RÈGLEMENT KETTLEBELL SPORT 2027
CHAMPIONNAT DE FRANCE / CHAMPIONNATS RÉGIONAUX
COUPE DE FRANCE / COUPES RÉGIONALES
GRAND PRIX FÉDÉRAL / GRANDS PRIX RÉGIONAUX

PRÉAMBULE

Ces compétitions officielles sont organisées par la Fédération Française de Force dans le cadre de la délégation accordée par le Ministère des Sports par l'arrêté du 28 mars 2022 en vertu de l'article L. 131-14 du code du sport.

Quatre niveaux de compétition sont proposés : le Championnat d'Excellence, le Championnat d'Élite, la Coupe de France et le Grand Prix Fédéral. Chacun existe en version nationale et régionale. Ils peuvent être organisés au sein d'un même événement ou lors d'événements distincts.

Les compétitions sont régies par le RÈGLEMENT SPORTIF NATIONAL.

I — BUTS ET OBJECTIFS

- Promouvoir et vulgariser la pratique sportive et les modes de vie sains
- Augmenter les compétences athlétiques, échanger les expériences
- Garantir les principes de franc-jeu dans le sport
- Développer le sport de haut niveau
- Désigner les athlètes les plus forts dans diverses catégories d'âges et de poids

---

II — DISPOSITIONS COMMUNES À TOUS LES CHAMPIONNATS, COUPES ET GRAND PRIX

A — Participants et conditions générales

Accès
Ces compétitions sont réservées aux détenteurs d'une licence FFForce compétition ou d'une licence FFForce individuelle, quel que soit leur lieu de résidence.

L'Open de France accueille également les athlètes étrangers détenteurs d'une licence IUKL.

© FFForce & CSNK 2027

RÈGLEMENT KETTLEBELL SPORT 2027
CHAMPIONNAT DE FRANCE / CHAMPIONNATS RÉGIONAUX
COUPE DE FRANCE / COUPES RÉGIONALES
GRAND PRIX FÉDÉRAL / GRANDS PRIX RÉGIONAUX

Règlement sportif
Les compétitions s'inscrivent dans le respect du règlement sportif de la FFForce, publié sur son site internet. Des adaptations peuvent être apportées le jour de la compétition pour répondre aux circonstances. https://www.ffforce.fr

Tenue
Les athlètes et entraîneurs doivent revêtir une tenue aux couleurs de leur club pour accéder aux aires de compétition et d'échauffement. La tenue est obligatoire lors des cérémonies d'ouverture et de remise des récompenses.

Les athlètes détenteurs d'une licence individuelle doivent porter une tenue de leur choix, dans les mêmes conditions (accès aux aires et cérémonies).

Présence jusqu'à la fin
Les athlètes sont tenus de rester jusqu'à la fin de la remise des récompenses, sauf impératif majeur qui devra être signalé au jury avant le début des épreuves.

Consignes sanitaires
Les participants devront respecter les consignes sanitaires en vigueur.

B — Épreuves individuelles

Les athlètes sont libres de participer aux épreuves de leur choix. Trois épreuves individuelles sont proposées :

- Jeté à deux bras 10 minutes (J2-10)
- Arraché à un bras 10 minutes (A1-10) — *l'athlète peut changer de bras qu'une seule fois*
- Épaulé-Jeté à deux bras 10 minutes (EJ2-10)

Calcul du score des épreuves individuelles
Le score de chaque épreuve est de 1 point par levée valide.

Minimas exigés

Pour chaque épreuve individuelle, un nombre minimum de levées valides est exigé. Si ce minimum n'est pas atteint, l'athlète est éliminé de l'épreuve individuelle et de l'épreuve combinée subséquente.

Nombres de levées minimum :

Jeté à deux bras (J2-10) : 40 levées validées
Arraché à un bras (A1-10) : 60 levées validées
Épaulé-Jeté à deux bras (EJ2-10) : 30 levées validées

C — Épreuves combinées

Deux épreuves combinées sont proposées :

- **Biathlon** : Jeté (J2-10) + Arraché (A1-10)
- **Concours Complet** : Jeté (J2-10) + Arraché (A1-10) + Épaulé-Jeté (EJ2-10)

La kettlebell doit avoir le même poids dans toutes les épreuves de l'épreuve combinée. Les athlètes qui participent au Jeté et à l'Arraché sont automatiquement classés au Biathlon. Les athlètes qui participent aux trois épreuves sont automatiquement classés au Concours Complet.

Calcul du score des épreuves combinées

Biathlon :

- Jeté à deux bras (J2-10) : 1 point par levée
- Arraché à un bras (A1-10) : 0,5 point par levée

Concours Complet :

- Jeté à deux bras (J2-10) : 1 point par levée
- Arraché à un bras (A1-10) : 0,5 point par levée
- Épaulé-Jeté à deux bras (EJ2-10) : 1,5 points par levée

© FFForce & CSNK 2027

D — Participation en distanciel

Dans la mesure du possible, ou en cas de force majeure, la participation en distanciel peut être proposée aux athlètes.

Modalités : L'arbitre de plateau contrôle l'athlète par visioconférence. L'épreuve conserve son déroulement habituel.

Définition de la force majeure : événement imprévisible, irrésistible dont les effets ne peuvent être évités par des mesures appropriées.

Open de France : Les athlètes étrangers peuvent participer en distanciel si les conditions techniques le permettent, selon les mêmes modalités.

E — Relais par équipe (4 × 3 minutes)

Un relais est proposé aux athlètes en présentiel à l'Épaulé-Jeté et/ou à l'Arraché, offrant un moment de convivialité et d'échanges.

Des équipes de 4 athlètes se forment librement. Les équipes peuvent être mixtes. Chaque athlète participe durant 3 minutes en relayant ses coéquipiers. La composition des équipes est validée par les organisateurs.

L'équipe réalisant le maximum de levées remporte le relais. Cependant, cette épreuve vise avant tout à créer une atmosphère bienveillante et ludique, dans un esprit d'entraide. Aucune récompense spécifique n'est attribuée.

F — Para-athlètes

Dans le cadre de la Coupe et du Grand Prix, des épreuves destinées aux athlètes présentant des handicaps physiques peuvent être organisées. Leurs modalités sont déterminées individuellement à chaque compétition par les organisateurs et s'intègrent au fil normal de la compétition.

© FFForce & CSNK 2027

G — Programme

Le programme des épreuves doit être communiqué aux athlètes au plus tard la veille de la compétition.

Organisation recommandée (idéalement sur 3 jours, 1 jour par épreuve) :

- **Jour 1 :** Jeté à deux bras (J2-10)
- **Jour 2 :** Arraché à un bras (A1-10)
- **Jour 3 :** Épaulé-Jeté à deux bras (EJ2-10) / Relais

H — Récompenses et certificats

Tous les athlètes classés reçoivent un certificat attestant leurs résultats.
Les athlètes en présentiel reçoivent également une médaille souvenir millésimée de la compétition.
L'organisation peut prévoir des récompenses personnalisées supplémentaires.

Traitement des données
Les résultats (feuille de match) doivent être transmis à la CSNK dans les meilleurs délais et publiés sur le site de la fédération. En respect du RGPD, ils ne contiennent aucune information personnelle (e-mail, téléphone, adresse, etc.).

Cérémonie de remise des récompenses
Une cérémonie officielle est organisée pour chaque compétition. Les podiums sont présentés dans l'ordre suivant :

1. **Sexe** : femmes, puis hommes
2. **Catégorie d'âge** : de la plus jeune à la plus vieille
3. **Catégorie de poids** : de la plus légère à la plus lourde
4. **Classement** : 3e, 2e, puis 1er (place d'honneur)

© FFForce & CSNK 2027

Les podiums sont présentés par épreuve individuelle (J2-10, A1-10, EJ2-10), puis par épreuve combinée (Biathlon, Concours Complet).

I — Formalités et frais d'inscription

Pour participer à une compétition, chaque athlète doit :

- Être à jour de sa licence FFForce (compétition ou individuelle)
- Remplir le formulaire d'inscription
- Respecter les délais d'engagement
- Payer les frais d'engagement
-

L'inscription devient définitive une fois le formulaire rempli, les frais payés et validés par le secrétariat.
Pour permettre une bonne organisation, les inscriptions après la date limite ne pourront pas être acceptées.
Annulation et frais : Une annulation est possible jusqu'à une semaine avant le début des épreuves en le signalant aux organisateurs. Passé ce délai ou en cas de non-présentation, les frais d'engagement restent dus.
Frais généraux : Les frais liés à la participation aux compétitions (déplacement, hébergement, repas, frais d'engagement) sont entièrement à la charge de l'athlète ou de son club.

J — Loi Informatique et Libertés, droit à l'image

Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, chaque participant dispose d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition concernant les données de son dossier. Pour exercer ce droit, il doit contacter le secrétariat de la compétition.
Conformément au droit du sport (articles L331-1 à L333-5 et L333-6 à L333-9), la FFForce est propriétaire des droits à l'image des participants. Elle est libre d'exploiter et de diffuser les photos et vidéos prises dans le cadre de ses activités fédérales à titre publicitaire ou promotionnel, dans le respect du droit à la vie privée.

© FFForce & CSNK 2027

K — Impondérables
Les organisateurs se réservent le droit de modifier ce règlement si nécessaire pour faire face à des impondérables.

III — ORGANISATION GÉNÉRALE

A — Catégories d'âges
Les compétitions sont organisées par sexe selon six catégories d'âges. Seule l'année de naissance compte ; la date de l'anniversaire ne compte pas.

Catégorie	Critère	Notes
U-16	Jusqu'à 16 ans inclus	
U-18	Jusqu'à 18 ans inclus	U-16 peuvent s'inscrire ici
U-23	Jusqu'à 23 ans inclus	
U-40H / U-35F	Jusqu'à 39 ans (H) / 34 ans (F)	U-23 et U-60H/U-50F peuvent s'inscrire
U-60H / U-50F	Jusqu'à 59 ans (H) / 49 ans (F)	
+60H / +50F	À partir de 60 ans (H) / 50 ans (F)	

B — Catégories de poids
Deux catégories de poids par sexe :

- **Hommes** : moins de 78 kg / 78 kg et plus
- **Femmes** : moins de 68 kg / 68 kg et plus

© FFForce & CSNK 2027

RÈGLEMENT KETTLEBELL SPORT 2027
CHAMPIONNAT DE FRANCE / CHAMPIONNATS RÉGIONAUX
COUPE DE FRANCE / COUPES RÉGIONALES
GRAND PRIX FÉDÉRAL / GRANDS PRIX RÉGIONAUX

IV — CHAMPIONNATS, COUPES ET GRAND PRIX

CHAMPIONNAT D'EXCELLENCE
(Régional et National)
Catégories concernées

- U-23
- U-40H / U-35F
- U-60H / U-50F

Kettlebells utilisées

- Hommes : 32 kg (rouge)
- Femmes : 24 kg (verte)

Titres décernés
Le vainqueur de chaque épreuve (celui qui atteint le score le plus élevé) se voit décerner le titre de « Champion(ne) de France Excellence » ou « Champion(ne) Régional(e) Excellence » de la spécialité.
Qualifications
Ce groupe est qualificatif pour les compétitions internationales IUKL « Professionnelles ».
Titres officiels
Les titres de « Champion(ne) Régional(e) Excellence » ne sont décernés qu'aux athlètes dont le club (ou lieu de résidence pour licences individuelles) est dans l'aire géographique de la ligue régionale.
Les titres de « Champion(ne) de France Excellence » ne sont décernés qu'aux athlètes de nationalité française.

CHAMPIONNAT D'ÉLITE
(Régional et National)
Catégories concernées et kettlebells
Catégories 1 : U-18, U-23, U-40H/U-35F, U-60H/U-50F

- Hommes : 24 kg (verte)
- Femmes : 16 kg (jaune)

Catégories 2 : U-16, +60H/+50F

- Hommes : 16 kg (jaune)
- Femmes : 12 kg (bleue)

© FFForce & CSNK 2027

Titres décernés
Le vainqueur de chaque épreuve se voit décerner le titre de « Champion(ne) de France Élite » ou « Champion(ne) Régional(e) Élite » de la spécialité.

Qualifications
Ce groupe est qualificatif pour les compétitions internationales IUKL « Amateur ».

Titres officiels
Les titres de « Champion(ne) Régional(e) Élite » ne sont décernés qu'aux athlètes dont le club (ou lieu de résidence pour licences individuelles) est dans l'aire géographique de la ligue régionale.
Les titres de « Champion(ne) de France Élite » ne sont décernés qu'aux athlètes de nationalité française.

COUPE DE FRANCE
(Régionale et Nationale)

Catégories concernées et kettlebells
Catégories 1 : U-18, U-23, U-40H/U-35F, U-60H/U-50F
- Hommes : 16 kg (jaune)
- Femmes : 12 kg (bleue)

Catégories 2 : U-16, +60H/+50F
- Hommes : 12 kg (bleue)
- Femmes : 8 kg (rose)

Statut
La Coupe ne donne droit à aucun titre officiel.

GRAND PRIX FÉDÉRAL
(Régional et National)

Catégories concernées
- U-23
- U-40H / U-35F
- U-60H / U-50F

Kettlebells utilisées
- Hommes : 12 kg (bleue)
- Femmes : 8 kg (rose)

© FFForce & CSNK 2027

Statut
Le Grand Prix ne donne droit à aucun titre officiel.

OPEN DE FRANCE
L'Open de France est ouvert aux athlètes étrangers détenteurs d'une licence IUKL. Le règlement est identique à celui du Championnat de France (Excellence ou Élite selon les catégories).

V — FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

A — Formalités et frais d'inscription *(cf. section II.I)*

VI — DISPOSITIONS FINALES

A — Lutte contre le dopage

La FFForce est engagée dans la lutte contre le dopage et applique les normes antidopage fédérales. Plus d'informations : https://www.ffforce.fr/fr/la-federation-francaise-de-force/lutte-contre-le-dopage-ffforce/le-dopage.html

Responsabilité de l'athlète
Quel que soit son niveau de pratique, chaque athlète est responsable de toute substance détectée dans son prélèvement.

Contrôles antidopage
L'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) exerce ses contrôles conformément au Code mondial antidopage et aux standards internationaux de l'Agence mondiale antidopage (AMA).
L'AFLD peut organiser des contrôles antidopage en compétition ou hors compétition auprès de tout sportif, par des préleveurs agréés et formés (médecins, infirmiers, etc.).
Plus d'informations : https://www.afld.fr/ et https://www.wada-ama.org/fr

© FFForce & CSNK 2027

RÈGLEMENT KETTLEBELL SPORT 2027
CHAMPIONNAT DE FRANCE / CHAMPIONNATS RÉGIONAUX
COUPE DE FRANCE / COUPES RÉGIONALES
GRAND PRIX FÉDÉRAL / GRANDS PRIX RÉGIONAUX

ADDENDA : FORMULAIRE D'INSCRIPTION

L'inscription s'effectue de préférence via un formulaire dématérialisé (Google Forms ou similaire).

A1 - Informations obligatoires

- Nom
- Prénom
- Sexe
- Numéro de licence (compétition / individuelle)
- Courriel
- Téléphone
- Club (ou ville de résidence pour les licences individuelles)
- Nom de l'entraîneur (si applicable)
- Année de naissance (pour déterminer la catégorie d'âge)
- Poids de corps (pour déterminer la catégorie de poids)

Sélection des épreuves

L'athlète choisit le(s) niveau(x) de compétition auquel il souhaite participer (Grand Prix, Coupe, Championnat Élite ou Championnat Excellence) et sélectionne les épreuves correspondantes.

Épreuves disponibles (plusieurs choix possibles) :

- Jeté à deux bras (J2-10)
- Arraché à un bras (A1-10)
- Épaulé-Jeté à deux bras (EJ2-10)

A2 — Lieu et dates de la compétition

À compléter par l'organisateur : lieu, dates et horaires de la compétition.
Organisation recommandée (idéalement sur 3 jours, 1 jour par épreuve, minimum 2 jours) :

- **Jour 1** : Jeté à deux bras (J2-10)
- **Jour 2** : Arraché à un bras (A1-10)
- **Jour 3** : Épaulé-Jeté à deux bras (EJ2-10) / Relais

© FFForce & CSNK 2027

A3 — Programme de la compétition
À compléter par l'organisateur : horaires de pesée, présentation des athlètes, début des épreuves, etc.

A4 — Formalités d'engagement
À compléter par l'organisateur : date limite d'inscription, tarifs, modalités de paiement.

A5 — Contacts utiles
À compléter par l'organisateur : coordonnées des responsables et contacts clés de la compétition.

A6 — Renseignements pratiques
À compléter par l'organisateur : informations pratiques (accès, transports, hébergements, restauration, etc.).

© FFForce & CSNK 2027