pesée doit être faite en maillot de compétition (pas de chaussettes, pas de montre ou de bijoux)

#### 5. Changement de catégorie de poids

Les athlètes souhaitant descendre dans la catégorie de poids inférieur, doivent soumettre ce changement par écrit au plus tard le 12 août, minuit HNE (soumettre à [panamericanmasters@gmail.com](mailto:panamericanmasters@gmail.com))

Un athlète peut passer à une catégorie de poids supérieure à la pesée ou à l'avance par l'envoi d'un courriel

## 6. Temps entre la pesée et le premier levé

Les athlètes peuvent choisir se peser et de débiter immédiatement l'arraché OU d'attendre les 2 heures normales après la pesée. Le vidéo de l'arraché doit avoir lieu dans les 2 heures suivant la pesée.

L'épaulé et jeté peut commencer immédiatement après les arrachés ou dans l'heure suivant le dernier arraché.

## 7. Exemple d'horloge de soumission vidéo:

Si l'athlète se pèse à 13 h, la vidéo de l'arraché DOIT être avant 16 h (2 heures après la pesée) et l'épaulé et jeté DOIT être entre 16h et 17h (au plus tard 4 heures) en conformité avec l'horloge affichée.

---

## ÉTAPE 2 – RÈGLEMENTS TECHNIQUES

### 1. Ceintures

Elle DOIT être de taille légale (12 cm - 4,75 pouces) a son plus large

Inclure une mesure visuelle dans la pesée dans la vidéo.

### 2. Total

Le total doit atteindre le total de qualification minimum Pan Am pour être acceptés

### 3. Envoie des vidéos

Une seule envoie des vidéos par athlète sera acceptée

### 4. Plateforme

L'IWF exige que le plateau de compétition soit un carré de dimension 4 m x 4 m ou 13 x 13 pieds.

Nous comprenons que certains endroits seront limités en espace. Vous pouvez utiliser une plus petite plate-forme de 8 x 8 pieds par exemple et marquer la zone extérieure mesurant 13 x 13 pieds.

Le fait de sortir un ou les pieds de la plate-forme (zone 4 m x 4m) est immédiatement considéré comme un levé manqué

Assurez-vous que la plate-forme est clairement marquée et visible dans la vidéo.

Si vous utilisez un ruban de couleur vive (rouge, blanc, jaune, bleu, etc.), assurez-vous de bien l'afficher avant ou après le levé

#### **5. Sangles / maillot**

Les sangles ne sont pas autorisées

Le ruban adhésif sur les coudes n'est pas autorisé,

Les maillots et les justaucorps doivent être conformes aux directives de l'USAW.

#### **6. Vérification du poids des plaques et la barres**

Les vidéos qui n'incluent pas le visuel du poids sur la barre et le visuel des plaques ne seront pas acceptées et feront l'objet d'une disqualification

Les vidéos qui n'affichent pas les poids sur la barre après le levé seront considérées comme «NO LIFT».

#### **7. TOUTES LES RÈGLES IWF SERONT EN PLACE**

L'athlète doit être immobile avant le jeté.

L'athlète doit être en contrôle de la barre et faire une pause (comme pour un signal TERRE ) avant de laisser tomber la barre.

Les athlètes ne peuvent pas toucher la barre avec des chaussures.

Si vous avez un problème avec un ou deux coudes, avant de lever la barre, montrez bien aux juges votre extension complète des coudes, faites une pause, puis soulever la barre

En cas d'égalité, le meilleur classement sera décerné à l'athlète qui a publié sa vidéo en premier.

### **ÉTAPE 3 - EXIGENCES RELATIVES AUX TÉLÉCHARGEMENT DES VIDEOS**

1. Le téléchargement sera permis à partir du 2 octobre 2020 et se poursuivra jusqu'au 18 octobre 2020, minuit HNE.
2. Logistique tous les athlètes inscrits recevront un lien pour s'inscrire. L'athlète DOIT télécharger une pièce d'identité officielle de son pays, un passeport, un permis de conduire, une pièce d'identité avec photo avec la date de naissance.

3. Envoie du vidéo de l'arraché: L'athlète doit soumettre une vidéo (2 au maximum) comprenant une horloge visible ou un chronomètre qui est en continu depuis la pesée (veuillez noter que la VIDÉO n'a pas besoin d'être continue).

- Une application d'horodatage tel que *Timestamp* peut être utilisé pour faciliter l'horodatage
- La caméra doit être placée directement devant l'athlète.
- Toutes les parties du corps de l'athlète doivent être visible dans le vidéo.

4. Envoie du vidéo de l'épaulé et jeté : l'athlète DOIT soumettre un vidéo (2 au maximum) mêmes règles que pour l'arraché.

5. Tous les poids des levés DOIVENT être soumis en kilogrammes, mais peuvent être filmés en livres ou en kilogrammes.

Chaque vidéo DOIT afficher clairement les poids (chaque plaque) et la barre pour vérifier la validité du poids sur la barre.

6. Le nom du fichier vidéo doit être répertorié comme suit:

- Nom de l'athlète, poids sur la barre en KG, catégorie de poids, sexe, groupe d'âge
- Vous devez Télécharger au moins un vidéo de l'arraché, de l'épaulé jeté et de la pesée

7. Format vidéo:

Le formats MP4 est préférable car des formats tels que .MOV peuvent être illisibles Les vidéos IE filmées sur un iPhone et non converties peuvent ne pas être lisibles sur cette plate-forme.

Les vidéos ne seront pas publiées dans la galerie visible avant la clôture de la compétition et seulement après la publication des résultats finaux.

---

#### **ÉTAPE 4 - EXAMEN DES VIDEOS**

1. Les vidéos seront examinées par des arbitres nationaux ou de niveau IWF et plus pour approbation et acceptation.
2. Le comité de la Fédération des Maîtres Panaméricains assignera à chaque groupe d'âge / classe de poids toujours les 3 mêmes arbitres ceci pour des raisons de cohérence.
3. Si vos Vidéo sont rejetée, vous recevrez un e-mail vous informant de la décision
4. Si vos Vidéo sont acceptée, vous verrez les résultats téléchargés et publiés sur le site Web <https://masterpanamweightlifting.org> dans un délai de 2 semaines suivant la clôture de la compétition.
5. Pour des questions concernant le protocole d'envoi ou autre question envoyez un courriel à [panamericanmasters@gmail.com](mailto:panamericanmasters@gmail.com)
6. Les gagnants des prix seront informés et les résultats publiés dans les 2 semaines suivant la clôture de la compétition

Traduction fait par : Mario Robitaille 2020-10-03

**NOTEZ BIEN. S'il y a des questions concernant l'interprétation de ce document c'est la version officielle Anglaise qui prédomine**