



## REGLAMENTOS PARA LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA 2012 - 2015

### TÍTULO I

#### DEL OBJETO, APLICACIÓN E INTERPRETACIÓN

##### **ARTICULO 1. – OBJETO.**

1. Las Reglas Nacionales enunciadas a continuación constituyen el marco en el que se ha de manifestar el deporte de la halterofilia, en sus diferentes estilos, y son susceptibles de modificación a la luz de las pruebas efectuadas y en función de una constante búsqueda para su mayor eficacia.

2. Establecidas de acuerdo con el artículo de los Estatutos Nacionales, el Reglamento Disciplinario, del Reglamento sobre la Organización de Competiciones Nacionales y todos los reglamentos específicos.

3. Las Reglas Nacionales de Halterofilia tienen por objeto, principalmente:

- Definir y precisar las condiciones prácticas y técnicas en las cuales deben desarrollarse las competiciones.
- Determinar las condiciones de clasificación, penalización y eliminación de competidores, etc...

##### **ARTICULO 2. - CAMPO DE APLICACIÓN.**

1. El presente reglamento es de obligada aplicación en los Campeonatos de España y en todos los encuentros organizados bajo el control de la FEH, y se regirán por las Reglas Técnicas de la IWF.

##### **ARTICULO 3. – INTERPRETACIÓN.**

En caso de desacuerdo sobre la interpretación de las disposiciones de cualquiera de los artículos de los presentes Reglamentos, prevalecerá la interpretación de la FEH sobre cualquier circunstancia que no se haya contemplado en estos, los cuales serán respetados y acatados, por todas las partes integrantes.

### TÍTULO II

#### DE LAS COMPETICIONES

##### CAPITULO I

#### PROGRAMA DE COMPETICIONES

##### **ARTICULO 4. – GRUPOS POR EDADES.**

1. En el deporte de la Halterofilia, las competiciones se organizarán para hombres y mujeres. Los atletas competirán en las categorías establecidas por las reglas, de acuerdo con sus pesos corporales.

En sus actividades, la FEH reconoce cuatro (4) grupos por edades:

- SUB-15 (INFANTIL): comprende 13, 14 y 15 años
- SUB-17 (JUVENILES): 13 a 17 años.

- JUNIOR: 13 a 20 años
- SENIOR: mayor de 20 años

2. La edad será controlada en todos los campeonatos y competiciones en el momento de la inscripción definitiva. Para poder hacer esto, el responsable de cada federación territorial, deberá rellenar todos los datos de cada competidor en el formulario de INSCRIPCIÓN FINAL que se envía a la FEH en la fecha que previamente se indica.

**3. La edad mínima para participar oficialmente en cualquier Campeonato de España es 13 años cumplidos, en el año deportivo.**

- Todos los grupos están establecidos por el año de nacimiento del atleta.
- La edad mínima para la participación en los Campeonatos del Mundo Junior, Campeonatos del Mundo y otros eventos internacionales es de quince (15) años.
- La edad mínima para la participación en los Juegos Olímpicos (hombres y mujeres) es de dieciséis (16) años.
- La edad mínima para la participación en los encuentros Juveniles es de trece (13) años.

#### **ARTICULO 5. - CATEGORIAS DE PESO CORPORAL**

Hay ocho (8) categorías para hombres (Junior y Senior). Todas las competiciones organizadas según las reglas de la IWF deben realizarse con las siguientes categorías y en este orden:

- |           |             |
|-----------|-------------|
| 1. 56 kg. | 5. 85 kg.   |
| 2. 62 kg. | 6. 94 kg.   |
| 3. 69 kg. | 7. 105 kg.  |
| 4. 77 kg. | 8. +105 kg. |

Hay siete (7) categorías para mujeres (Junior y Senior). Todas las competiciones organizadas según las reglas de la IWF deben realizarse con las siguientes categorías y en este orden:

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 48 kg. | 5. 69 kg.  |
| 2. 53 kg. | 6. 75 kg.  |
| 3. 58 kg. | 7. +75 kg. |
| 4. 63 kg. |            |

Hay ocho (8) categorías para los sub-17(juveniles) masculinos:

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 50 kg. | 5. 77 kg.  |
| 2. 56 kg. | 6. 85 kg.  |
| 3. 62 kg. | 7. 94 Kg.  |
| 4. 69 Kg. | 8. +94 kg. |

Hay siete (7) categorías para las sub-17(juveniles) femeninas:

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 44 kg. | 5. 63 kg.  |
| 2. 48 kg. | 6. 69 kg.  |
| 3. 53 kg. | 7. +69 kg. |
| 4. 58 kg. |            |

Hay ocho (8) categorías para los sub-15(infantiles) masculinos:

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. 45 kg. | 5. 69 kg. |
| 2. 50 kg. | 6. 77 kg. |
| 3. 56 kg. | 7. 85 kg. |
| 4. 62 Kg. | 8. +85 kg |

Hay siete (7) categorías para las sub-15 (infantiles) femeninas:

- |           |            |
|-----------|------------|
| 1. 44 kg. | 5. 63 kg.  |
| 2. 48 kg. | 6. 69 kg.  |
| 3. 53 kg. | 7. +69 kg. |
| 4. 58 kg. |            |

Durante cualquier competición, un atleta no puede competir en más de una categoría.

#### **ARTICULO 6. – LICENCIAS DE COMPETIDOR.**

1. Todo levantador/a, Infantil, Juvenil, Junior o Senior, que tome parte en los Campeonatos Nacionales, Liga Nacional absoluta y S-17o cualquier otro bajo la tutela de la FEH, debe de estar en posesión de la licencia federativa del año en curso tramitada por su Federación Autonómica y homologada por la FEH.

2. El levantador/a deberá presentar su licencia en el momento del pesaje para una posterior verificación por parte de un delegado oficial de la FEH, que la devolverá lo más brevemente posible al delegado de equipo de dicho competidor.

3. Los Jueces y Delegados Federativos, deberán exigir siempre la correspondiente licencia deportiva a deportistas, técnicos y oficiales, en las competiciones que así este reglamentado, y podrán exigirla en todo momento, en aquellas otras en las que la exhibición de la misma no este preceptuada.

4. La negativa a exhibir la licencia a requerimiento de un Juez o Delegado Federativos, será motivo de sanción, de acuerdo con la normativa vigente.

5. El consentimiento, por parte de un Juez o Delegado Federativos, para que un deportista, técnico u oficial tome parte de una competición oficial, sin estar en posesión de licencia, es igualmente, motivo de sanción con arreglo a la normativa vigente.

#### **ARTICULO 7. – IDENTIDAD.**

1. Todo participante deberá acreditar su identidad cuando le sea requerida oficialmente, por medio de:

- El carné de identidad o pasaporte individual
- La licencia federativa de levantador valedera para el año en curso.
- Documento acreditativo suficiente y legal, cuyo número coincida con el expresado en la licencia.

2. Un atleta sólo puede participar en una competición en representación de la federación autonómica que figura en su licencia. Si, en cualquier momento, la FEH constata que la declaración es falsa y que ha

habido un engaño, las medidas disciplinarias previstas a este efecto serán inmediatamente aplicadas para con la Federación Autonómica y el levantador.

3. Cada levantador que participe en una competición autoriza automáticamente a la FEH a difundir su imagen filmada o fotografiada para la difusión y la promoción de la halterofilia. Si un levantador rehúsa esta disposición, él deberá decirlo en la inscripción

#### **ARTICULO 8. – MARCAS MINIMAS DE PARTICIPACION.**

Las marcas mínimas para **asistir** a los Campeonatos de España son:

|                       | <b>MAS</b> | <b>FEM</b> |       |
|-----------------------|------------|------------|-------|
| Cto. de España SUB-15 | 40         | 35         | Ptos. |
| “ SUB-17              | 45         | 40         | Ptos. |
| “ JUNIOR              | 55         | 50         | Ptos. |
| “ ABSOLUTO            | 60         | 55         | Ptos. |

### **CAPITULO II**

#### **DE LOS ATLETAS EXTRANJEROS**

#### **ARTICULO 9. PARTICIPACIÓN DE ATLETAS SIN NACIONALIDAD ESPAÑOLA, EN CAMPEONATOS DE ESPAÑA INDIVIDUALES.**

Podrán competir levantadores/as **sin nacionalidad española**, lo harán **como fuera de competición**, en los Campeonatos Nacionales individuales: Absoluto, Junior, Sub-17 y Sub-15. Deben estar en posesión de:

- Tarjeta de residente (no comunitarios).
- La correspondiente licencia federativa, en vigor, emitida por la federación que representen, la cual la expedirá después de comprobar y realizar todos los tramites necesarios para su formalización y **homologada** por la Federación Española.
- Presentar copia del permiso de Residencia en la Federación Española, expedido por las autoridades competentes, en el momento de hacer la inscripción para cualquier Campeonato.
- La F.E.H. solicitará para su comprobación la documentación oportuna y que crea necesaria.
- Al participar fuera de competición, no podrán establecer récord ni ser campeones de España.

### **CAPITULO III**

#### **CAMPEONATOS DE ESPAÑA**

##### **SECCIÓN I**

#### **CAMPEONATO de ESPAÑA Sub -15.**

ARTICULO 10. – 1. **Cada Federación Territorial podrá inscribir cuantos atletas, de ambos sexos, quieran por categoría; siempre que tengan la marca mínima de participación.** La cual deberán tener acreditada en los doce meses anteriores a la fecha de inscripción del campeonato. Si el equipo de una federación, excede de 8 atletas, se designarán equipos “A” y “B”.

2. Las edades de participación son: trece, catorce y quince años cumplidos, o cumplirlos en el año.

3. Categorías masculinas:

45 - 50 – 56 – 62 – 69 – 77 – 85 – + 85 Kg.

4. Categorías femeninas:

44 – 48 – 53 – 58 – 63 – 69 - y +69 Kg.

### **SECCIÓN II**

#### **CAMPEONATO de ESPAÑA Sub-17.**

ARTICULO 11. – 1. **Cada Federación Territorial podrá inscribir cuantos atletas, de ambos sexos, quieran por categoría, siempre que tengan la marca mínima de participación.** La cual deberán tener acreditada en los doce meses anteriores a la fecha de inscripción del campeonato. Si el equipo de una federación, excede de 8 atletas, se designarán equipos "A" y "B".

2. Las edades de participación son 13 a 17 años cumplidos, o cumplirlos en el año.

3. Categorías masculinas: 50 – 56 – 62 – 69 – 77 – 85 – 94 - + 94 Kg.

4. Categorías femeninas: 44 – 48 – 53 – 58 – 63 – 69 - y +69 Kg.

### **SECCIÓN III**

#### **CAMPEONATO de ESPAÑA JUNIOR.**

**ARTICULO 12.** Podrán participar cuantos atletas se quiera en el Cto. JUNIOR, siempre que tengan la marca mínima de participación. Si el equipo de una federación, excede de 8 atletas, se designarán equipos "A" y "B".

1. La edad de participación para júnior es de: 13 a 20 años.

2. Categorías masculinas:

56 – 62 – 69 – 77 – 85 – 94 – 105 y +105 Kg.

3. Categorías femeninas:

48 – 53 – 58 – 63 – 69 – 75 y +75 Kg

**La marca mínima de participación, deberán tenerla acreditada en los doce meses anteriores a la fecha de inscripción del campeonato.**

### **SECCIÓN IV**

#### **CAMPEONATO de ESPAÑA ABSOLUTO**

**ARTICULO 13.**

1. En el campeonato ABSOLUTO, cada Federación Territorial participará como **máximo** con OCHO atletas masculinos y SIETE femeninas. Cuantos se quiera por categoría, siempre que tengan la marca mínima de participación. La edad de participación para absoluto es desde 13 años.

2. Categorías masculinas:

56 – 62 – 69 – 77 – 85 – 94 – 105 y +105 Kg.

3. Categorías femeninas:

48 – 53 – 58 – 63 – 69 – 75 y +75 Kg

**La marca mínima de participación, deberán tenerla acreditada en los doce meses anteriores a la fecha de inscripción del campeonato.**

## **SECCIÓN V**

### **COPA DE S. M. EL REY.**

#### **ARTICULO 14. RÉGIMEN DE COMPETICIÓN**

1. Competirán en la final los 12 primeros clubes clasificados en la Liga Nacional,

2. Los equipos estarán compuestos por SEIS levantadores, y que hayan participado necesariamente en las jornadas de Liga con su Club. Podrán competir dos extranjeros por club que estén en posesión de la tarjeta de residente.

#### **ARTICULO 15.- INSCRIPCIONES**

- a) La Inscripción Definitiva, tendrá que estar **obligatoriamente** en la Federación Española, **el lunes previo a la competición.**
- b) Las listas con los participantes de cada equipo, únicamente se publicarán en la página web de la Federación Española y en el hotel el viernes previo a la competición -día antes-, y horas antes de la Reunión Técnica. Estas listas ya no podrán ser modificadas.

#### **ARTICULO 16.- RESERVAS.**

- a) El límite para decidir si un reserva compete o no es el momento del pesaje de su TANDA. En caso de que fuese a competir **un reserva por un titular**, debe comunicarse por parte del entrenador o responsable del equipo, al Juez encargado del pesaje o al Secretario de Competición.
- b) Ocupará el puesto que deja el titular sustituido

#### **ARTICULO 17.- SISTEMA DE COMPETICIÓN**

Con el fin de acelerar al máximo la competición, y dado el elevado número de clubes participantes el sistema de competición será:

- a) Competirá un levantador por club, en cada TANDA o grupo, que serán **designados por su club en la Inscripción Definitiva.**
- b) La clasificación final de los equipos se hará sumando los puntos obtenidos por cada uno de los miembros del equipo, según la tabla SINCLAIR.

Si un atleta se blanquea en Arrancada, puede competir en Dos Tiempos, asimismo si se blanquea en Dos Tiempos, no obtendrá puntuación en Total Olímpico, pero los puntos que obtenga en cualquiera de las dos modalidades, si valdrán para la clasificación del equipo.

- c) En caso de empate en la clasificación por equipos ganará el que tenga la máxima puntuación individual, si continúa el empate será el que tenga la segunda y así sucesivamente.

## **SECCIÓN VII**

### **COPA DE S. M. LA REINA –FEMENINA**

#### **ARTICULO 19. COMPETICIÓN**

1. Para la participación en el Campeonato de España por Federaciones, no será necesaria clasificación previa, pero será obligatoria su **participación en la Liga Nacional** al menos en **tres**, de las cuatro jornadas. Podrán competir dos levantadoras extranjeras por federación, que compitan en las jornadas de liga y que estén en posesión de la tarjeta de residente.

Los equipos estarán compuestos por un máximo de CINCO levantadoras titulares, y un mínimo de cuatro.

2. La Inscripción Definitiva, tendrá que estar **obligatoriamente** en la Federación Española, **el lunes previo a la competición**.

3.- Las listas con las participantes de cada equipo, únicamente se publicarán en la página web de la Federación Española y en el hotel el viernes previo a la competición -día antes-, y horas antes de la Reunión Técnica. Estas listas ya no podrán ser modificadas.

4.- El límite para decidir si una reserva compete o no, es el momento del pesaje de su TANDA. En caso de que fuese a competir **una reserva por una titular**, debe comunicarse por parte del entrenador o responsable del equipo al Juez encargado del pesaje o al Secretario de Competición. Ocupará el puesto que deja la titular sustituida.

#### **ARTICULO 20.- SISTEMA DE CLASIFICACIÓN**

1.- La clasificación final se hará sumando los puntos obtenidos por cada una de los atletas del equipo, según la tabla SINCLAIR.

Si una atleta se blanquea en Arrancada, puede competir en Dos Tiempos, asimismo si se blanquea en Dos Tiempos, no obtendrá puntuación en Total Olímpico, pero los puntos que obtenga en cualquiera de las dos modalidades, si valdrán para la clasificación del equipo.

**SECCIÓN VIII**  
**COPA DE ESPAÑA**

**ARTICULO 21. RÉGIMEN DE COMPETICIÓN**

1. Competirán levantadores con 75 puntos o más, 70 las chicas, conseguidos en Campeonatos de España o en Campeonatos Internacionales, según la tabla de puntuación actual. La clasificación de la competición se hará por la Tabla Sinclair.
2. Sólo podrán competir levantadores/as con nacionalidad **española**.
3. La F.E.H. comunicará a la Federación Territorial a la cual pertenecen los atletas con derecho a participar, la invitación que posteriormente remitirá a estos, para su conocimiento y efectos.

**CAPITULO IV**

**NORMAS GENERALES PARA TODOS LOS CAMPEONATOS.**

**ARTICULO 22. INSCRIPCIONES.**

1. La fecha tope para la **Inscripción Previa** –Ctos. Individuales- será de **SEIS** semanas antes del campeonato.
2. La fecha tope para la **Inscripción Final** –Ctos. Individuales- será de **CUATRO** semanas antes del campeonato.
3. Finalizado el plazo de recepción de **Inscripción Final**, se da un margen de TRES DIAS para cualquier modificación, pasados estos no se atenderá ninguna petición de cambio, ni habrá posibilidad de otra alternativa.
4. La **confirmación definitiva** de categorías de peso corporal de los atletas inscritos anteriormente, así como las bajas, se hará el **miércoles (tres días)** antes del Campeonato, enviando el fax con la **relación definitiva** a la Federación Española **antes de las 18 h. del citado** miércoles.  
Ya no se podrán modificar ni la categoría de peso corporal ni el T.O.

**Si un atleta sube de categoría, tendrá que tener obligatoriamente la marca mínima de participación en la nueva categoría. En caso de no tenerla no podrá participar en esa categoría y tendrá q hacerlo en la que si tenga esa marca mínima exigida.**

5. La F.E.H. enviará a la federación organizadora el número y relación de atletas, entrenadores, jueces, etc., para una correcta organización. En el Campeonato de España por Clubes, solo se facilitará el número de personas participantes. Únicamente se publicarán la relación de los equipos clasificados para la final.
6. **En la Copa de S.M. El Rey, no se podrán modificar las Tandas o grupos de competición, después de la Inscripción Final, (lunes anterior a la celebración).**

### **ARTICULO 23. RESERVAS.**

1. En todos los Campeonatos de España de categoría **absoluto**, masculino y femenino, los equipos estarán formados respectivamente por **OCHO y SIETE** atletas como máximo. Se podrán inscribir **dos** atletas de reserva.
2. En los campeonatos Sub-15, Sub-17 y Junior, al ser sin límite el número de atletas inscritos, no es necesario la inscripción de reservas.
3. El tope para decidir si los reservas compiten o no es la hora del pesaje de su categoría, en caso de que fuese a competir **un reserva por un titular**, deberá comunicarse por parte del entrenador o responsable del equipo al Juez encargado del pesaje o al Secretario de Competición.

### **ARTICULO 24. CASOS ESPECIALES.**

1. Si una Federación no clasifica ningún atleta con marca mínima en algún Campeonato, puede participar por invitación con dos. Si clasificase solo a uno podría asistir con otro más.
- 2 Para la participación de atletas FUERA DE COMPETICION, únicamente lo harán por motivos de promoción, atletas de la Federación organizadora que tengan una buena proyección.
3. **El Director Técnico de la F.E.H** podrá incluir a otros levantadores fuera de competición, aunque no estén incluidos en el equipo de su federación.

### **ARTICULO 25. REUNION TÉCNICA.**

1. La Federación Española determinará el día y la hora, la cual será comunicada a las federaciones participantes, junto con el envío de las listas de atletas participantes y los horarios provisionales de competición y pesaje, grupos de atletas, jueces, etc. Toda esta información estará expuesta con la antelación suficiente, en la pagina Web de la Federación, **así como las listas y horarios definitivos, tres días antes del Campeonato.**
2. Así mismo, en esta reunión, **la organización** informará de los horarios de autobús desde el hotel al lugar de competición y viceversa, horarios de comedor, etc., así como de cualquier otra información que se necesite, o cualquier otra duda que se plantee.

### **ARTICULO 26. SORTEO.**

1. La FEH al elaborar las listas finales, adjudicará un número por cada atleta inscrito. Este número estará en posesión de los atletas durante toda la competición incluso si estos cambiasen a una categoría superior.
2. Es válido el número de sorteo por ordenador.
3. El número de sorteo decide el orden de pesaje y el orden de levantamiento durante el curso de la competición.

### **ARTICULO 27. PESAJE**

1. El pesaje de cada categoría de peso corporal comienza dos horas (2) antes de su competición y dura una (1) hora.
2. El pesaje oficial se efectúa en una sala equipada con los siguientes materiales:
  - Báscula oficial de la competición.
  - Una mesa y sillas para la Secretaría.
  - Los formularios de competición y pesaje.
3. Todo participante en una categoría específica deberá pesarse en presencia de por lo menos dos (2) jueces. Puede estar presente un oficial del equipo del atleta.
4. Los Jueces verificarán el peso corporal que será registrado en el impreso destinado a tal efecto.
5. Solamente se dará a conocer la lista de las categorías una vez que se hayan pesado todos los levantadores.
6. Los competidores son llamados uno a uno a la sala de pesaje de acuerdo con la progresión de su número de sorteo. Los competidores que no estén presentes cuando sea su turno de pesaje, se pesarán al final. Los participantes deberán acreditar su identidad mediante la presentación de su licencia, pasaporte o carné de identidad.
7. Los participantes se pesarán desnudos o en ropa interior en presencia de jueces que sean de sus respectivos sexos. Si fueran de distinto sexo del de los competidores, deberán situarse detrás de un biombo.
8. Cuando un competidor da el peso de la categoría en la cual fue inscripto, se pesará solamente una vez. Cuando un competidor esta por debajo o por encima del límite de peso, puede volver a pesarse todas las veces que sea necesario hasta dar el peso, durante la hora asignada para ello.
9. Pasada la hora asignada, en campeonatos individuales, un competidor que no dé el peso corporal de la categoría en la cual fue inscrito, será excluido de la competición.
10. Durante el pesaje, el entrenador de cada participante deberá indicar y firmar los primeros intentos de Arrancada y Dos Tiempos, así como el peso corporal reflejado por el juez en el formulario.

## **CAPITULO V**

### **DE LAS CLASIFICACIONES**

#### **ARTICULO 28. CLASIFICACIONES.**

1. La FEH hará obligatoria y principalmente, las clasificaciones por separado, de todas las categorías de peso corporal de:
  - a) Arrancada
  - b) Dos Tiempos,
  - c) Total Olímpico

2. Adicionalmente, se elegirá al levantador/a mas destacado en todos los campeonatos individuales, según tabla de puntuación Española por categorías.

3. En todos los Campeonatos de España, se hará una clasificación por Comunidades Autónomas, que no tendrá ningún reconocimiento ni ningún valor en cuanto a premios para la F.E.H.

4. La clasificación final de los equipos en todas las categorías, se hará sumando los puntos de las OCHO mejores marcas en T.O.

#### **ARTICULO 29. ENTREGA DE MEDALLAS.**

1. En los campeonatos individuales se hará entrega de medallas, (oro, plata y bronce), únicamente en Total Olímpico.

3. **Es obligatorio que los atletas ganadores de medallas**, estén presentes en el acto de entrega de las mismas, con el chándal de su club o Federación. El no cumplir esta norma es motivo de **descalificación para el atleta**.

### **CAPITULO VI DE LOS RECORDS**

#### **ARTICULO 30. RECORDS NACIONALES.**

1. La FEH reconoce los récords nacionales: sub-17, juniors y absolutos en cada una de las ocho (8) categorías de peso corporal para hombres y siete (7) para mujeres, individualmente en Arrancada, Dos Tiempos y Total.

2. Los récords sólo pueden ser establecidos por atletas que estén dentro del grupo de edad. Los atletas sub-17 y juniors podrán establecer también récords en las categorías de edad superiores, es decir, estos récords se homologarán sin tener en cuenta la edad del atleta.

3. Los récords de España, solamente pueden ser establecidos en los campeonatos Nacionales e Internacionales que figuren en el Calendario de Competiciones de la FEH.

4. Los nuevos récords serán homologados únicamente cuando los atletas pasen un control de dopaje sin dar positivo.

5. Cuando se establezca un récord nacional deberán estar arbitrando tres jueces. Al menos dos de ellos deben ser de categoría Nacional 1ª.

6. Para la homologación de un récord es necesario que se cumplan los siguientes requisitos:

a) Un récord será válido si excede al anterior en 1 Kg. como mínimo

b) La hoja de récord deberá incluir la siguiente información:

- El nombre del atleta y código de su territorial.

- Peso corporal del competidor.
  
- Fecha de nacimiento del atleta (día/mes/año).
  
- Peso de la barra.
  
- Categoría del competidor.
  
- La fecha y nombre de la competición.
  
- Lugar donde se ha establecido el récord.

7. Si dos o más competidores realizan el mismo récord, el poseedor del récord será aquel que lo haya batido primero, sin tener en cuenta el peso corporal de los atletas implicados o la secuencia de la competición en el caso de que la categoría en la que participan estuviese dividida en dos grupos.

## **CAPITULO VII DEL CONTROL DE DOPAJE**

### **ARTICULO 31 . CONTROLES DE DOPAJE**

1. Como aplicación de las disposiciones del artículo de los Estatutos Nacionales y a fin de luchar contra la práctica eventual del doping, el cual está terminantemente prohibido, la FEH se reserva el derecho en todas las competiciones que controla, de someter a los levantadores a los exámenes y pruebas pertinentes.

2. Esta disposición es obligatoria en los Campeonatos Nacionales siguiendo las reglas de la FEH.

3. En ningún caso, podrán oponerse los levantadores o dirigentes a este control bajo pena de eliminación inmediata y aplicación de las sanciones previstas en caso de doping.

4. En aquellas pruebas o competiciones oficiales de ámbito estatal, en que se lleve a efecto un control de dopaje, la selección de deportistas que deban someterse al mismo se realizará atendiendo a cualquiera de los siguientes criterios:

- a) Clasificación parcial y/o final de la competición.
- c) Por sorteo.
- d) Por designación.

5. Las muestras apropiadas serán recogidas por un médico acreditado por la FEH, en presencia de un dirigente del levantador llamado a control. En el caso de que las muestras no fueran efectuadas en las condiciones fijadas anteriormente, los resultados obtenidos podrán ser considerados nulos. (ver reglamento doping).

### **ARTÍCULO 32. CLASIFICACIÓN EN CASO DE DOPAJE:**

1. Si un levantador que ha recibido la medalla de oro, es descalificado o da positivo en el control antidoping, el levantador que ascenderá a ganador de la medalla de oro en la clasificación será el medalla de plata. La medalla de plata será igualmente atribuida al tercer clasificado. Para el resto de la clasificación, los otros levantadores remontaran según el sistema de clasificación.

2. En las competiciones por equipos, se descalificará al levantador y se descontarán sus puntos al equipo al que pertenezca, volviendo a realizar una nueva clasificación por equipos.

## **TÍTULO III**

### **DEL REGLAMENTO TÉCNICO**

#### **ARTICULO 39- LOS DOS MOVIMIENTOS.**

En el deporte de la Halterofilia, la IWF reconoce dos movimientos, los cuales deben ser efectuados en el siguiente orden:

- a) Arrancada.
- b) Dos Tiempos.

Ambos movimientos deberán realizarse a dos manos.

Solamente se permiten tres intentos en cada movimiento.

#### **ARTICULO 40. ARRANCADA.**

1. La barra está colocada horizontalmente delante de las piernas del levantador. Se agarra con las palmas hacia abajo y alzada en un sólo movimiento desde la plataforma hasta la completa extensión de ambos brazos sobre la cabeza, mientras se desplazan las piernas en tierra o se flexionan. Durante este movimiento continuado, la barra puede deslizarse a lo largo de los muslos y del regazo. Ninguna parte del cuerpo a excepción de los pies puede tocar la tarima durante la ejecución del levantamiento. El peso levantado debe ser mantenido en la posición final de inmovilidad, permaneciendo los brazos y las piernas extendidos y los pies en la misma línea hasta que los jueces den la señal para reponer la barra sobre la tarima. El levantador puede recuperarse en el tiempo que precise del Split o Squat y colocar los pies en la misma línea, paralelos al plano de su tronco y de la barra. El juez dará la señal para bajar la barra tan pronto como el levantador esté inmóvil en todas las partes de su cuerpo.

#### **ARTICULO 41. DOS TIEMPOS**

1. La barra se coloca horizontalmente enfrente de las piernas del levantador. Se agarra con las palmas hacia abajo y con un sólo movimiento se tira elevándola desde la plataforma hasta los hombros mientras se abren las piernas bien en tijera o en una flexión. Durante ese movimiento continuo, la barra puede deslizarse a lo largo de los muslos y regazo. La barra no deberá tocar el pecho antes de alcanzar su posición final, descansando sobre las clavículas, sobre el pecho por encima de las tetillas o sobre los brazos flexionados totalmente. Los pies deberán colocarse en línea recta y las piernas deberán estar extendidas antes de realizar el segundo movimiento.

2 .El levantador puede recuperarse en el tiempo que necesite y colocar los pies en la línea recta, paralelos al plano de su tronco y al de la barra.

3. El atleta flexiona las piernas y los brazos para llevar la barra hasta la plena extensión de los brazos colocados verticalmente. Coloca los pies en línea recta y mantiene los pies y piernas plenamente extendidos y espera la señal de los jueces para reponer la barra sobre la tarima.

Los jueces darán la señal para bajar la barra tan pronto como el atleta esté inmóvil en todas las partes de su cuerpo.

4. Después de la cargada y antes del segundo tiempo (envión) el levantador puede ajustar la posición de la barra. Ello no debe inducir a error. No significa en ningún caso que se le conceda un intento de envión adicional al levantador sino permitirle:

- a) Apartar los pulgares o desengancharlos si ha utilizado este método.
- b) Si la barra está demasiado alta y le impide respirar o le causa dolor, bajarla de manera que descanse sobre los hombros.
- c) Modificar la amplitud del agarre de la barra.

#### **ARTICULO 42.- REGLAS GENERALES PARA TODOS LOS LEVANTAMIENTOS**

1. La técnica denominada "enganche" (hooking) está permitida. Consiste en cubrir el pulgar en su última falange con los otros dedos de la misma mano en el momento de agarrar la barra.

2. En todos los levantamientos en los que haya un intento inacabado y la barra llegue a la altura de la rodilla, el juez debe declarar nulo el intento.

3. Después de la señal de los Jueces para bajar la barra al suelo por delante de su cuerpo y no dejarla caer deliberadamente o accidentalmente, pudiendo soltar la barra una vez que ésta haya pasado el nivel de su cintura.

4. Si el competidor no puede hacer una completa extensión de los brazos, por alguna deformación anatómica, debe informarlo a los tres jueces y al jurado antes del comienzo de la competición.

5. Al realizar la arrancada o cargada para el envión desde la posición de "**sentadillas**", el levantador puede facilitar su recuperación mediante movimientos de impulso repetido de su cuerpo.

6. Está prohibido el uso de grasa, aceite, agua, talco o cualquier lubricante de similar tipo sobre los muslos. No está permitido a los levantadores llevar sobre los muslos ninguna sustancia cuando lleguen al área de competición. Al levantador que utilice cualquier lubricante puesto le será ordenado que se lo quite. Durante la operación de limpieza el reloj seguirá marchando.

7. Está permitido el uso de tiza (magnesia) en las manos, muslos etc.

#### **ARTICULO 43. MOVIMIENTOS Y POSICIONES INCORRECTOS PARA TODOS LOS LEVANTAMIENTOS.**

1. Levantar en "suspensión".
2. Tocar la tarima con cualquier parte del cuerpo, que no sean los pies.
3. Extensión desigual o incompleta de los brazos al finalizar el movimiento.
4. Detenerse durante la extensión de los brazos.
5. Terminación a "fuerza".
6. Flexión y extensión de brazos durante la recuperación.
7. Salirse de la tarima durante la ejecución del levantamiento. Ejemplo: Tocar el espacio exterior de la tarima con cualquier parte del cuerpo.
8. Reponer la barra sobre la tarima antes de la señal del juez.
9. Dejar caer la barra después de la señal de juez.
10. Fallar al acabar el movimiento en la colocación de los pies y la barra en línea y paralelos al plano del tronco.
11. Fallar al reponer la barra sobre la tarima; es decir, la barra en su totalidad debe tocar primero la tarima.

#### **ARTICULO 44. MOVIMIENTOS INCORRECTOS EN LA ARRANCADA**

1. Hacer alguna pausa al levantar la barra.
2. Tocar la cabeza del levantador con la barra.

#### **ARTICULO 45. MOVIMIENTOS INCORRECTOS EN DOS TIEMPOS**

1. Colocar la barra sobre el pecho antes de girar los codos.
2. Tocar los muslos o rodillas con los codos o la parte superior de los brazos.

#### **ARTICULO 46. MOVIMIENTOS INCORRECTOS EN EL ENVION**

1. Todo esfuerzo aparente de envión que no se complete. Esto incluye la genuflexión del cuerpo o flexión de rodillas.
2. Todo movimiento oscilante deliberado de la barra que dé ventaja. El atleta y la barra tienen que estar inmóviles antes de comenzar el envión.

### **TÍTULO V**

#### **DEL MATERIAL Y VESTUARIO**

### **CAPÍTULO I**

#### **DE LOS ELEMENTOS Y MATERIALES**

## **ARTICULO 47. BARRA**

1. Únicamente las barras homologadas por la IWF pueden ser utilizadas en las competiciones de halterofilia bajo su jurisdicción.

2. La barra se compone de las siguientes partes:

- i) Barra (eje central).
- ii) Discos.
- iii) Collarines.

3. La barra masculina debe reunir las siguientes características:

- a) Un peso de 20 kg.
- b) Longitud de 2.200 mm., con una tolerancia de +/-1 mm.
- c) Diámetro de la barra: 28 mm., con una tolerancia de +/-0,03 mm. en la parte interior de la barra.
- d) Diámetro de las mangas de 50 mm., con una tolerancia de +/-0,2mm.
- e) La distancia entre los collarines de la parte interior es de 1.310 mm., con una tolerancia de +/-0,5 mm.
- f) Ancho de los collarines de la manga es de 30 mm., con una tolerancia de +/-1 mm.
- g) A fin de facilitar el agarre y la posición de las manos del levantador, la barra tendrá unos resaltes de acuerdo con el diagrama 1.

4. La barra femenina debe tener las siguientes especificaciones:

- a) Peso 15 kg.
- b) Longitud de 2,010 mm, con una tolerancia de +/-1 mm.
- c) Diámetro de la barra de 25 mm., una tolerancia de +/-0,03mm.
- d) Diámetro de la manga: 50 mm., con una tolerancia de +/-0,2 mm.
- e) Distancia entre los collarines interiores: 1,310 mm., con una tolerancia de +/-0,5 mm.
- f) Ancho de los collarines incluyendo el collar de la manga: 30 mm., con una tolerancia de +/-1 mm.
- g) A fin de facilitar el agarre y la posición de las manos de la levantadora, la barra tendrá unos resaltes.

## **ARTICULO 48. DISCOS**

Los discos deben reunir las siguientes características:

a) Deben tener los siguientes pesos y colores

- 25 kg. rojo.
- 20 kg. azul.
- 15 kg. amarillo.
- 10 kg. verde.
- 5 kg. blanco.
- 2.5 kg. rojo
- 2 kg. azul.
- 1,5 kg. amarillo
- 1 kg. verde.
- 0,500 kg. cromo.

- b) El diámetro del disco más grande es de 450 mm., con una tolerancia de +/-1 mm.
- c) Los discos de 450 mm. de diámetro deben ser recubiertos con goma o plástico y cubiertas con una capa permanente de color o, por lo menos, pintados en los bordes.
- d) Los discos de menos de 10 kg. pueden estar hechos de metal.
- e) Todos los discos deben llevar una clara indicación de su peso.

#### **ARTICULO 49. COLLARINES**

1. Para fijar los discos a la barra cada barra debe estar equipada con dos collarines que pesen 2,5 kg. cada uno para hombres y mujeres.

3.1.3. La tolerancia sobre el peso indicado de cada componente que pese más de 5 kg. debe ser de + 0,1% y - 0,05%. Cuando el peso es de 5 kg. o menos la tolerancia es +10 gr. y -0 gr. por parte.

2. La barra debe ser cargada con los discos más grandes y pesados en la parte interior y los más pequeños y ligeros en orden decreciente de peso de adentro hacia afuera. Los discos deben estar colocados de tal forma que los jueces puedan ver el peso de cada disco. Los discos estarán ajustados a la barra por medio de los collarines.

#### **ARTICULO 50. MARCAS DE LA BARRA**

1. Las barras de la halterofilia deben llevar unas marcas de identificación pintadas para facilitar su fácil reconocimiento.

2. La barra masculina deberá llevar unas marcas azules y la femenina unas marcas amarillas. Estos colores se corresponden con los de los discos de 20 y 15 kg.

#### **ARTICULO 51. TARIMA DE COMPETICION**

1. Todos los levantamientos en una competición deben realizarse sobre una tarima de competición.

2. La tarima debe ser cuadrada, de cuatro (4) metros de lado. Cuando el suelo alrededor de la tarima tenga un color similar o igual, La tarima puede ser confeccionada en madera, plástico o cualquier otro material sólido y puede recubrirse con un material que no sea deslizante.

3. La altura de la tarima debe ser de cincuenta (50) a ciento cincuenta (150) mm.

#### **ARTICULO 52. BASCULA**

1. En los Campeonatos de España y otras importantes competiciones nacionales e internacionales, se utilizarán básculas que registren como mínimo 200 kilogramos, con una precisión mínima de 10 gramos.

2. En todos los Campeonatos de España así como en otras importantes competiciones nacionales e internacionales, deberá disponerse de una báscula de reserva, idéntica de la oficial, que podrá ser utilizada por los participantes como báscula de control y que se instalará cerca de la sala de pesaje.

### **ARTICULO 53. CRONOMETRO**

1. En las competiciones oficiales deberá utilizarse un cronómetro electrónico. Este cronómetro deberá reunir las siguientes características:

- a) Funcionar de modo continuo por un tiempo mínimo de diez (10) minutos.
- b) Dar una señal audible treinta (30) segundos antes de que finalice el tiempo reglamentario.

2. El transcurso del tiempo deberá ser seguido simultáneamente en las áreas de competición y de calentamiento. Uno de los cronómetros de cara al público, otro sobre la tarima de cara al competidor y otro en el área de calentamiento.

3. El cronometrador deberá ser juez internacional calificado.

### **ARTICULO 54. TABLERO DE COMPETICION**

1. Un tablero de competición que estará bien visible en el que se indicará el nombre el participante, peso que intentará levantar y número de intento. La información del tablero de competición deberá estar bien visible desde cualquier parte de la sala de competición.

### **ARTICULO 55 . MARCADOR DE RESULTADOS**

1. Se colocará un tablero de resultados en un lugar prominente de la competición en el que se registrarán los resultados de una categoría específica en el momento que eso ocurra. El tablero de resultados contendrá la siguiente información:

- Número de salida.
- El nombre de cada competidor en orden progresivo de acuerdo con el número de sorteo.
- Su peso corporal.
- Código de país.
- Resultados de los tres (3) intentos de Arrancada.
- Resultados de los tres (3) intentos en Dos Tiempos.
- Total Olímpico.
- Clasificación final.

### **ARTICULO 56. SALA DE CALENTAMIENTO**

1. Se debe facilitar a los competidores para su preparación una zona de calentamiento próxima a la zona de competición. La zona de calentamiento debe estar provista del apropiado número de tarimas, barras, magnesias, etc. en relación con el número de competidores. Además de esto, debe estar equipada con lo siguiente:

- Altavoz conectado con el micrófono del locutor.
- Un tablero con los nombres de los participantes según el orden de sorteo, sus respectivos pesos corporales y el peso que hayan solicitado antes de su llamada a la tarima.
- Un reloj cronometrador en la sala de competición.
- Un monitor con vídeo que permita seguir el desarrollo de la competición.

2. Se recomienda todo equipo adicional o aparatos que puedan mejorar el desarrollo de la competición.

## **CAPÍTULO II**

### **DEL VESTUARIO DE LOS COMPETIDORES**

#### **ARTICULO 57. MAILLOT**

1. Los competidores tienen que utilizar una vestimenta cuyo diseño y forma esté en función del siguiente criterio:

- Puede ser una vestimenta de una o dos piezas, pero deberá cubrir el tronco de los competidores.
- Tiene que estar ajustada al cuerpo.
- El escote no tendrá cuello.
- Puede ser de cualquier color.
- No podrá cubrir los codos.
- No podrá cubrir las rodillas.

2. Puede usarse una camiseta debajo del maillot. Las mangas de la misma no cubrirán los codos. La camiseta no tendrá cuello.

3. Se pueden usar maillotes de licra, ajustadas debajo o sobre los maillotes. Estas no podrán cubrir las rodillas.

4. No puede utilizarse una camiseta y pantalón corto en lugar del maillot.

5. Durante las competiciones, los atletas participan con el equipo que haya sido aprobado por su Federación. La Ceremonia de Entrega de Medallas se considera parte de la competición y debe utilizarse el equipo reglamentario.

6. En cada parte del vestuario de atletas, la IWF permite el uso de la marca del producto o la identificación de sus patrocinadores (logo, nombre o una combinación de ambos) con un tamaño máximo de 500 cm<sup>2</sup>. Todo lo que exceda de este tamaño será considerado publicidad y se aplicarán las reglas relevantes al respecto. En los Juegos Olímpicos prevalecerán las normas de COI.

7. Pueden usarse calcetines pero éstos no deberán exceder la altura por debajo de las rodillas y no podrán cubrir ningún vendaje.

#### **ARTICULO 58. CALZADO DE HALTEROFILIA.**

1. Los competidores usarán botas deportivas (calzado de halterofilia) que protejan sus pies, les proporcionen estabilidad y una permanencia firme sobre la tarima de competición.

2. Las botas de halterofilia deberán estar confeccionadas en modo tal que no facilite al atleta una ventaja desleal o le proporcione un soporte adicional distinto al que se especifica en el punto 4.2.1..

3. Está permitido el uso de una correa sobre el empeine del pie.

4. La parte del calzado que cubre el tacón puede ser reforzada.

5. La altura máxima permitida desde la suela del calzado hasta el final del mismo es de 13 cm.

6. La suela no puede sobresalir del calzado en ninguna de sus partes más de 5 mm.

7. El tacón del calzado no deberá tener clavos.

8. El calzado puede estar hecho de cualquier material o combinado de varios materiales.
9. No hay medida máxima o mínima para la altura de la suela.
10. No existe ninguna limitación en relación con la forma del calzado.

#### **ARTICULO 59. CINTURÓN**

1. La anchura máxima del cinturón no podrá exceder de 120 mm.
2. Está prohibido el uso de cinturones debajo del maillot.

#### **ARTICULO 60. VENDAJES Y APOSITOS**

1. Pueden usarse vendajes y apósitos en las muñecas, rodillas y manos. Pueden usarse vendajes o apósitos en dedos y pulgares.
2. Los vendajes pueden ser de gasa, crepé médico o cuero. Puede utilizarse sobre las rodillas un vendaje elástico o rodillera que permita libertad de movimientos. Esta parte final de vestuario no puede reforzarse en ningún caso.
3. La superficie de piel máxima que puede cubrirse en la muñeca es de 10 cm.
4. El vendaje en la rodilla no puede cubrir más de 30 cm. de piel.
5. No existe limitación en la longitud del vendaje.
6. Se permite el uso de emplastos y vendajes tanto en la palma como en el dorso de las manos. Sin embargo, estos apósitos y vendajes podrán sujetarse a la muñeca pero no a la barra.
7. Están permitidos los apósitos sobre los dedos, pero éstos no deberán cubrir las yemas de los dedos.
8. A fin de proteger las palmas de las manos, se permite el uso de guantes especiales sin dedos. Ejemplo: guantes de protección en gimnasia, los guantes de los ciclistas. Estos guantes pueden cubrir únicamente la primera falange de los dedos. Si se llevase apósitos en los dedos, deberá haber una separación visible entre los guantes y los apósitos.
9. Están prohibidos los vendajes o similares en las siguientes partes del cuerpo:
  - Codos.
  - Torso.
  - Muslos.
  - Tibias.
  - Los brazos.
10. En caso de herida, pueden utilizarse apósitos sobre las tibias.
11. Solamente se puede usar o autorizar un tipo de vendaje en cualquier parte del cuerpo.
12. Debe haber una separación visible entre el maillot y el vendaje(s).

## TÍTULO VII

### DE LOS FORMULARIOS Y DOCUMENTOS OFICIALES

#### ARTICULO 61. DOCUMENTOS OFICIALES PARA COMPETICION

1. Para la buena organización de una competición de halterofilia, son esenciales los siguientes formularios:

**a) Lista de salida.** Indica con detalle los nombres de todos los participantes, su número de sorteo, fecha de nacimiento, su mejor total, categoría, grupo, hora de pesaje y hora de competición.

**b) Lista de pesaje.** Para cada grupo o categoría. Este formulario será utilizado por el Secretario de Competición y deberá contener la siguiente información: nombre del atleta, número de sorteo, país y categoría de peso corporal exacta que será verificada por los tres jueces. Esta lista se cumplimentará y distribuirá tan pronto como sea posible después del pesaje.

**c) Tarjeta de competidor.** Este documento contendrá el nombre del competidor/a, número de salida, federación, año de nacimiento, categoría de peso corporal y grupo. Se utilizará para registrar el peso solicitado para cada intento durante la competición, con las eventuales modificaciones según permitan las reglas. El entrenador debe firmar cada inscripción.

**d) Acta de competición.** Este formulario, bien escrito a mano o en ordenador, es el documento oficial mediante el cual se certifican los resultados de cada competición.

Por seguridad debe ser supervisado en detalle y firmado por el Secretario de Competición y el Presidente del Jurado.

**e) Acta de récord.** Este formulario se utiliza para la homologación de los récord establecidos durante el curso de una competición. Debe contener toda la información concerniente a cada récord específico, fecha, peso, categoría peso corporal, nombre del atleta, año de nacimiento etc. Debe ser firmado por los tres (3) jueces ofiциantes. Únicamente se aplica cuando la competición se realiza con otro sistema diferente al de la IWF.

**f) Resultados finales.** Este documento que se distribuirá a las delegaciones al final de los campeonatos recoge los resultados de todas las categorías en Arrancada, Dos Tiempos y Total. Asimismo, contiene los puntos y el ranking de los competidores y equipos, medallero, nuevos records y cualquier otra información que pueda ser de utilidad.

## TÍTULO VIII

### DE LOS JUECES

#### ARTICULO 62. SECRETARIO DE COMPETICION

Deberán designarse uno o más secretarios. Sus funciones entre otras son hacer el anuncio apropiado para una eficiente marcha de competición. Esto incluye el llamar a los competidores a la tarima, anunciar la territorial o equipo, el peso de la barra y el número del intento, asimismo anunciará con antelación al siguiente competidor.

El Secretario de Competición y el Director de Competición llevan el control de la marcha de la competición y realizan sus funciones en estrecha cooperación con el Jurado y el Controlador Técnico.

Verificar las listas de los atletas y verificación de las inscripciones finales. Dirigir los pesajes. Supervisar el orden de levantamiento de acuerdo a la marcha de la competición. Supervisar el registro en las actas destinadas a tal fin, de los nuevos récords establecidos durante los Campeonatos.

### **ARTICULO 63. DIRECTOR DE COMPETICION**

1. En todas las competiciones se designará un Director de Competición, que llevará el control de la marcha de la competición y realice sus funciones en estrecha cooperación con el responsable de la federación organizadora, la Mesa de Competición, el Jurado, Jueces y el Controlador Técnico.

2. En los Campeonatos de España y demás Torneos de ámbito nacional, el Director de Competición es el Secretario General de la FEH o una persona designada por la propia FEH. Se nombrará un ayudante de la Federación Organizadora.

3. Las funciones del Director de Competición son las siguientes:

- a) Cuidar todos los detalles, para un buen desarrollo de las competiciones, verificar las listas de los atletas y publicación de las inscripciones finales, etc.
- b) Supervisar que haya orden en la marcha de la competición.

**ARTICULO 64. JUECES** En toda competición los jueces deben concentrarse como tarea principal en juzgar los levantamientos realizados por los atletas. En los Campeonatos de España, todos los jueces deben ser al menos de categoría nacional 1ª, y deben estar en posesión del carné vigente expedido por la IWF.

### **ARTICULO 65. RESPONSABILIDAD DE LOS JUECES**

1. Los tres (3) jueces tienen igualdad de derecho en la decisión y valoración de un levantamiento.

2. Cada uno de los jueces deberá dar la señal de "tierra" mediante la presión del botón blanco, que indicará movimiento "**válido**" o presionado el botón rojo, que indicará movimiento "**nulo**", de acuerdo con las reglas establecidas al respecto. Un juez que observarse un fallo o falta durante la ejecución de un movimiento, deberá oprimir inmediatamente el botón rojo.

### **ARTICULO 66. SISTEMA ELECTRONICO DE LUCES DE JUECES**

El sistema electrónico de luces de jueces consiste en:

- a) Una caja de control para cada uno de los tres (3) jueces. Estas cajas de control deben ir equipadas con dos (2) pulsadores, uno blanco y otro rojo y una señal de aviso (zumbador).
- b) Un aparato que dé visual y audiblemente señal de "tierra" que está situado en un soporte enfrente de la tarima de competición.

- c) Dos o más paneles de "luces de resultado" equipados con tres (3) luces rojas y tres (3) luces blancas situadas horizontalmente mediante las que se mostrará a los participantes y auditorio la decisión tomada por los jueces.
- d) Uno o más paneles de control, equipados con tres (3) luces rojas y tres (3) luces blancas, que se encenderán simultáneamente cuando los jueces pulsen el botón correspondiente. Estos paneles de control, que se situarán en la mesa del Jurado, dispondrán de una señal de aviso (zumbador) que podrá utilizarse para llamar a todos o cada uno de los jueces a la mesa del Jurado.

## **ARTICULO 67. FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA**

1. Durante el transcurso de la competición, tan pronto como los tres (3) jueces hayan dado el movimiento como válido, apretarán el pulsador blanco situado en sus mesas de control. Inmediatamente, el aparato colocado enfrente de la tarima da simultáneamente una señal visual y audible de "tierra" que indica al levantador que puede poner la barra sobre la tarima. Cuando se haya dado la señal de "tierra" y las luces del panel de los jueces estén encendidas y el levantador no baje la barra el juez central deberá decir "tierra" e indicar con el brazo al levantador que baje la barra. Cuando los tres (3) jueces dos (2) consideren que el atleta ha cometido una falta durante la realización del movimiento dan un nulo mediante la presión del botón rojo de su caja de control. Inmediatamente, el aparato colocado delante de la tarima da simultáneamente una señal audible y visible de "tierra" indicando al atleta que baje la barra.

2. La señal visual y audible de "tierra" se ilumina una vez que dos (2) de los jueces hayan emitido el mismo juicio.

3. En el caso de que un juez presione el botón blanco y otro el rojo y el tercero no presione ninguno, este último oirá un zumbido intermitente procedente de su caja de control urgiéndole para que dé su decisión sobre el movimiento realizado. Asimismo, cuando dos (2) luces blancas o dos (2) luces rojas sean pulsadas por dos (2) de los tres (3) jueces y la señal de "tierra" se haya visto y oído, entonces el tercer juez tendrá una señal de aviso por medio del sonido del zumbador.

4. Tres segundos después que los tres (3) jueces hayan dado sus juicios las luces del panel de jueces se encenderán, indicando los juicios individuales de los de las jueces por medio de los colores rojo o blanco). Estas luces permanecerán encendidas por espacio de quince (15) segundos.

5. Después de verse y oírse la señal de "tierra" y antes de que funcione el juego de luces, los tres (3) jueces dispondrán de tres (3) segundos para corregir sus decisiones. Ejemplo; Si después de ejecutado un movimiento válido el levantador dejase caer la barra, los jueces deben presionar el botón rojo y la luz roja del juego de luces se encenderá para indicar "Movimiento nulo". Si fuese demasiado tarde para poder cambiar el color de las luces, los jueces deberán levantar el banderín rojo para indicar este cambio.

## **ARTICULO 68. CONTROLADOR TECNICO**

Se designarán Controladores Técnicos para ayudar al Director y al Secretario de Competición en la supervisión de la marcha de la competición. Estos realizarán sus funciones en unión de los jueces designados para la misma.

### **Funciones de los Controladores Técnicos:**

1. Controlar la tarima de competición, barras, básculas, sistema electrónico de luces de jueces, cronometro, sala de calentamiento y demás materiales de competición.
2. Comprobar que el uniforme de los jueces sea el correcto.
3. Antes de la competición, inspeccionar la vestimenta de los competidores y asegurar que se cumpla el Reglamento. En el caso de que tuviera que hacerse alguna corrección en la vestimenta del atleta o debiera quitarse algún lubricante.
4. Durante el transcurso de la competición, asegurar que únicamente el número de entrenadores acreditados acompañen a los atletas en la competición y zona de calentamiento.
5. Asegurar que mientras el atleta se encuentre sobre la tarima nadie, puede verse en esta zona.
6. Supervisar, durante la competición, la información del tablero de la competición (que sea el levantador correcto, intento, peso, y permitir que los levantadores suban a la tarima una vez que hayan sido llamados).

## TÍTULO IX JORNADA NACIONAL DE TÉCNICA

### ARTICULO 69. PARTICIPANTES.

1. La Jornada Nacional de Técnica consiste en una competición de promoción y en la que pueden participar levantadores/as, de las categorías:

- Sub – 9 (8 y 9 años) BENJAMÍN
- Sub-11 (10 y 11 años) ALEVIN
- Sub-13 (12 y 13 años) INFANTIL

2. Las Federaciones podrán inscribir un **equipo mixto** de hasta **DIEZ** levantadores/as. Todos los participantes **deberán presentar la licencia federativa en vigor**.

3. Las inscripciones se harán en la forma habitual:

- INSCRIPCIÓN PRELIMINAR 6 semanas antes del Cto.
- INSCRIPCIÓN FINAL           4   “           “
- CONFIRMACION               1           “           “

4. En la inscripción FINAL, se harán constar los **pesos de salida** del atleta en ARR. y en D.T. Siempre será **igual o superior a DIEZ** kgs., **CINCO** para los Benjamines.

### ARTICULO 70. SISTEMA DE COMPETICIÓN.

1. Cada atleta competirá como en una prueba reglamentaria de halterofilia, si bien la clasificación no se otorgará por el mayor peso levantado, sino por la mejor ejecución técnica de los ejercicios.
2. El levantador/a, hace tres veces seguidas cada Movimiento Olímpico; en primer lugar la ARR. y cuando todos hayan terminado este ejercicio, se comienza con el D.T.

3. El orden de competición se hará según la progresión de la barra.

4. Si varios levantadores/as utilizan el mismo peso de salida, el orden entre ellos será por sorteo. Si la organización lo considera necesario, se formarán grupos.

#### **ARTICULO 71. SISTEMA DE PUNTUACIÓN.**

Cada movimiento se puntúa de 0 a 10, la puntuación definitiva de cada movimiento es la media de las tres puntuaciones centrales, una vez eliminada la mayor y la menor. La puntuación se hace de acuerdo al siguiente criterio:

- mal = 0
- regular = 1- 2
- aceptable = 3- 4
- bien = 5- 6
- muy bien = 7- 8
- excelente = 9 -10, puntos.

#### **ARTICULO 72- CLASIFICACION.**

1. La clasificación final para cada categoría se hace con la suma de las puntuaciones obtenidas en ARR. y D.T.

2. Si se produjese empate entre dos o más de los tres primeros clasificados, se tendrá en cuenta las puntuaciones de los tres Jueces.

3. Si persiste algún empate, se decidirá por el voto de calidad del Presidente del Jurado. El resto de los deportistas empatados entre sí serán clasificados todos en el primer puesto que les corresponda por su puntuación.

#### **ARTICULO 73. JUECES.**

Los Jueces serán TRES, elegidos de entre los entrenadores asistentes, con categoría **Nacional**, si no se pudiesen nombrar de entre los entrenadores asistentes, la Federación Española elegiría a los que faltasen. El Presidente del Jurado, será el Director Técnico de la Federación Española.

#### **ARTICULO 74. REUNION TÉCNICA.**

La Federación Española determinará el día y la hora, la cual será comunicada a las Federaciones

**TÍTULO X**  
**LIGA ESCOLAR SUB-15 Y SUB-17**  
**MASCULINA Y FEMENINA**

**ARTICULO 75. OBJETIVOS.**

1. La categoría SUB-15 y SUB-17 son de promoción, y el objetivo es captar nuevos valores, para ir introduciéndolos progresivamente en la competición, no se debe intentar conseguir a esta edad el máximo rendimiento. Con toda seguridad los entrenadores, como muy responsables que son, sabrán dosificar el peso más adecuado para sus alumnos, y que como prioridad atenderán la formación física y preparación técnica de su candidato a levantador.

2. Las Reglas de la Liga Escolar tienen por objeto, principalmente:

- a) Definir y precisar las condiciones prácticas y técnicas en las cuales deben desarrollarse las competiciones.
- b) Fijar el valor de las acciones.
- c) Determinar las condiciones de clasificación.

Las normas enunciadas a continuación, constituyen parte del marco en el que se ha de manifestar el deporte de la halterofilia en su iniciación, y son susceptibles de modificación a la luz de las pruebas efectuadas y en función de una constante búsqueda para su mayor eficacia.

**Salvo en algunos puntos determinados, aquí descritos, en el resto de normas esta liga se regirá por el mismo reglamento de la liga absoluta.**

**ARTICULO 76. NORMAS PARA LA PARTICIPACIÓN.**

1. Podrán participar en la Liga los levantadores que tienen 12 a 15 años en la temporada, en la categoría sub-15.

2. Participarán con 16 y 17 años en la temporada, en la categoría sub-17.

**ARTICULO 77. NÚMERO DE COMPETICIONES.** Se realizarán cuatro competiciones por temporada, coincidiendo con las que se realicen en la Liga Absoluta.

El periodo de duración de la Liga Nacional es de febrero/marzo a octubre.

**ARTICULO 78. ACTAS.** De acuerdo con este Reglamento, las actas de competición deben:

- Obligatoriamente reflejar los atletas participantes, en el acta denominada **L15, PARA LOS ATLETAS SUB - 15**, y en la identificada **L17, PARA LOS ATLETAS SUB -17**.
- No serán aceptadas como validas las actas que no estén confeccionadas correctamente y en este formato.

- En estas actas, debe figurar la puntuación **Sinclair** individual y la suma de puntos de cada club participante, tanto masculino como femenino.

Estas actas, se enviarán por fax o en formato digital al correo electrónico de la Federación Española: [fehalterofilia@hotmail.com](mailto:fehalterofilia@hotmail.com). Puede usarse para tal fin, el acta colgado en la Web de la FEH.

Las actas de estas competiciones deben estar en la FEH como máximo una semana después de la competición. Las actas que no se reciban en la fecha indicada no serán tenidas en cuenta. Los resultados se publicarán en la Web de la FEH una vez recibidas todas las actas.

#### **ARTICULO 79. COMPOSICIÓN DE LOS EQUIPOS.**

1. Los equipos deben estar compuestos por seis atletas como máximo, y cinco como mínimo. Las femeninas cinco máximo, cuatro mínimo.
2. Se pueden formar varios equipos de seis atletas de un club, los cuales pueden participar en la misma competición y el mismo día, designándose como equipo "A", "B", "C". etc.
3. Todos los levantadores de un club, deben competir en la misma jornada, y no pueden hacerlo por separado y en diferente lugar.
4. Los deportistas que estén internos en los CARD, y formen parte de clubes participantes en la liga, pueden formar parte del equipo aunque estén ausentes, siempre que se notifique con antelación con el fin hacerles la toma de marcas correspondiente.
5. **Los equipos, deben competir al menos en tres jornadas, para clasificarse**
6. Al final de la Liga, se hará la clasificación de los clubes.
7. Se permitirá un máximo de dos levantadores extranjeros por equipo, para la categoría sub-17, si son levantadores Sub-15 no habrá límite.

### **TÍTULO XI**

#### **COPA FEDERACIÓN POR CLUBES SUB-16 Y SUB-18**

#### **ARTICULO 80. RÉGIMEN DE LA COMPETICIÓN.**

1. En esta competición, podrán competir los componentes de los equipos que participaron en la Liga del año anterior, que ya tendrán 16 y 18 años respectivamente.

#### **ARTICULO 81. NUMERO DE CLUBES**

2. Competirán en la fase final el número de clubes que designe la FEH, (nunca en número inferior a cinco) clasificados entre los diez primeros equipos al final de la Liga Sub-15 y Sub- 17, en la temporada anterior.

## **ARTICULO 82. COMPOSICIÓN DE LOS EQUIPOS.**

1. Los equipos masculinos estarán compuestos:
  - Seis levantadores máximo, mínimo de cinco.
2. Los equipos femeninos estarán compuestos:
  - Cinco máximo, mínimo cuatro.

La edad de participación para Sub-16 es: trece, catorce, quince y dieciséis años cumplidos, o cumplirlos en el año para la Copa Sub-16. No podrán competir atletas de estas edades en la Copa Sub-18, en la que las edades son, diecisiete y dieciocho. En ambos casos, se podrán inscribir reservas.

## **ARTICULO 83. PESOS.**

1. Categorías masculinas:

45 - 50 - 56 - 62 - 69 - 77 - 85 - + 85 Kg.

2. Categorías femeninas:

44 - 48 - 53 - 58 - 63 - 69 - y +69 Kg.

**ARTICULO 84. EXTRANJEROS.** Podrán competir levantadores con nacionalidad extranjera que estén en posesión de la **TARJETA DE RESIDENTE (para los no comunitarios)**. No se permitirá la participación de atletas Fuera de Competición.

## **ARTICULO 85. SISTEMA DE COMPETICIÓN.**

1. La competición se desarrollará por el mismo sistema de la Copa S.M. El Rey. En la Inscripción Final se pondrá el número de tanda, del 1 al 6 (masculinos), del 1 al 5 (femeninos) en la cual se quiere que compita el levantador.

2. Para colaborar al máximo en el desarrollo de la competición, el número de tanda se debe poner a los levantadores con menos Total Olímpico al principio y así sucesivamente, con el fin de buscar la máxima progresión de la barra y evitar en lo posible esperas innecesarias, que haciéndolo de esta forma se pueden evitar. La Inscripción Final de los equipos se enviará a la Federación Española en la fecha que se indique.

3. Una vez enviada la relación final, ésta no se podrá modificar. Las listas se pondrán en el hotel de alojamiento antes de la Reunión Técnica, que se celebrará en el hotel el viernes, día antes. Se enviará para información de todos, los horarios de pesaje y competición, así como el lugar de competición.

**ARTICULO 86.- CLASIFICACIÓN FINAL.** La clasificación final de los equipos, se hará por la tabla Sinclair.

Si un atleta se blanquea en Arrancada, puede competir en Dos Tiempos, asimismo si se blanquea en Dos Tiempos, no obtendrá puntuación en Total Olímpico, pero los puntos que obtenga en cualquiera de las dos modalidades, si valdrán para la clasificación del equipo.

**TITULO XII**  
**REGLAMENTO**  
**CAMPEONATO NACIONAL DE LIGA ABSOLUTA**  
**MASCULINA Y FEMENINA**

**ARTICULO 87.- OBJETO.**

Las Reglas de la Liga tienen por objeto, principalmente:

- d) Definir y precisar las condiciones prácticas y técnicas en las cuales deben desarrollarse las competiciones.
- e) Determinar las condiciones de clasificación.

Las Reglas enunciadas a continuación, constituyen parte del marco en el que se ha de manifestar la Liga Nacional de Halterofilia en su iniciación, y son susceptibles de modificación a la luz de las pruebas efectuadas y en función de una constante búsqueda para su mayor eficacia.

El principal motivo, es dar a los clubes la importancia que deben tener dentro de la estructura federativa, lograr un importante nivel de participación, a través de una actividad ininterrumpida de los atletas, básicamente de los atletas senior. Se debe dar a estos atletas, un aliciente para seguir en la competición durante todo el año.

**ARTICULO 88.- CAMPO DE APLICACIÓN.**

El presente reglamento es de obligada aplicación en el Campeonato Nacional de Liga, así como en todos los encuentros organizados bajo el control de la FEH, y se regirá por las Reglas Técnicas de la IWF.

**ARTICULO 89.- INTERPRETACIÓN.**

En caso de desacuerdo sobre la interpretación de las disposiciones de cualquiera de los artículos del presente Reglamento, prevalecerá la interpretación de la FEH sobre cualquier circunstancia que no se haya contemplado en estos, los cuales serán respetados y acatados, por todas las partes integrantes.

**ARTICULO 90.- REGLAS.**

1. El periodo de duración de la Liga Nacional es de febrero/marzo a octubre. Podrán participar deportistas mayores de 13 años cumplidos en la temporada.
2. Se realizaran cuatro competiciones a lo largo del año, una cada dos meses, siendo la FEH la encargada de marcar las fechas al inicio de cada temporada.

Estas competiciones serán oficiales, por tanto con participación de jueces, que serán por cuenta de la federación que organiza la competición.

3. Los clubes se podrán agrupar para realizar las competiciones de manera libre con el objeto de dar una mayor vistosidad a la liga y optimizar recursos.
4. Los equipos masculinos competirán por el sistema de clubes, las femeninas por federaciones. Las puntuación se hará por la **Tabla Sinclair**.

5. Los equipos estarán compuestos máximo por seis levantadores masculinos del mismo club y por un mínimo de cinco. Cinco el tope para las féminas de la misma federación y mínimo de cuatro, con licencia en vigor y homologada por la F.E.H.
6. Se permitirá un máximo de dos levantadores extranjeros por equipo, salvo si son levantadores Sub-15 no habrá límite.
7. Todos los componentes del equipo deben estar entrenando en el mismo gimnasio. Los atletas extranjeros que participen en esta liga, deben ser atletas que estén residiendo en España, y que deberán acreditar el con el N.I.E.
8. Se podrán formar varios equipos por club, los cuales deberán participar en la misma competición, designándose como equipo "A", "B", etc.
9. Todos los levantadores del club, deben competir en la misma jornada y no pueden hacerlo por separado y en diferente lugar. Los deportistas que estén internos en los CARD y formen parte de clubes participantes en la liga, pueden formar parte del equipo aunque estén ausentes, siempre que se notifique con una antelación mínima de diez días con el fin hacerles la toma de marcas correspondiente.
- 10 El sistema de puntuación de los equipos consistirá en ir acumulando los puntos obtenidos por los seis componentes del equipo a lo largo de las cuatro jornadas. La mujeres, competirán por federaciones.
11. El equipo clasificado en primer lugar, será nombrado Campeón de la liga.
12. Los doce primeros equipos masculinos clasificados al final de la liga, participaran en la Copa de S.M. El Rey. Para la participación de las mujeres, en el Campeonato de España por Federaciones, no será necesaria clasificación previa, pero será obligatoria su participación en la Liga Nacional, en al menos tres jornadas.
- 13.Las finales de la Copas de S.M. El Rey y de S.M. La Reina, tienen su propio Reglamento.

#### **ARTICULO 91.- NORMAS GENERALES**

1. Es obligatorio reflejar en el Acta los atletas participantes separados por clubes. No serán aceptadas como válidas las actas redactadas incorrectamente y que no se cumplimenten en el formato oficial. En las actas debe figurar la puntuación **sinclair individual** de cada atleta y la suma de puntos de cada club participante, tanto masculino como femenino. Estas actas, se enviarán por fax o en formato digital al correo electrónico de la Federación Española: [fehalterofilia@hotmail.com](mailto:fehalterofilia@hotmail.com). Puede usarse para tal fin, el acta colgado en la Web de la FEH. Las actas de estas competiciones deben estar en la FEH como máximo una semana después de la competición. Las actas que no se reciban en la fecha indicada no serán tenidas en cuenta. Los resultados se publicarán en la Web de la FEH una vez recibidas todas las actas.
2. La Federación Territorial tiene que enviar antes del comienzo de la liga, relación nominal de los atletas y entrenadores de cada club, indicando D.N.I. nombre y apellidos y el nº de licencia, así mismo certificará que todos estos atletas entrenan en el mismo club.

# REGLAMENTOS PARA LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA

## ÍNDICE SISTEMÁTICO

Pag.

|   |    |
|---|----|
| <u>TÍTULO I</u> . Del objeto, aplicación e interpretación (Arts. 1 a 3).....          | 1  |
| <u>TÍTULO II</u> . De las competiciones.....  | 1  |
| <u>CAPITULO I</u> .Programa de competiciones (Arts. 4 a 8).....                       | 1  |
| <u>CAPITULO II</u> . De los atletas extranjeros .....                                 | 4  |
| <u>CAPITULO III</u> . Campeonatos de España .....                                     | 4  |
| <u>SECCIÓN I</u> . Campeonato de España Sub -15. (Art. 10).....                       | 4  |
| <u>SECCIÓN II</u> . Campeonato de España Sub-17. (Art.11) .....                       | 5  |
| <u>SECCIÓN III</u> . Camp. de España junior (Art. 12).....                            | 5  |
| <u>SECCIÓN IV</u> . Camp. de España absoluto (Art. 13).....                           | 5  |
| <u>SECCIÓN V</u> . Copa de S. M. El Rey (Arts. 14 a 17). (Art. ....                   | 6  |
| <u>SECCIÓN VI</u> . Copa de S. M. La Reina –fem. (Art.19-20). ....                    | 7  |
| <u>SECCIÓN VII</u> . Copa de España (Art. 21).....                                    | 8  |
| <u>CAPITULO IV</u> . Normas generales para todos los campeonatos(Arts. 22 a 27) ..... | 8  |
| <u>CAPITULO V</u> . De las clasificaciones (Arts. 28 a 29) .....                      | 10 |
| <u>CAPITULO VI</u> . De los records (Art. 30) .....                                   | 11 |
| <u>CAPITULO VII</u> . Del control de dopaje (Arts. 31 a 32).....                      | 12 |
| <u>TÍTULO III</u> . Del reglamento técnico (Arts. 39 a 46) .....                      | 13 |
| <u>TÍTULO IV</u> . Del material y vestuario .....                                     | 16 |
| <u>CAPÍTULO I</u> . De elementos y materiales (Arts. 47 a 56) .....                   | 16 |
| <u>CAPÍTULO II</u> . Vestuario de competidores (Arts. 57 a 60) .....                  | 19 |
| <u>TÍTULO V</u> . De formularios y documentos oficiales (Art. 61) .....               | 21 |
| <u>TÍTULO VI</u> . De los jueces (Arts. 62 a 69).....                                 | 22 |
| <u>TÍTULO VII</u> . Jornada nacional de técnica (Arts. 70 a 75).....                  | 24 |
| <u>TÍTULO VIII</u> . Liga escolar sub-15 y sub-17 (Arts. 76 a 80).....                | 26 |
| <u>TÍTULO VIII</u> . Copa Federación por clubes S-16 y S-18 (Arts. 81 a 86).....      | 28 |
| <u>TITULO IX</u> . Liga Nacional Absoluta (Arts. 87 a 91) .....                       | 29 |