



CHAMPIONNAT REGIONAL PACA DE KETTLEBELL SPORT 2022
JUNIORS, SENIORS & MASTERS
- Règlement -

1. Buts et objectifs de l'évènement

- ❖ Promouvoir les valeurs sportives au travers de la pratique du Kettlebell Sport.
- ❖ Promouvoir le développement du Kettlebell Sport en France.
- ❖ Promouvoir le sport comme vecteur de santé/bien être.
- ❖ Promouvoir les valeurs de fair-play et de partage en lien avec le sport.
- ❖ Désigner les meilleurs athlètes PACA dans diverses catégories d'âges et de poids.
- ❖ Promouvoir/faire découvrir la pratique des kettlebells dans d'autres disciplines (CrossFit, Functional Training, Cross Training...)

2. Lieu et date de la compétition

Lieu : Box SLV CrossFit – 28 allée des pêcheurs 06700 ST LAURENT DU VAR

Date : 9 & 10 avril 2022

Date limite des inscriptions : Dimanche 3 avril à minuit

Pesée : Samedi 9 avril ou dimanche 10 avril avant le début des épreuves de kettlebell sport

Début des épreuves : Samedi 9 avril après-midi – heure exacte à déterminer

Clubs organisateurs : Cristal Kettlebell (FFForce) / Nice Kettlebell Club / Box SLV CrossFit

Important : Les participants devront respecter les consignes sanitaires en vigueur.



3. Contacts

REVERDIAU Grégory - Président Nice Kettlebell Club

Tél : 06.18.51.32.65

E-mail : nicekettlebellclub@gmail.com

4. Conditions de participations

La compétition se déroule selon le règlement sportif de l'Union Internationale de Kettlebell Lifting (IUKL) représentée en France par la Fédération Française de Force (FFForce). Les règlements officiels sont disponibles sur les sites internet des fédérations <https://giri-iukl.com/> et <https://www.fffforce.fr/>. Les règlements officiels peuvent être modifiés/adaptés pour correspondre au niveau des participants inscrits à la compétition.

Le Championnat Régional PACA de Kettlebell Sport est ouvert à tous les détenteurs d'une licence, en cours de validité, compétition FFForce ou d'une licence individuelle de la FFForce, ou d'un Titre de Participation Unique (TPU) délivré pour l'évènement, et ce quel que soit son lieu de résidence.

Toutefois les titres honorifiques de « Champion Régional PACA » ne seront décernés qu'aux athlètes, dans leurs catégories respectives (Catégorie = Groupe + Age + Poids), dont le club (ou le lieu de résidence pour les licences individuelles) est situé dans l'aire géographique de la ligue Provence Alpes Côte d'Azur.

Les athlètes sont tenus de rester jusqu'à la fin de la compétition (sauf impératif majeur), et à tout le moins de prévenir les organisateurs en cas d'impossibilité de rester jusqu'à la fin prévue de la compétition.

La compétition est organisée pour chaque sexe en six groupes, trois catégories d'âges et deux catégories de poids.

5. Groupes d'athlètes

- **Professionnel** : Kettlebell de 32kg pour les hommes et de 24kg pour les femmes.
- **Semi-professionnel** : Kettlebell de 28kg pour les hommes et de 20kg pour les femmes.
- **Amateur** : Kettlebell de 24kg pour les hommes et de 16kg pour les femmes.
- **Semi-amateur** : Kettlebell de 20kg pour les hommes et de 12kg pour les femmes.
- **Débutant** : Kettlebell de 12 ou 16kg pour les hommes et de 8 ou 10kg pour les femmes.



- **1^{ère} compétition (First-timer)** : Kettlebell de 8 ou 10kg pour les hommes et de 6 ou 8kg pour les femmes. *(Cette catégorie est réservée aux athlètes participant à leur première compétition officielle FFForce, sauf dérogation accordée sur demande à la Commission Régionale PACA de Kettlebell Sport).*

NB : Il ne sera pas décerné de titre de « Champion Régional PACA » dans ce groupe.

6. Catégories d'âges.

On ne tient compte que de l'année de naissance.

- Catégorie « Juniors »

U-23 pour les athlètes entre 18 et 23 ans inclus (nés entre 1998 et 2003). Un junior pourra être classé chez les seniors.

- Catégorie « Seniors »

U-40 pour les hommes (nés en 1982 et 1999) et U-35 pour les femmes (nés entre 1987 et 1999). Juniors et Vétérans peuvent s'inscrire dans cette catégorie.

- Catégorie « Vétérans »

À partir de 40 ans (nés en 1981 et avant) chez les hommes et de 35 ans chez les femmes (nés en 1986 et avant).

7. Catégorie de poids

- < 78 kg et +78 kg pour les hommes,
- < 63 kg et +63 kg pour les femmes.

8. Épreuves

- ✓ Épaulé-Jeté à deux bras (**Long Cycle 2KB**)
- ✓ Jeté à deux bras (**Jerk 2KB**)
- ✓ Arraché à un bras, un seul changement de main autorisé (**Snatch 1KB**, only one switch allowed)
- ✓ **Sprint** = nombre de répétitions imposé à réaliser le plus rapidement possible (cf. règlement spécifique disponible sur simple demande). Le sprint peut être organisé sous forme de « Battle » entre athlètes.

La durée maximale de chaque épreuve (sauf sprint) est de dix minutes. Poser la/les kettlebell(s) au sol avant la fin des 10 min n'est pas éliminatoire.



Chaque épreuve fera l'objet d'un classement, dans chaque catégorie, en fonction du nombre de répétitions validées effectuées. Le vainqueur sera celui qui atteint le score le plus élevé et se verra décerner le titre de [Champion Régional PACA](#) de la spécialité, selon les conditions définies au point 4 du présent règlement.

9. Épreuve combinée

Triathlon (Classement Général Complet) : Jeté à deux bras + Arraché à un bras + Épaulé-Jeté à deux bras.

Les athlètes qui participent à ces trois épreuves sont automatiquement classés au Triathlon. Le score des épreuves est converti en points selon le barème suivant :

- Épaulé-Jeté à deux bras : **1,5 pt** par répétition validée.
- Jeté à deux bras : **1 pt** par répétition validée.
- Arraché à un bras : **0,5 pt** par répétition validée.

La somme de ces points détermine le classement final. Le vainqueur se verra décerner le titre de [Champion Régional PACA du Triathlon](#).

Biathlon : Épaulé-Jeté à deux bras + Arraché à un bras.

Les athlètes qui participent à ces deux épreuves sont automatiquement classés au Biathlon. Le score des épreuves est converti en points selon le barème suivant :

- Jeté à deux bras : **1 pt** par répétition validée.
- Arraché à un bras : **0,5 pt** par répétition validée.

La somme de ces points détermine le classement final. Le vainqueur se verra décerner le titre de [Champion Régional PACA du Biathlon](#).

10. Frais d'engagement

€ 1 épreuve = 20€

€ 2 épreuves = 30€

€ 3 épreuves ou plus = 40€

[Le classement du Triathlon et du Biathlon est gratuit.](#)



Les athlètes devront régler le montant de leur engagement à leur arrivée auprès du secrétariat de la compétition (chèque ou espèces). Sans règlement au préalable, la participation aux épreuves n'est pas possible.

11. Formalité d'inscription

Les prérequis :

Pour pouvoir participer au **Championnat Régional PACA de Kettlebell Sport**, il faut impérativement :

- ✓ Être à jour de sa licence compétition ou d'une licence individuelle ou s'acquitter d'un TPU
- ✓ Remplir le formulaire d'inscription
- ✓ Respecter les délais d'engagement
- ✓ Payer les frais d'engagement

Le formulaire d'inscription n'a pas valeur de confirmation définitive de la participation.

L'inscription ne sera définitive qu'à partir du moment où tous les prérequis ont été remplis et validés par l'organisation de la compétition.

Formulaire d'inscription :

Dans tous les cas, prendre contact au préalable auprès de Grégory REVERDIAU, président du Nice Kettlebell Club (cf. point **3**) pour demander le formulaire d'inscription.

Le formulaire d'inscription sera publié, si possible, sur le site de la Fédération Française de Force et sur les réseaux sociaux.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfFUbt9acauHI9mloLEjCtw2TCT0geUPt56EeMDESII_O4kAw/viewform?usp=pp_url

Les informations nécessaires à l'inscription peuvent également être envoyées par e-mail nicekettlebellclub@gmail.com après avoir pris contact avec Grégory REVERDIAU.



12. Programme de la compétition

Avant la publication du programme définitif de la compétition, contacter Grégory REVERDIAU pour tout renseignement préalable.

Les organisateurs feront le maximum pour publier le plus tôt possible un programme complet et détaillé après la fin des inscriptions.

Le programme de la compétition est donné à titre indicatif et ne saurait engager la responsabilité des organisateurs en cas de modifications liées à des impondérables.

13. Pesée

La pesée doit être réalisée avant le début de la compétition (les instructions seront données au préalable par les organisateurs) et au plus tard impérativement avant le début des épreuves de l'athlète concerné.

Les athlètes doivent être en mesure de présenter leur licence ainsi qu'une pièce d'identité si celles-ci lui sont demandées par les organisateurs.

L'athlète ne pourra pas être pesé si les frais d'engagement n'ont pas été réglés.

14. Titres et récompenses

Chaque participant se verra remettre un diplôme de participation récapitulant les performances réalisées. Un diplôme par épreuve/épreuves combinées sera remis à chaque athlète.

Les titres de « Champion Régional PACA de Kettlebell Sport » pourront être décernés, lors de la remise des prix ou à postériori, par la Commission Régional PACA de Kettlebell Sport selon les critères des points 4, 5, 8 et 9 du présent règlement.

Des podiums avec remise des prix/diplômes pourront être organisés au fur et à mesure des épreuves ou bien à la fin de la compétition, selon les impératifs des organisateurs.



15. Contrôle antidopage

L'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) exerce son activité de contrôle antidopage conformément au code mondial antidopage et au standard international pour les contrôles et les enquêtes de l'Agence mondiale antidopage (AMA).

Elle peut organiser des contrôles sur tout sportif, en compétition ou hors compétition par des préleveurs (médecins, infirmiers...) formés, assermentés et agréés. <https://www.afld.fr/>

Quel que soit son niveau de pratique sportive, l'athlète est responsable de la prise des substances détectées dans ses échantillons.

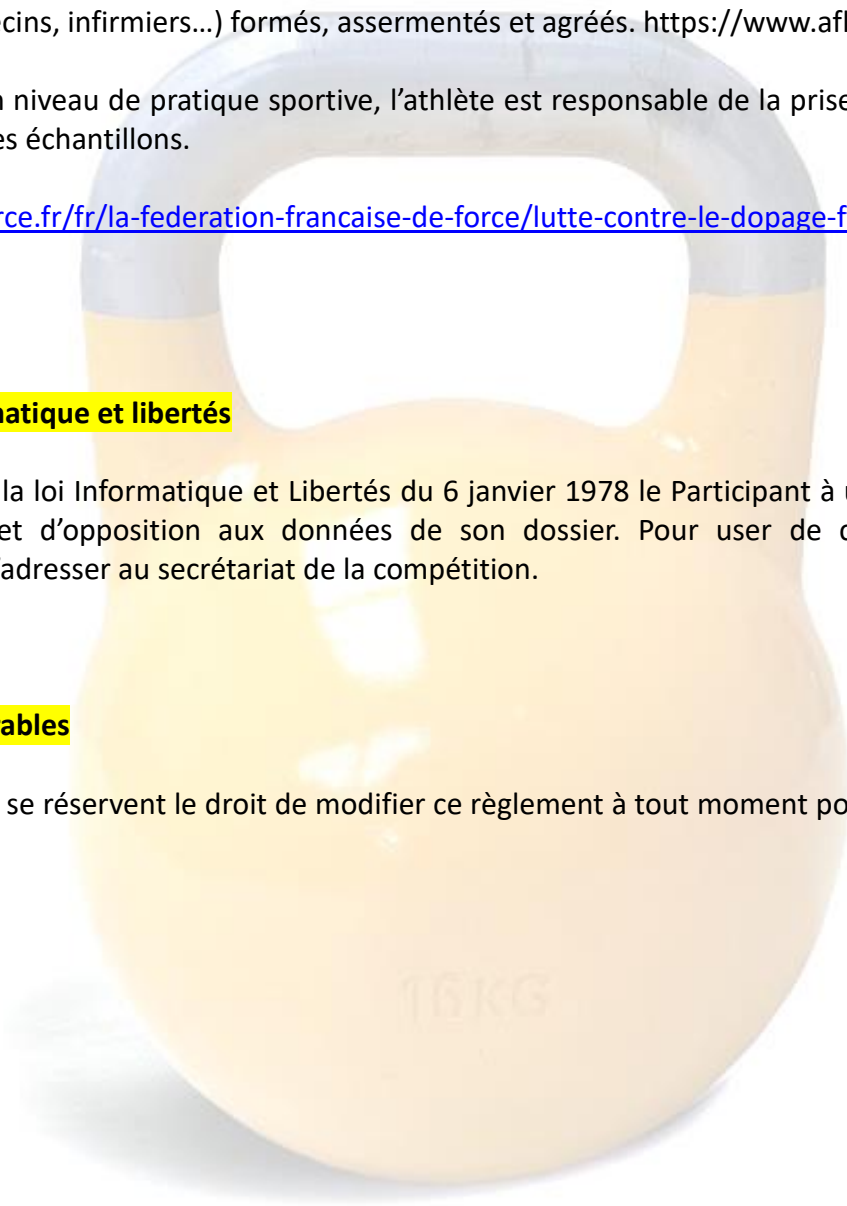
<https://www.fffforce.fr/fr/la-federation-francaise-de-force/lutte-contre-le-dopage-fffforce/le-dopage.html>

16. Loi informatique et libertés

Dans le cadre de la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978 le Participant à un droit d'accès, de rectification et d'opposition aux données de son dossier. Pour user de cette faculté, le participant doit s'adresser au secrétariat de la compétition.

17. Impondérables

Les organisateurs se réservent le droit de modifier ce règlement à tout moment pour faire face aux impondérables.





BON COURAGE A TOUS !!!

