

1 Équipement personnel :

1.1 La tenue d'haltérophilie

Une combinaison de type haltérophilie, telle que le modèle illustré ci-contre, doit être portée lors des compétitions.

La tenue doit être ajustée à taille du compétiteur. Les bretelles sont passées au-dessus des épaules pendant l'essai. La combinaison peut être de n'importe quelle (s) couleur (s).

- Une seule combinaison est autorisée pendant la compétition, et doit
- être confectionnée d'une seule pièce, ajustée au corps de l'athlète et ne pas flotter quand il se déplace.
- être entièrement fabriquée en tissu ou textile synthétique et conçue de façon à ne pas apporter de soutien ou renfort à l'athlète pendant l'exécution d'un essai.
- doit comporter des jambes, dont la longueur ne doit pas dépasser 25 cm, ni être inférieure à 3 cm.
 - ne pas avoir de surface antidérapante.
 - Être exempte de fermeture éclair.



1.2 T-Shirt

Un T-shirt avec manches doit être porté sous la combinaison au squat, développé couché et au soulevé de terre. Il doit être confectionné dans un tissu monocouche. Les manches ne doivent pas dépasser les coudes de l'athlète. Le T-shirt peut être d'une ou plusieurs couleurs mais ne comporter aucune inscription ou logo contraire à l'esprit de la compétition.

1.2.1 Le T-shirt doit également remplir les conditions suivantes:

- Ne pas être fabriqué dans une matière caoutchoutée ou autre matériau extensible semblable au caoutchouc.
- N'avoir ni poche, ni boutons, ni col, ni fermeture éclair.
- Ne pas avoir de coutures renforcées.
- Ne pas comporter de surface antidérapante.

1.3 Maillot d'assistance (shirt)

Le maillot d'assistance doit être confectionné dans un tissu d'une ou plusieurs couches et couvrir la totalité du torse (la peau de l'athlète ne doit pas être visible). Les fermetures velcro sont autorisées. Les manches ne doivent pas dépasser les coudes.

Le shirt peut être constitué de plusieurs épaisseurs, mais doit constituer un élément d'une seule pièce et n'être ni trop ample ni ouvert. L'épaisseur ne doit pas augmenter ou renforcer les muscles naturels. Tous les shirts à bandes, qui sont composés d'une bande élastique, similaire à un sling shot ou à un catapulte, qui relie directement le milieu du shirt avec les manches, ne sont pas autorisés.

1.4 Sous-vêtements

Un support sportif de type suspensoir ou un slip de n'importe quel design (boxer, caleçon, etc.) doit être porté sous la combinaison. La seule exigence est que la bande servant de ceinture ne dépasse pas le milieu du torse. Les sous-vêtements doivent être en tissu, d'une ou plusieurs couches mais constituer un élément complet. Un seul support sportif est autorisé.

1.5 Chaussettes

Une seule paire de chaussettes peut être portée. Elles ne doivent pas toucher les genoux ou les bandes de genoux, respectivement les genouillères. Les chaussettes qui montent sur les cuisses, les bas et les collants sont rigoureusement interdits. Les chaussettes longues, du ruban adhésif ou des protèges-genoux doivent être obligatoirement être portés lors du soulevé de terre pour couvrir et protéger les tibias.

1.6 Éléments spécifiques

Pendant les essais, les femmes peuvent porter des slips ou des sous-vêtements protecteurs, de même qu'un soutien-gorge, à condition qu'il ne comporte pas de soutien spécifique.

L'utilisation de tampons, serviettes hygiéniques ou articles hygiéniques similaires est autorisée.

1.7 Ceinture

Le compétiteur peut utiliser une ceinture qui doit être portée sur la tenue d'haltérophile.

1.7.1 Matériau et fabrication :

- a) Le corps (partie principale) de la ceinture doit être composé de cuir, de tissu, de vinyle ou de nylon. Ces matériaux sont utilisés en une ou plusieurs couches, cousus ou collés ensemble. A l'exception de ceux énumérées ci-dessous, il ne doit y avoir aucune pièce métallique fixées sur la ceinture.
- b) Il ne doit y avoir aucun rembourrage, renfort ou autre support supplémentaire, quel que soit le matériau à l'intérieur des couches ou à la surface de la ceinture.
- c) Une boucle métallique doit être fixée à l'extrémité de la ceinture à l'aide de rivets et/ou de coutures. Ce sont les seules pièces métalliques qui peuvent être utilisées. Les éléments gonflables dans ou sur la ceinture sont interdits.
- d) Un passant en cuir, tissu, vinyle ou nylon doit être fixé près de la boucle métallique au moyen de rivets ou de coutures.
- e) Le nom, la nation et le club de l'athlète peuvent être inscrits sur la ceinture.
- f) La boucle peut être classique à un ou deux ardillons ou être à fermeture rapide.

1.7.2 Dimensions

- a) La largeur de la ceinture ne doit pas dépasser 10 cm.
- b) Dans sa longueur, l'épaisseur de la ceinture ne doit pas dépasser 13 mm.

1.8 Chaussures

Des chaussures de sport en salle fermées doivent être obligatoirement être portées sur le plateau. Des chaussettes seules ne sont pas autorisées. Les clous ou talons métalliques ne sont pas non plus autorisés.

1.9 Bandes

Elles doivent être constituées d'un tissu élastique en coton, polyester, crêpe médicale ou une combinaison de ces matériaux. Les bandes en caoutchouc ou en substituts de caoutchouc ne sont pas autorisées.

1.10 Les bandes peuvent être utilisées comme suit:

1.10.1 Bandes de poignets

Des bandes d'une longueur de 1 m. et d'une largeur de 8 cm au maximum, ou comme alternative, une bande élastique d'une largeur n'excédant pas 10 cm peuvent être portées lors des essais. Une combinaison des deux n'est pas autorisée.

Les bandes de poignets spécifiques (wrap) avec passant et fermeture velcro sont autorisées. Dans ce cas, la passant doit être ôté du pouce pendant l'essai.

La couverture du poignet ne devra pas dépasser la largeur maximale de 12 cm, dont 2 cm au-delà de l'articulation du poignet vers la main et 10 cm au-delà de l'articulation du poignet vers le coude.

1.10.2 Bandes de genoux

Des bandes d'une longueur de 2,5 m et d'une largeur de 8 cm au maximum ou comme alternative des genouillères (knee sleeves), n'excédant pas 30 cm peuvent être portées par l'athlète. Une combinaison des deux n'est pas autorisée. Une fois enroulée, la bande ne devra pas dépasser la largeur de 30 cm, dont 15 cm au-delà de l'articulation du genou vers le haut ou le bas. Les bandes ou les genouillères ne doivent pas toucher les chaussettes ou la tenue d'haltérophile.

1.10.3 Genouillères (Knee Sleeves)

Les genouillères sont des supports cylindriques confectionnés en néoprène ou principalement d'une couche de néoprène et d'une couche de tissu n'apportant aucun support et ne doivent être portées que sur les genoux et en aucun cas sur une autre partie du corps pendant l'exécution d'un essai lors d'une compétition. L'épaisseur des genouillères est limitée à un maximum de 7 mm et la longueur maximale de 30 cm. Le port de genouillère combiné à un autre support n'est pas autorisé.

1.10.4 Bandes pour coudes

Les bandes pour coudes ne peuvent être utilisées que pendant la compétition de squat. Elles ne doivent couvrir que l'articulation du coude et ne pas s'étendre jusqu'au poignet ou à l'épaule. Il peut s'agir de manchons en caoutchouc ou de bandes élastiques. Dans tous les cas, ils doivent être constitués d'une seule pièce, et si des bandes sont utilisées, elles ne doivent pas dépasser 1 m.

1.11 Sangles de levage / Lifting Straps

Les sangles de levage, également appelées Lifting Straps, sont interdites.

1.12 Pansements

- a) Deux tours de sparadrap peuvent être passés autour des pouces. Sparadrap, pansement, bandes ou tout matériel similaire ne peuvent être portés ailleurs sur le corps sans autorisation du Jury ou du chef de plateau. Le sparadrap ou les bandes ne peuvent pas être utilisés pour aider le concurrent à tenir la barre. Deux couches de plâtre, de pansement ou de sparadrap ne peuvent être portées que sur le pouce sans obtenir l'autorisation des juges de compétition ou d'autres officiels. Les pansements ou les bandages ne doivent pas être utilisés comme courroies pour aider le compétiteur dans l'exécution de l'exercice.
- b) Avec l'autorisation du Jury, le médecin officiel ou l'auxiliaire médical de service peuvent appliquer des pansements, bandes, ou du sparadrap en cas de blessure corporelle, en faisant en sorte que cela n'avantage pas l'athlète. Des pansements similaires peuvent également être utilisés pour soigner d'éventuelles blessures à la paume de la main, mais celles-ci ne doivent en aucun cas s'étendre autour du dos de la main.

1.13 Généralités

- a) L'usage d'huile, de graisse ou d'autres lubrifiants sur le corps, la tenue ou l'équipement personnel est rigoureusement interdit. Magnésie, talc, craie et résine sont les seules substances autorisées sur le corps ou la tenue, sauf sur les bandes. L'utilisation d'ammoniac médical est autorisé mais seulement dans la zone d'attente, hors de vue de la scène et en aucun cas sur le plateau de compétition. L'utilisation de sprays n'est autorisée que sur le corps de l'athlète.
- b) Aucun produit, magnésie, spray ou autre ne doit être appliqué intentionnellement sur les équipements du plateau de compétition.
- c) La tenue de l'athlète et son équipement personnel doivent être propres et en bon état. Si tel n'était pas le cas, il appartient au juge principal d'interdire à l'athlète de poursuivre la compétition.

2 Contrôle de l'équipement personnel

- a) Il est de la responsabilité du concurrent de se présenter sur le plateau avec un équipement personnel conforme aux règlements en vigueur.
- b) Si un concurrent a des doutes sur la conformité de son équipement, il peut le faire contrôler pendant la pesée, par un des juges de la compétition mis à part l'officiel en charge de la pesée. Tout doute quant à la conformité de l'équipement personnel d'un athlète doit être transmis au juge principal qui prendra les décisions qui s'imposent avant le début de la compétition.
- c) Des éléments de l'équipement non expressément mentionnés ci-dessus, tels que bandeaux, protège-dents, montres, bijoux et articles d'hygiène féminine sont autorisés. Les chapeaux, casquettes, foulards ou bandeaux couvrant la tête comme un chapeau ne doivent pas être portés sur scène.
- d) Tous les vêtements portés, qui sont sérieusement offensants, sales, déchirés, indécents ou contrevenant à l'esprit du sport ou de la compétition ne seront pas acceptés. L'athlète ne sera autorisé à poursuivre la compétition qu'après s'être mis en conformité.
- e) Si un compétiteur utilise un élément non conforme ou dont il a été prouvé qu'il n'a pas été autorisé au cours de son essai, celui-ci ne sera pas accepté. L'athlète peut aussi être disqualifié de la compétition. Des inadvertances mineures, décrites au point d), doivent être signalées et mises en conformité par l'athlète avant la réalisation de l'essai.
- f) L'équipement de n'importe quel compétiteur peut être contrôlé avant ou après son essai si un des juges émet des doutes sur la conformité de son équipement.
- g) Tout athlète ayant réussi une tentative de record doit être contrôlé. Le contrôle peut être visuel ou plus approfondi. Un contrôle plus précis devrait être effectué en dehors de la scène, soit par les 3 juges, soit par un fonctionnaire.

Seule la version allemande fait foi en cas litige.

3 Historique

Date	Version	Modification	Auteur	Examen
24.03.2020	1.0	Première version	Cina Serge	Dr. Wyss Christoph
23.08.2020	1.0	Traduction en français	Aymon Jean-Pierre	
28.08.2021	1.1	Un T-Shirt doit également être porté sous la combinaison pendant le soulevé de terre.	Cina Serge	Antonioli Brian
12.04.2022	1.2	Les shirts de bande sont interdits.	Cina Serge	Mazzucco Stefano
12.08.2023	1.3	Les sangles de levage sont interdites.	Cina Serge	Antonioli Brian