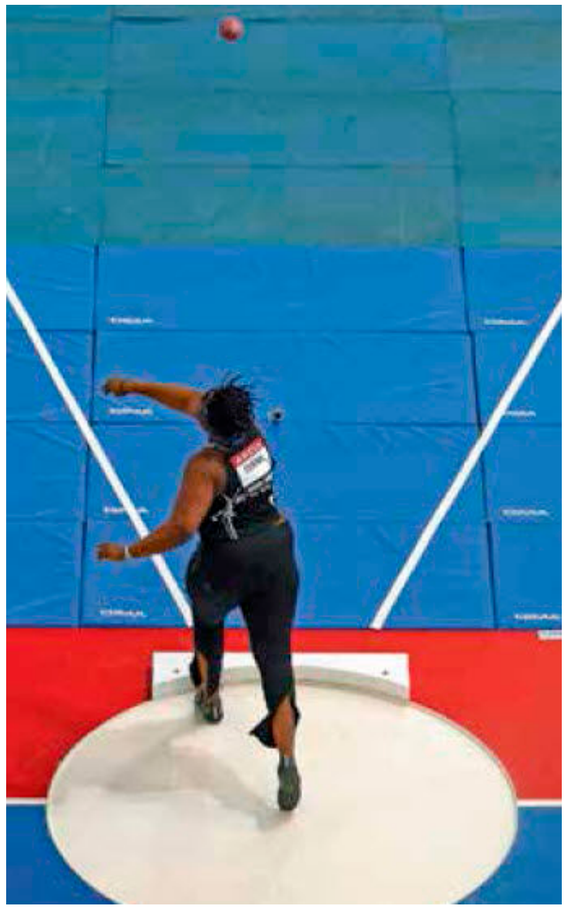
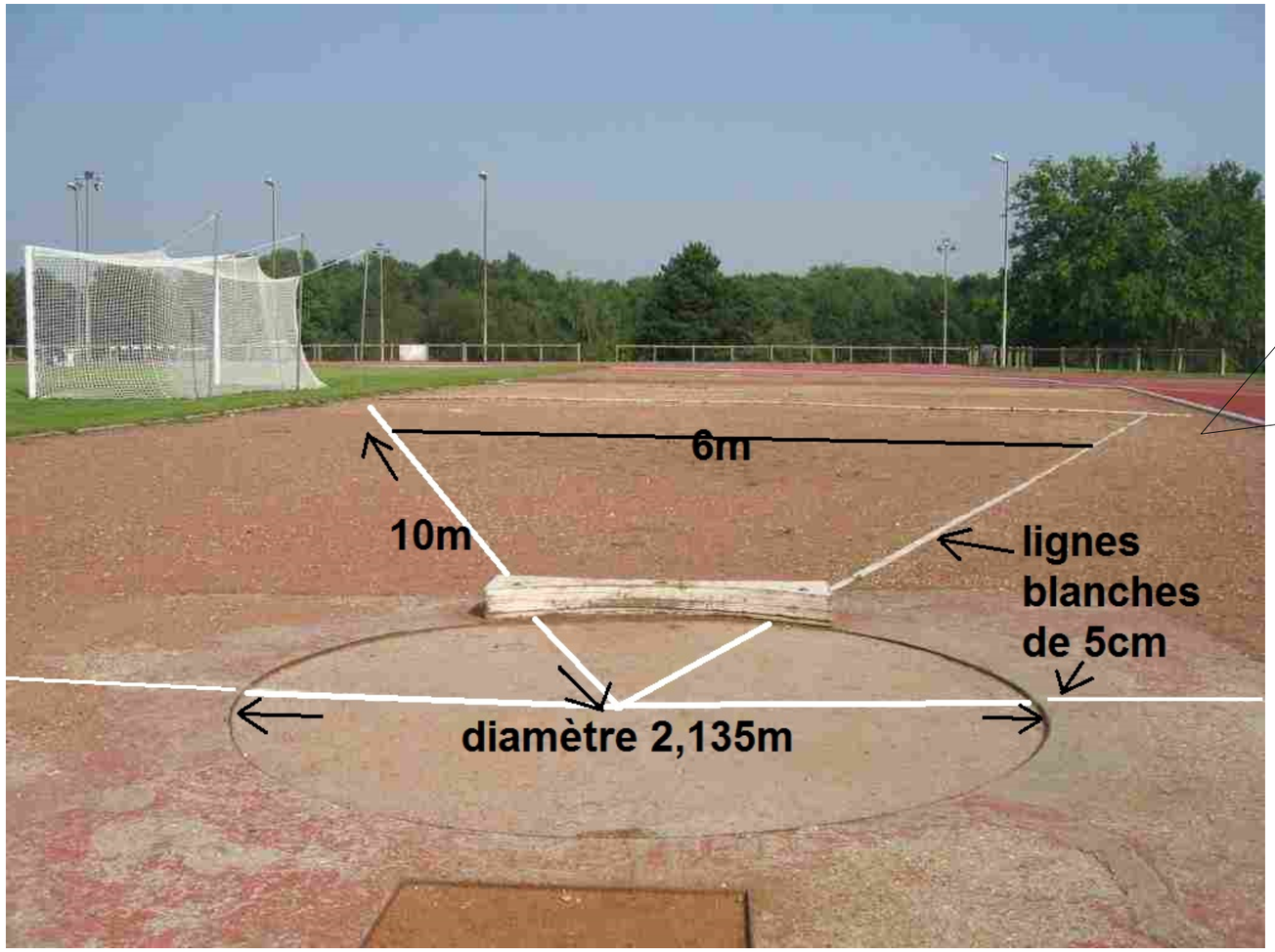
Juger au lancer de poids



copyright : gtheard53@gmail.com

Protéger l'aire du concours



- Protéger l'aire de chute

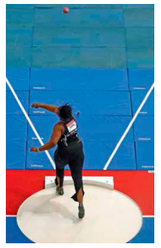
- Éloigner les spectateurs

- Aucun poids ne doit être utilisé à côté du concours.

- Les poids sont posés près du cercle et non lancés

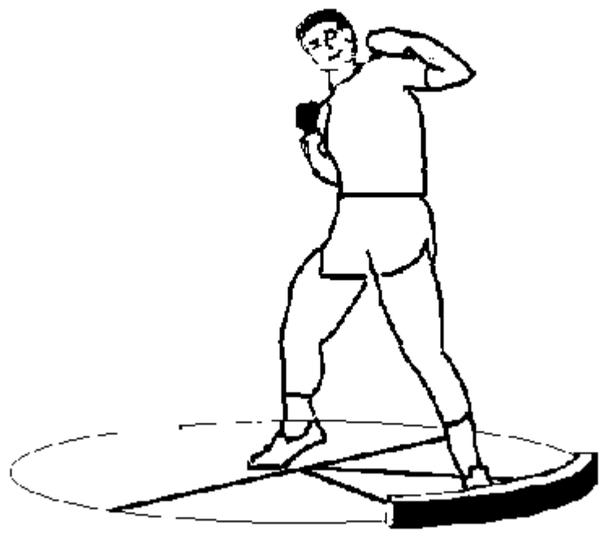
- Les concurrents attendent derrière de le cercle.

copyright : gtheard53@gmail.com

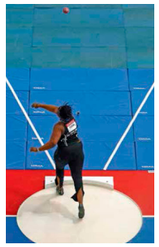


Position de l'athlète

- Les athlètes sont en position Stationnaire dans le cercle.
- Le poids est tenu près du cou ou du menton,
Lancé de l'épaule avec une seule main.
- Les gants et sparadrap sont interdits, la magnésie est autorisée.



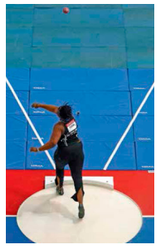
copyright : gtheard53@gmail.com



Échauffement

Chaque athlète
a des essais d'échauffement
dans l'ordre de la feuille de concours,
en présence du jury.

copyright : gtheard53@gmail.com

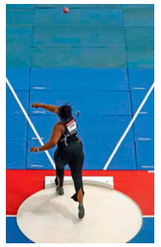


Nombre d'essais

- Jusqu'à 8 concurrents : 6 essais
- Plus de 8 concurrents : 3 essais pour tous, plus 3 essais supplémentaires pour les 8 meilleurs.

Les 3 derniers essais sont effectués dans l'ordre inverse du classement intermédiaire.

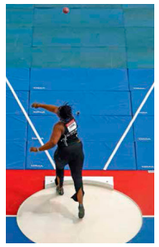
copyright : gtheard53@gmail.com



Poids et catégories

Catégorie sexe	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors Véterans 1
Femme	2 kg	3 kg	3 kg	4 kg	4 kg
Homme	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg

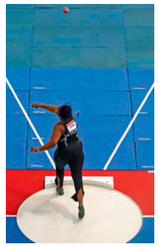
copyright : gtheard53@gmail.com



Les fautes

- Le temps imparti est dépassé
- Le poids est mal tenu
- L'athlète touche le sol à l'extérieur du cercle
- L'athlète met le pied sur le butoir
- L'athlète quitte le cercle avant que le poids n'ait touché le sol
- Le poids tombe à l'extérieur du secteur de chute ou sur les lignes blanches qui le délimitent.
- L'athlète sort devant ou sur la ligne qui passe par le centre du cercle

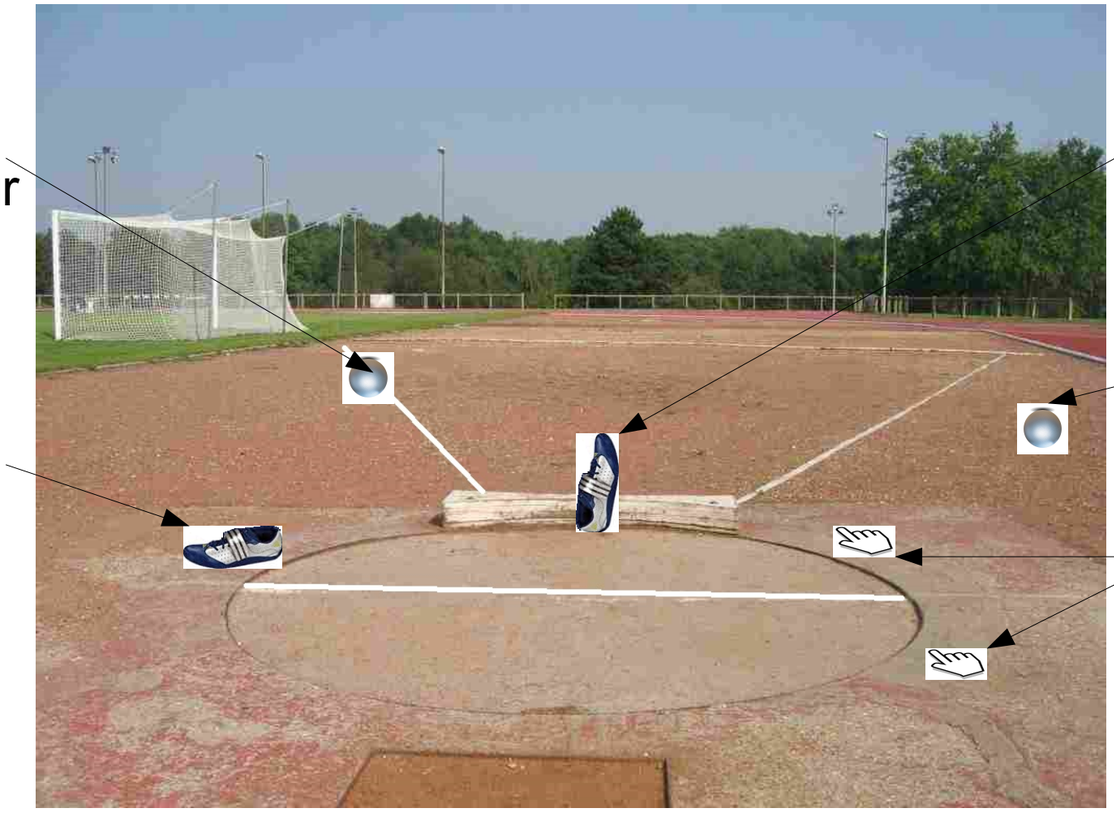
copyright : gtheard53@gmail.com



Les fautes

Le poids tombe sur la ligne du secteur de chute

L'athlète sort devant ou sur la ligne qui passe par le centre du cercle

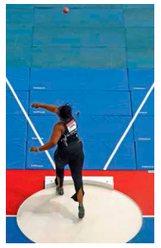


L'athlète met le pied sur le butoir

Le poids tombe à l'extérieur du secteur de chute

L'athlète touche le sol à l'extérieur du cercle

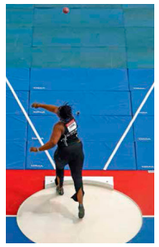
copyright : gtheard53@gmail.com



Faire le classement

- Le premier du concours est celui qui a réalisé la meilleure performance et ensuite c'est dans l'ordre décroissant.
- Si deux athlètes ont la même performance ont comparera la deuxième performance.
- Si l'ex aequo subsiste, on tiendra compte de la troisième meilleure performance, et ainsi de suite pour départager les athlètes.
- En cas d'ex aequo au classement final pour n'importe quelle place, y compris pour la 1ère place, les ex aequo ne seront pas départagés.

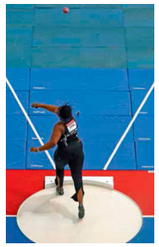
copyright : gtheard53@gmail.com



Le temps imparti

- Chaque athlète a 0,5 minute
à l'appel de son nom
pour lancer le poids.

copyright : gtheard53@gmail.com



Faire le classement

Athlètes	Essai 1	Essai 2	Essai 3	Perf. prov	Class. prov	Nouvel Ordre	Essai 4	Essa 5	Essai 6	Perf. finale	Class. ffinal
Julie	4,98	5,02	5,09	5,09	3	6	4,86	5,10	X	5,10	5
Clémence	5,20	5,21	5,15	5,21	1ex	7	5,14	4,99	5,24	5,24	1
Léa	5,15	5,21	5,20	5,21	1ex	8	5,02	5,13	5,18	5,21	2
Marie	4,91	5,08	5,02	5,08	4	5	X	5,11	5,01	5,11	4
Béatrice	-	-	-								DNS
Jessica	5,01	5,04	4,95	5,04	8	1	4,89	5,02	4,90	5,04	8
Catherine	4,99	4,95	X	4,99	9						9
Véronique	X	5,04	5,05	5,05	7	2	5,08	4,95	5,14	5,14	3
Chantal	5,06	5,05	X	5,06	6	3	4,98	X	-	5,06	7
Lucie	5,07	4,99	5,02	5,07	5	4	5,04	5,09	5,01	5,09	6

copyright : gtheard53@gmail.com