

Traduction française des Règlements Pan Am Masters par  
correspondance 2020 version 2020-09-12

EXIGENCES GÉNÉRALES

1. Les athlètes doivent être actuellement inscrits dans leurs pays respectifs. Assurez-vous que votre adhésion est à jour. Pour toute question, contactez Mark Gomes
2. Les athlètes doivent être inscrits préalablement aux championnats Masters Pan Am (inscription sera fermée le 28/09)
3. Les athlètes doivent soumettre toutes les informations requises sur la page d'inscription
4. Les athlètes doivent soumettre une pesée en vidéo et au moins 1 vidéo Arraché et 1 Épaulé jeté incluant un horodatage, une horloge ou un chronomètre visible à tout moment. \*\* Veuillez voir ci-dessous pour les exceptions de pesée pour les vidéo et l'horodatage pour les événements de club reconnus \*\*
5. La caméra vidéo doivent être placée de face à 400 cm (environ 12 pieds) de la position de départ de l'athlète ou faire le meilleur effort possible selon les restrictions du local - si cela n'est pas possible, assurez-vous que la vidéo montre l'athlète dans tout son mouvement.
6. La caméra doit être placée directement devant l'athlète et le levé directement devant l'athlète, c'est-à-dire que les vidéos filmées depuis le raz du sol ou depuis une vue latérale ne seront pas acceptées
7. Les poids peuvent être en kilogrammes (kg) ou en livres (lb). La balance peut être numérique ou mécanique et doit être étalonnée à l'aide d'une plaque de 5 kg ou 10 lb indiquant le poids exact sur la balance.
8. Dans la vidéo, Les plaques en livre noir doivent identifier par des marqueurs identifiant les poids ceci au début ou à la fin du vidéo.
9. Le poids doit être indiqué en kg au nombre entier le plus bas par ex. 100,8 kg seront enregistrés comme 100 kg. Le taux de conversion des kilogrammes en livres est de 2,20462.
10. En raison de la nature de cet événement, nous demandons à tous les athlètes de concourir avec intégrité et francise et de respecter leurs camarades sportifs lors de l'envoi des vidéos

## PESÉE

1. Cet événement comptera pour championnat panaméricain d'haltérophilie Masters 2020. Les athlètes seront requis de se peser et de concourir dans le même délai que lors d'une épreuve régulière des Masters Pan Am.
2. La balance (numérique ou mécanique) doit être étalonnée à l'aide d'une plaque de 5 kg ou 10 lb indiquant le poids exact sur la balance.
3. La pesée doit être faite en sous vêtement (pas de chaussettes, pas de montre pas de bijoux comme dans un événement Master Pan Am)
4. Les athlètes souhaitant descendre dans la catégorie de poids inférieur, doivent soumettre ce changement par écrit au plus tard le 20 septembre, minuit HNE, et le soumettre l'adresse email : **panamericanmasters@gmail.com**
5. Un athlète peut passer à une catégorie de poids supérieure à la pesée ou à l'avance par courrier électronique.
6. Les athlètes peuvent choisir se peser et de lever immédiatement OU d'attendre les 2 heures normales après la pesée. L'arraché doit être fait dans les 2 heures suivant la pesée. L'épaulé et jeté peut commencer immédiatement après l'arraché ou dans l'heure suivant le dernier arraché.
7. -Exemple d'horodatage pour la vidéo: Si l'athlète se pèse à 13 h, la vidéo arraché DOIT être fait avant **16 h** (14 fin + 2hr ) (2 heures après la fin de la pesée) et l'épaulé et jeté DOIT être fait entre 16 h et 17 h (au plus tard 4 heures)

## LES RÈGLES TECHNIQUES GÉNÉRALES

1. La ceinture utilisée par l'athlète doit être de taille légale (12 cm - 4,75 pouces). Incluez une mesure visuelle dans LE VIDEO de la pesée.
2. Les athlètes DOIVENT atteindre le total de qualification minimal pour être acceptés
3. Une seule envoie de vidéo par athlète sera acceptée
4. Assurez-vous que la plate-forme est clairement indiquée et visible dans la vidéo. Si vous utilisez un ruban de couleur (rouge, blanc, jaune, bleu, etc.), assurez-vous de bien l'afficher avant et après votre lever. L'IWF exige que le plateau de compétition soit d'une dimension de 4 m x 4 m ou 13 x 13 pieds. Nous comprenons que certains locaux seront limités en espace. Vous pouvez utiliser une plus petite plate-forme exemple de 8 x 8 pieds et marquer la zone extérieure mesurant 13 x 13 pieds.
5. Les sangles de tirage ne sont pas autorisées, le ruban adhésif sur les coudes n'est pas autorisé, les maillots doivent répondre aux directives de l'USAW.
6. Les vidéos qui n'incluent pas de validation des poids sur la barre, ou une pesée qui ne montre pas toute la personne sur la balance ne seront pas acceptées et feront l'objet d'une disqualification **\*\* exceptions pour les événements du club, voir ci-dessous \*\***
7. En cas d'égalité, le premier rang sera décerné à l'athlète qui a publié sa vidéo en premier.
8. Les vidéos qui n'affichent pas les poids après le levé seront considérées comme «NO LIFT».

9. TOUTES LES RÈGLES IWF SERONT EN PLACE L'athlète doit être immobile avant le jeté. L'athlète doit contrôler la barre et faire une pause (comme pour un signal vers le bas) avant de laisser tomber la barre. Les athlètes ne peuvent pas toucher la barre avec des chaussures. Si vous avez un problème de coudes avant de démarrer le lever, montrez aux juges votre extension complète avant de soulever la barre  
\*\* exceptions pour les événements de clubs ou de gymnases, voir ci-dessous \*\*

## EXIGENCES RELATIVES AUX SOUMISSIONS

1. La transmission des vidéos débute le 2 octobre 2020 et se poursuivent jusqu'au 18 octobre 2020, minuit HNE.
2. Tous les athlètes inscrits recevront un lien personnalisé pour participer.
3. L'athlète doit téléverser une pièce d'identité officielle de son pays respectif, un passeport ou un permis de conduire, une pièce d'identité avec photo avec la date de naissance.
4. Transmission de l'arraché: l'athlète doit soumettre une vidéo maximum 2 incluant un horodatage visible ou un chronomètre débutant à la pesée (veuillez noter que la VIDÉO n'a pas besoin d'être en continue). Une application d'horodatage est aussi acceptée La caméra doit être placée directement devant l'athlète. Le corps entier doit être visible.
5. Transmission de l'épaulé et jeté : l'athlète doit soumettre une vidéo maximum 2. Mêmes règles que pour l'arraché.
6. Tous les poids doivent être soumis préférablement en kilogrammes mais peuvent être filmés et réalisés en livres ou en kilogrammes.
7. Chaque vidéo DOIT afficher clairement les poids (chaque plaque) et la barre pour vérifier la validité du poids.
8. Le nom du fichier vidéo doit être répertorié comme suit: Athlète Name\_Lift\_Weight class\_Gender \_ AgeGroup. Ex : **Marcel Lebrun\_snatch\_68kg\_67kgMEN\_54-59**
9. Format vidéo: MP4 d'autres formats tels que .MOV peuvent être utilisés. **Important Note Les vidéos filmées sur un iPhone et non converties peuvent ne pas être lisibles sur la plateforme utilisée.**
10. Les vidéos ne seront pas publiées et visible pour tous avant la clôture de la compétition et ceci après la publication des résultats définitifs.

## **\*\* ÉVÉNEMENTS DE CLUB OU DE GYM**

### **- Directives relatives aux événements de clubs ou de gymnases:**

Si vous êtes un directeur de gymnase / club ou un propriétaire de gymnase / club et que vous souhaitez organiser un groupe pour aider les athlètes maîtres à soumettre les résultats, faites-le nous savoir par courriel

1. Afin de participer à tout événement organisé dans votre Club ou Gym, le Club ou Gym doit avoir au moins un arbitre de niveau National ou IWF présent et qui être prêt à vérifier que tous les poids sont exacts.
2. Chaque club sera responsable de la vérification de la pesée (par l'arbitre de niveau national ou IWF) de plus une feuille de résultats doit être envoyée par courrier électronique et signée par l'arbitre national ou IWF.
3. Tous les athlètes DOIVENT ENCORE ENREGISTRER et soumettre leurs vidéos dans leurs liens électroniques officiels.
4. Pour ce qui est de la pesée, l'athlète téléversera une photo de sa carte de leueur avec le poids de la pesée officiel de la compétition vérifiée, signée par l'arbitre national.
5. L'horodatage et la vérification du poids dans la vidéo ne sont pas nécessaires pour les événements de club ou de gym
6. Tous les gymnases ou clubs devront pratiquer la distanciation sociale ainsi que toute autre exigence énoncée par leur pays ou localité et leurs fédérations nationales d'haltérophilie respectives.
7. Une liste des clubs participants sera publiée dès leur vérification.

## **REVISION GLOBALE**

- Les VIDEOS seront examinées par des arbitres de niveau national ou IWF pour approbation et qualification
- Le comité Master Pan Am attribuera chaque groupe d'âge / classe de poids le même groupe de 3 arbitres par souci de cohérence
- Si votre vidéo est rejetée, vous recevrez un e-mail vous informant de la décision
- Si votre vidéo est acceptée, vous verrez les résultats publiés sur le site Web de la Master PanAms Weightlifting Federation dans les 2 semaines suivant la clôture de la compétition. Lien <https://masterpanamweightlifting.org>
- SVP Contactez avec l'adresse suivante [panamericanmasters@gmail.com](mailto:panamericanmasters@gmail.com) pour tous questions
- Les gagnants seront informés et les résultats seront publiés dans les 2 semaines suivant la clôture de la compétition

## PRIX

- Les 3 premiers rangs à l'arraché à l'épaulé et jeté et au total seront décernés dans tous les groupes d'âge et catégories de poids.  
De plus, d'autres prix sont décernés
  - Meilleur athlète masculin et féminin par groupe d'âge
  - Grand master hommes et femmes
  - Prix des pour les équipes masculines et féminines
  - Épinglette *Master Pan-American Champion*
- Les prix seront envoyés dès le 1er novembre. Veuillez vous assurer que votre adresse est exacte avant de soumettre votre inscription.

Le comité n'est pas responsable des paquets retournés.

## QUESTIONS

- Si vous avez des questions concernant ces procédures ou la validité de votre vidéo (angle, espacement, etc.), vous devez les poser avant votre soumission. Une fois les vidéos soumises, votre inscription est FINALE.

## RECORDS

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

## AVIS

Lors de litige c'est la version ANGLAISE du document qui prévaut

Traduction faite par Mario Robitaille le 12 septembre 2020