

The logo is circular with a purple border. Inside, the text "FEDERACIÓ CATALANA" is written in purple at the top and "ALTEROOFILIA" at the bottom. In the center, there is a stylized figure in purple and red, possibly representing a person in a dynamic pose. Two small Spanish flags are positioned on either side of the central figure.

# **REGLAMENT DE COMPETICIONS**

## INDEX

### ❖ CAPITOL 1 : OBJECTIU, APLICACIO e INTERPRETACIO

- ✚ Article 1: Objectiu
- ✚ Article 2: Camp d'Aplicació
- ✚ Article 3: Interpretació

### ❖ CAPITOL 2: DE LES COMPETICIONS

- ✚ Article 4: Grups d'edat
- ✚ Article 5: Categories de pes corporal
- ✚ Article 6: Llicències de competidors
- ✚ Article 7: Identitat
- ✚ Article 8: Participació d'atletes sense nacionalitat espanyola
- ✚ Article 9: Marques mínimes de participació
- ✚ Article 10: Inscripcions pels Campionats de Catalunya
- ✚ Article 11: Quotes d'inscripcions pels Campionats de Catalunya

### ❖ CAPITOL 3: COMPETICIONS DE CATALUNYA INDIVIDUALS

#### ➤ 3.1. CAMPIONAT DE CATALUNYA SUBI5 MASCULÍ i FEMENI

- ✚ Article 12: Règim de Competició

#### ➤ 3.2. CAMPIONAT DE CATALUNYA SUBI7 MASCULÍ i FEMENI

- ✚ Article 13: Règim de Competició

#### ➤ 3.3. CAMPIONAT DE CATALUNYA JUNIOR MASCULI i FEMENI

- ✚ Article 14: Règim de Competició

#### ➤ 3.4. CAMPIONAT DE CATALUNYA ABSOLUT MASCULI i FEMENI

- ✚ Article 15: Règim de Competició

#### ➤ 3.5. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE TECNICA (SUBI3)

- ✚ Article 16: Règim de Competició
- ✚ Article 17: Sistema de Competició
- ✚ Article 18: Sistema de Puntuació
- ✚ Article 19: Classificació
- ✚ Article 20: Jutges

#### ➤ 3.6. COPA CATALUNYA MASCULÍ i FEMENI

- ✚ Article 21: Règim de Competició

#### ➤ 3.7. LLIGA CATALANA INFANTIL MIXTA

- ✚ Article 22: Estructura de competició
- ✚ Article 23: Consideracions reglamentaries
- ✚ Article 24: Categories d'edat

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- 3.8. LLIGA CATALANA S15, S17 i ABSOLUTA INDIVIDUAL MASC. i FEM.
  - ✚ Article 25: Objecte
  - ✚ Article 26: Objectius Sub15 i Sub17
  - ✚ Article 27: Regles
  - ✚ Article 28: Normes Generals
  
- 3.9. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS ABSOLUT MASCULI
  - ✚ Article 29: Règim de Competició
  - ✚ Article 30: Inscripcions
  - ✚ Article 31: Reserves
  - ✚ Article 32: Competició
  
- 3.10. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS ABSOLUT FEMENI
  - ✚ Article 33: Règim de Competició
  - ✚ Article 34: Inscripcions
  - ✚ Article 35: Reserves
  - ✚ Article 36: Competició
  
- ❖ CAPITOL 4: NORMES GENERALS PER A TOTS ELS CAMPIONATS TERRITORIALS
  - ✚ Article 37: Inscripcions
  - ✚ Article 38: Els reserves
  - ✚ Article 39: Casos especials
  - ✚ Article 40: Reunions tècniques
  - ✚ Article 41: Sorteig
  - ✚ Article 42: Pesatge
  
- ❖ CAPITOL 5: DE LES COMPETICIONS
  - ✚ Article 43: Classificacions
  - ✚ Article 44: Entrega de les medalles i/ó premis
  
- ❖ CAPITOL 6: DELS RECORDS
  - ✚ Article 45: Records territorials
  
- ❖ CAPITOL 7: CONTROLS DE DOPATGE
  - ✚ Article 46: Controls de dopatge
  - ✚ Article 47: Responsabilitats en cas de dopatge
  - ✚ Article 48: Procés de la presa de mostres durant les competicions
  - ✚ Article 49: Classificacions definitives en cas de dopatge
  
- ❖ CAPITOL 8: COMPETICIONS NACIONALS i INTERNACIONALS
  - ✚ Article 50: Dels Campionats d'Espanya S15, S17, Junior i Absolut
  - ✚ Article 51: De la Liga Nacional de Clubs Masculina i Femenina
  - ✚ Article 52: De la Copa S.M. El Rey i La Regna d'Espanya – Cts. d'Espanya per Equips M i F
  - ✚ Article 53: Del Campionat Nacional en edat escolar
  - ✚ Article 54: De la Copa d'Espanya Absoluta M i F i Copa España S15 i S17 M i F
  - ✚ Article 55: Dels Campionats Internacionals

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



# REGLAMENT DE LA FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

## CAPITOL 1. OBJECTIU, APLICACIÓ e INTERPRETACIÓ

### ARTICLE 1: L'OBJECTIU

1. Les Regles Territorials nomenades a continuació constitueixen el marc en què s'ha de manifestar l'esport de l'halterofília, en les seves diferents modalitats, i són susceptibles de modificació a la llum de les proves efectuades i en funció d'una constant recerca per a la seva major eficàcia.
2. Establertes d'acord amb l'article dels Estatuts Nacionals, el Reglament Disciplinari, el Reglament sobre l'Organització de Competicions Nacionals i tots els reglaments específics.
3. Les Regles Territorials d'Halteofília tenen per objecte, principalment:
  - Definir i precisar les condicions pràctiques i tècniques en les quals s'han de desenvolupar les competicions.
  - Determinar les condicions de classificació, penalització i eliminació de competidors, etc ...

### ARTICLE 2: CAMP D'APLICACIÓ

1. El present reglament és d'obligada aplicació en els Campionats a Catalunya i en totes les trobades organitzades sota el control de la FCH, i es regiran per les Regles Tècniques de la IWF.

### ARTICLE 3: INTERPRETACIÓ

1. En cas de desacord sobre la interpretació de les disposicions de qualsevol dels articles del present Reglament, prevaldrà la interpretació de la FCH sobre qualsevol circumstància que no s'hagi contemplat en aquests, els quals seran respectats i acatats, per totes les parts integrades.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



## CAPITOL 2. DE LES COMPETICIONS

### 2.1. PROGRAMA DE COMPETICIONS

#### ARTICLE 4: GRUPS D'EDATS

1. En l'esport de l'Halterofília, les competicions s'organitzaran per a homes i dones. Els atletes competiran a les categories establertes per les regles de la IWF, d'acord amb els seus pesos corporals.

En les seves activitats, la FCH reconeix quatre (4) grups per edats:

- **SUB15 (INFANTIL):** comprèn - 13 i fins als 15 anys
- **SUB17 (JUVENILS):** comprèn - 13 i fins als 17 anys
- **JUNIOR:** comprèn -13 i fins als 20 anys
- **SENIOR:** comprèn - 13 anys en endavant

✚ Tots els grups estan establerts per l'any de naixement de l'atleta.

2. L'edat serà controlada en tots els campionats i competicions en el moment de la inscripció definitiva. Per poder fer això, el responsable de cada club, haurà d'omplir totes les dades de cada competidor en el formulari d'INSCRIPCIÓ FINAL que s'enviarà des de la FCH fins als clubs afiliats abans a la data que prèviament s'indica.

3. No hi haurà edat mínima per poder participar als Campionats de Catalunya Absoluts masculins i femenins, tant individuals com per equips. Però sempre es tindrà que acreditar les marques mínimes establertes.

4. No hi haurà edat mínima per poder participar als Campionats de Catalunya Junior masculins i femenins, sempre i quan es tingui acreditada les marques mínimes establertes. L'edat màxima serà de vint (20) anys.

5. No hi haurà edat mínima per participar als Campionats de Catalunya Sub17 masculins i femenins, sempre i quan es tingui acreditada les marques mínimes establertes. L'edat màxima hi serà de disset (17) anys.

6. No hi haurà edat mínima per participar als Campionats de Catalunya Sub15 masculins i femenins, sempre i quan es puguin aixecar els kg mínims reglamentaris establerts per la IWF. L'edat màxima hi serà de quinze (15) anys.

#### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



7. No hi haurà edat mínima per participar a la Copa Catalunya masculina i/ó femenina, sempre i quan l'atleta estigui en ranking entre les deu (10) millors marques de l'any.

## ARTICLE 5: CATEGORIES DE PES CORPORAL

Hi ha deu (10) categories per a **HOMES** (Junior i Sènior). Totes les competicions organitzades segons les regles de la IWF s'han de realitzar amb les següents categories i en aquest ordre:

♂ JUNIORS i ABSOLUTS					
1.	FINS ALS	55 kg *	6.	FINS ALS	89 kg *
2.	FINS ALS	61 kg	7.	FINS ALS	96 kg
3.	FINS ALS	67 kg	8.	FINS ALS	102 kg *
4.	FINS ALS	73 kg	9.	FINS ALS	109 kg
5.	FINS ALS	81 kg	10.	FINS ALS	+109 kg

Hi ha deu (10) categories per a **DONES** (Junior i Sènior). Totes les competicions organitzades segons les regles de la IWF s'han de realitzar amb les següents categories i en aquest ordre:

♀ JUNIORS i ABSOLUTS					
1.	FINS ALS	45 kg *	6.	FINS ALS	71 kg *
2.	FINS ALS	49 kg	7.	FINS ALS	76 kg
3.	FINS ALS	55 kg	8.	FINS ALS	81 kg *
4.	FINS ALS	59 kg	9.	FINS ALS	87 kg
5.	FINS ALS	64 kg	10.	FINS ALS	+87 kg

\*Categories de pes corporal "NO OLIMPIQUES"

Hi ha deu (10) categories per a **HOMES** (Juvènils). Totes les competicions organitzades segons les regles de la IWF s'han de realitzar amb les següents categories i en aquest ordre:

♂ SUB15 i SUB17					
1.	FINS ALS	49 kg	6.	FINS ALS	81 kg
2.	FINS ALS	55 kg	7.	FINS ALS	89 kg
3.	FINS ALS	61 kg	8.	FINS ALS	96 kg
4.	FINS ALS	67 kg	9.	FINS ALS	102 kg
5.	FINS ALS	73 kg	10.	FINS ALS	+102 kg

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4<sup>o</sup>- B 08018 Barcelona

halterofilia@hotmail.com

www.facebook.com/fchalterofilia.cat/

http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/

CIF: Q5855005D



Hi ha deu (10) categories per a **DONES** (Juvenils). Totes les competicions organitzades segons les regles de la IWF s'han de realitzar amb les següents categories i en aquest ordre:

♀ SUB15 i SUB17					
1.	FINS ALS	40 kg	6.	FINS ALS	64 kg
2.	FINS ALS	45 kg	7.	FINS ALS	71 kg
3.	FINS ALS	49 kg	8.	FINS ALS	76 kg
4.	FINS ALS	55 kg	9.	FINS ALS	81 kg
5.	FINS ALS	59 kg	10.	FINS ALS	+81 kg

Durant qualsevol competició, un atleta no pot competir en més d'una categoria.

## ARTICLE 6: LLICENCIES FEDERATIVES

1. Tot aixecador/a, Infantil, Juvenil, Junior o Sènior, al igual que els jutges i tècnics que prenguin part en els Campionats Territorials, Nacionals o Internacionals sota la tutela de la FCH, deuen estar obligatòriament en possessió de la llicència federativa de l'any en curs tramitada per la seva Federació Autònoma. En el cas de no estar al dia de la mateixa en el moment de la pesada en cap de les competicions, serà motiu suficient per no formar part a la mateixa.
2. La realització d'una llicència esportiva comporta uns tràmits administratius que realitzen tant la FCH com la UFEC posteriorment que requereixen de dies per fer-ho i disposar per tant, de les cobertures de l'assegurança, es per això que fixem com a data límit per poder rebre la documentació de tramitació d'una nova llicència el **divendres de la setmana anterior (8 dies)** a la data de realització d'una competició. En el cas de rebre-la dies posteriors, la FCH no garanteix que estigui l'esportista cobert en l'esdeveniment esportiu, amb la conseqüència de la possible "no participació de l'esportista a la mateixa".
3. Als diferents campionats territorial ja siguin individuals o per equips (Cts de Catalunya S15, S17, Juniors, Absoluts i/o de Clubs masculins i/o femenins) la llicència haurà d'estar tramitada anteriorment a la realització de les inscripcions. Tramitar la llicència federativa posteriorment les inscripcions podrà ser-hi motiu suficient per a no participar-hi a la mateixa.
4. La FCH es farà càrrec sempre, de fer arribar als clubs i jutges abans de la realització de qualsevol competició del calendari de la FCH, el llistat de llicències en vigor per tal de que aquets estiguin informats i puguin contrastar quins aixecadors/es estan al dia amb aquest requisit imprescindible.
5. Serà responsabilitat del Club organitzador de la competició, qui deurà de fer disposar als jutges actuant a la mateixa, del llistat de llicències actualitzat dins de la sala de pesatge que dispondrà als participants, per tal que els jutges actuant a la mateixa puguin fer el seu treball de poder comprovar les identificacions dels esportistes.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



6. L'aixecador/a ha de presentar sempre document d'identificació en el moment de la pesada per a una posterior verificació per part d'un delegat oficial de la FCH, que el retornarà el més breument possible al delegat del club d'aquest competidor i/ó al mateix competidor.
7. Els jutges i delegats dels clubs, han d'exigir sempre la corresponent llista de llicències en vigor a la FCH en cas de no rebre-la per part d'aquesta abans de la realització de l'esdeveniment. Si cap esportista no hi està a la llista, no podrà tomar part a la competició.
8. Els jutges hauran de portar sempre en el moment de la pesada, llistat de les llicències en vigor fins al mateix moment de la competició en la qual van a realitzar la seva actuació, per tal de poder comprovar si n'hi ha cap aixecador sense la disposició de la mateixa.
9. La negativa a exhibir el document d'identificació personal a quelcom requeriment d'un jutge o delegat de club, serà motiu de desqualificació/sanció, d'acord amb la normativa vigent.
10. Si un aixecador/a no porta el document d'identificació personal en el moment de la pesada, serà motiu suficient, tot i tenir llicència en vigor, per no formar part de la competició.
11. El consentiment, per part d'un jutge o delegat de club, perquè un esportista, tècnic o oficial prengui part d'una competició oficial, sense estar en possessió de llicència, és igualment, motiu de sanció d'acord amb la normativa vigent.

## ARTICLE 7: IDENTITAT

1. Tot participant haurà d'acreditar la seva identitat quan li sigui requerida oficialment, per mitjà de:
  - ❖ El carnet d'identitat o passaport individual
  - ❖ La llicència federativa de aixecador valedora per a l'any en curs.
  - ❖ Document acreditatiu suficient i legal, el nombre coincideixi amb l'expressat en la llicència.
2. Un atleta només pot participar en una competició, en representació pel club i a la federació autonòmica que figura en la seva llicència al llarg de tot l'any natural de la mateixa. Si en qualsevol moment la FCH constata que la declaració és falsa i que ha hagut engany, les mesures disciplinàries previstes a aquest efecte seran immediatament aplicades pel club i l'aixecador.
3. Cada aixecador que participi en una competició autoritza automàticament a la FCH a difondre la seva imatge filmada o fotografiada per a la difusió i la promoció de l'halterofília. Si un aixecador refusa aquesta disposició, ell/ella haurà de dir-ho en el moment de realitzar la inscripció definitiva.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





## ARTICLE 8: PARTICIPACIÓ D'ATLETES SENSE NACIONALITAT ESPANYOLA

- Podran competir aixecadors/es sense nacionalitat espanyola, ho faran com a "fora de competició", en els Campionats Territorials Individuals: Junior i Absolut.

En participar fora de competició, no podran establir rècords, ni ser-hi medallistes.

- Podran competir aixecadors/es sense nacionalitat espanyola en els Campionats Territorials Individuals: Sub15 i Sub17.

Això si, hauran d'estar en possessió de:

- Targeta de resident (no comunitaris).
- La corresponent llicència federativa, en vigor, emesa per la federació que representin, la qual la expedeixi després de comprovar i realitzar tots els tràmits necessaris per a la seva comprovació i formalització.
- Presentar còpia del permís de Residència a la Federació Catalana, expedit per les autoritats competents, en el moment de fer la inscripció per a qualsevol Campionat.
- La F.C.H. sol·licitarà per a la seva comprovació la documentació oportuna i que cregui necessària.

## ARTICLE 9: MARQUES MINIMES DE PARTICIPACIÓ

Les marques mínimes per assistir-hi als diferents Campionats de Catalunya individuals son:

### MASCULÍ

#### ABSOLUT

<i>CATEGORIA</i>	<b>55 kg</b>	<b>61 kg</b>	<b>67 kg</b>	<b>73 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>89 kg</b>	<b>96 kg</b>	<b>102 kg</b>	<b>109 kg</b>	<b>+109 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	162 kg	172 kg	183 kg	192 kg	203 kg	213 kg	221 kg	227 kg	234 kg	250 kg

#### JUNIOR

<i>CATEGORIA</i>	<b>55 kg</b>	<b>61 kg</b>	<b>67 kg</b>	<b>73 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>89 kg</b>	<b>96 kg</b>	<b>102 kg</b>	<b>109 kg</b>	<b>+109 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	147 kg	156 kg	166 kg	174 kg	184 kg	194 kg	201 kg	206 kg	212 kg	227 kg

#### SUB17

<i>CATEGORIA</i>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>61 kg</b>	<b>67 kg</b>	<b>73 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>89 kg</b>	<b>96 kg</b>	<b>102 kg</b>	<b>+102 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	96 kg	103 kg	110 kg	116 kg	122 kg	129 kg	136 kg	141 kg	145 kg	149 kg

#### SUB15

<i>CATEGORIA</i>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>61 kg</b>	<b>67 kg</b>	<b>73 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>89 kg</b>	<b>96 kg</b>	<b>102 kg</b>	<b>+102 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



## FEMENÍ

### ABSOLUT

<i>CATEGORIA</i>	<b>45 kg</b>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>59 kg</b>	<b>64 kg</b>	<b>71 kg</b>	<b>76 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>87 kg</b>	<b>+87 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	96 kg	102 kg	111 kg	116 kg	123 kg	131 kg	136 kg	142 kg	147 kg	160 kg

### JUNIOR

<i>CATEGORIA</i>	<b>45 kg</b>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>59 kg</b>	<b>64 kg</b>	<b>71 kg</b>	<b>76 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>87 kg</b>	<b>+87 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	86 kg	92 kg	100 kg	105 kg	111 kg	118 kg	123 kg	128 kg	133 kg	144 kg

### SUB17

<i>CATEGORIA</i>	<b>40 kg</b>	<b>45 kg</b>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>59 kg</b>	<b>64 kg</b>	<b>71 kg</b>	<b>76 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>+81 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	63 kg	67 kg	72 kg	78 kg	82 kg	86 kg	92 kg	96 kg	100 kg	103 kg

### SUB15

<i>CATEGORIA</i>	<b>40 kg</b>	<b>45 kg</b>	<b>49 kg</b>	<b>55 kg</b>	<b>59 kg</b>	<b>64 kg</b>	<b>71 kg</b>	<b>76 kg</b>	<b>81 kg</b>	<b>+81 kg</b>
<i>TOTAL OLIMPIC</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

## ARTICLE 10: INSCRIPCIONS PELS CAMPIONATS DE CATALUNYA I LLIGA CATALANA

Per poder fer participació a qualsevol campionat territorial, s'haurà de fer arribar al correu electrònic de la Comissió Tècnica de la FCH ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) el full d'inscripcions definitives abans de la data acordada en assemblea ordinària 2018, que serà **4 setmanes abans de la realització del esdeveniment** sent-hi la data límit, **Divendres fins les 23:59 hores\***.

\*Les inscripcions per participar-hi a les Jornades de Lliga Catalana Individual Absoluta M i F seran en el mateix termini de temps.

La CT farà arribar abans d'aquesta data, el document d'inscripcions definitives als clubs.

## ARTICLE 11: QUOTES D'INSCRIPCIÓ PELS CAMPIONATS DE CATALUNYA I LLIGA CATALANA ABSOLUTA MASCULINA I FEMENINA

Per poder fer participació a qualsevol campionat territorial, s'haurà de fer pagament al nº de compte bancari de la FCH (**La Caixa: ES95 2100 3440 5125 0000 2181**) la quota d'inscripció pels mateixos.

Des de l'Assemblea Extraordinària del 2020 s'haurà de fer pagament també per realitzar participació a cada Jornada de Lliga Catalana Absoluta M i F en concepte d'inscripció a cadascuna d'elles.

S'haurà de fer arribar per correu electrònic a la FCH ([halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)) el justificant de pagament de la mateixa (fent-hi constar el nom i cognoms del aixecador/a) abans de la data límit per presentar els documents d'inscripcions definitives a la Comissió Tècnica de la FCH (Article 10)

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



Les quantitats en € per aixecador/a participant (sigui fora o dins de competició) establertes en Assemblea Ordinària 2018 i refermades a l'Extraordinària 2020 per liquidar les inscripcions seran:

	<i>CAMPIONAT TERRITORIAL</i>	<i>CUOTES D'INSCRIPCIONS</i>
I	Campionat de Catalunya de Tècnica	0 €
2	Campionat de Catalunya SubI5 M i F	10 €
3	Campionat de Catalunya SubI7 M i F	15 €
4	Campionat de Catalunya Junior M i F	20 €
5	Campionat de Catalunya Absolut M i F	25 €
6	II Copa Catalunya Juvenil M i F	0 €
7	Campionat de Catalunya de Clubs Absolut Masculí	60 €*
8	Campionat de Catalunya de Clubs Absolut Femení	40 €*
9	Lliga Catalana Infantil (Sub9-SubII i SubI3)	0 €
10	Lliga Catalana SubI5 i SubI7 Individual M i F	0 €
11	Lliga Catalana Absoluta Individual M i F	10€/Jornada

\*Als Campionats de Catalunya per Clubs masculí i femení el pagament de la quota d'inscripció hi serà per Club (10 € per cada aixecador que representarà al seu Club) Els Clubs que per decisió pròpia decideixen participar-hi amb menys aixecadors del màxim establert per reglament (6 als nois i 4 a les noies) hauran de pagar igualment la quota establerta.

**Cada Club realitzarà un únic pagament de tots els seus esportistes inscrits a cadascuna de les competicions.**

### **CAPITOL 3. CAMPIONATS DE CATALUNYA INDIVIDUALS**

#### **3.1. CAMPIONAT DE CATALUNYS SUB15 MASCULI I FEMENI**

#### **ARTICLE 12: REGIM DE COMPETICIO**

1. Cada Club podrà inscriure quants atletes, d'ambdós sexes, vulguin per categoria; sempre que tinguin la marca mínima de participació igual o superior a la establerta, la qual hauran de tenir acreditada en els dotze (12) mesos anteriors a la data d'inscripció definitiva del campionat.
  2. Realització obligatòria de les inscripcions definitives dins la data establerta.
  3. Liquidació de les **quotes d'inscripció** al nº de compte de la FCH abans de la finalització del període d'inscripcions definitives obligatòries establertes.
- ✚ Es tindrà en compte la edat màxima de participació (article 4), les categories de pes corporal de la IWF (article 5) i podran participar aixecadors/es sense nacionalitat espanyola (article 8)

#### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



### 3.2. CAMPIONAT DE CATALUNYS SUB17 MASCULI I FEMENI

#### ARTICLE 13: REGIM DE COMPETICIO

1. Cada Club podrà inscriure quants atletes, d'ambdós sexes, vulguin per categoria, sempre que tinguin la marca mínima de participació igual o superior a la establerta, la qual hauran de tenir acreditada en els dotze (12) mesos anteriors a la data d'inscripció definitiva del campionat.
  2. Realització obligatòria de les inscripcions definitives dins la data establerta.
  3. Liquidació de les **quotes d'inscripció** al nº de compte de la FCH abans de la finalització del període d'inscripcions definitives obligatòries establertes.
- ✚ Es tindrà en compte la edat màxima de participació (article 4), les categories de pes corporal de la IWF (article 5) i podran participar aixecadors/es sense nacionalitat espanyola (article 8)

### 3.3. CAMPIONAT DE CATALUNYS JUNIOR MASCULI I FEMENI

#### ARTICLE 14: REGIM DE COMPETICIO

1. Cada Club podrà inscriure quants atletes, d'ambdós sexes, vulguin per categoria, sempre que tinguin la marca mínima de participació igual o superior a la establerta, la qual hauran de tenir acreditada en els dotze (12) mesos anteriors a la data d'inscripció definitiva del campionat.
  2. Realització obligatòria de les inscripcions definitives dins la data establerta.
  3. Liquidació de les **quotes d'inscripció** al nº de compte de la FCH abans de la finalització del període d'inscripcions definitives obligatòries establertes.
  4. Podran competir aixecadors/es sense nacionalitat espanyola, però ho faran com a "**fora de competició**", pel que no podran establir rècord de Catalunya, ni ser-hi campions de Catalunya. (article 8)
- ✚ Es tindrà en compte la edat màxima de participació (article 4) i les categories de pes corporal de la IWF (article 5).

#### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



### 3.4. CAMPIONAT DE CATALUNYA ABSOLUT MASCULI I FEMENI

#### ARTICLE 15: REGIM DE COMPETICIO

1. Cada Club podrà inscriure quants atletes, d'ambdós sexes, vulguin per categoria, sempre que tinguin la marca mínima de participació igual o superior a la establerta, la qual hauran de tenir acreditada en els dotze (12) mesos anteriors a la data d'inscripció definitiva del campionat.
  2. Realització obligatòria de les inscripcions definitives dins la data establerta.
  3. Podran competir aixecadors/es sense nacionalitat espanyola, ho faran com “**fora de competició**”, pel que no podran establir rècord de Catalunya, ni ser campions de Catalunya (article 8)
  4. Liquidació de les **quotes d'inscripció** al nº de compte de la FCH abans de la finalització del període d'inscripcions definitives obligatòries establertes.
- + Es tindrà en compte les categories de pes corporal de la IWF (article 5).

### 3.5. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE TÈCNICA (SUB13)

#### ARTICLE 16: REGIM DE COMPETICIO

1. Participació mínima d'**una jornada** de Lliga Catalana Infantil (Sub9 – Sub11 – Sub13) durant els dotze mesos anteriors a la inscripció definitiva pel campionat.
2. Realització obligatòria de les inscripcions definitives establertes.
3. S'estableixen les següents categories:
  - ❖ BENJAMÍ (fins a 9 i 10 anys)
  - ❖ ALEVÍ (11 i 12 anys)
  - ❖ INFANTIL (13 anys)

#### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



4. Els clubs podran inscriure un equip mixt, sense límit d'aixecadors/es en cap de les categories d'edat.
5. Tots els participants hauran de presentar la llicència federativa en vigor.

## ARTICLE 17: SISTEMA DE COMPETICIÓ

1. Cada atleta competirà com en una prova reglamentària d'halterofília, si bé la classificació no s'atorgarà pel major pes aixecat, sinó per la millor execució tècnica dels exercicis.
2. L'aixecador/a, fa tres vegades seguides cada moviment Olímpic; en primer lloc farà l'Arrencada i quan tots hagin acabat aquest exercici, es comença amb els tres aixecaments del Dos Temps.
3. L'ordre de competició es farà segons la progressió de la barra.
4. Si diversos aixecadors/es utilitzen el mateix pes de sortida, l'ordre entre ells serà per sorteig.
  - + Si la organització ho considera necessari, es formaran diferents grups/tandes de competició.

## ARTICLE 18: SISTEMA DE PUNTUACIÓ

Cada moviment serà jutjat per un mínim de tres (3) i màxim de cinc (5) jutges (sempre imparells) i es puntuarà de 0 a 10. La valoració definitiva de cada moviment és la mitjana de les tres puntuacions de cada jutge. En el cas de ser cinc (5) jutges, s'eliminarà la nota major i la menor.

La puntuació es fa d'acord al següent criteri:

- Mal = 0 – 0,5 punts
- Regular = 1 – 1,5 – 2 – 2,5 punts
- Acceptable = 3 – 3,5 – 4 – 4,5 punts
- Bé = 5 – 5,5 – 6 – 6,5 punts
- Molt bé = 7 – 7,5 – 8 – 8,5 punts
- Excel·lent = 9 – 9,5 - 10 punts

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



## ARTICLE 19: CLASSIFICACIÓ

1. La classificació final per a cada categoria d'edat, es fa amb la suma de les puntuacions obtingudes en Arrencada i Dos Temps.
2. Si es produís empat entre dos o més dels tres primers classificats, es tindrà en compte la Puntuació més alta dels tres jutges.
3. Si persisteix algun empat, es decidirà pel vot de qualitat del President del jurat. La resta dels esportistes empatats entre si seran classificats tots en el primer lloc que els correspongui per la seva puntuació.

## ARTICLE 20: JUTGES

Els jutges podran ser-hi de tres (3) ó de cinc (5) elegits per la Comissió Tècnica de la FCH. En el cas de ser-hi cinc (5) s'eliminaran la nota més alta i la més baixa de les cinc, fent-hi la mitja de les 3 notes restants. En el cas de ser-hi tres (3) jutges, es farà directament la mitjana de les tres notes. Si no poguessin nomenar d'entre els entrenadors assistents, la Federació Catalana triaria els que consideri més aptes. El President del jurat, serà el President de la Federació Catalana d'Halterofília.

### 3.6. COPA CATALUNYA JUVENIL MASCULINA I FEMENINA

## ARTICLE 21: REGIM DE COMPETICIO

1. Competiran els 10 aixecadors i les 10 aixecadores, primers/es classificats/des del rànquing anual de la Federació Catalana d'Halterofília Sub17. No hi haurà edat mínima de participació sempre que l'aixecador/a estigui en el llistat.
2. La competició es farà per la Tabla Sinclair.
3. La data de tancament per realitzar les marques classificatòries serà d'una setmana abans del tancament de la establerta com a data d'inscripció definitiva.
4. Només podran competir aixecadors/es amb nacionalitat espanyola.
5. La F.C.H comunicarà als clubs els atletes amb dret de participació, la invitació que posteriorment remetrà a aquests, per al seu coneixement i efectes.

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



6. Cada Club podrà apadrinar als aixecadors/es que desitgin per tal de promocionar-los , en aquest cas el Club que apadrina haurà d'abonar al nº compte de la FCH la quota de apadrinament de 10€/ aixecador/a, fent-hi arribar el justificant de pagament de la mateixa a la FCH ([halterofilia@gmail.com](mailto:halterofilia@gmail.com)) i haurà de fer arribar la seva intenció de participació per correu electrònic ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) abans del tancament de les inscripcions definitives.

### 3.7. LLIGA CATALANA INFANTIL MIXTA

#### ARTICLE 22: ESTRUCTURA DE COMPETICIÓ

La Lliga Catalana Infantil S9-S11-S13 constarà de 5 jornades desenvolupades als clubs i es tractarà de fer la 5ª jornada i final de la mateixa, que es celebri al CAR de Sant Cugat del Vallès, Barcelona per tal de que tant els nens/nenes com els pares/mares puguin veure una possible evolució esportiva al mateix CAR dels nois/noies al futur.

La competició serà de caràcter mixt d'aixecaments i habilitats sota els principis de "tècnica, no càrrega" i "habilitats generals primer, després específiques" respectivament.

#### 1. PES I ALÇADA

- Cada jornada es mesurarà el pes i alçada dels participants com a mesura de control del procés de maduració de l'esportista.
- El pes es mesurarà en kilograms amb 2 decimals i l'alçada en centímetres.

#### 2. COMPETICIÓ TÈCNICA

##### ▪ Arrencada i Dos Temps

##### *Tècnica, no càrrega*

Sota el principi de prioritzar l'aprenentatge tècnic en aquesta etapa, es proposa un format de competició amb els dos aixecaments de competició, arrencada i dos temps, similar als dels campionats de tècnica: realització de 3 intents o repeticions seguits de cada moviment i valoració sota criteris tècnics del millor dels 3.

Es valora el grau d'execució tècnica i no els quilos aixecats. S'obté una puntuació del 0 al 10 per l'arrencada i del 0 al 10 pel dos temps.

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





La mitjana de la puntuació del millor dels 3 intents de cadascun dels jutges-tècnics serà la puntuació de cada aixecament.

La suma dels dos donarà el Total Olímpic en punts.

Un com obtingudes totes les notes del Total Olímpic, se'ls atorgarà a tots els aixecadors una posició parcial del apartat de tècnica, que mes endavant s'utilitzarà per fer mitja amb les altes proves d'habilitats.

### 3. COMPETICIÓ D'HABILITATS

#### ▪ Córrer, saltar, llançar

##### *Habilitats generals primer, després específiques*

Amb l'objectiu de fomentar l'adquisició d'habilitats motrius bàsiques i la seva inclusió en els programes d'entrenament dels clubs, es proposen 5 proves d'habilitats en el programa de competició:

- **Esprint 10 m:** cursa de velocitat amb sortida des de parat de 10 m. El cronòmetre s'iniciarà quan l'esportista inicia el moviment de cursa i s'aturarà quan es fa el primer pas darrere de la línia d'arribada dels 10m. Es realitzaran 3 intents i s'anotarà el resultat en segons amb 2 decimals en m/s.
- **Salt vertical:** salt cap amunt a peus junts des de parat per aconseguir màxima alçada. Es marcarà a la paret l'alçada inicial dempeus amb un braç estirat i després s'efectuarà el salt tocant amb la mà a la paret a la màxima alçada possible. Es realitzaran 3 intents i s'anotarà el resultat en centímetres de la resultant de la diferència entre l'alçada final menys l'inicial.
- **Salt horitzontal:** salt cap endavant a peus junts des de parat per aconseguir màxima llargada. La recepció del salt s'ha d'efectuar amb els dos peus i no pot tocar cap altra part del cos al terra, en cas contrari serà intent nul. Es realitzaran 3 intents i s'anotarà el resultat en centímetres.
- **Llançament frontal de pilota medicinal:** llançament de pilota medicinal des del pit cap endavant amb dues mans i peus des de parat per aconseguir màxima distància. Es disposarà una línia a terra per llançar des de darrera i l'esportista no podrà traspasar-la quan executi el llançament, en cas contrari serà intent nul. Es realitzaran 3 intents i s'anotarà el resultat en metres amb 2 decimals.
- **Llançament posterior de pilota medicinal:** llançament de pilota medicinal d'esquenes cap enrere amb les dues mans i peus des de parat per aconseguir màxima distància. Es disposarà

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



una línia a terra per llançar des de darrera i l'esportista no podrà traspasar-la quan executi el llançament, en cas contrari serà intent nul. Es realitzaran 3 intents i s'anotarà el resultat en metres amb 2 decimals.

Per als 2 llançaments es disposaran pilotes medicinals de diferent pes:

- a. Sub-9: pilota de 1kg
- b. Sub-11: pilota de 2kg
- c. Sub-13: pilota de 3kg

En cada una de les 5 proves, se li donarà una posició parcial en funció de les marques que vagin obtenint els esportistes a les mateixes, i en referència amb les dels seus companys de categoria d'edat.

Un cop obtingudes les 5 posicions parcials de les proves, es realitzarà la mitja de totes elles, obtenint una posició parcial en l'apartat d'habilitats. En casos d'empats, se li donarà la mateixa posició a aquets esportistes empatats, saltant la següent posició pels esportistes posteriors.

En total, cada jornada de competició constarà de 6 proves (5 d'habilitats i 1 de tècnica) es per això que es farà per finalitzar, la mitja de les posicions finals a la tècnica amb les posicions obtingudes definitivament a les proves d'habilitats, a on sortirà la mitja de totes dues que donarà les posicions definitives de cada una de les jornades.

La mitja de les posicions de les 5 jornades de lliga infantil donarà el guanyador de cada categoria d'edat a la lliga infantil anual (S9, S11 i S13).

## **ARTICLE 23: CONSIDERACIONS REGLAMENTARIES**

1. S'estableix un mínim de 6 anys d'edat per a participar a la Lliga S9.
2. Els nois i les noies participen sense distinció de gènere.
3. Tots els participants han d'estar al corrent en la tramitació de la llicència amb la FCH per part del seu club.
4. El guanyador/a final de cada jornada serà l'esportista amb una posició mitjana final més baixa de entre totes les proves físiques i la posició obtinguda a la tècnica, es a dir, mitjana mes baixa de les sis (6) posicions parcials. Sent-hi el guanyador de la lliga anual, l'esportista amb una mitjana mes baixa de entre les cinc (5) jornades de lliga catalana infantil.
5. Per motius logístics i únicament a la 5ª Jornada (final) es podran realitzar les proves físiques però, tant sols es valorarà la mitjana obtinguda a la prova de tècnica per poder realitzar mitjana amb les obtingudes a les altres 4 jornades de Lliga Infantil anual.

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



6. La Comissió Tècnica facilitarà per Mail els resultats de la classificació a cadascuna de les jornades als clubs participants a la mateixa.

## ARTICLE 24: CATEGORIES D'EDAT

Les diferents categories d'edats seran les següents: (anys complets durant temporada en curs)

### LLIGA CATALANA INFANTIL

SubI3	13 anys
SubI3	12 anys
SubII	11 anys
SubII	10 anys
Sub9	9 anys
Sub9	8 anys
Sub9	7 anys
Sub9	6 anys

### 3.8. LLIGA CATALANA SUB15, SUB17 i ABSOLUTA INDIVIDUAL MASC. i FEM.

## ARTICLE 25: OBJECTE

Les Regles de la Lliga tenen per objecte, principalment:

- a) Definir i precisar les condicions pràctiques i tècniques en les quals s'han de desenvolupar les competicions.
- b) Determinar les condicions de classificació.

Les Regles enunciades a continuació, constitueixen part del marc en què s'ha de manifestar la Lliga Catalana d'Halterofília en la seva iniciació, i són susceptibles de modificació a la llum de les proves efectuades i en funció d'una constant recerca per a la seva major eficàcia.

El principal motiu, és donar als clubs la importància que han de tenir dins de l'estructura federativa, aconseguir un important nivell de participació, a través d'una activitat ininterrompuda dels atletes. S'ha de donar als atletes, un al·licient per seguir en la competició durant tot l'any.

## ARTICLE 26: OBJECTIUS SUB15 i SUB17

1. La categoria SUB-15 i SUB-17 són de promoció, i l'objectiu és captar nous valors, per anar introduint-se progressivament en la competició, no s'ha d'intentar aconseguir a aquesta edat el

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



màxim rendiment. Amb tota seguretat els entrenadors, com molt responsables que són, sabran dosificar el pes més adequat per als seus alumnes, i que com a prioritat atendran la formació física i preparació tècnica del seu candidat a aixecador/a.

2. Les Regles de la Lliga Catalana Sub15, Sub17 i Absoluta tenen per objecte, principalment:
  - a) Definir i precisar les condicions pràctiques i tècniques en les quals s'han de desenvolupar les competicions.
  - b) Fixar el valor de les accions.
  - c) Determinar les condicions de classificació.

Les normes enunciades a continuació, constitueixen part del marc en què s'ha de manifestar l'esport de l'halterofília en la seva iniciació, i són susceptibles de modificació a la llum de les proves efectuades i en funció d'una constant recerca per a la seva major eficàcia. Excepte en alguns punts determinats, aquí descrits, en la resta de normes aquesta lliga es regirà pel mateix reglament de la lliga absoluta.

## ARTICLE 27: REGLES

1. El període de duració de la Lliga Catalana serà igual al de la Lliga Nacional de Clubs regulada per la RFEH que serà del any natural.
2. A la categoria Sub15 podran participar els aixecadors/es que tenen - 13 a 15 anys complerts en la temporada esportiva.
3. A la categoria Sub17 podran participar els aixecadors/es que tenen - 13 a 17 anys complerts en la temporada esportiva.
4. A la categoria Absoluta podran participar els aixecadors/es que tenen de 15 anys en endavant complerts en la temporada esportiva.
5. Es realitzaran Quatre (4) competicions al llarg de l'any, sent la RFEH l'encarregada de marcar les dates a l'inici de cada temporada.
6. Aquestes competicions seran oficials, per tant, amb participació de jutges.
7. Serà obligatori que tots els aixecadors/es participin amb la corresponent llicència federativa en vigor abans de la realització de les jornades.

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



8. Per poder realitzar participació a la categoria absoluta masculina i/o femenina des de la Assemblea Extraordinària 2020 a on es va acordar, tots els aixecadors/es que vulguin participar-hi a la categoria, hauran de fer arribar en concepte d'inscripció a la mateixa al compte de la FCH (La Caixa: **ES95 2100 3440 5125 0000 2181**) la quantia de **10€/aixecador/a per cada jornada** que es participi, enviant-hi el justificant de pagament a [halterofilia@gmail.com](mailto:halterofilia@gmail.com) abans del límit de temps establert al article 10 d'aquest mateix. Aquesta gestió únicament l'hauran de realitzar els esportistes majors de 20 anys (absoluts)
9. Tal com manca l'article 53 del reglament de la RFEH, el Clubs participants a la Liga Nacional de Clubs, hauran d'agrupar-se, no sent-hi vàlides aquelles competicions que no es realitzin amb la unió de dos o mes clubs.  
La FCH fixarà al calendari de competicions anual dos sedes del territori català per a cada jornada de lliga a on tots els Clubs s'hauran d'agrupar per tal de complir normativa vigent.
10. Per tal de continuar complint l'article 53 del reglament de la RFEH, tots els aixecadors del mateix Club participant-hi a la Liga Nacional de Clubs, han de competir en la mateixa jornada i no poden fer-ho per separat i en diferent sedes.
11. En el cas que cap Club per problemes de massificació d'equips, d'infraestructures o qualsevol altra causa, podrà realitzar una altra jornada de competició abans de la data assenyalada demanant per escrit permís a la FCH amb tres setmanes d'anterioritat (21 dies).
12. Pot coincidir el que alguns atletes estiguin competint en algun Campionat Nacional i/ó Internacional, llavors el seu Club ha de sol·licitar la inclusió de la marca del atleta en l'acta de competició de la jornada de lliga. Seran vàlides les marques en Cts. Nacionals amb 2 setmanes de diferència i/o en Cts. Internacional amb 3 setmanes de diferència sempre i quan la FCH ho sol·liciti per escrit a la RFEH, tal com indica l'article 57 del reglament de la RFEH.
13. L'article 58 del reglament de la RFEH fa referència a que es podrà avançar una jornada de lliga sempre i quan la FCH ho sol·liciti degudament per escrit amb un mínim de dues (2) setmanes d'antelació.
14. El sistema de puntuació consistirà en anar acumulant els punts Sinclair obtinguts pels aixecadors participants al llarg de les quatre (4) jornades de lliga.
15. L'aixecador i aixecadora classificats en primer lloc, tant en categoria Sub15, com en Sub17 i Absolut, seran nomenat i premiats com a Campions de Lliga anual.
16. En cas d'empat a punts Sinclair un cop finalitzada la 4a jornada, quedarà classificat en primer lloc l'aixecador/a que més punts hagi obtingut en la jornada immediatament anterior, de continuar l'empat, següent immediata anterior.
17. Podran participar aixecadors/es estranger/res a la mateixa, amb les mateixes normes ja esmentades pels Campionats de Catalunya, dintre de concurs pels Sub15 i Sub17 (sempre es clar, que es donin els punt de l'article 8) i fora de possibilitat de guardons a la categoria Absoluta.

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



## ARTICLE 28: NORMES GENERALS

D'acord amb aquest Reglament, i per portar un control de les marques, les actes de competició han de obligatòriament reflectir els atletes participants, i en l'acta anomenar S15 pels ATLETES SUB15, en la identificada S17, pels ATLETES SUB17, en la identificada JUN, pels ATLETES JUNIOR i en la identificada ABS, pels ATLETES ABSOLUTS.

En aquestes actes, s'ha de figurar la puntuació **Sinclair** individual de cada participant, tant masculí com femení.

No seran acceptades com a vàlides les actes que no estiguin confeccionades correctament i en aquest format.

No seran acceptades com a vàlides els punts Sinclair dels/les aixecadors/es "absoluts/es" que no estiguin al corrent del punt 8 de l'article 27 d'aquest mateix.

Aquestes actes, s'hauran d'enviar en format digital al correu electrònic de la Comissió Tècnica de la FCH: [direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com) i s'haurà d'incloure a mes, l'acta d'actuació dels Jutges per a poder ser validada per ells.

Pot usar-se per a tal fi, les actes penjades a la web de la RFEH <http://www.fedehalter.org/utilidades/1/Utilidades-para-la-competicion.html> (actes competició) <http://www.fedehalter.org/secciones/7/12/Documentos-y-Reglamentos.html> (actes actuació jutges)

Les actes d'aquestes competicions han d'estar obligatòriament en posició de la RFEH com a màxim SIS (6) dies després de la realització de la competició, es per aquest motiu que serà imprescindible que n'hi estiguin en possessió de la Comissió Tècnica de la FCH no mes tard de QUATRE (4) dies després de la finalització de la jornada corresponent (dimecres següent). **Les actes que no es rebin en la data indicada no seran tingudes en compte.**

Totes les competicions, han de ficar-se a través de l'aplicació informàtica de la FEH, que s'ha creat a aquest efecte, per tal de que les dades de les mateixes estiguin actualitzades el més aviat possible. Es per aquest motiu que la Comissió Tècnica de la FCH necessita imprescindiblement d'aquets DOS (2) dies de marge per fer-ho.

La classificació de les Lligues S15, S17 i Absoluta tant masculina com femenina es farà visible tant bon punt la Comissió Tècnica de la FCH les tingui preparades, fent-les arribar a tots els club via Mail.

### 3.9. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS ABSOLUT MASCULI

## ARTICLE 29: REGIM DE COMPETICIO

- Els equips estaran compostos per SIS (6) aixecadors màxim, TRES (3) mínim, que hagin participat necessàriament en almenys una competició oficial del Calendari anual de la FCH.

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- b) Cada club podrà inscriure com a màxim DOS (2) reserves, UN (1) mínim, tot i que aquets no hi participaran a la competició. Només en casos excepcionals anteriorment parlat amb la Comissió Tècnica de la FCH.
- c) No poden participar atletes fitxats exclusivament per a aquesta competició, per aquesta raó els aixecadors hauran d'haver acreditat al menys una marca (T.O.) a una competició del Calendari de competicions anual de la FCH, a mes d'estar-hi en possessió de la corresponent llicència federativa anual en el moment de fer-hi les inscripcions dels equips. No seran validades ni les llicències, ni les marques (T.O.) realitzades després de la finalització de la inscripció pel campionat.
- d) Podrà competir un estranger per club sempre que estigui en possessió de la targeta de resident i compleixin els requisits de l'article 8.

### ARTICLE 30: INSCRIPCIONS

Les Inscripcions Definitives, hauran d'estar obligatòriament al Mail de la Comissió Tècnica de la Federació Catalana, QUATRE (4) setmanes abans de la competició, es a dir, vint i vuit dies (28).

Un cop enviada la relació final, aquesta no es podrà modificar. La Comissió Tècnica de la FCH farà arribar als clubs les llistes definitives la setmana següent a finalitzar les mateixes via Mail.

En el cas que un mateix club, realitzi la inscripció de mes del màxim permès (6 aixecadors) ho haurà de fer constar com equip "B", "C", etc, en el moment de realitzar les inscripcions definitives.

### ARTICLE 31: RESERVES

El límit per decidir si un reserva competeix o no, és el moment de la pesada de la seva TANDA. En cas que anés a competir una reserva per un titular, s'ha de comunicar per part de l'entrenador o responsable del equip, al jutge encarregat de la pesada o al secretari de Competició. Ocuparà el lloc que deixa el titular substituït.

### ARTICLE 32: COMPETICIÓ

Per tal d'accelerar al màxim la competició, i donat l'elevat nombre de clubs participants el sistema de competició serà:

- a) Es realitzaran diverses TANDES o grups de competició.
- b) Competiran DOS (2) ó TRES (3) aixecadors (en funció de la organització anual) per Club a cada TANDA o grup, que seran designats en el mateix moment de la pesada, a on l'entrenador o encarregat del Club l'haurà de comunicar als jutges ó secretari de competició assistents.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- c) La classificació final dels clubs es farà sumant els punts Sinclair obtinguts per cada un dels aixecadors de l'equip.

Si un atleta es blanqueja en Arrencada, pot competir a Dos Temps, així mateix si es blanqueja en Dos Temps, no obtindrà puntuació en Total Olímpic, però els punts que obtingui en qualsevol de les dues modalitats, si valdran per a la classificació de l'equip.

- d) En cas d'empat en la classificació, guanyarà el club que tingui la màxima puntuació individual, si continua l'empat serà el que tingui la segona i així successivament.

### 3.10. CAMPIONAT DE CATALUNYA DE CLUBS ABSOLUT FEMENI

#### ARTICLE 33: REGIM DE COMPETICIO

- e) Els equips estaran compostos per QUATRE (4) aixecadores màxim, DOS (2) mínim, que hagin participat necessàriament en almenys una competició oficial del Calendari anual de la FCH.
- f) Cada club podrà inscriure com a màxim DOS (2) reserves, UNA (1) mínim, tot i que aquestes no hi participaran a la competició. Només en casos excepcionals anteriorment parlat amb la Comissió Tècnica de la FCH.
- g) No poden participar atletes fitxades exclusivament per a aquesta competició, per aquesta raó les aixecadores hauran d'haver acreditat al menys una marca (T.O.) a una competició del Calendari de competicions anual de la FCH, a més d'estar-hi en possessió de la corresponent llicència federativa anual en el moment de fer-hi les inscripcions dels equips. No seran vàlides ni les llicències, ni les marques (T.O.) realitzades després de la finalització de la inscripció pel campionat.
- h) Podrà competir una estrangera per club sempre que estigui en possessió de la targeta de resident i compleixin els requisits de l'article 8.

#### ARTICLE 34: INSCRIPCIONS

Les Inscripcions Definitives, hauran d'estar obligatòriament al correu electrònic de la Comissió Tècnica de la Federació Catalana ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)), QUATRE (4) setmanes abans de la competició, es a dir, vint i vuit dies (28).

Un cop enviada la relació final, aquesta no es podrà modificar. La Comissió Tècnica de la FCH farà arribar als clubs les llistes definitives la setmana següent a finalitzar les mateixes via Mail.

#### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





En el cas que un mateix club, realitzi la inscripció de més del màxim permès (4 aixecadores) ho hauran de fer constar com equip "B", "C", etc, en el moment de realitzar les inscripcions definitives.

## ARTICLE 35: RESERVES

El límit per decidir si una reserva competeix o no, és el moment de la pesada de la seva TANDA. En cas que anés a competir una reserva per un titular, s'ha de comunicar per part de l'entrenador o responsable del equip, al jutge encarregat de la pesada o al secretari de Competició. Ocuparà el lloc que deixa el titular substituït.

## ARTICLE 36: COMPETICIÓ

Per tal d'accelerar al màxim la competició, i donat l'elevat nombre de clubs participants el sistema de competició serà:

- a) Es realitzaran diverses TANDES o grups de competició.
- b) Competiran UNA (1) ó DOS (2) aixecadores (en funció de la organització anual) per Club a cada TANDA o grup, que seran designats en el mateix moment de la pesada, a on l'entrenador o encarregat del Club l'haurà de comunicar als jutges ó secretari de competició assistents.
- c) La classificació final dels Clubs es farà sumant els punts Sinclair obtinguts per cada una de les aixecadores de l'equip.

Si un atleta es blanqueja en Arrencada, pot competir a Dos Temps, així mateix si es blanqueja en Dos Temps, no obtindrà puntuació en Total Olímpic, però els punts que obtingui en qualsevol de les dues modalitats, si valdran per a la classificació de l'equip.

- d) En cas d'empat en la classificació, guanyarà el club que tingui la màxima puntuació individual, si continua l'empat serà el que tingui la segona i així successivament.

## CAPITOL 4. NORMES GENERALS PER A TOTS ELS CAMPIONATS

### ARTICLE 37: INSCRIPCIONS

1. La data límit per a la realització de les **Inscripcions Definitives** per a tots els campionats territorials, tant individuals com per equips, hi serà de **4 setmanes abans** de la realització de la competició a la qual s'inscriuen, es a dir, vint i vuit dies (28). Aquesta haurà d'arribar al Mail de la Comissió Tècnica de la FCH el **Divendres abans de les 23:59 hores**.

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



2. Tots els aixecadors/es inscrits/es hauran de tenir obligatòriament la marca mínima igual o superior a la establerta, durant els dotze (12) mesos anteriors a la data de finalització de les inscripcions definitives.
3. En el moment de realitzar les inscripcions definitives, els aixecadors inscrits hauran d'estar-hi en possessió de la corresponent llicència federativa obligatòria anual en vigor.
4. Per poder considerar com a vàlida qualsevol inscripció definitiva, s'haurà de fer arribar al correu electrònic de la FCH ([halterofilia@gmail.com](mailto:halterofilia@gmail.com)) el justificant de pagament de la quota d'inscripció establerta.
5. La confirmació definitiva de categories de pes corporal dels atletes inscrits anteriorment, així com les baixes, es faran arribar no mes tard del **dimecres de la setmana abans del Campionat**, es a dir **deu (10) dies naturals** abans, enviant correu electrònic a la Comissió Tècnica de la FCH ([direccio.tecnica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.tecnica.halterofilia@gmail.com)) amb la relació definitiva dels canvis del Club, abans de les 23:59 h. de l'esmentat dimecres.

Després d'això, ja no es podran modificar ni la categoria de pes corporal ni el T.O.

Si un atleta puja o baixa de categoria, haurà de tenir obligatòriament la marca mínima de participació a la nova categoria. En cas de no tenir-la no podrà participar en aquesta categoria i haurà de fer-ho en la qual si tingui aquesta marca mínima exigida.

6. La F.C.H. enviarà als clubs, sobretot al organitzador el nombre i relació d'atletes, per a una correcta organització.
7. Un cop finalitzin els diferents campionats territorials, la Comissió Tècnica de la FCH farà arribar via Mail als clubs els resultats finals del mateixos.

## ARTICLE 38: ELS RESERVES

1. En tots els Campionats de Catalunya per clubs masculins i femenins absoluts, els equips estaran formats respectivament per SIS (6) i QUATRE (4) atletes com a màxim. Es podran inscriure dos atletes per servei, els quals no hi tomaren participació a la mateixa, a no ser que es canviï un reserva per un titular.
2. El límit per decidir si els reserves competeixen o no és l'hora de la pesada de la seva categoria, en cas que anés a competir una reserva per un titular, s'ha de comunicar per part

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



de l'entrenador o responsable de l'equip al jutge encarregat de la pesada o al secretari de Competició.

## ARTICLE 39: CASOS ESPECIALS

1. Si un club no classifica cap atleta amb marca mínima en algun campionat territorial, podria participar-hi per invitació en el mateix. Per que sigui això possible hauria de comunicar-ho per escrit al Mail de la Comissió Tècnica de la FCH, la qual estudiaria el cas i respondria a la proposta el mes aviat possible. Aquestes propostes depenen de la situació específica de cadascuna, i podrien participar-hi tant dins com fora de competició.
2. Els clubs poden apadrinar aixecadors/es per tal de poder promocionar-los, que no tinguin acreditada la marca mínima establerta, fent-los participar a la mateixa, però sempre com a **"fora de competició"**. S'haurà per això, de realitzar el mateix procediment que qualsevol altre aixecador/a, es a dir, fer l'abonament de les quotes d'inscripcions dins del termini establert, i d'inscriure l'atleta dins del període establert com a límit per a fer-ho. Aquets esportistes podrien realitzar records de Catalunya, però al fer la seva participació com a fora de competició no podrien guanyar medalles al Campionat.
3. La Comissió Tècnica de la FCH podria incloure per motius de promoció i/o per realització de presa de marques a altres aixecadors **fora de competició**, encara que no estiguin inclosos en les inscripcions definitives.

## ARTICLE 40: CONSIDERACIONS TÈCNIQUES

1. La Federació Catalana d'Halterofília determinarà el dia i l'hora, tant dels pesatges com de les possibles tandes de competició, les quals seran comunicades als clubs participants, juntament amb l'enviament de les llistes d'atletes participants i els horaris provisionals de competició i pesatge.

Tota aquesta informació serà enviada per Mail als club amb antelació suficient, així com les llistes i horaris definitius durant la setmana de la competició.

2. Els clubs organitzadors i la FCH hauran de comunicar-se per determinar els horaris del que disposa l'organització per la realització de l'esdeveniment, a mes de poder resoldre qualsevol problema/dubte que pugui sorgir organitzatiu.

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



El club organitzador mai imposarà a la FCH ni horaris de pesatge, competició, participació o no de cap aixecador, distribució de les tandes i/ó els aixecadors participants a les mateixes.

Tot i que s'escoltaran per part de l'organització ó qualsevol altre participant quelcom proposta organitzativa que sigui pel be de tothom.

Serà obligació dels clubs organitzadors, la de garantir a la FCH local i tot el material suficient per poder garantir les normatives tècniques exigides pel Comitè Nacional de Judges i/ó la IWF.

## ARTICLE 41: SORTEIG

1. La FCH en elaborar les llistes finals, adjudicarà un número a cada atleta inscrit. Aquest número estarà en possessió dels atletes durant tota la competició fins i tot si canviessin de categoria.
2. És vàlid el número de sorteig aleatori per ordinador.
3. El numero del sorteig decideix l'ordre del pesatge i l'ordre d'aixecament durant el curs de la competició.

## ARTICLE 42: PESATGE

1. El pesatge de cada categoria de pes corporal comença dues (2) hores abans de la seva competició i tindrà una durada d'una (1) hora.
2. El pesatge oficial s'efectua en una sala equipada amb els següents materials:
  - Bàscula oficial de la competició (preferentment amb una bàscula de reserva)
  - Una taula i cadires pel secretari de competició
  - Els formularis de competició y pesatge
  - Llistats d'esportistes amb llicència federativa en vigor
3. Tot participant en una categoria específica haurà de pesar-se en presència d'almenys dos (2) jutges, del mateix sexe. Els participants es pesaran nus o en roba interior. Pot estar present un oficial de l'equip de l'atleta, també del mateix sexe. Si fossin de diferent sexe dels competidors, hauran de situar darrere d'un biombo.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



4. Els jutges han de verificar el pes corporal que serà registrat en l'imprès destinat a aquest efecte. (Acta de pesatge)
5. Només es donarà a conèixer la llista de les categories un cop que s'hagin pesat tots els aixecadors.
6. Els competidors són cridats un a un a la sala de pesatge d'acord amb la progressió del seu número de sorteig. Els competidors que no estiguin presents quan sigui el seu torn de pesatge, es pesaran al final. Els participants hauran d'acreditar la seva identitat mitjançant la presentació de la seva llicència, passaport o carnet de identitat.
7. Quan un competidor dona el pes a la categoria en la qual ha sigut inscrit, no es tornarà a pesar cap vegada més.

Quan un competidor està per sobre del límit de pes de la seva categoria d'inscripció, pot tornar a pesar-se totes les vegades que sigui necessari fins a donar el pes definitivament, això sí, durant l'hora assignada per a això.

8. Passada l'hora assignada, en campionats individuals, un competidor que no doni el pes corporal de la categoria en la qual va ser inscrit, serà exclòs de la competició.
9. Durant el pesatge, l'entrenador de cada participant haurà d'indicar i signar els primers intents d'Arrencada i Dos Temps, així com el pes corporal reflectit pel jutge al formulari (acta de pesatge). Els pesos de sortida reflectits en l'acta de pesatge (suma de tots dos) mai seran inferiors de 20 kg al indicat en el T.O. d'inscripció definitiva.

## CAPITOL 5. DE LES CLASIFICACIONS

### ARTICLE 43: CLASIFICACIONS

1. La FCH farà obligatòria i principalment, les classificacions per separat, de totes les categories de pes corporal en el Total Olímpic.
2. Addicionalment, s'elegirà l'aixecador/a més destacat/da en tots els campionats individuals, segons taula de puntuació Sinclair.
3. La classificació final dels Campionats per Clubs Absolut masculí i femení, es farà sumant els punts Sinclair dels SIS (6) aixecadors màxim en el cas dels nois i de les QUATRE (4) aixecadores màxim en el de les noies.

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



4. La classificació final de la Lliga Catalana Sub15, Sub17 i Absolut masculina i femenina, es farà sumant-hi els punts realitzats en cadascuna de les 4 jornades de les que es compona la competició. Es premiarà al aixecador/a amb més puntuació final de cada categoria d'edat i sexe.

## **ARTICLE 44: ENTREGA DE LES MEDALLES I/O PREMIS**

1. Als campionats individuals es farà entrega de medalles, (or, plata i bronze) als guanyadors en Arrencada, Dos Temps i al Total Olímpic.
2. És obligatori que els atletes guanyadors de medalles, estiguin presents en l'acte de lliurament de les mateixes, i amb el xandall del seu Club o patrocinador. El no complir aquesta norma és possible motiu de desqualificació de l'atleta.

## **CAPITOL 6. DELS RECORDS**

### **ARTICLE 45: RECORDS TERRITORIALS**

1. La FCH reconeix els rècords territorials: Sub 15, Sub17, Juniors i Absoluts en cadascuna de les deu (10) categories de pes corporal per a homes i deu (10) per a dones, individualment en Arrencada, Dos Temps i Total.

Els rècords només poden ser establerts per atletes que estiguin dins el grup d'edat del mateix. Els atletes Sub15, Sub17 i Júniors poden establir també rècords en les categories d'edat superiors, és a dir, aquests rècords s'homologaran sense tenir en compte l'edat de l'atleta.

2. Els rècords de Catalunya, només poden ser establerts en el transcurs de les quatre (4) Jornades de Lliga Catalana Individual M i F, els diferents Campionats de Catalunya i/o superiors, es a dir, diferents Campionats Nacionals i/o Internacionals que figurin en el Calendari de Competicions de la RFEH, EWF ó IWF.
3. Els nous rècords establerts poden ser-hi només homologats, quan l'esportista passi control de dopatge.
4. Quan s'estableixi un rècord territorial han d'estar arbitrants com a mínim tres (3) jutges. Almenys un (1) d'ells ha de ser de categoria Nacional 1ª.

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



5. Un rècord serà vàlid si excedeix a l'anterior en 1 Kg. com a mínim. Únicament en el cas de ser-hi un record a igualar o superar, es podrà igualar els kg aixecats per poder establir-ho.
  
6. El full de rècord ha d'incloure la informació respecte a l'atleta que ho bata:
  - Nom i cognoms i codi de la seva territorial.
  - Pes corporal i categoria.
  - Data de naixement (dia / mes / any).
  - Pes total de la barra.
  - La data i nom de la competició.
  - Lloc on s'ha establert el rècord.
  
7. Si dos o més competidors realitzen el mateix rècord, el posseïdor del rècord serà aquell que ho hagi batut primer, sense tenir en compte el pes corporal dels atletes implicats o la seqüència de la competició en el cas que la categoria en la qual participin estigués dividida en dos grups.

## CAPITOL 7. COLTROLS DE DOPATGE

### ARTICLE 46: CONTROLS DE DOPATGE

Serà la **AEPSAD** (Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte) agència que pertany al Ministerio de Cultura i Deporte del Govern d'Espanya, l'encarregada de la realització de quelcom control de dopatge a qualsevol llicència esportiva a tot el territori nacional dels esports olímpics.

La AEPSAD pot fer-hi controls de dopatge no tant sols en el transcurs de quelcom competició del territori nacional, sinó que pot fer-ho en qualsevol moments del any, ja sigui en competició, entrenament i/ó quan l'esportista estigui tranquil·lament en casa descansant-hi.

Aquella llicència esportiva que sigui nomenada per la AEPSAD a la realització d'un control antidopatge, no es pot negar a la realització de la mateixa, ja que en cas contrari, pot ser-hi investigat per les autoritats i posteriorment sancionada.

Tots/es aquells/es esportistes que estiguin a mes a mes en el control internacional de la WADA (World Anti-Doping Agency) amb e Programa de l'ADAMS (Anti-Doping Administration & Management System) han de saber que es obligatori per la seva part estar al dia de les seves activitats al mateix programa, sent-hi les repercussions per part de la IWF en el cas de no ser-hi així, les següents:

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- Possibles sancions ja siguin administratives, esportives i/ó totes dues.
- Possibles anul·lacions de les seves inscripcions dels campionats, la qual cosa impedeix la participació del aixecador/a a la mateixa.

Hem de recordar que la IWF en el seu reglament Anti-Doping informa en el punt 5.6.5. que qualsevol esportista que vulgui participar en quelcom competició internacional del calendari de la IWF, ja sigui de la edat que sigui, ha d'estar al dia de la informació que requereix el Programa ADAMS amb una antelació mínima de dos (2) mesos abans de la realització de la competició, i en el cas que la competició sigui un Campionat Mundial i/o Jocs de qualsevol edat, s'ha de tenir amb una antelació de tres (3) mesos.

Amb tota aquesta informació prèvia la FCH vol anunciar que tots aquells esportistes que estiguin en el Programa ADAMS, i per tant tinguin les obligacions abans esmentades, en el cas de tenir qualsevol negligència personal amb un assumpte tan important per a totes les Federacions (FCH, RFEH, EWF, IWF), no tant sols rebran les possibles sancions per part de la IWF abans esmentades, sinó que la pròpia FCH estudiarà la sanció mes adient al problema per a l'esportista, ja que creiem que això no tant sols perjudica al mateix esportista sinó que també perjudica greument el treball de la pròpia FCH en la lluita contra el dopatge al nostra esport.

## ARTICLE 47: RESPONSABILITATS EN CAS DE DOPATGE

1. La FCH posa en coneixement a tots els integrants de la mateixa, els reglaments i mesures que s'han de tenir en compte per la practica de la halterofília, evitant així excuses de desconeixement pel seu incompliment.
2. La FCH adopta la decisió d'introduir una clàusula per la que el ó la esportista vinculats a nosaltres assumeixin la responsabilitat dels seus propis actes i les conseqüències dels mateixos que poguessin ocasionar a la FCH.

Serà obligatori per part dels esportistes amb llicència esportiva, que facin arribar via correu electrònic a la FCH [halterofilia@gmail.com](mailto:halterofilia@gmail.com) signada, la **clàusula de responsabilitat** de la FCH.

La omissió i/o negació a la mateixa podria fer que les seves inscripcions pels campionat siguin anul·lades, amb la conseqüència de la negativa per part de la FCH a la seva participació als campionats territorials, nacionals i/o internacionals.

L'esportista que no signi la clàusula de responsabilitat prèviament, mai serà convocat per la Comissió Tècnica de la FCH per participar-hi amb la Selecció Catalana a participar-hi als diferents campionats nacionals i/o internacionals.

## FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





La FCH com a organització amb personalitat jurídica pròpia, es responsable directa o subsidiària, segon els casos, d'accions u omissions relacionades per les persones que la integren.

En quasi tots els casos, la exigència de responsabilitat per un tercer comporta la conseqüència directa de tenir que abonar sancions, despeses i/o danys i perjudicis; sent que, en algunes ocasions, la FCH no ha autoritzat expressament ni ha tingut coneixement de que, per exemple, un esportista - amb o sense el concurs de la seva Federació Autònoma i/ó Club - ha participat en un esdeveniment esportiu territorial, nacional i/ó internacional resultant que dona positiu en un control de dopatge.

La conseqüència immediata per a la FCH i/ó RFEH es la de ser sancionada per la IWF a pagar les despeses del control dòping i una multa de \$ 5.000 USA.

Per l'exposat, aquesta FCH entén que no ha d'assumir mencionades responsabilitats, així com les despeses que ocasionin el participant i derivats de la seva participació, que aniran a càrrec de l'esportista i, en conseqüència, s'ha redactat la clàusula abans esmentada, per la que l'esportista que la signi, coneix i s'obliga a assumir tots els perjudicis que la seva forma d'actuar puguin exigir quelcom organisme sancionador a la FCH.

La Federació Catalana d'Halterofília reclamarà, judicial ó extrajudicialment, els perjudicis de qualsevol naturalesa que les accions u omissions dels integrants de la mateixa (directius, tècnics, jutges, atletes i resta de personal), poguessin, directa o indirectament irrogar-li.

## **ARTICLE 48: PROCES DE LA PRESA DE MOSTRES DURANT LES COMPETICONS**

### **Notificació del control**

1. L'oficial de control de dopatge o la persona designada per aquest s'acostarà discretament a l'esportista tot just al finalitzar la prova o competició, s'identificarà i li comunicarà en persona que ha estat seleccionat per realitzar un control de dopatge. (Llegir Legislació vigent)

## **ARTICLE 49: CLASIFICACIÓ DEFINITIVA EN CAS DE DOPATGE**

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



1. Si un aixecador que ha rebut una medalla, és desqualificat o es confirma un resultat positiu en el control antidopatge, l'aixecador que ascendirà a guanyador de la medalla, serà l'immediat posterior. L'esportista desqualificat haurà obligatòriament de retornar a la FCH els premis que l'hagin entregat com a guanyador desvirtuat de la mateixa.
2. En les competicions per equips, es desqualificarà a l'aixecador i es descomptaran els seus punts a l'equip al qual pertanyi, tornant a fer una nova classificació per equips.

## CAPITOL 8. COMPETICIONS NACIONALS I INTERNACIONALS

### ARTICLE 50: DELS CAMPIONATS D'ESPANYA SUB15, SUB17, JUNIOR I ABSOLUT

Pel que fa a les competicions nacionals del calendari de competicions que estiguin regulades per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de competicions de la pròpia RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) En el cas de les classificacions i possibles participacions d'esportistes de la nostra territorial, que es l'únic assumpte que la FCH pot regular, tot esportista, ja sigui de la categoria Sub15, Sub17, Junior i/ó Absolut per poder viatjar amb l'equip esportiu representant a la FCH als Campionats Nacionals, hauran de complir amb els següents requisits marcats per la Comissió Tècnica de la FCH:

1. Haver-hi acreditat la marca mínima de participació requerida a la categoria d'edat i pes corporal en la que es vulgui participar, indicades al reglament de competicions de la RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) als articles 16, 21, 25 i 29, abans de la realització de les inscripcions preliminars per part de la nostra territorial a la competició. Tal i com manca el mencionat reglament, dins de l'article 4 punt 2, s'ha de realitzar a una competició validada per la pròpia RFEH, les quals estan indicades a mateix article 4 punt 2. I Complint a mes a mes, el punt 3 del mateix article 4, a on indica que s'ha de tenir acreditada durant la mateixa temporada en curs.

Si un esportista vol realitzar la marca mínima en cap dels Campionats Territorials, haurà sempre prèviament de fer complir el punt 2 de l'article 4 a on indica que per a que sigui la competició validada per la RFEH per realitzar marques mínimes pels Cts. Nacional, s'haurà d'enviar prèviament (al menys quinze (15) dies), document model de supervisió de competicions (<http://www.fedehalter.org/utilidades/15/Organizacion-de-competiciones.html>) es per això que els Clubs hauran d'informar d'aquesta circumstancia a la Comissió Tècnica de la FCH per correu electrònic en el moment de fer arribar les inscripcions definitives del campionat.

### FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



En el supòsit que un/una esportista, vulgui realitzar modificació a la inscripció posteriorment, canviant de categoria de pes corporal, haurà obligatòriament d'acreditar la marca mínima a la categoria corresponent per poder fer-ho.

2. Participar-hi "obligatòriament" a les fases prèvies establertes per la Comissió Tècnica de la FCH e indicades al Calendari de competicions de l'any en curs, sent-hi de gran importància

el realitzar les marques mínimes requerides per la RFEH durant la mateixa (requisit no imprescindible però si important quan n'hi hagi límit de participació al nacional).

No es tindran en compte les marques mínimes establertes a temporades anteriors a la del Campionat en curs al es vol participar i tenir-la realitzada abans de la data d'inscripció preliminar, ja que no compliríem els requisits establerts per escrit al reglament de la RFEH.

No es tindran en compte les marques mínimes realitzades durant la temporada en curs, si no es realitza participació "obligatòria" a les fases prèvies establertes per la Comissió

Tècnica, sent-hi com a única excepció poder presentar per escrit a la Comissió Tècnica de la FCH ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) justificació per motius mèdic, els quals permetran no participar-hi a la fase prèvia, però que no garanteix això la inclusió a la llista de convocatòria, ja que la Comissió Tècnica valorarà si els motius mèdics justificats a la fase prèvia, poder influir després a la competició nacional.

3. Si la Comissió Tècnica de la FCH realitza cap convocatòria per a realitzar-hi concentracions, jornades de tecnificació, test, toma de preses, etc. Els aixecadors convocats hauran d'assistir-hi obligatòriament. Únicament en el cas de no assistir-hi per un motiu "justificat degudament per escrit" ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) es donarà la possibilitat de no assistir-hi al 50% de mencionades convocatòries, sent-hi totalment obligatori l'assistència a l'altre 50% en el cas de voler realitzar el desplaçament nacional.

4. Cap esportista que estigui sancionat, be pel seu Club, la FCH, RFEH, EWF i/o IWF i sigui pel motiu que sigui (dòping, motius disciplinaris, etc) la Comissió Tècnica de la FCH, mai tindrà en compte aquest/a esportista fins que no finalitzi la sanció establerta per l'organisme sancionador que l'ha sancionat.

Depenent del motiu de la sanció establerta, la Comissió Tècnica de la FCH per tal de resguardar la imatge de la pròpia FCH, es reservarà el dret d'estudiar la seva reincorporació a les convocatòries del equip Català.

Serà la Comissió Tècnica de la FCH l'encarregada sempre, de decidir quins seran els/les esportistes que realitzaran definitivament el desplaçament per participar-hi als diferents campionats nacional representant a la FCH. En el supòsit de que n'hi hagi mes esportistes amb els requisits mínims de la

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





Comissió Tècnica de la FCH, exposats anteriorment que places disponibles pel desplaçament, hi serà la Comissió Tècnica de la FCH l'encarregada de realitzar les tasques que consideri necessàries per poder decidir definitivament l'equip que representarà a la FCH.

La Comissió Tècnica de la FCH s'encarregarà de fer arribar als Clubs, llistat de convocatòria d'esportistes per realitzar desplaçament als nacionals.

## **ARTICLE 51: DE LA LIGA NACIONAL DE CLUBS MASCULINA I FEMENINA**

Pel que fa a les competicions nacionals del calendari de competicions que estiguin regulades per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de competicions de la pròpia RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) Concretament la Liga Nacional de Clubs M i F esta expressat al Capítol III del reglament de la RFEH. La nostra FCH ha de destacar considerablement el següents articles del mateix:

- Article 52: a on fa referència a que els Clubs hauran d'agrupar-se, no sent-hi com a vàlides les competicions que no s'hagin agrupat un mínim de dos (2) o mes Clubs. Es per aquest motiu que la Comissió Tècnica de la FCH considera millor realitzar només 2 sedes a cada jornada de Lliga a tot el territori català, intentant rotar al llarg de tota la temporada.
- Article 53: a on ens indica l'obligació de gravar en vídeos totes les jornades de Lliga, i guardar durant tota la temporada natural, per si la RFEH volgués en cap moment de la mateixa visualitzar i revisar les mateixes. Es per aquest motiu que la Comissió Tècnica de la FCH ha considerat oportú que fos el **Club organitzador** de cada jornada de Lliga, sigui participant a la Liga Nacional de Clubs o no, **l'encarregat de realitzar les gravacions** de "tota la competició i/o totes les tandes de la mateixa" i fer arribar a la Comissió Tècnica de la FCH tota la gravació.
- Article 55: a on ens indica a tots l'obligació a cada jornada de fer arribar per escrit a la RFEH llistat amb la composició de tots els equips masculins (sis (6) aixecadors i dos (2) suplents màxim) i dels equips femenins (quatre (4) aixecadores i dos (2) reserves) de la nostra territorial, 7 dies abans de la celebració de la competició. Es per aquest motiu que la Comissió Tècnica de la FCH ha considerat oportú, que els diferents Clubs que estiguin participant-hi a la Liga Nacional de Clubs, ja sigui Sub15, Sub17 i/o Absoluta, hauran de fer arribar el mencionat **llistat amb 10 dies d'antelació a la celebració de la jornada** per tal de posteriorment, poder derivar la mateixa a la RFEH.
- Article: 56: a on parla de les conseqüències de no fer complir els articles 54 i 55.

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- Article 60: a on ens indica tots els passos a seguir per poder validar les actes de competició. Hem de recalcar molt els punts 6 i 7 del citat article 60, on parla de que les actes de competició digitalitzades <http://www.fedehalter.org/utilidades/1.html> s'hauran d'enviar per correu electrònic a la RFEH no mes tard del dilluns següent a la competició (dos (2) dies després tenint en compte que el dia següent es diumenge) juntament amb les actes d'actuació dels jutges actuants a la competició

<http://www.fedehalter.org/secciones/7/12/Documentos-y-Reglamentos.html> Es per aquesta qüestió que la Comissió Tècnica de la FCH considera oportú que els Clubs organitzadors de les diferents Jornades de Lliga, siguin participants a la Liga Nacional de Clubs o no, siguin els encarregats de fer arribar un cop finalitzades la totalitat de les tandes de competició, per correu electrònic a la Comissió Tècnica de la FCH ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) ambdues actes i **no mes tard del dia següent a la realització de la competició**, es a dir, **un (1) dia després** (diumenge)

Mencionar que els Clubs catalans amb equips participants a la Liga Nacional de Clubs, sigui S15, S17 i/o Absoluta M i/o F hauran de fer arribar en el mateix període de temps (**el dia posterior a la competició un cop finalitzada, un (1) dia després**) i pel mateix medi ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) les actes digitals totalment omplertes dels seus equips únicament, on s'ha de constar el Nom i Cognoms dels esportistes, pes corporal, categoria d'edat, aixecaments realitzats a l'arrencada i dos temps, suma del total olímpic i punts Sinclair tant de cada aixecador, com del total de l'equip, sigui masculí o femení. Es pot fer servir per això: <http://www.fedehalter.org/utilidades/1.html>

Serà la Comissió Tècnica de la FCH que posteriorment, el dilluns següent de la competició farà complir l'article 60 punt 7 reenviant-hi a la RFEH totes les actes digitals rebudes al correu electrònic indicat abans de les 17:00 hores. **Totes les actes rebudes amb posterioritat a les dates indicades, la Comissió Tècnica de la FCH no es responsabilitza de les conseqüències que es puguin tenir per part de la RFEH.**

Serà també responsabilitat de la Comissió Tècnica de la FCH l'encarregada de fer complir amb posterioritat els punts 1, 2 i 8 de l'article 60, fent-hi incorporació al sistema digital a la web de la RFEH, i no mes tard del termini límit de set (7) dies establert per la RFEH.

- Article 61: a on ens informa del passos a realitzar en el cas de d'observar qualsevol anomalia de la jornada, ja sigui del nostre respectiu equip o de qualsevol altre equip.

## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



- Article 62: a on ens comunica que cap Club participant realitzarà les gestions anteriorment mencionades, ja que haurà de ser la Federació Territorial (FCH en aquest cas) l'encarregada de realitzar tots els tràmits oportuns.
- Article 68: on al punt 4 ens informa que els equips participants a la Liga Nacional de Clubs, ja sigui S15, S17 i/o Absoluta, que no realitzin competicions amb el mínim establert de participants en al menys dos (2) jornades de les quatre (4) jornades de Liga, seran desqualificats automàticament, sent-hi descendits a la categoria immediatament posterior a la que estava participant-hi i sent-hi reemplaçats per un equip de la divisió inferior.

## **ARTICLE 52: DE LA COPA S.M. EL REY I LA REGNA D'ESPANYA – CAMPIONATS D'ESPANYA PER EQUIPS M I F**

Pel que fa a les competicions nacionals del calendari de competicions que estiguin regulades per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de competicions de la pròpia RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) Es per aquesta raó que la FCH pel que fa en aquestes competicions, no regula cap assumpte, sent-hi únicament un intermediari entre la RFEH i els Clubs classificats de la nostra Federació Territorial.

## **ARTICLE 53: DEL CAMPIONAT NACIONAL EN EDAT ESCOLAR**

Pel que fa a les competicions nacionals del calendari de competicions que estiguin regulades per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de competicions de la pròpia RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) En el cas de les classificacions i possibles participacions d'esportistes de la nostra territorial, que es l'únic assumpte que la FCH pot regular, tot esportista, ja sigui de la categoria d'edat que sigui, per poder viatjar amb l'equip esportiu representant a la FCH al Campionat Nacional, hauran de complir amb els següents requisits marcats per la Comissió Tècnica de la FCH:

1. Participar-hi "obligatòriament" a la fase prèvia establerta per la Comissió Tècnica de la FCH e indicada al Calendari de competicions de l'any en curs. No es tindrà en compte cap esportista que no participi a la mateixa, sent-hi l'única excepció una justificació mèdica per escrit al correu electrònic de la Comissió Tècnica de la FCH ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) la qual, la pròpia Comissió Tècnica, valorarà no tant sols per a la fase prèvia, sinó també per a la seva possible participació o no a la competició nacional.
2. Si la Comissió Tècnica de la FCH realitza cap convocatòria per a realitzar-hi concentracions, jornades de tecnificació, etc. Els aixecadors convocats hauran d'assistir-

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federacioncatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D



hi obligatòriament. Únicament en el cas de no assistir-hi per un motiu "justificat degudament per escrit" ([direccio.technica.halterofilia@gmail.com](mailto:direccio.technica.halterofilia@gmail.com)) es donarà la possibilitat de no assistir-hi al 50% de mencionades convocatòries, sent-hi totalment obligatori l'assistència a l'altre 50% en el cas de voler realitzar el desplaçament nacional.

3. Cap esportista que estigui sancionat, be pel seu Club, la FCH, RFEH, EWF i/o IWF i sigui pel motiu que sigui (dòping, motius disciplinaris, etc) la Comissió Tècnica de la FCH, mai tindrà en compte aquest/a esportista fins que no finalitzi la sanció establerta per l'organisme sancionador que l'ha sancionat.

Deponent del motiu de la sanció establerta, la Comissió Tècnica de la FCH per tal de resguardar la imatge de la pròpia FCH, es reservarà el dret d'estudiar la seva reincorporació a les convocatòries del equip Català.

La Comissió Tècnica de la FCH per tal de promoure el nostre esport i de fer promoció dels esportistes mes joves en el marc del programa federatiu marcat en la captació de joves talents esportius del cicle olímpic en curs, sempre que la economia federativa ho permeti, realitzarà convocatòria de la major quantitat possible d'esportistes per al desplaçament, sempre i quant presentin un nivell mínim requerit amb anterioritat.

## **ARTICLE 54: DE LA COPA D'ESPANYA ABSOLUTA M i F - LA COPA ESPANYA SUB15, SUB17 M i F**

Pel que fa a les competicions nacionals del calendari de competicions que estiguin regulades per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de competicions de la pròpia RFEH (<http://www.fedehalter.org/documentos/1/Reglamentos.html>) Es per aquesta raó que la FCH pel que fa en aquestes competicions, no regula cap assumpte, sent-hi únicament un intermediari entre la RFEH i els Clubs dels aixecadors/es classificats/es de la nostra Federació Territorial.

## **ARTICLE 55: DELS CAMPIONATS INTERNACIONALS**

Pel que fa a les competicions internacionals del calendari de competicions que estiguin regulades la seva classificació/participació per la pròpia RFEH, aquestes estaran reglades pels reglaments de la pròpia RFEH. Es per aquesta raó que la FCH pel que fa en aquestes competicions, no regula cap assumpte, sent-hi únicament un intermediari entre la RFEH i els Clubs dels aixecadors/es classificats/des de la nostra Federació Territorial.

### **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFILIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](https://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D





Pel que fa a les competicions internacionals del calendari de competicions que estiguin regulades la seva classificació/participació per la FCH, la Comissió Tècnica de la FCH realitzarà el mateix procediments establerts a l'article 50, informant-hi prèviament en el cas de haver-hi necessitat de fer fase prèvia, la data de la mateixa i en el cas de tenir-hi que fer una toma de preses, concentració, etc per poder decidir-hi, la Comissió Tècnica de la FCH informarà prèviament als Clubs per escrit.

Serà la Comissió Tècnica de la FCH l'encarregada en aquest últim cas, la responsable de decidir-hi els/les esportistes que realitzarien participació a la competició, tomant-hi les decisions que consideri necessàries pel ve esportiu de la pròpia FCH, a la vegada que serà l'encarregada de comunicar-ho als Clubs dels/les esportistes convocats/des.



## **FEDERACIÓ CATALANA D'HALTEROFÍLIA**

Rambla Guipúscoa, 23-25 4º- B 08018 Barcelona

[halterofilia@hotmail.com](mailto:halterofilia@hotmail.com)

[www.facebook.com/fchalterofilia.cat/](http://www.facebook.com/fchalterofilia.cat/)

<http://federaciocatalanahalterofilia.blogspot.com.es/>

CIF: Q5855005D

