

FRAIS D'INSCRIPTION PAR PARTICIPANT: €5

DAMES Toutes catégories d'âge Barre à 75% ou 50:% du Poids de Corps selon le niveau (confirmées ou débutantes) Avec Arrondis à la barre inferieure (multiple de 2.5kg) (
HOMMES Toutes catégories d'âge Barre au Poids de Corps Avec Arrondis à la barre inferieure (multiple de 2.5kg)
HOMMES OPEN Barre à 100kgs Toutes catégories d'âge et de poids confondues
HOMMES OPEN Barre à 150kgs Toutes catégories d'âge et de poids confondues
HOMMES OPEN Barre à 200kgs Toutes catégories d'âge et de poids confondues

Synthèse du Règlement:

- I. Les athlètes devront effectuer un maximum de répétitions sans reposer la barre et en touchant la poitrine
- II. Les répétitions s'effectueront les bras tendus
- III. Tout rebond excessif sera décompté ainsi que tout mouvement effectué avec les fesses décollées
- IV. Les participants devront concourir en t-shirts à manches courtes, en maillot cycliste, ou maillot de musculation et jambes nues, seuls les concurrents affrontant la barre de 200kgs seront autorisés à porter des maillots de force
- V. Hormis les Compétitions Open (Hommes) les classements différencieront les catégories d'âges à savoir:
- VI. Juniors/ Espoirs : jusqu'à 23 ans
- VII. Seniors : jusqu'à 40 ans
Masters : + de 40 ans
- VII 2 Classements Dames toutes catégories 50% et 75% PDC

Une Buvette et une petite Restauration seront disponibles pour les athlètes et le public. Infos et documents téléchargeables sur :



Pesée des Athlètes : 11h à 12h30 1ere barre à 13h

FEUILLE D'INSCRIPTION

Club ou Association :

NOM	PRENOM	DATE NAIS-SANCE	N° Equipe	PDC ou % PDC	OPEN 100	OPEN 150	OPEN 200

Pour les clubs pouvant proposer une ou plusieurs équipes merci indiquer par un numéro distinctif la composition prévue de ces équipes. Cochez les cases PDC ou OPEN en fonction de la participation des compétiteurs. EX : Pour un athlète participant aux trois Compétitions cochez les trois cases.

Récompenses : Coupes et Médailles + lots pour les vainqueurs
Classement Individuel par Catégorie
Classement par Équipes de 3
Chaque Club ou Association peut présenter plusieurs Équipes

Feuille à adresser à Michel Beaudoin : 6 Rue de l'Ancien Porche 35690 Acigne Téléphone/ Fax : 02 99 04 39 88
 Courriel : mibeaudoin@wanadoo.fr ou sur Site Force Breizh <http://forcebreizh.free.fr>

Date Limite d'Inscription: 1er MAI 2017

ANNEXE AU REGLEMENT POUR LE CLASSEMENT PAR EQUIPES

1. La composition des équipes de trois doit être communiquée de préférence à l'inscription et au plus tard à la pesée. Des aménagements peuvent toutefois être effectués au moment de la pesée.
2. Les équipes de trois athlètes ne sont pas mixtes mais peuvent être constituées de concurrents d'âges différents (Jeunes, Senior, Masters)
3. Les concurrents se présentant seuls ou à un maximum de deux et ne pouvant de ce fait composer une équipe peuvent au moment de la pesée se réunir avec d'autres athlètes de clubs ou d'associations différents pour en former une.
4. Les compétiteurs ont la possibilité de participer à la compétition au poids de corps et aux Open 100 et 150kg, dans ce cas c'est le nombre de répétitions le plus avantageux qui sera retenu pour le classement par équipes.
5. La compétition avec une barre à 200kgs n'est pas intégrée dans le classements par équipes.