

Fédération Royale Belge  
des Poids et Haltères



---

REGLEMENT  
D'ORDRE INTERIEUR  
FRBPH

---

*Edition ~~2022~~ 2023*

---

## Table des matières

<b>1</b>	<b>REGLEMENTS DES COMPETITIONS.....</b>	<b>4</b>
1.1	Catégories d'âge.....	4
1.2	Catégories de poids.....	5
1.3	Compétitions nationales.....	6
1.4	Minima et conditions de participation pour les compétitions nationales.....	8
1.5	Minima et conditions de participation pour les compétitions internationales.....	9
1.6	Organisation générale et règlement des compétitions nationales.....	15
1.7	Règles spécifiques pour les interclubs et le championnat de Belgique des clubs.....	18
1.8	Règlementation concernant les athlètes étrangers.....	20
<b>2</b>	<b>RECORDS.....</b>	<b>22</b>
2.1	Généralités.....	22
2.2	Records des catégories d'âge.....	23
2.3	Conditions particulières de validation des records.....	23
<b>3</b>	<b>ARBITRAGE.....</b>	<b>25</b>
3.1	Arbitre en haltérophilie.....	25
3.2	Arbitre en powerlifting.....	26
3.3	Règles communes aux deux disciplines.....	29
<b>4</b>	<b>MANDAT INTERNATIONAL.....</b>	<b>32</b>
<b>5</b>	<b>CODE D'ETHIQUE SPORTIVE.....</b>	<b>33</b>
<b>6</b>	<b>REGLEMENT MEDICAL.....</b>	<b>36</b>
<b>7</b>	<b>REGLEMENTATION ANTIDOPAGE.....</b>	<b>37</b>
<b>8</b>	<b>DISPOSITIONS DIVERSES.....</b>	<b>38</b>
8.1	Diplômes.....	38
8.2	Sanctions.....	38
8.3	Transfert.....	38

# Préambule

---

Le règlement d'Ordre Intérieur de la FRBPH a été entièrement reformaté afin de le rendre plus lisible et de le mettre en conformité avec les évolutions administratives de la Fédération et les nombreuses modifications implémentées ces dernières années.

Ces modifications, clarifications sont repris en **surbrillance jaune** dans le présent document.

Toutes les dispositions non expressément incluses dans le présent ROI, doivent se conformer aux réglementations internationales.

## **DECRETS de la Communauté Française :**

- Décret 03.04.2014 relatif à la prévention des risques pour la santé dans le sport et ses arrêtés d'exécution.
- Décret du 20 mars 2014 portant diverses mesures en faveur de l'éthique dans le sport en ce compris l'élaboration du Code Ethique Sportive.
- Décret du 14 juillet 2021 relatif à la lutte contre le dopage.
- Décret du 8 décembre 2006 et modifications par le décret du 20.03.2014 et par le décret du 28.10.2021: décrets visant l'organisation et le subventionnement du sport en Communauté française

## **DECRETS de la Communauté Flamande :**

**A compléter : références des textes légaux du gouvernement flamand**

## ABBREVIATIONS

Pour la compréhension du texte ci-après, les définitions suivantes sont adoptées :

<b>FRBPH / KBGV</b>	Fédération Royale Belge des Poids et Haltères / Koninklijk Belgisch Gewichtheffers Verbond
<b>Ligue</b>	Fédération Communautaire affiliée à la Fédération Royale Belge des Poids et Haltères
<b>VGPF</b>	Ligue de la Communauté flamande / Vlaamse Gewichtheffers en Powerlifting Federatie
<b>LFPH</b>	Ligue de la Communauté française / Ligue Francophone des Poids et Haltères
<b>Club ou cercle</b>	Toute association qui remplit les conditions d'affiliation à une ligue membre de la Fédération Royale Belge des Poids et Haltères
<b>Membre ou athlète</b>	Toute personne physique affiliée à une ligue par l'intermédiaire d'un club
<b>Licence</b>	Document délivré par les ligues aux athlètes et dirigeants inscrits officiellement à un club
<b>AG</b>	Assemblée Générale
<b>CA</b>	Conseil d'Administration
<b>ROI</b>	Règlement d'ordre intérieur
<b>AUT</b>	Autorisation d'Usage à des fins Thérapeutiques
<b>AMA</b>	Agence Mondiale Antidopage, fondation de droit suisse créée le 10 novembre 1999
<b>WADA</b>	World Anti-Doping Agency
<b>ONAD/ NADO</b>	Organisation nationale Anti-Dopage / Nationaal Anti-Doping Organisatie

## 1 REGLEMENTS DES COMPETITIONS

### 1.1 Catégories d'âge

#### 1.1.1 Catégories d'âge en haltérophilie

Les catégories d'âge suivantes sont reconnues, tant pour les hommes que pour les femmes, pour les compétitions d'haltérophilie organisées par la FRBPH

#### **U13 :**

1. **U15** : à partir de 10 ans (anniversaire) jusqu'au 31 décembre de l'année de leurs 15 ans.
2. **U17** : du 1er janvier de l'année de leurs 16 ans jusqu'au 31 décembre de l'année de leurs **17 ans**.
3. **Juniors** : du 1er janvier de l'année de leurs 18 ans jusqu'au 31 décembre de l'année de leurs 20 ans.
4. **Seniors** : à partir du 1er janvier de l'année de leurs 21 ans
5. **Masters** : à partir du 1er janvier de l'année de leurs 35 ans.

Les Masters sont répartis en 10 catégories : **M35** (35 à 39 ans), **M40** (40 à 44 ans), **M45** (45 à 49 ans), **M50** (50 à 54 ans), **M55** (55 à 59 ans), **M60** (60 à 64 ans), **M65** (65 à 69 ans), **M70** (70 à 74ans), **M75** (75 à 79 ans), **M80** (80 ans et plus)

Les athlètes « masters » sont classés annuellement dans un groupe d'âge en tenant uniquement compte de leur année de naissance et non de la date.

*Ex : Un athlète né le 1er janvier ou le 31 décembre de l'année 1962 sera classé dans la catégorie M60 durant toute l'année 2022*

#### 1.1.2 Catégories d'âge en powerlifting et bench-press single

Les catégories d'âge suivantes sont reconnues, tant pour les hommes que pour les femmes, pour les compétitions de powerlifting organisées par la FRBPH

1. **Sub-Juniors** : à partir de 14 ans (anniversaire) jusqu'au 31 décembre de l'année de leurs 18 ans.
2. **Juniors** : du 1er janvier de l'année de leurs 19 ans jusqu'au 31 décembre de l'année de leurs 23 ans.
3. **Seniors** : à partir du 1er janvier de l'année de leurs 24 ans
4. **Masters** : à partir du 1er janvier de l'année de leurs 40 ans.

Les Masters sont répartis en 4 catégories : **M1** (40 à 49 ans), **M2** (50 à 59 ans), **M3** (60 à 69 ans), **M4** (70 ans et plus).

Les athlètes « masters » sont classés annuellement dans un groupe d'âge en tenant uniquement compte de leur année de naissance et non de la date.

*Exemple : Un athlète né le 1er janvier ou le 31 décembre de l'année 1962 sera classé dans la catégorie M3 durant toute l'année 2022*

Les compétitions de powerlifting sont strictement réservées aux concurrents de 14 ans et plus.

## 1.2 Catégories de poids

### 1.2.1 Catégories de poids en haltérophilie

Depuis le 01.01.2019, les catégories de poids de corps suivantes sont reconnues pour les compétitions d'haltérophilie organisées par la FRBPH

FEMMES						HOMMES				
Juniore						Junior				
U15	U17	U20	Seniore	Master		U15	U17	U20	Senior	Master
35						44				
40	40					49	49			
45	45	45	45	45		55	55	55	55	55
49	49	49	49	49		61	61	61	61	61
55	55	55	55	55		67	67	67	67	67
59	59	59	59	59		73	73	73	73	73
64	64	64	64	64		81	81	81	81	81
71	71	71	71	71		89	89	89	89	89
76	76	76	76	76		96	96	96	96	96
81	81	81	81	81		102	102	102	102	102
+81	+81	87	87	87		+102	+102	109	109	109
		+87	+87	+87				+109	+109	+109

Depuis le 01.11.2018, les catégories de poids de corps suivantes sont d'application pour les Jeux Olympiques et uniquement pour les Jeux Olympiques :

# ROI - FRBPH

CATEGORIES OLYMPIQUES	
FEMMES	HOMMES
49	61
55	67
59	73
64	81
76	96
87	109
+87	+109

2024

49	61
59	73
71	89
81	102
81+	102+

## 1.2.2 Catégories de poids en powerlifting et bench-press

Les catégories d'âge suivantes sont reconnues pour les compétitions de powerlifting organisées par la FRBPH

FEMMES				HOMMES			
Sub-Junior	Junior	Senior	Master	Sub-Junior	Junior	Senior	Master
43	43			53	53		
47	47	47	47	59	59	59	59
52	52	52	52	66	66	66	66
57	57	57	57	74	74	74	74
63	63	63	63	83	83	83	83
69	69	69	69	93	93	93	93
76	76	76	76	105	105	105	105
84	84	84	84	120	120	120	120
+84	+84	+84	+84	+120	+120	+120	+120

## 1.3 Compétitions nationales

1.3.1 La LFPH et la VGPF organisent chaque année les championnats de Belgique qui lui sont attribués, en alternance, par le CA de la FRBPH

1.3.2 Les championnats de Belgique individuels suivants sont organisés chaque année :

a) En Haltérophilie

- Championnats de Belgique U13, U15, U17 et Juniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Seniors (« Open »), hommes et femmes
- Championnats de Belgique Masters, hommes et femmes.

b) En Powerlifting Classique

- Championnats de Belgique Sub-Juniors et Juniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Seniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Masters, hommes et femmes

c) En Powerlifting Equipé

- Championnats de Belgique Sub-Juniors et Juniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Seniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Masters, hommes et femmes

d) En Bench-Press single Classique

- Championnats de Belgique Sub-Juniors et Juniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Seniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Masters, hommes et femmes

e) En Bench-Press single Equipé

- Championnats de Belgique Sub-Juniors et Juniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Seniors, hommes et femmes
- Championnats de Belgique Masters, hommes et femmes

1.3.3 Les championnats de Belgique des clubs, anciennement dénommée finales des interclubs, sont organisés chaque année pour chaque discipline :

- a) Championnats de Belgique des Clubs en Haltérophilie
- b) Championnats de Belgique des Clubs en Powerlifting Classique
- c) Championnats de Belgique des Clubs en Powerlifting Equipé
- d) Championnats de Belgique des Clubs en Bench-Press Classique
- e) Championnats de Belgique des Clubs en Bench-Press Equipé

- 1.3.4 Pour être admis à participer à une compétition nationale officielle pour toute discipline (haltérophilie, powerlifting équipé, powerlifting classique, bench équipé, bench classique), l'athlète devra :
- a) Etre affilié par son club à la Ligue régionale au moins 14 jours calendrier avant le championnat ;
  - b) Etre inscrit par son club auprès de l'organisateur au moins 14 jours calendrier avant la date prévue des championnats ;
  - c) Etre classé dans les catégories de poids, d'âge et de classe correspondant à ses résultats antérieurs et au niveau de la compétition ;
  - d) Être en possession d'une licence valable et pouvoir présenter lors de la pesée une pièce d'identité avec photo et date de naissance. En l'absence de justificatif d'identité, la participation de l'athlète pourra être refusée ;
  - e) Les athlètes **U13**, U15, U17, SubJuniors, Juniors, et Masters, devront être en mesure de prouver leur âge lors de la pesée.

### 1.4 Minima et conditions de participation pour les compétitions nationales

- 1.4.1 Lorsqu'un athlète, tant masculin que féminin, a réalisé les minima de participation à l'un ou l'autre championnat, relatifs à une catégorie déterminée de poids de corps, il pourra également participer aux mêmes championnats dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps plus élevée pour autant que les minima qu'il a réalisés soient égaux ou supérieurs à ceux établis pour participer dans ces catégories de poids de corps plus élevées. En aucun cas, cet athlète ne pourra participer dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps inférieure à celle dans laquelle il a réalisé les minima.
- Cette règle est d'application tant en haltérophilie, qu'en powerlifting et qu'en Bench-press single.

- 1.4.2 Les athlètes doivent s’inscrire dans une seule catégorie de poids de corps pour participer à l’un ou l’autre championnat. Plus aucun changement ne sera possible après l’inscription finale.
- 1.4.3 Les athlètes doivent avoir réalisé les minima de participation aux championnats de Belgique dans les 12 (douze) mois qui précèdent la date finale des inscriptions du championnat auquel ils désirent participer.  
Dans le cas des catégories d’âge sans minima de participation aux championnats de Belgique, l’athlète doit toutefois avoir participé à au moins une compétition dans les 12 (douze) mois qui précèdent la date finale des inscriptions
- 1.4.4 Il n’y a pas de minima de participation imposés aux athlètes U15, U17 et Masters en haltérophilie pour participer aux championnats de Belgique de la catégorie d’âge concernée.
- 1.4.5 Les résultats réalisés en Bench-Press-Single, ainsi que les résultats réalisés en Bench-Press pendant les trois mouvements du Powerlifting, entrent en ligne de compte pour la réalisation des minima de participation aux championnats de Belgique Bench-Press-Single. Seule les minima réalisés au 'Classic' seront pris en compte pour participer aux compétitions 'Equipé'.

### 1.5 Minima et conditions de participation pour les compétitions internationales

- 1.5.1 Lorsqu'un athlète, tant masculin que féminin, a réalisé les minima de participation à l'un ou l'autre championnat, relatifs à une catégorie déterminée de poids de corps, il pourra également participer aux mêmes championnats dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps plus élevée pour autant que les minima qu'il a réalisés soient égaux ou supérieurs à ceux établis pour participer dans ces catégories de poids de corps plus élevées. En aucun cas, cet athlète ne pourra participer dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps inférieure à celle dans laquelle il a réalisé les minima.
- Cette règle est d'application tant en haltérophilie, qu'en powerlifting et qu'en Bench-press single.

Toutefois, pour les **compétitions internationales**, un athlète, tant masculin que féminin, pourra également participer dans la catégorie de poids de corps inférieure à celle dans laquelle il a réalisé les minima, à condition qu'il ait réalisé les minima de ladite catégorie inférieure avec un poids de corps ne dépassant pas au maximum 3% du poids de ladite catégorie inférieure.

*Exemple avec catégories (fictives) de poids de corps -100 kg et -110 kg:  
un athlète qui a réalisé les minima internationaux de la catégorie -110 kg pourra également participer au championnat international concerné en catégorie -100 kg à la condition que son poids de corps ne dépassait pas 103 kg (100 kg + 3%) lors de la réalisation des minima des -110 kg*

Lorsqu'un athlète a réalisé les minima de participation à l'un ou l'autre championnat, relatifs à une catégorie déterminée de poids de corps, il sera également éligible pour participer aux mêmes championnats dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps plus élevée pour autant que les minima qu'il a réalisés soient égaux ou supérieurs à ceux établis pour participer dans ces catégories de poids de corps plus élevées. A priori cet athlète ne sera pas éligible pour participer dans l'une ou l'autre catégorie de poids de corps inférieure à celle pour laquelle il a réalisé les minima. Toutefois, pour les compétitions internationales, un athlète sera également éligible pour participer dans la catégorie de poids de corps inférieure à celle dans laquelle il a réalisé les minima, à condition : 1 - qu'il ait déjà réalisé les minima de la catégorie supérieure 2 - qu'il ait réalisé les minima de catégorie inférieure avec un poids de corps ne dépassant pas au maximum 3% du poids de ladite catégorie inférieure Exemple avec catégories (fictives) de poids de corps - 49 kg et -55 kg: un athlète qui a réalisé les minima internationaux de la catégorie -55 kg pourra également participer au championnat international concerné en catégorie -49 kg à la condition que son poids de corps ne dépassait pas 50,47 kg (49 kg + 3%) lors de la réalisation des minima des -49 kg.

- 1.5.2 ~~Les athlètes doivent avoir réalisé les minima de participation aux championnats internationaux, dans les 11 (onze) mois qui précèdent la date d'inscription finale du championnat auquel ils désirent participer.~~

Lorsque des minimums sont imposés pour participer à un championnat international, les athlètes doivent avoir réalisé les minima de participation, pendant la période de sélection. Par défaut, la période de sélection se termine 3 semaines avant la date d'inscription finale de la compétition et la

période de sélection commence 11 mois avant la date d'inscription finale. Si, avant la date d'inscription préliminaire, il y a déjà plus d'inscriptions que le nombre autorisé (y compris les réserves), la période de sélection jusqu'à cette date d'inscription sera prise en compte pour prendre les décisions.

- 1.5.3 ~~Pour la participation aux championnats d'Europe et du Monde, en plus des minima à réaliser, l'athlète doit avoir participé à deux (2) compétitions en Belgique dans les neuf (9) mois précédant l'inscription préliminaire.~~

Pour la participation aux championnats d'Europe et du Monde en plus des minima à réaliser, l'athlète doit avoir minimum 2 participations dans la période de sélection, dont au moins 1 participation en Belgique et au moins 1 participation avant l'inscription préliminaire.

- 1.5.4 ~~Pour être admis à participer à une compétition internationale officielle, l'athlète et son club ainsi que les coaches/entraîneurs/officiels devront être affiliés à sa Ligue régionale depuis au moins six (6) mois avant la date prévue des championnats.~~

Pour être éligible à participer à une compétition internationale officielle, les athlètes/coachs/entraîneurs/officiels devront être affiliés à sa Ligue régionale depuis au moins six (6) mois avant la date prévue des championnats

- 1.5.5 En haltérophilie, les limites d'âge pour être inscrit à une compétition internationale sont les suivantes :

Compétition	Age minimum*
Championnats d'Europe/Monde Senior	15 ans
Championnats d'Europe/Monde Junior	15 ans
Championnats Europe/Monde U17 (Youth)	13 ans
Championnats Europe U15	13 ans
Championnats Europe/Monde Masters	35 ans

\* : l'âge limite correspond à l'année de naissance (et pas à la date anniversaire)

Pour les Jeux Olympiques et les Jeux Olympiques de la Jeunesse, ce sont les règles du Comité International Olympique qui s'appliquent  
 Pour les événements régis par la Fédération Internationale du Sport Universitaire (FISU) , ce sont les règles FISU qui s'appliquent.

- 1.5.6 En haltérophilie, il existe 10 catégories de poids pour les U17 (Youth) tant chez les filles que chez les garçons.

Catégories de poids pour les U17 (Youth)	
Femmes	Hommes

## ROI - FRBPH

40	49
45	55
49	61
55	67
59	73
64	81
71	89
76	96
81	102
+81	+102

1.5.7 Sur base de la réalisation préalable des minima éventuellement imposés, chaque ligue est responsable de la désignation de ses athlètes licenciés participant, à titre individuel, aux compétitions Internationales

Chaque ligue est responsable de la sélection individuelle de ses athlètes licenciés en vue de leur participation à des compétitions internationales. La ligue doit au moins tenir compte des conditions imposées par la fédération nationale (et l'organisateur). La fédération nationale étant responsable en dernier ressort des inscriptions internationales, elle se réserve le droit de prendre les décisions finales.

- 1.5.8 Lorsque 3 athlètes ou plus, appartenant à 2 ligues différentes, ont réussi leurs minima de participation dans la même catégorie de poids et sont sélectionnés par leur ligue pour participer, à titre individuel, à la même compétition internationale, les critères suivants seront d'application afin de pouvoir départager les athlètes qui pourront officiellement participer dans le respect des règlements internationaux (2 athlètes maximum par pays dans chaque catégorie de poids).
- a) Le classement du meilleur total par catégories de poids, pendant la période des 9 mois qui précèdent la date d'inscription préliminaire à ces championnats
  - b) En cas d'égalité dans le classement du meilleur total évoqué ci-dessus, suivant l'ordre de la date de réalisation du total pendant la période des 9 mois qui précèdent la date d'inscription préliminaire à ces championnats. L'athlète qui a réalisé le total le premier aura la priorité sur l'athlète qui a réalisé le total en second, etc...
  - c) En cas d'égalité aux critères a) et b) ci-dessus, les 2 athlètes qui ont obtenu les points les plus élevés (table IPF GL et Sinclair) depuis le début de l'année sportif en cours et ce jusque la date d'inscription final à ces championnats, seront sélectionnés

### 1.5.8.1. Critères supplémentaires pour la sélection dans la même catégorie de poids, d'âge et de sexe

Selon les règles internationales pour un championnat international, un maximum de 2 athlètes par pays dans chaque catégorie de poids est autorisé. Si 3 athlètes ou plus, appartenant à 2 ligues différentes, ont réussi leurs minima de participation dans la même catégorie de poids et sont sélectionnés par leur ligue pour participer à titre individuel, à la même compétition internationale. Pour décider quels athlètes pourront officiellement participer, les critères de sélection supplémentaires s'appliqueront. Les critères suivants seront utilisés, dans cet ordre : a) L'athlète avec le meilleur total de qualificatif dans la période de sélection aura la priorité. Les autres ne peuvent être inscrits qu'en tant que réserve b) En cas d'égalité dans le classement du meilleur total évoqué ci-dessus, l'athlète qui a réalisé ce meilleur total dans la catégorie de poids aura la priorité sur l'athlète qui à réalise ce total avec une tolérance("règle des 3%") admise par la réglementation pour le dépassement de la catégorie c) En cas d'égalité cas d'égalité aux critères a) et b) dans l' évoqué ci-dessus, suivant l'ordre de la date de réalisation du total pendant la période de sélection. L'athlète qui a réalisé le total le premier aura la priorité sur l'athlète qui a réalisé le total en second, etc... d) En cas d'égalité aux critères a) b) et c) ci-dessus, l'athlète qui a réalisé le deuxième meilleur total aura la priorité, etc...

1.5.8.2. Critères de sélection supplémentaire dans les différentes catégories de poids/sexe/âge Si le nombre de demandes d'inscription à un championnat international dépasse le nombre maximum d'athlètes qui peuvent être inscrits pour la Belgique, des sélections supplémentaires seront nécessaire afin de pouvoir désigner les athlètes qui pourront officiellement participer. Lorsqu'il existe des minimums de participation pour la compétition concernée, la sélection se fera sur la base du pourcentage du total atteint par rapport au minimum pendant la période de sélection. Lorsqu'il n'existent pas des minimums de participation pour la compétition concernée, les Directeurs

Techniques de chaque Ligue devront formuler une proposition d'arbitrage au Conseil d'Administration. Ils peuvent se baser sur des minimas d'un autre championnat ou sur des autres critères relevant.

- 1.5.9 ~~La sélection des athlètes, pour la participation à une compétition/tournoi internationale par équipe, haltérophilie, powerlifting ou bench press, sera établie sur base d'un classement général dans l'ordre décroissant du meilleur résultats de l'athlète aux points Sinclair pour l'haltérophilie ou Wilks pour le powerlifting et le bench press (équipé & classique), et ce pour toutes les prestations réalisé en Belgique ou lors d'un championnat international reconnu auxquelles l'athlète a participé dans les neuf (9) mois qui précèdent la date préliminaire de la compétition en question~~

Le niveau minimum de participation est fixé aux minima Belgique de la catégorie d'âge de l'athlète. La Fédération nationale conserve la possibilité d'établir des critères plus stricts selon le niveau de la compétition. Pour être éligible à une sélection internationale par équipe, l'athlète doit avoir minimum 2 participations dans la période de sélection, dont au moins 1 participation en Belgique et au moins 1 participation avant l'inscription préliminaire. La sélection des athlètes pour participer à une compétition/tournoi international par équipes sera établie sur un classement général dans l'ordre décroissant du meilleur résultat de l'athlète dans le système de points applicable au cours de la période de sélection. Un athlète qui aura précédemment déclaré forfait sans motif valable à deux sélections nationales pourra se voir refuser la sélection. Lorsque différentes catégories sont mélangées dans la sélection et que les points standard (Sinclair pour l'haltérophilie et IPF GL pour l'haltérophilie et le développé couché) n'ont pas de sens, les directeurs techniques de chaque ligue formuleront une proposition de classement alternatif pour le conseil d'administration. Ils peuvent baser leur proposition sur les minimas d'un autre championnat ou sur d'autres critères pertinents. Cela peut être le cas, par exemple, lorsque différents sexes, âges ou disciplines (bench, power, équipé/classique) sont mélangés ou lorsqu'il existe un règlement spécifique pour la compétition internationale.

- 1.5.10 Dans l'hypothèse où le nombre de demandes d'inscription à un championnat international dépasse le nombre maximum d'athlètes qui peuvent être inscrits pour la Belgique (effectifs + réserves), les Directeurs Techniques de chaque Ligue devront formuler une proposition d'arbitrage au Conseil d'Administration.
- 1.5.11 La liste préliminaire des demandes d'inscription aux championnats internationaux devra être fournie Secrétariat de la FRBPH au plus tard 8 jours calendrier avant la deadline prévue par la fédération internationale ou l'organisateur.
- 1.5.12 En powerlifting, les minimas de participation pour la Coupe d'Europe Universitaire et la Coupe de Monde Universitaire sont fixés à 95% des aux minimas de participation aux championnats d'Europe **Open Juniors**

## 1.6 Organisation générale et règlement des compétitions nationales

### 1.6.1 Responsabilités du club organisateur

Le club qui se charge de l'organisation d'une compétition nationale doit :

- a) Solliciter les inscriptions auprès des clubs des deux ligues pour que ceux-ci puissent adresser la liste de leurs participants dans les délais réglementaires (14 **21** jours avant la date prévue)
- b) Dresser la liste des inscrits avec les noms, prénoms, dates de naissance, catégories de poids et, éventuellement, de classe.
- c) Envoyer la liste des athlètes inscrits au secrétaire de sa ligue, dès la clôture des inscriptions. Le secrétaire de la ligue concernée enverra copie de cette liste au secrétaire général national pour vérification de la validité des inscriptions. Le secrétaire de chaque ligue assurera la diffusion de cette liste, parmi ses clubs affiliés, dès qu'il aura reçu, en retour, la liste contrôlée et définitive du secrétaire général national.
- d) Il doit joindre à cette liste le programme détaillé de la compétition : horaires, plateaux, lieu de la compétition et autres indications nécessaires.
- e) Faire en sorte que les exigences suivantes soient respectées :
  - i. A l'exception d'un match interclubs, toutes les compétitions doivent obligatoirement être organisées dans un hall de sport, ou une salle équivalente
  - ii. Les installations devront comporter un vestiaire, des douches, une armoire pharmaceutique dont le contenu a été préalablement vérifié (voir annexe), un local réservé à la pesée et une salle d'échauffement suffisante.
  - iii. Le nombre de barres d'échauffement devra être suffisant.
  - iv. Le matériel d'échauffement et de compétition devra être en parfait état de fonctionnement et remplir les normes de sécurité voulues (particulièrement les supports de squats et les bancs du développé couché).
  - v. L'espace prévu pour l'échauffement des athlètes et les locaux retenus pour la compétition doivent être bien aérés, convenablement chauffés et suffisamment éclairés.
  - vi. Les aires de sécurité devront être suffisantes entre les plateaux d'échauffement.
  - vii. Les abords du plateau de compétition doivent être suffisamment larges et dégagés pour protéger les spectateurs en cas de retombée incontrôlée de la barre.
  - viii. Les locaux prévus pour l'organisation devront être munis d'une installation microphonique, en bon état de fonctionnement, permettant d'informer les athlètes et le public du déroulement de la compétition.
  - ix. Un avis d'interdiction de fumer devra figurer à l'entrée des locaux prévus pour l'échauffement et pour la compétition.

- x. Certains points sous e) peuvent être faire l'objet de dérogations par décision du Conseil d'administration National.

Les responsables d'une organisation devront toujours tenir compte de l'aspect sécurité et mettre tout en œuvre pour que l'échauffement des athlètes et le déroulement des compétitions évoluent sans risques de nuire à leurs membres et aux observateurs étrangers.

- 1.6.2 Trois jours, au plus tard, après la date de la compétition, le responsable du club organisateur devra adresser la feuille des résultats, revêtue de la signature des arbitres ayant officié, au secrétaire de sa ligue, lequel enverra, dans la semaine, une copie de ces résultats au secrétaire général de la F.R.B.P.H.
- 1.6.3 Les clubs sont responsables des compétitions dont ils ont la charge, et les manquements graves aux règles prévues pourront faire l'objet de sanctions.
- 1.6.4 Lors de chaque compétition, le secrétaire de la compétition et l'arbitre chef de plateau du 1er groupe devront s'assurer, avant la pesée officielle, que les conditions énoncées au point 1.6.1 (e) ci-dessus sont correctement respectées.
- 1.6.5 En haltérophilie, indépendamment de la catégorie de poids, d'âge ou de sexe, la charge minimale autorisée pour effectuer un essai (tant à l'arraché qu'à l'épaulé-jeté) lors des compétitions officielles, ne pourra être inférieure à 26 kg pour les hommes et ne pourra être inférieur à 21 kg pour les femmes. Cette règle devra être scrupuleusement respectée par les organisateurs.  
Le Conseil d'Administration a approuvé l'exception pour la charge minimale de 15kg, mais uniquement pour les cadets U15 dans toutes les compétitions, sauf lors des championnats de Belgique (individuel) et les championnats des ligues.
- 1.6.6 Tant en powerlifting qu'en haltérophilie, le timing des compétitions est programmé suivant le règlement IPF et/ou IWF.
- 1.6.7 Pour obtenir le TITRE de champion de Belgique, tant en powerlifting et bench-press qu'en haltérophilie, l'athlète doit avoir réalisé, lors de la compétition concernée, les minima de participation à ces championnats dans la catégorie dans laquelle il concourt.
- 1.6.8 Récompenses aux championnats de Belgique  
Lors des championnats de Belgique il sera prévu de remettre au premier, deuxième et troisième de chaque catégorie un prix spécial ou un souvenir.  
De même, **pour les championnats de Belgique individuels**, il faudra prévoir de remettre, tant chez les hommes que chez les dames, un prix spécial pour le champion des champions, premier, deuxième et troisième; c'est-à-dire les 3 meilleurs selon les tables Sinclair et/ou IPF Goodlift

- 1.6.9 Frais de participation aux championnats de Belgique  
L'organisateur d'un championnat National (Belgique, Clubs et Ligue) peut demander des frais d'inscription de maximum 10 € par participant.
- 1.6.10 Les championnats de Belgique en haltérophilie (Seniors - Juniors - Cadets et Dames) sont organisés durant le 2ème semestre de l'année sportive.
- 1.6.11 En haltérophilie, les championnats de Belgique « cadets - Juniors - Seniors et dames » pourront être organisés la même journée. Dans ce cas, les cadets et les juniors pourront figurer dans le classement des « Seniors », voire obtenir le titre de champion de Belgique « senior », sous certaines conditions. A savoir :
- a) S'inscrire et tirer dans la catégorie d'âge qui lui est propre (un cadet en cadet - un junior en junior)
  - b) Avoir, dans les 12 mois qui précèdent l'inscription, réaliser les minima « Seniors » de la catégorie de poids dans laquelle il est engagé.
  - c) Réaliser, le jour de la compétition, un total égal ou supérieur au minimum imposé pour participer au championnat « Seniors » de la catégorie de poids dans laquelle il s'est engagé.
  - d) Un cadet ou un junior (qui remplirait les conditions imposées) qui voudrait malgré tout s'inscrire dans la catégorie d'âge « senior », ne pourra être classé avec les cadets ou les juniors.
  - e) Le club organisateur aura l'obligation d'afficher les résultats des catégories « cadets et juniors », avant la compétition des « Seniors » prévue, traditionnellement, au dernier plateau de la compétition
- 1.6.12 Un athlète ne peut participer qu'à un seul championnat national par année sportive dans chaque discipline. Seuls, les Cadets, Sub-Juniors, Juniors et Masters qui auraient réalisé les minima « Seniors » sont autorisés à participer à la fois aux championnats nationaux correspondant à leur catégorie d'âge et aux championnats nationaux « Seniors », lorsque ces championnats sont organisés à des moments différents.
- Pas de SJ ni Ju NI PAS 3 et 3 !!!**
- 1.6.13 La participation aux championnats nationaux et aux championnats des ligues est prioritaire sur toute autre compétition. Si une compétition internationale entre en concurrence avec une compétition prioritaire, le Comité Exécutif de la ligue concernée pourra octroyer les dispenses nécessaires.

## 1.7 Règles spécifiques pour les interclubs et le championnat de Belgique des clubs

### 1.7.1 Composition des équipes

- 1.7.1.1 Chaque équipe est composée de maximum 3 4 athlètes. Les équipes peuvent être mixtes femmes et hommes.
- 1.7.1.2 La participation de maximum un (1) athlète non-belge par équipe est autorisée (non-belge= athlète ne possédant pas la nationalité belge ou de carte de résident étranger dûment établie auprès de son administration communale).
- 1.7.1.3 Les équipes seront composées au plus tard lors de la pesée du premier athlète du club.

### 1.7.2 Tours préliminaires Interclubs

- 1.7.2.1 Les interclubs se déroulent en 3 tours préliminaires (T1, T2 et T3) qui déterminent la participation à la finale des interclubs dénommée Championnats de Belgique des clubs
- 1.7.2.2 Les 3 tours préliminaires sont organisés au niveau de chaque Ligue.
- 1.7.2.3 Les résultats du bench press du powerlifting complet (3 mouvements) en interclubs pourront être pris en compte pour les classements BP single en interclubs lorsque les deux interclubs sont organisés en même temps. Les frais de participation éventuels pour le bench press resteront également d'application.

### 1.7.3 Championnat de Belgique des Clubs (Finale Nationale).

- 1.7.3.1 En haltérophilie, les seize (16 ~~14~~) meilleures équipes des trois tours préliminaires au niveau national, avec un maximum de deux (2) équipes par club, sont qualifiées pour le Championnat de Belgique des Clubs sur base du total des points T1+T2+T3 (voir décompte des points paragraphe 2.5). Si un ou plusieurs clubs classent plus de deux équipes dans les 16 premières après les 3 tours préliminaires, les équipes suivantes dans le classement seront qualifiées pour le Championnat de Belgique des Clubs, à concurrence de maximum ~~16~~ 4 équipes finalistes ;
- 1.7.3.2 En powerlifting et en bench-press single, les dix (10) meilleures équipes en « Classique » ~~et les cinq (5) meilleures équipes en « Equipé »~~ à l'issue des trois tours préliminaires au niveau national, avec un maximum de 2 équipes par club, sont qualifiées pour le Championnat de Belgique des Clubs sur base du total des points T1+T2+T3 (voir décompte des points paragraphe 2.5). Si un ou plusieurs clubs classent plus de deux équipes dans les 10 premières en Classique ou dans les 5 premières en Equipé après les 3 tours préliminaires, les équipes suivantes dans le classement seront qualifiées pour le Championnat de Belgique des Clubs, à concurrence de maximum 10 équipes finalistes en classique et de maximum 5 équipes finalistes en Equipé;
- 1.7.3.3 Les points des journées T1, T2 et T3 seront remis à zéro lors du Championnat de Belgique des Clubs (finale nationale interclubs), et uniquement les points de la finale seront additionnés pour le classement du Championnat de Belgique des Clubs;
- 1.7.3.4 Seuls les athlètes qui ont déjà participé lors du T1, T2 ou T3 seront autorisés à participer au Championnat de Belgique des Clubs (finale nationale interclubs);
- 1.7.3.5 La participation d'un (1) athlète non-belge par équipe est autorisée (non-belge= athlète ne possédant pas la nationalité belge ou de carte de résident étranger dûment établie auprès de son administration communale);
- 1.7.3.6 L'équipe est composée de maximum ~~3~~ 4 athlètes;
- 1.7.3.7 Les équipes seront composées au plus tard lors de la pesée du premier athlète du club.
- 1.7.4 Inscription des athlètes pour les interclubs (tours préliminaires et Championnat de Belgique des Clubs)

- 1.7.4.1 Les horaires définitifs des pesées et la composition des plateaux/groupes sont communiqués aux secrétaires des clubs par leur Secrétaire de Ligue. Les secrétaires des clubs sont tenus de vérifier l'exactitude des données d'inscription et de signaler toute erreur dans les 48 h suivant l'envoi par le Secrétaire de leur Ligue.
- 1.7.4.2 Le remplacement de maximum un athlète inscrit par équipe sera autorisé. L'athlète remplaçant devra dans ce cas se présenter à la pesée prévue pour l'athlète qu'il remplace
- 1.7.4.3 Toute équipe qualifiée pour le Championnat de Belgique des Clubs devra aussi se conformer à cette procédure d'inscription
- 1.7.5 Décompte des points et classement
- 1.7.5.1 Le classement est établi sur base du total des points individuels marqués par les 3 athlètes composant l'équipe
- 1.7.5.2 Les points individuels marqués par chaque athlète sont calculés selon les formules suivante selon le sexe :
- 1.7.5.3 Points athlètes masculins = total x Sinclair coefficient hommes
- 1.7.5.4 Points athlètes féminins = total x Sinclair coefficient dames x 1,35
- 1.7.5.5 Lors du Championnat de Belgique des clubs, il sera prévu de remettre un trophée au moins aux trois meilleures équipes

### 1.8 Règlements concernant les athlètes étrangers

- 1.8.1 Les athlètes qui ne possèdent pas la nationalité belge ne pourront prétendre au titre de champion de Belgique ni être détenteurs d'un record de Belgique. Néanmoins, la participation en Open sera autorisée lors d'un championnat de Belgique pour autant qu'ils aient réalisé les minima de participation aux championnats de Belgique et qu'ils disposent d'une carte de résidence belge.
- 1.8.2 Les athlètes qui ne possèdent pas la nationalité belge, et qui sont affiliés à la Fédération de leur pays, peuvent participer aux compétitions pour leur club belge, s'ils peuvent procurer une attestation d'autorisation de participation de leur Fédération étrangère

#### **Attestation et autorisation de participation**

Chaque club devra dorénavant demander une attestation à la Fédération Nationale d'origine de l'athlète l'autorisant à participer pour le compte d'un club Belge.

L'attestation doit comporter, au minimum, les mentions suivantes :

- Année sportive de validité.
- Nom et prénom de l'athlète.
- Date de naissance
- Nationalité
- Nom et Signature du responsable autorisé par la Fédération étrangère à délivrer cette attestation, secrétaire général ou du président.

1.8.3 Pour les athlètes étrangers qui ne sont pas affiliés à une autre Fédération, il n'y a aucune réglementation internationale.

Toutefois, pour participer à des compétitions reconnues au calendrier de l'IWF, la nationalité belge est exigée, voir IWF by-laws 13.

Pour les compétitions reconnues au calendrier de l'IPF, la nationalité Belge ou une preuve de résidence depuis au moins deux ans en Belgique est exigée, voir IPF by-laws 105.9.3

1.8.4 Seuls les athlètes qui résident officiellement depuis trois (3) ans en Belgique peuvent être inscrits pour des compétitions internationales. Autrement dit, les participants pour la Belgique, ou pour un club belge, doivent posséder une carte d'identité belge ou de résidence, même s'ils sont pour le reste en règle avec leur affiliation à la LFPH ou VGPF.

1.8.5 Un athlète non-Belge qui est en mesure de prouver via sa carte de résident qu'il réside en Belgique, et indépendamment du nombre d'années de résidence, n'est pas considéré comme étranger lors des 'interclubs' d'haltérophilie, powerlifting et bench-press (**Championnat de Belgique des Clubs** y compris) et ce à partir du 01.01.2018.

## 2 RECORDS

### 2.1 Généralités

- 2.1.1 Pour être reconnus, les records devront avoir été réalisés lors de manifestations reprises au calendrier officiel. Les performances réalisées pendant des manifestations pour lesquelles des autorisations de participation auront été délivrées par le secrétaire des ligues pourront également entrer en ligne de compte
- 2.1.2 La preuve des performances réalisées est constituée par la signature des arbitres en fonction sur la feuille des résultats de la compétition
- 2.1.3 Lors des championnats de Belgique, en powerlifting, toutes les tentatives, pour établir un nouveau record national, pourront être faites par une progression de 0,5 kg (500 gr).
- 2.1.4 Lors des championnats de Belgique, powerlifting et Bench-Press, toutes les tentatives, pour établir un nouveau record de ligue, doivent être faites, mais par une progression de 2,5 kilos
- 2.1.5 Lors des championnats de Belgique, en haltérophilie, toutes les tentatives pour établir un nouveau record national doivent être faites par une progression de 1 kg
- 2.1.6 En Powerlifting, lors d'une compétition des trois mouvements, c'est-à-dire Squat, Bench-Press et Deadlift, les nouveaux records internationaux ne pourront être homologués que durant les championnats d'Europe et du Monde et lorsque qu'il y a un contrôle antidopage effectué immédiatement après la compétition de l'athlète et en concordance avec les règles de l'AMA
- 2.1.7 Aucun record - ni ligue ni Belgique - sera accordé durant la suspension d'un athlète, de même pour le classement aux points

## 2.2 Records des catégories d'âge.

- 2.2.1 En haltérophilie, un athlète « U15 » ou « U17 » pourra obtenir un record « officiellement homologué » dans les catégories d'âges « Junior » et « Senior », si le record qu'il a établi en « cadet » est supérieur au record officiel des catégories « Junior » ou « senior » dans la même catégorie de poids du corps ;
- 2.2.2 En powerlifting, un athlète « Sub-junior » pourra obtenir un record « officiellement homologué » dans les catégories d'âges « Junior » et « Senior », si le record qu'il a établi en « Sub-junior » est supérieur au record officiel de la catégorie « Junior » ou « Senior » et ce dans la même catégorie de poids du corps ;
- 2.2.3 En haltérophilie et en powerlifting, un athlète « Junior » pourra obtenir un record « officiellement homologué » dans les catégories d'âges « Senior », si le record qu'il a établi en « junior » est supérieur au record officiel de la catégorie « Senior » et ce dans la même catégorie de poids du corps ;
- 2.2.4 En powerlifting, les « Masters » pourront établir les records suivants :
- Les Masters des catégories 50-59 ans pourront établir un record dans la catégorie Masters 40-49 ans, à condition que le nouveau record soit plus élevé que celui établi dans la catégorie d'âge inférieur, dans la même catégorie de poids de corps.
- Les Masters des catégories 60-69 ans pourront établir un record dans la catégorie Masters 50-59 ans et 40-49 ans, à condition que le nouveau record soit plus élevé que celui établi dans la catégorie d'âge inférieur, dans la même catégorie de poids de corps.
- Les Masters + de 70 ans pourront établir un record dans la catégorie Masters 60-69 ans , 50-59 ans et 40-49 ans, à condition que le nouveau record soit plus élevé que celui établi dans la catégorie d'âge inférieur, dans la même catégorie de poids de corps ;
- 
- 2.2.5 En haltérophilie et en powerlifting, un athlète classé dans n'importe quelle catégorie « Master » pourra obtenir un record « officiellement homologué » dans la catégorie « Senior », si le record qu'il a établi en « Master » est supérieur au record officiel de la catégorie « Senior » dans la même catégorie de poids du corps

## 2.3 Conditions particulières de validation des records

- 2.3.1 Si un ou plusieurs des arbitres **validant un record** sont étrangers, leur qualité d'arbitre devra être vérifiée par le secrétaire général de la FRBPH, ou à défaut par le secrétaire de la compétition, qui n'enregistrera le record que si toutes les garanties sont réunies
- 2.3.2 Un candidat arbitre national ne peut arbitrer une tentative de record dans le cours de sa mise à l'épreuve (examen pratique). Il doit, en ce cas, céder sa place à un arbitre qualifié présent
- 2.3.3 Si le record est établi à l'étranger, la feuille officielle des résultats sera exigée avant toute homologation. Le secrétaire général de la FRBPH pourra également exiger la certification sur l'honneur des résultats et des autres mentions, par la personne présentant la demande d'homologation.
- 2.3.4 Les records à réaliser pour le Championnat de Belgique Classic prendront cours à partir du 1 janvier 2014
- 2.3.5 Les records réalisés en 'Classic' ne seront pas pris en compte pour les records 'Equipé'
- 2.3.6 Selon le principe du « Bona Fide Attempt », pour valider un record de Belgique dans un mouvement en powerlifting trois mouvements, un athlète doit réaliser un minimum à chaque mouvement au moins égal à :
- Pour les Dames :
- 75% du poids de corps pour le SQ et le DL pour valider un record de Belgique en BP
  - 50% du poids de corps pour le BP pour valider un record de Belgique en SQ ou DL
- Pour les Hommes :
- 100% du poids de corps pour le SQ et le DL pour valider un record de Belgique en BP
  - 75% du poids de corps pour le BP pour valider un record de Belgique en SQ ou DL
- Cette règle est valable pour toutes les catégories d'âge, tant en powerlifting classique qu'équipé.

## 3 ARBITRAGE

### 3.1 Arbitre en haltérophilie

- 3.1.1 Un candidat arbitre national doit être âgé de 20 ans minimum et avoir été titulaire d'une licence « athlète » pendant deux années sportives consécutives au moins.
- 3.1.2 Le candidat arbitre national doit introduire sa candidature, par l'intermédiaire du secrétaire de son club auprès du secrétaire général de sa Ligue au minimum deux (2) mois avant la date prévue pour l'examen.
- 3.1.3 Le candidat arbitre national doit également présenter un examen écrit et obtenir au moins 80 % des points.  
Afin de devenir arbitre, les candidats doivent démontrer, lors d'une compétition officielle, leur compétence dans un examen pratique et se conformer aux normes suivantes :
- a) Juger correctement 90 %, au moins, de 50 essais complétés, pour le niveau « national ».
  - b) Juger correctement 90 %, au moins, de 75 essais complétés pour le niveau « international 2 ».
  - c) Arbitrer au moins cent (100) essais réussis, et juger correctement 90 %, au moins, des essais complétés, pour le niveau « international 1 ».
- 3.1.4 Un essai « complété » est un essai où le candidat arbitre aura eu l'occasion de donner le signal de reposer la barre.
- 3.1.5 Outre l'examen pratique, le candidat arbitre « international » doit également présenter un examen écrit et obtenir au moins :
- 90 % des points pour un candidat international 2.
  - 90 % des points pour un candidat international 1.
- 3.1.6 L'examineur sera un arbitre international 1 ou 2 pour le niveau national. Pour le niveau international 2, les examinateurs seront au nombre de trois, de niveau international 1 ou 2. Pour le niveau international 1, les examinateurs seront au nombre de trois de niveau international 1.
- 3.1.7 Si le candidat arbitre commet trop d'erreurs, il sera immédiatement remplacé sur l'initiative du ou des examinateurs, et l'examen sera immédiatement arrêté.

- 3.1.8 L'arbitre qui a réussi son examen se voit délivrer une licence prouvant sa qualité
- D'arbitre national, et ce par le secrétaire général de la FRBPH
  - D'arbitre international 1 ou 2, et ce par l'IWF, contre paiement des sommes requises par elles
- 3.1.9 La possession d'une licence d'arbitre donne droit à l'entrée libre lors de toutes manifestations organisées en Belgique sous les auspices de la FRBPH ou des ligues affiliées. L'arbitre doit se présenter en tenue correcte.
- 3.1.10 Un arbitre national peut arbitrer toutes les compétitions sauf les championnats continentaux, mondiaux et les jeux olympiques.
- 3.1.11 Un arbitre international 2 peut arbitrer toutes les compétitions, sauf les championnats du Monde et les jeux olympiques.
- 3.1.12 Un arbitre international 1 peut arbitrer toutes les compétitions.
- 3.1.13 Un arbitre national ne peut valablement arbitrer que les records des ligues et les records nationaux. Les arbitres internationaux peuvent arbitrer tous les records continentaux ou mondiaux.
- 3.1.14 Un candidat arbitre international 2 doit avoir été un arbitre national actif pendant cinq (5) ans au moins.
- 3.1.15 Un candidat arbitre international 1 doit être détenteur d'une carte de catégorie internationale 2 de la IWF, depuis au moins 2 ans.
- 3.1.16 Le candidat arbitre passera son examen comme chef de plateau. Dans le cas où le système d'arbitrage est électronique, il pourrait, pour cet examen, être arbitre de côté.
- 3.1.17 L'arbitre ayant réussi son examen sera inscrit sur la liste des arbitres actifs correspondant à son niveau.

### 3.2 Arbitre en powerlifting

- 3.2.1 Un candidat arbitre national doit être âgé de 20 ans minimum et avoir été titulaire d'une licence athlète pendant deux années consécutives au moins.
- 3.2.2 Le candidat arbitre national doit introduire sa candidature, par l'intermédiaire du secrétaire de son club auprès du secrétaire général de la LFPH, au moins trois (3) mois avant la date prévue pour l'examen.

- 3.2.3 Les secrétaires des Ligues - informeront les clubs des sessions d'examen organisées pour les candidats arbitres en powerlifting.
- 3.2.4 ~~L'examen d'arbitre national se fait par écrit. En cas de nécessité, il est précédé d'un recyclage d'une heure destiné à préciser les points du règlement. L'examen a une durée de 1 heure au maximum.~~

L'examen d'arbitre national se fait par écrit. En cas de nécessité, il est précédé d'un recyclage d'une heure destiné à préciser les points du règlement. L'examen a une durée de 1 heure au maximum. Pour un examen d'arbitre national, l'examineur sera de préférence un arbitre international de catégorie 1 ou , à défaut, un arbitre international de catégorie 2 »

- 3.2.5 Les candidats arbitres nationaux doivent répondre correctement à au moins 90 % des questions qui leur sont posées.
- 3.2.6 En cas de réussite à l'examen écrit, les candidats arbitres nationaux devront ensuite passer avec succès un examen pratique avant d'arbitrer en tant qu'arbitre de côté. Ils devront ultérieurement arbitrer au moins cinq compétitions comme arbitres de côté de manière à acquérir de l'expérience.
- 3.2.7 Les arbitres ayant réussi leur examen se verront délivrer une licence d'arbitre national, par le secrétaire général de la FRBPH
- 3.2.8 La possession d'une licence d'arbitre national donne droit à l'entrée libre lors de toutes manifestations organisées en Belgique sous les auspices de la FRBPH et des ligues affiliées. L'arbitre doit se présenter en tenue correcte.
- 3.2.9 Un arbitre national peut arbitrer toutes les compétitions sauf les championnats continentaux et mondiaux. Un arbitre national ne peut arbitrer que des records nationaux belges ou d'autres pays, il ne peut arbitrer des records continentaux et mondiaux.
- 3.2.10 Un candidat arbitre international 2 doit avoir été un arbitre national en activité pendant au moins cinq (5) ans.
- 3.2.11 Le candidat arbitre international 2 doit présenter un examen écrit/électronique en Anglais, durant un championnat mondial, continental.
- 3.2.12 L'examen est organisé plusieurs fois par an et précédé d'un recyclage. L'examen durera deux heures au maximum.
- 3.2.13 Le candidat devra répondre correctement à au moins 85 % des questions qui lui sont posées.

- 3.2.14 En cas de réussite de l'examen écrit, le candidat arbitre international 2 devra également, lors de la compétition officielle, présenter un examen « pratique » et obtenir 85 % essais réussis.
- 3.2.15 En cas de réussite des épreuves écrites et pratiques, une licence d'arbitre international 2 sera délivrée par l'IPF contre paiement des sommes requises par elle.
- 3.2.16 L'arbitre sera inscrit sur la liste des arbitres internationaux actifs.
- 3.2.17 Un arbitre international 2 peut arbitrer toutes compétitions sans exception et juger les records nationaux, continentaux et mondiaux.
- 3.2.18 Un candidat arbitre international 1 doit être arbitre international 2 en activité pendant au moins quatre (4) ans, et avoir arbitré au moins quatre (4) championnats internationaux.
- 3.2.19 Le candidat arbitre international 1 doit passer un examen écrit/électronique en Anglais, et un examen pratique à l'occasion des championnats du Monde (les championnats du monde bench-press ne sont pas pris en considération), les championnats continentaux, les jeux régionaux ou les tournois internationaux. Il devra juger au moins nonante (90) % des essais, dont trente-cinq (35) squats, 20 développé couché, 20 soulevé de terre, comme chef de plateau d'un tournoi international, continental ou mondial.
- 3.2.20 Il devra arbitrer sans erreur au moins 90 % des essais.
- 3.2.21 Le candidat arbitre sera examiné, lors d'un championnat international, par trois arbitres internationaux I. Les décisions du candidat arbitre seront comparées à celles des membres du jury et non à celles des autres arbitres officiant en même temps que lui. Le candidat doit être proposé par sa fédération nationale au secrétaire de l'IPF et au président du comité technique au moins trois mois avant l'examen.
- 3.2.22 Les feuilles d'examen seront conservées par le 'Referee Registrar' de l'IPF qui fera connaître à la fédération nationale du candidat le résultat obtenu par celui-ci.
- 3.2.23 En cas de réussite de l'examen, une licence d'arbitre international 1 sera délivrée par l'IPF contre paiement des sommes requises par elle.
- 3.2.24 Le candidat sera inscrit sur la liste des arbitres internationaux actifs.

3.2.25 Un arbitre international 1 peut arbitrer toutes compétitions sans aucune exception, et juger tous les records nationaux, continentaux et mondiaux. Il peut également faire partie du jury d'examen pour les candidats arbitres de niveau international 1 ou 2 et national.

3.2.26 Les arbitres IPF, CAT 1 et CAT 2, devront avoir officié dans au moins deux compétitions internationales et deux nationales pendant la période olympique de 4 ans qui précède leur demande de réenregistrement pour que cette dernière soit prise en compte.

Une formation sera organisée à chaque championnat international ou organisé par la fédération nationale. Pour renouveler la licence, chaque arbitre devra participer à au moins une formation durant les 4 ans.

### 3.3 Règles communes aux deux disciplines

3.3.1 Chaque club est responsable moralement de la « qualité » des arbitres de son club qui officient lors des différentes compétitions. Ils doivent donc veiller à ce que ceux-ci remplissent leur fonction avec sérieux et équité.

3.3.2 Quelle que soit la discipline, un candidat arbitre international doit être un arbitre national jouissant d'une bonne réputation.

Dans tous les cas, le candidat arbitre international doit introduire sa candidature, par l'intermédiaire du secrétaire de son club, auprès du secrétaire général de la ligue.

Cette candidature sera ensuite présentée aux membres de la commission technique de la discipline concernée pour accord.

3.3.3 Dans tous les cas, le candidat arbitre international doit introduire sa candidature, par l'intermédiaire du secrétaire de son club, auprès du secrétaire général de la ligue.

Cette candidature sera ensuite présentée aux membres de la commission technique de la discipline concernée pour accord.

S'il n'y a pas d'objection, le secrétaire général de la ligue avisera par écrit le secrétaire général de la FRBPH de cette demande, afin que ce dernier puisse fixer les modalités de l'examen (lieu, examinateurs, etc.) et introduire à son tour, le cas échéant, la candidature auprès des autorités compétentes des fédérations internationales auxquelles nous sommes affiliés.

3.3.4 Quel que soit leur niveau, les arbitres doivent participer à la vie de la FRBPH. Ils doivent se tenir au courant de l'évolution des disciplines « haltérophilie » et « powerlifting », ainsi que des réglementations particulières à chacune.

Pour se tenir informés, ils doivent suivre des stages de recyclage lorsque ceux-ci sont organisés.

- 3.3.5 Un séminaire sera organisé chaque année pendant le championnat du Monde et Régional. Chaque arbitre international devra participer à au moins 1 séminaire pendant les 4 ans avant la ré-registation en tant qu'arbitre International.
- 3.3.6 Sont considérés comme actifs, les arbitres qui :
- Possèdent une licence d'arbitre et sont affiliés à un club.
  - Suivent, au moins une fois tous les deux ans, un stage de recyclage lorsque ceux-ci sont organisés.
  - Ont fonctionné, au moins une fois par année sportive, comme arbitre officiel, sur convocation du responsable du planning d'arbitrage ou qui se sont présentés spontanément pour arbitrer.
- NB. Ces trois conditions sont requises ensemble et non séparément*
- 3.3.7 Tout arbitre qui ne se sera pas rendu deux fois de suite, et sans motif valable, à des compétitions pour lesquelles il avait été désigné pourra faire l'objet de sanction.
- 3.3.8 Les arbitres officiant aux interclubs, championnats des ligues, championnats de Belgique, compétitions nationales et internationales, devront se présenter en uniforme correct, revêtu du badge de leur catégorie d'arbitre, selon la définition du règlement international de la discipline concernée.  
Tout arbitre convoqué officiellement et ne se présentant pas en uniforme correct sera remplacé.
- 3.3.9 Pour les championnats nationaux, les arbitres absents, bien que régulièrement convoqués, seront remplacés par les arbitres de la ligue organisatrice. Leur désignation sera faite par les responsables présents de cette même ligue.
- 3.3.10 Un examen d'arbitre doit toujours se dérouler à l'occasion d'une compétition officielle.
- 3.3.11 Le rapport de chaque examen doit être signé par le ou les examinateurs. Il doit en outre mentionner :
- La date et le lieu de l'examen
  - Le nom des examinateurs
  - Les nom et prénom du candidat
  - Le nom du club auprès duquel le candidat est affilié
- 3.3.12 Un candidat arbitre doit faire la pesée lui-même en présence des examinateurs.
- 3.3.13 S'il échoue à l'examen, un candidat arbitre ne peut représenter une nouvelle candidature que six mois, au plus tôt, après son échec.

- 3.3.14 Le candidat à l'un ou l'autre examen d'arbitre international, qui a échoué deux fois consécutivement, devra obtenir l'accord de la commission technique concernée et du comité directeur de la ligue pour représenter un nouvel examen.
- 3.3.15 Tout litige d'arbitrage sera examiné par la Commission Technique de la discipline concernée.
- 3.3.16 Lors d'un examen d'arbitre, les membres du jury doivent donner leur appréciation en toute indépendance, et ne peuvent avoir, pendant toute la durée de l'examen, aucun rapport entre eux. Ils ne peuvent non plus échanger des signes ou des gestes.
- 3.3.17 Un athlète peut, en cas de nécessité et pour autant qu'il soit arbitre, fonctionner à ce dernier titre dans la compétition même à laquelle il participe, à la condition que ce soit pour un plateau dans lequel il ne tire pas en tant qu'athlète.
- 3.3.18 Pendant l'arbitrage d'une compétition, il est interdit aux arbitres de fumer ou de consommer des boissons alcoolisées. L'interdiction de fumer est également applicable aux athlètes et au public.
- 3.3.19 Lorsqu'un arbitre, désigné pour arbitrer une compétition, présente des signes d'ébriété, les membres du conseil d'administration de la ligue, présents à ladite compétition, pourront prendre la décision immédiate de ne pas autoriser cet arbitre à assumer sa fonction.
- 3.3.20 La déchéance du titre d'arbitre doit être assimilée à une sanction et doit être examinée par le CA de la Ligue à laquelle l'arbitre est affilié.
- 3.3.21 Lorsqu'un arbitre International s'est vu retirer sa licence internationale, ou qu'il ne renouvelle pas cette licence, il pourra néanmoins garder sa licence d'arbitre national.
- 3.3.22 Le règlement de l'IWF ou de l'IPF est d'application pour toutes les compétitions.

## 4 MANDAT INTERNATIONAL

- 4.1 Tout membre affilié à la VGPF ou à la LFPH, qui désire la reconduction d'une nomination ou poser sa candidature à l'une ou l'autre fonction au sein des fédérations internationales auxquelles la Fédération Royale Belge des Poids et Haltères asbl est affiliée (IWF – EWF – IPF – EPF), devra préalablement et obligatoirement en faire la demande écrite, par l'intermédiaire de son club, auprès du secrétaire général de sa ligue. Le secrétaire de la ligue avisera par écrit le secrétaire général de la FRBPH de cette demande, afin que ce dernier puisse introduire à son tour, la candidature auprès de l'AG Nationale.
- 4.2 La demande devra parvenir au secrétariat de la ligue au moins 3 mois avant la date du congrès, de la fédération internationale ad hoc, au cours duquel la fonction souhaitée sera dévolue officiellement
- 4.3 Dès réception de la demande écrite, le secrétaire général de la ligue consultera les membres du conseil d'administration de ladite ligue, qui délivrera ou refusera l'autorisation d'introduire la candidature dont question auprès de la fédération internationale concernée.
- 4.4 Le secrétaire de la ligue fera part par écrit, et ce dans le plus bref délai, de la décision du conseil d'administration :
  - a) Au club qui a introduit la demande. Le club avertira à son tour le membre demandeur
  - b) Au secrétaire général de la Fédération Royale Belge des Poids et Haltères qui, en cas d'accord, aura l'obligation de porter officiellement cette candidature à la connaissance de la fédération internationale concernée.
- 4.5 Tout membre qui ne se conformerait pas **aux dispositions des articles** susmentionnés s'exposerait à des sanctions immédiates prises par les membres du conseil d'administration de la ligue à laquelle son club est affilié.

## 5 CODE D'ETHIQUE SPORTIVE

5.1 L'éthique sportive en deux mots : respect et éducation, deux mots clés pour réussir à promouvoir le sport et l'engagement sportif dans un contexte éthique.

5.2 Fair-play et respect

- Fair play signifie bien plus que le simple respect des règles; il couvre les notions d'amitié, de respect de l'autre et l'esprit sportif. C'est un mode de pensée, pas simplement un comportement.
- Le concept recouvre la problématique de la lutte contre la tricherie, l'art de ruser tout en respectant les règles, le dopage, la violence (à la fois physique et verbale) et l'inégalité des chances.
- Le sport est considéré comme une activité qui, exercée de manière loyale, permet à l'individu de mieux se connaître, de s'exprimer, de s'accomplir; de s'épanouir, d'acquérir un savoir-faire et de faire la démonstration de ses capacités.
- Le sport permet une interaction sociale, il est source de plaisir et procure bien-être et santé.
- Le sport, avec sa vaste gamme de clubs et de bénévoles, offre l'occasion de s'impliquer et de prendre des responsabilités dans la société. En outre, l'engagement responsable dans certaines activités peut contribuer à développer la sensibilité à l'égard de l'environnement.
- La société et l'individu ne pourront profiter pleinement des avantages potentiels du sport que si le fair-play cesse d'être une notion marginale pour devenir une préoccupation centrale. Tous ceux qui, directement ou indirectement, influencent et favorisent l'expérience vécue par les enfants et les adolescents dans le sport doivent accorder une priorité absolue à cette notion. Il s'agit notamment :
  - des fédérations sportives et les instances dirigeantes, les associations ;
  - des individus, notamment les parents, les entraîneurs, les arbitres, les dirigeants ;
  - les sportifs de haut niveau qui servent de modèles et les personnes qui agissent sur une base bénévole;
  - les spectateurs

5.3 Travail avec les jeunes

- Veiller à ce que les structures de compétition tiennent compte des besoins propres aux adolescents et aux enfants en pleine croissance et permettent une participation à divers degrés, de l'activité à la haute compétition ;
- Appuyer la modification des règlements afin de répondre aux besoins particuliers des jeunes et mettre l'accent sur le fair-play davantage que sur le succès dans la compétition ;
- Encourager les jeunes à imaginer leurs propres jeux et leurs propres règles, à jouer non seulement le rôle du participant, mais aussi celui de l'entraîneur, du dirigeant ou de l'arbitre;

à déterminer leurs propres sanctions pour conduite loyale ou déloyale; et à assumer la responsabilité de leurs actes

### 5.4 Comportement individuel

- Aimer son sport. Prendre du plaisir dans sa discipline.
- Respecter les règlements et ne jamais chercher à les enfreindre.
- Respecter l'autre comme soi-même et s'interdire toute forme de discrimination sur base du sexe, de la race, de la nationalité ou de l'origine, de l'orientation sexuelle, de l'origine sociale, de l'opinion politique, du handicap ou de la religion.
- Éviter l'animosité et les agressions dans ses actes, ses paroles ou ses écrits.
- Rester digne dans la victoire comme dans la défaite, en acceptant la victoire avec modestie, ne pas chercher à ridiculiser l'adversaire. Un adversaire n'est pas un ennemi.
- Savoir reconnaître la supériorité de l'adversaire.
- La générosité, l'abnégation, la compréhension mutuelle, l'humilité même, sont aussi vertueuses que la volonté de vaincre. Le sport doit être considéré comme l'école de la solidarité et de la maîtrise de soi.
- L'entraîneur s'assure de l'éthique et les actions de fair-play de ses athlètes.
- Accepter les décisions arbitrales sans contestation, sans jamais mettre en doute leur intégrité.
- Ne pas critiquer en public les décisions de l'entraîneur et de l'arbitre.
- L'arbitre est un sportif à part entière. Il est dépositaire des règles du jeu. Il s'engage à interrompre une partie lorsque des propos ou des gestes vont à l'encontre de l'éthique sportive.
- Supporter, c'est faire de chaque rencontre sportive un moment de fête.
- L'esprit du sport
- La pratique du sport est une source de plaisirs et de jeu.
- La pratique sportive agit à la fois sur le bien-être physique et mental. Le dopage fausse la valeur d'une victoire ou d'une participation. L'utilisation de produits illicites est nocive pour la santé.
- Refuser de gagner par des moyens illégaux ou par la tricherie, ne pas user d'artifices pour obtenir un succès, respecter l'adage "un esprit sain dans un corps sain".
- Toutes les formes de harcèlement, les gestes, les mots dénigrants et la vulgarité sont proscrites.
- Respecter le matériel mis à disposition.
- Au travers le volontariat, c'est le citoyen qui collabore au dynamisme de notre sport.
- Les engagements
- Les formateurs s'engagent à leur niveau à compléter leur savoir-faire de terrain par les formations appropriées afin d'améliorer la pratique du sport.
- Les sportifs ont le droit de pratiquer leur discipline dans des infrastructures de qualité et dans un environnement sécurisant.

- Les infrastructures sportives de qualité sont un incitant au sport. Leur dégradation volontaire ou par manque de prévoyance est une atteinte au mouvement sportif

5.5 Ce présent code d’Ethique Sportive vient en complément des éventuels code et réglementation éthique définis par chaque Ligue conformément aux textes et décrets qui régissent le sport au sein de chaque communauté doit être affiché dans chaque club de la LFPH et dans chaque club de la VGPF. Le code d’Ethique doit être affiché, ou au moins être disponible, dans chaque salle de sport pendant les entraînements et pendant les compétitions.

Si le Code d’Ethique ne serait pas respecté, le Conseil d’Administration de la ligue concernée, prendra immédiatement des sanctions envers la personne en question.

## **6 REGLEMENT MEDICAL**

- 6.1 La FRBPH impose aux ligues/fédérations sportives des différentes communautés linguistiques d'intégrer les dispositions relatives aux règlements médicaux et de prévention des risques telles que prévues par chaque communauté
- 6.2 Chaque ligue est responsable de la mise en œuvre et du contrôle des dispositions de son règlement médical

DRAFT

## **7 REGLEMENTATION ANTIDOPAGE**

*Définir ce qui doit être repris dans le ROI de la FRBPH selon les réglementations et décrets en vigueur au sein de chaque communauté... Compatibilité entre les deux ?*

DRAFT

## 8 DISPOSITIONS DIVERSES

### 8.1 Diplômes

Chaque athlète qui a obtenu une première place lors des championnats de Belgique, ainsi que chaque athlète qui a réalisé un record national, recevra un diplôme. Cette règle est d'application dans les 2 disciplines. Les diplômes seront envoyés, une fois l'an, par le secrétaire général national.

### 8.2 Sanctions

Les sanctions prononcées par une ligue rentrent aussi en ligne de compte au niveau national, et doivent être communiquées au secrétaire général de la FRBPH

### 8.3 Transfert

Tout athlète peut demander son transfert vers un autre club **selon la réglementation en vigueur au sein de chaque Ligue.**

L'athlète qui désire obtenir son transfert vers un autre club, en cours de saison, doit en faire la demande aux dirigeants de son club et obtenir leur accord écrit.

Les clubs concernés préviendront leur secrétaire de ligue respectif du changement de situation.

Un athlète en instance de transfert continue à faire partie du club dont le nom figure sur sa licence aussi longtemps que toutes les formalités réglementaires n'ont pas été accomplies.

**La présente version a été adoptée par le Conseil d'Administration de la FRBPH le xx.xx.xxxx et entre en vigueur à compter du xx.yy.zzzz**

**Il annule tous les exemplaires antérieurs.**

Personne habilitée à représenter l'association Fédération Royale Belge des Poids et Haltères :

Tom Goegebuer,  
Président

Myriam Busselot,  
Secrétaire Générale