



INTERNATIONAL WEIGHTLIFTING FEDERATION

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE DI PESISTICA 2005-2008

1 **PROGRAMMA DELLA GARA**

1.1 **I DUE SOLLEVAMENTI**

1.1.1 Nella disciplina del sollevamento pesi l'IWF riconosce due sollevamenti che devono essere eseguiti in questa sequenza:

a) Lo **STRAPPO**

b) Lo **SLANCIO**

1.1.2 Entrambi i sollevamenti devono essere eseguiti con due mani.

1.1.3 Sono concessi tre (3) tentativi per ogni sollevamento.

1.2 **PARTECIPANTI**

1.2.1 Nello sport del sollevamento pesi, le competizioni sono organizzate per le categorie maschili e femminili. Gli Atleti gareggiano all'interno di categorie stabilite dalle norme ed in base al loro peso corporeo.

1.2.2 Nella sua attività, l'IWF riconosce tre fasce d'età:

i) **GIOVANILI**: fino ai diciassette (17) anni d'età inclusi.

ii) **JUNIOR**: fino ai venti (20) anni di età inclusi.

iii) **SENIOR**.

Nota 1: Tutte le fasce d'età sono calcolate dall'anno di nascita dell'Atleta.

Nota 2: L'età minima per partecipare ai Campionati MONDIALI, MONDIALI JUNIOR e MONDIALI UNIVERSITARI ed altre manifestazioni internazionali aperte è di quindici (15) anni sia per gli uomini sia per le donne.

Nota 3: L'età minima per partecipare ai Giochi olimpici, per UOMINI e DONNE, è di sedici (16) anni.

Nota 4: L'età minima per partecipare agli eventi per GIOVANILI è di tredici (13) anni.

1.3. **CATEGORIE**

1.3.1 Sono previste otto (8) categorie per gli **UOMINI e UOMINI JUNIOR**. Tutte le competizioni disputate in base alle norme dell'IWF devono svolgersi nelle seguenti categorie e con la seguente sequenza:

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

1.3.2 Sono previste sette (7) categorie per le **DONNE e DONNE JUNIOR**. Tutte le competizioni disputate in base alle norme dell'IWF devono svolgersi nelle seguenti categorie e con la seguente sequenza:

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

1.3.3 Sono previste otto (8) categorie per la fascia **GIOVANILE** relativa agli uomini (**Ragazzi**):

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

Sono previste sette (7) categorie per la fascia **GIOVANILE** relativa alle donne (**Ragazze**):

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

1.3.4 In occasione dei Campionati mondiali e Continentali maschili e di competizioni Continentali, Regionali o di altro tipo maschili, ciascun paese può iscrivere una squadra composta da otto (8) Atleti più due (2) riserve nelle varie categorie, per un massimo di due (2) Atleti per categoria. Per i Giochi Olimpici vige il paragrafo 3.3 del **REGOLAMENTO ORGANICO IWF**.

1.3.5 In occasione dei Campionati mondiali e Continentali femminili e di competizioni continentali, regionali o di altro tipo femminili, ciascun paese può iscrivere una squadra composta da sette (7) Atlete più due (2) riserve nelle varie categorie, per un massimo di due (2) Atlete per categoria. Per i Giochi Olimpici vige il paragrafo 3.3 del **REGOLAMENTO ORGANICO IWF**.

1.3.6 Durante le competizioni, gli Atleti non possono gareggiare in più di una categoria.

2 **I DUE SOLLEVAMENTI**

2.1 **LO STRAPPO**

2.1.1 Il bilanciere è posto orizzontalmente di fronte alle gambe del sollevatore. E' impugnato, con le palme in giù, e sollevato in un unico movimento dalla pedana fino a sopra la testa, con le braccia tese, divaricando o piegando le gambe. Durante questo movimento continuo, il bilanciere può scivolare lungo le cosce e l'addome. Nessuna parte del corpo, tranne i piedi, può toccare la pedana durante l'esecuzione del sollevamento. Il peso che è stato sollevato deve essere mantenuto immobile nella posizione finale, con braccia e gambe in estensione, piedi sulla stessa linea,

fino a quando l'Arbitro non dà il segnale di rimettere il bilanciere sulla pedana. L'Atleta può risalire da una posizione *split* o *squat* quando si riterrà pronto e finire con i piedi sulla stessa linea, paralleli al piano del tronco e del bilanciere. Gli Arbitri danno il segnale di abbassare il bilanciere non appena l'Atleta rimane immobile con ogni parte del corpo.

2.2 **LO SLANCIO**

2.2.1 La prima parte, (la **GIRATA**):

Il bilanciere è posto orizzontalmente di fronte alle gambe del sollevatore. E' impugnato, con le palme in giù, e sollevato in un unico movimento dalla pedana fino alle spalle, divaricando o piegando le gambe. Durante questo movimento continuo, il bilanciere può scivolare lungo le cosce e l'addome. Il bilanciere non deve toccare il petto prima della posizione finale. Poi è appoggiato sulle clavicole o sul petto al di sopra dei capezzoli o sulle braccia completamente piegate. I piedi tornano sulla stessa linea; le gambe sono raddrizzate prima di effettuare la spinta. L'Atleta può compiere questa risalita, quando si riterrà pronto e finire con i piedi sulla stessa linea, paralleli al piano del tronco e del bilanciere.

2.2.2 La seconda parte, (la **SPINTA**):

L'Atleta piega le gambe, poi le estende, insieme alle braccia per portare il bilanciere al di sopra della testa, con le braccia completamente distese verticalmente. L'Atleta riallinea i piedi; le gambe e le braccia completamente distese e aspetta il segnale degli Arbitri di rimettere sulla pedana il bilanciere. Gli Arbitri danno il segnale di abbassare il bilanciere non appena l'Atleta ha raggiunto l'immobilità in ogni parte del corpo.

NOTA IMPORTANTE:

Dopo la girata e prima della spinta, il sollevatore può correggere la posizione del bilanciere. Ciò non deve creare confusione. Non significa la concessione di un ulteriore tentativo di spinta, ma permettere al sollevatore di:

- a) ritirare i pollici o "sganciarli", se è utilizzato questo metodo.
- b) abbassare il bilanciere per collocarlo sulle spalle qualora il bilanciere sia troppo in alto ed impedisca la respirazione o provochi dolore.
- c) cambiare l'ampiezza dell'impugnatura.

2.3 **NORME GENERALI PER TUTTI I SOLLEVAMENTI**

2.3.1 La tecnica denominata "impugnatura prona a gancio (*hooking*)" è permessa. Essa consiste nel coprire l'ultima articolazione del pollice con le altre dita della stessa mano nel momento in cui si impugna il bilanciere.

2.3.2 In tutti i sollevamenti, gli Arbitri devono considerare nulle le prove non portate a termine in cui il bilanciere ha raggiunto l'altezza delle ginocchia.

2.3.3 Dopo il segnale degli Arbitri di abbassare il bilanciere, il sollevatore deve riportare il bilanciere a terra di fronte a sé e non lasciarlo cadere, deliberatamente o accidentalmente. Quando il bilanciere ha passato il livello della vita, lo si può lasciar cadere.

2.3.4 Un concorrente che non può distendere completamente il gomito a causa di una deformazione anatomica deve informare i tre Arbitri e la Giuria di tale deformazione prima dell'inizio della gara.

2.3.5 Quando si esegue uno strappo o uno slancio nello stile *squat*, il sollevatore può aiutarsi a rialzarsi con ondeggiamenti o oscillazioni del corpo.

2.3.6 E' vietato l'utilizzo di grasso, olio, acqua, talco o altri lubrificanti simili sulle cosce. Ai sollevatori non è permesso avere alcuna sostanza sulle cosce, quando arrivano nell'area di gara. Ai sollevatori che utilizzano lubrificanti è ordinato di rimuoverli. Durante l'operazione di rimozione, il cronometro è in funzione.

2.3.7 E' consentito l'utilizzo di gesso (magnesio) su mani, cosce, ecc.

2.4 **MOVIMENTI E POSIZIONI SCORRETTE PER TUTTI I SOLLEVAMENTI**

2.4.1 Tirare in sospensione.

2.4.2 Toccare la pedana con una parte del corpo, ad eccezione dei piedi.

2.4.3 L'estensione disuguale o incompleta delle braccia alla fine dell'alzata.

2.4.4 Fare una pausa durante la distensione delle braccia.

2.4.5 Terminare con una distensione.

2.4.6 Piegare e distendere i gomiti mentre si torna in posizione eretta.

2.4.7 Lasciare la pedana durante l'esecuzione del sollevamento, vale a dire toccare l'area esterna alla pedana con una parte del corpo.

2.4.8 Rimettere a terra il bilanciere sulla pedana prima del segnale degli Arbitri.

2.4.9 Lasciar cadere il bilanciere dopo il segnale degli Arbitri.

2.4.10 Non terminare l'esercizio con i piedi e il bilanciere in linea e paralleli al piano del tronco.

2.4.11 Non riposizionare sulla pedana il bilanciere completo, vale a dire che tutto il bilanciere deve toccare la pedana.

2.5 **MOVIMENTI SCORRETTI PER LO STRAPPO**

- 2.5.1 Fare una pausa durante il sollevamento del bilanciere.
 2.5.2 Ogni contatto della barra con la testa dell'Atleta.

2.6 **MOVIMENTI SCORRETTI PER LA GIRATA**

- 2.6.1 Appoggiare la barra sul petto prima di ruotare i gomiti.
 2.6.2 Toccare le cosce o le ginocchia con i gomiti o gli avambracci.

2.7 **MOVIMENTI SCORRETTI PER LA SPINTA**

- 2.7.1 Ogni movimento accennato e non completato per effettuare la spinta, incluso piegare il tronco o le ginocchia.
 2.7.2 Ogni oscillazione deliberata del bilanciere per trarne beneficio. L'Atleta e il bilanciere devono restare immobili prima dell'inizio della spinta.

3 **ATTREZZATURA E DOCUMENTI**

3.1 **BILANCIERE**

- 3.1.1 Per tutte le gare di sollevamento pesi sotto la giurisdizione dell'IWF si possono utilizzare solo i bilancieri conformi alle specifiche dell'IWF stessa.
 3.1.2 Il bilanciere è formato dai seguenti elementi:

- **la barra - i dischi - i morsetti fermadischi**

3.1.2.1 i) **LA BARRA**

La barra degli uomini pesa **20 kg** e quella delle donne **15 kg** e deve essere conforme alle specifiche descritte nello schema in allegato.

3.1.2.2 ii) **DISCHI**

I dischi devono rispettare le seguenti specifiche:

a) devono essere dei seguenti pesi e colori:

25 kg - ROSSO	20 kg - BLU	15 kg - GIALLO	10 kg - VERDE	5 kg - BIANCO
2,5 kg - ROSSO	2 kg - BLU	/	1 kg - VERDE	0.5 kg - BIANCO

b) il diametro dei dischi più grandi deve essere di **450 mm** con un margine di tolleranza di ± 1 mm;

c) i dischi da **450 mm** devono essere ricoperti in gomma o plastica e verniciati su entrambi i lati con colori indelebili o dipinti almeno sui bordi;

d) i dischi più leggeri di **10 kg** possono essere di metallo o altri materiali autorizzati;

e) tutti i dischi devono riportare una chiara indicazione del peso.

3.1.2.3 iii) **MORSETTI FERMADISCHI**

Per assicurare i dischi alla barra, ogni barra deve essere attrezzata con due morsetti fermadischi del peso di **2,5 kg** ciascuno per gli uomini e per le donne.

3.1.3 Il margine di tolleranza sul peso di ogni singolo elemento che pesi più di **5 kg** deve essere **+ 0,1%** e **- 0,05%**. Per gli elementi che pesano **5 kg** o meno, il margine di tolleranza deve essere **+10 grammi** e **- 0 grammi**.

3.1.4 La barra deve essere caricata posizionando i dischi più grandi e pesanti all'interno e i dischi più piccoli in ordine decrescente di peso verso l'esterno. Devono essere caricati in modo da permettere agli Arbitri di leggere il peso indicato su ogni disco. Devono essere fermati alla barra mediante i morsetti fermadischi.

3.1.5 **Contrassegni sulle barre:**

Le barre per il sollevamento pesi devono essere contrassegnate con colori diversi per facilitarne l'identificazione. La barra degli uomini deve essere contrassegnata in blu e quella delle donne in giallo. Tali colori corrispondono a quelli dei dischi da **20 kg** e da **15 kg**.

3.2 **PEDANA DI GARA**

- 3.2.1 Tutti i sollevamenti vanno eseguiti sulla pedana di gara.
- 3.2.2 La pedana deve essere quadrata, piana e misurare quattro (4) metri su ogni lato. Quando il pavimento circostante la pedana è di colore simile o uguale, il bordo esterno della pedana deve essere ricoperto con una fascia di colore diverso di almeno **150 mm**.
- 3.2.3 La pedana può essere di legno, plastica o altro materiale solido e può essere rivestita di materiale anti-scivolo.
- 3.2.4 E' obbligatoria un'area sgombra di un (1) metro intorno alla pedana. Tale area deve essere in piano e libera da ogni ostacolo, inclusi i dischi.
- 3.2.5 L'altezza della pedana deve essere compresa tra i **50** e i **150 mm**.
- 3.2.6 Se la pedana è posta su un palco, una barra di contenimento di larghezza almeno pari a quella della pedana deve essere fissata saldamente sul palco stesso, alla distanza di almeno un (1) metro di fronte alla pedana.

3.3 **SISTEMA ELETTRONICO DI ARBITRAGGIO**

3.3.1 **ELEMENTI DEL SISTEMA** Il sistema elettronico di arbitraggio è formato dai seguenti componenti:

- a) Un quadro di controllo per ciascuno dei tre (3) Arbitri. Tali quadri di controllo sono muniti di due (2) pulsanti, uno bianco e uno rosso e di un dispositivo di segnalazione.
- b) Un apparato che emette il segnale, visivo e acustico, "GIÙ", installato su un supporto di fronte alla pedana di gara.
- c) Due (2) o più apparecchi denominati "LUCI DI DECISIONE" muniti di tre (3) luci rosse e tre (3) luci bianche, poste orizzontalmente, che indicano la decisione degli Arbitri ai concorrenti e al pubblico.
- d) Uno o più pannelli di controllo muniti di tre (3) luci rosse e tre (3) luci bianche che si accendono istantaneamente quando gli Arbitri premono il pulsante corrispondente. Tali pannelli di controllo, posti sul tavolo della Giuria, sono dotati inoltre di un dispositivo acustico che può essere utilizzato per chiamare uno o più Arbitri al tavolo della Giuria.

3.3.2 **FUNZIONAMENTO DEL SISTEMA**

- 3.3.2.1 Durante le gare, quando i tre (3) Arbitri ritengono che un sollevamento è riuscito, premono il pulsante bianco sulla loro quadro di controllo. Immediatamente, l'apparecchio posizionato davanti alla pedana emette contemporaneamente il segnale visivo e acustico "GIÙ" che indica all'Atleta di appoggiare il bilanciere sulla pedana. Se quando il segnale "GIÙ" è stato emesso e le "LUCI DI DECISIONE" si sono accese il concorrente non abbassa il bilanciere, l'Arbitro centrale deve dire "GIÙ" e indicare all'Atleta di abbassare il bilanciere.
- 3.3.2.2 Quando i tre (3) Arbitri ritengono che l'Atleta abbia commesso un fallo durante l'esecuzione di un sollevamento, segnalano la decisione "NULLO" premendo il pulsante rosso sul quadro di controllo. Immediatamente, l'apparecchio di fronte alla pedana emette contemporaneamente il segnale visivo e acustico "GIÙ" che indica all'Atleta di appoggiare il bilanciere sulla pedana.
- 3.3.2.3 Il segnale visivo e acustico "GIÙ" è emesso quando due degli Arbitri esprimono la stessa decisione.
- 3.3.2.4 Qualora uno degli Arbitri preme il pulsante bianco e un altro il pulsante rosso, mentre il terzo Arbitro non ne preme nessuno, quest'ultimo udrà un segnale acustico intermittente proveniente dal quadro di controllo, che lo sollecita a comunicare la propria decisione. Ugualmente, quando due (2) luci bianche o due (2) luci rosse sono state accese da due (2) dei tre (3) Arbitri e il segnale "GIÙ" è stato visto e udito, il terzo Arbitro viene sollecitato a comunicare la propria decisione dal segnale acustico intermittente.
- 3.3.2.5 Tre (3) secondi dopo che tutti e tre gli Arbitri hanno comunicato la propria decisione, le "LUCI DI DECISIONE" si accendono, indicando la decisione di ciascuno degli Arbitri mediante il colore corrispondente (ROSSO o BIANCO). Le luci rimangono accese per almeno tre (3) secondi.
- 3.3.2.6 Dopo il segnale visivo e acustico "GIÙ" e prima che si accendano le Luci di decisione, gli Arbitri hanno tre (3) secondi per cambiare la propria decisione. Per esempio, dopo un sollevamento valido l'Atleta lascia andare il bilanciere, gli Arbitri devono premere il pulsante rosso e la "LUCE DI DECISIONE" rossa si accende, indicando un tentativo "NULLO". Se è troppo tardi per cambiare il colore delle luci, gli Arbitri devono alzare la bandierina rossa per indicare tale cambiamento..

3.3.3 **MANSIONI DEGLI ARBITRI**

- 3.3.3.1 I tre Arbitri hanno pari diritti di decisione e di aggiudicare un sollevamento.
- 3.3.3.2 Ciascuno degli Arbitri deve dare il segnale "GIÙ" premendo il pulsante bianco per un tentativo "VALIDO" o quello rosso per un tentativo "NULLO", in conformità alle regole vigenti. Un Arbitro che vede un errore o un fallo durante l'esecuzione di un sollevamento, deve premere immediatamente il pulsante rosso.
- 3.3.3.3 Nelle competizioni Master, gli Arbitri devono usare poteri discrezionali.

3.3.4 **CONTROLLO DA PARTE DELLA GIURIA**

Durante lo svolgimento della competizione, i membri della Giuria valutano il lavoro degli Arbitri attraverso il pannello di controllo. Ogni decisione degli Arbitri può essere verificata, poiché le luci sul pannello di controllo si accendono istantaneamente quando gli Arbitri premono il pulsante corrispondente. I membri della Giuria possono identificare immediatamente una decisione lenta, rapida o una mancata decisione e possono quindi prendere delle misure immediate o future. Qualora il Presidente della Giuria voglia chiamare uno degli Arbitri al tavolo, può farlo premendo il pulsante corrispondente, che lancia un segnale acustico all'Arbitro in questione.

3.4 **BILANCE**

- 3.4.1 Per i Campionati mondiali, i Giochi olimpici ed altre importanti competizioni internazionali, come il *Grand Prix*, i Giochi multisports, le bilance devono avere la capacità di pesata di **200 kg** ed una precisione di **10 grammi minimo**.
- 3.4.2 Ai Campionati mondiali, i Giochi Olimpici ed altre importanti competizioni internazionali, una seconda bilancia identica deve essere posta vicino alla sala peso, per permettere ai concorrenti di controllare il proprio peso.
- 3.4.3 Il certificato di validità delle bilance non deve risalire a più di un **(1)** anno prima della data della gara.

3.5 **CRONOMETRO**

- 3.5.1 Nelle gare ufficiali **IWF** deve essere utilizzato un cronometro elettrico o elettronico. Tale strumento, che serve per un'accurata misurazione del tempo, deve avere le seguenti caratteristiche:
- a) funzionare ininterrottamente per almeno quindici **(15)** minuti.
 - b) indicare il tempo trascorso almeno ogni dieci **(10)** secondi.
 - c) emettere automaticamente un segnale acustico trenta **(30)** secondi prima dello scadere del tempo concesso ad un Atleta.
- 3.5.2 Il tempo trascorso deve essere mostrato contemporaneamente nell'area di gioco e nell'area di riscaldamento. Nell'area di gioco ci sarà un apparecchio rivolto verso il pubblico ed uno verso il concorrente sulla pedana e nell'area di riscaldamento ci sarà un altro apparecchio.

3.6 **ALTRE ATTREZZATURE**

3.6.1 **TABELLONE DEI TENTATIVI**

Un tabellone ben visibile sul quale deve apparire il nome del concorrente, il peso con cui effettuerà il tentativo e il numero del tentativo. Le informazioni sulla prova dovranno essere disponibili per l'intera durata della competizione.

3.6.2 **TABELLONE SEGNAPUNTI**

Un tabellone segnapunti deve essere posizionato bene in vista nell'area di gara al fine di registrare e mostrare i risultati di una specifica categoria mentre l'evento è in corso. Il tabellone contiene le seguenti informazioni che devono essere disponibili per tutta la durata della competizione:

- Il numero di ingresso
- Il nome di ogni concorrente in ordine progressivo, in base ai numeri sorteggiati
- Il peso corporeo del concorrente
- Il codice **IWF/CIO** del paese
- I tre tentativi per lo strappo
- I tre tentativi per lo slancio
- Il totale
- La classificazione finale.

3.6.3 **TABELLONE DEI RECORD**

I record della categoria che ha gareggiato devono essere mostrati nell'area di gara.

Nota: le informazioni sui record devono essere disponibili per tutta la durata della competizione e devono essere aggiornate ogni volta che si stabilisce un nuovo record.

3.6.4 **AREA DI RISCALDAMENTO**

Per prepararsi alla gara, i concorrenti devono avere a disposizione un'area di riscaldamento situata in prossimità dell'area di gara. L'area di riscaldamento deve essere attrezzata con una quantità adeguata di pedane, bilancieri, gesso, ecc. in base al numero dei concorrenti. Inoltre, deve essere munita delle seguenti attrezzature:

- Altoparlanti collegati al microfono dello Speaker.
- Un tabellone segnapunti che indica i nomi dei concorrenti in ordine di sorteggio, il loro peso corporeo e il peso che hanno chiesto prima di essere chiamati in pedana.
- Un tavolo per il Medico di servizio
- Un *display* del cronometro in funzione nella area di gara
- Schermi video per le riprese che mostrano l'attività che si svolge sulla pedana di gara.

- 3.6.5 Alle gare di sollevamento pesi dei Giochi olimpici ed in altri campionati internazionali maggiori, come i Campionati mondiali o continentali o i Giochi multisports, gli organizzatori devono fornire ed utilizzare le seguenti attrezzature:

- Bilance elettroniche precise ai **10 grammi**
- Schermi video per il pubblico
- Programma informatico (*TIS, Technology Information System*) dell'**IWF** o un programma autorizzato dall'**IWF** (vedi: **REGOLAMENTO ORGANICO IWF 2.1.b**)

3.6.6 Si raccomanda l'utilizzo di ulteriori attrezzature o dispositivi che possano migliorare la gestione della gara.

3.7 **DOCUMENTI UFFICIALI DELLA GARA**

3.7.1 **I seguenti documenti sono essenziali per un corretto svolgimento della gara di sollevamento pesi:**

a) **LA START LIST:** descrive in dettaglio i nomi di tutti i partecipanti, il numero di sorteggio, la data di nascita, il miglior totale, la categoria, il gruppo, l'orario dell'operazione di peso e l'ora della gara.

b) **L'ELENCO DELLE OPERAZIONI DI PESO:** per ogni categoria o gruppo, questo modulo utilizzato dal Segretario della gara deve contenere le seguenti informazioni: il nome dell'Atleta, il suo numero, il nome del paese e il peso corporeo esatto, come verificato dagli Arbitri. Tale lista è redatta e distribuita nel più breve tempo possibile dopo le operazioni di peso.

c) **IL CARTELLINO DEL CONCORRENTE:** tale documento riporta il nome del concorrente, il numero di ingresso, il codice del paese, l'anno di nascita, la categoria di peso e il gruppo. E' utilizzato per registrare il peso di ogni singolo tentativo durante la gara, con le eventuali modifiche, in conformità alle regole. L'allenatore deve apporre la propria firma ad ogni registrazione.

d) **IL REFERTO DEI RISULTATI UFFICIALI:** tale modulo, compilato a mano o al computer, è il documento ufficiale che certifica i risultati di ogni gara. Il Segretario della gara e il Presidente della Giuria devono verificarne l'accuratezza e sottoscriverlo.

e) **IL REFERTO DEI RECORD:** tale modulo viene utilizzato per registrare tutti i record stabiliti nel corso della competizione. Deve contenere tutte le informazioni relative ad ogni specifico record: peso, nome dell'Atleta, codice del paese, data di nascita, peso corporeo, categoria, data, ecc. I tre Arbitri devono apporre la loro firma. Tale regola si applica solo nel caso in cui la competizione non utilizza il TIS dell'IWF.

f) **PASS PER L'AREA DI RISCALDAMENTO:** tali pass, validi solo per le categorie o i gruppi specifici per i quali sono stati emessi, vengono distribuiti durante le operazioni di peso dal Segretario di gara, al fine di identificare i Dirigenti di squadra autorizzati ad entrare nelle aree di riscaldamento e di gara. (vedi anche 5.3.14)

g) **PACCHETTO DEI RISULTATI FINALI:** questo documento, distribuito alle delegazioni alla fine del Campionato, contiene i risultati di tutte le categorie nello strappo, nello slancio e nel totale. Contiene inoltre il punteggio e la classificazione dei concorrenti e delle squadre, i vincitori di medaglie, i nuovi record ed ogni informazione utile.

4 **ABBIGLIAMENTO DEI CONCORRENTI**

4.1 **COSTUME**

4.1.1 **I concorrenti devono indossare indumenti che siano puliti e concepiti in modo da rispettare i seguenti criteri:**

IL COSTUME:

- Può essere intero o due pezzi, ma deve coprire il tronco del concorrente;
- Deve essere aderente;
- Deve essere senza colletto;
- Può essere di qualsiasi colore;
- Non deve coprire i gomiti;
- Non deve coprire le ginocchia.

4.1.2 a) E' possibile indossare una maglietta sotto il costume. Le maniche non devono coprire i gomiti. La maglietta deve essere senza colletto.

b) Un *body* aderente o calzoncini da ciclista possono essere indossati sotto o sopra il costume. Non devono coprire le ginocchia.

4.1.3 Non è possibile indossare una maglietta e calzoncini al posto del costume.

4.1.4 Durante le gare, gli Atleti partecipano indossando la tenuta fornita o approvata dalla Federazione d'appartenenza. In tal senso, la Cerimonia di premiazione si considera parte della gara.

4.1.5 E' possibile indossare calzini, ma devono arrivare al di sotto del ginocchio e non devono coprire fasce sulle zone vietate.

4.2 **CALZATURE PER IL SOLLEVAMENTO PESI**

4.2.1 I concorrenti devono indossare scarpe sportive (denominate scarpe/stivaletti per il sollevamento pesi) che servono a proteggere i piedi e dare stabilità sulla pedana di gara.

4.2.2 Le scarpe per il sollevamento pesi devono essere fabbricate in modo tale da non dare all'Atleta un vantaggio sleale o un sostegno maggiore di quello specificato al paragrafo 4.2.1.

- 4.2.3 E' consentito un cinturino sul collo del piede.
- 4.2.4 La parte della calzatura che copre il tallone può essere rinforzata.
- 4.2.5 L'altezza massima consentita, nella parte più alta della scarpa, misurata dalla superficie della suola è di **130 mm**.
- 4.2.6 La suola non deve fuoriuscire dalla scarpa per più di **5 mm** in qualsiasi punto.
- 4.2.7 Le scarpe possono essere di qualsiasi materiale o combinazione di materiali.
- 4.2.8 Non esiste un'altezza minima o massima delle soles.
- 4.2.9 Non ci sono restrizioni riguardo alla forma delle scarpe.
- 4.3 **CINTURA**
- 4.3.1 L'altezza massima della cintura non può superare i **120 mm**.
- 4.3.2 Non è consentito indossare una cintura sotto il costume.
- 4.4 **FASCE, BENDE E CEROTTI**
- 4.4.1 Fasce, bende o cerotti possono essere indossati ai polsi, alle ginocchia e sulle mani. Bende o cerotti possono essere indossati sulle dita o sui pollici.
- 4.4.2 Le fasce possono essere di garza, crepe o pelle. Una benda elastica in un pezzo singolo o una ginocchiera in materiale gommato, che permette libertà di movimento, possono essere indossate alle ginocchia, ma non possono essere rinforzate in nessun modo.
- 4.4.3 Le fasce ai polsi non devono coprire più di **100 mm** di pelle.
- 4.4.4 Le fasce alle ginocchia non devono coprire più di **300 mm** di pelle.
- 4.4.5 Non esiste un limite per la lunghezza delle fasce.
- 4.4.6 È consentito l'uso di cerotti o bende sia sulla superficie interna sia esterna delle mani. Tali cerotti o bende possono essere attaccati al polso, ma non al bilanciere.
- 4.4.7 Sono consentiti i cerotti sulle dita, ma non devono sporgere oltre la punta delle dita.
- 4.4.8 Per proteggere il palmo delle mani, è consentito usare speciali guanti senza dita, p. es. guanti di protezione per il palmo della mano, guanti da ciclista. Tali guanti possono coprire solo la prima falange delle dita. Se s'indossano cerotti sulle dita, deve esserci una separazione ben visibile tra i cerotti e il guanto.
- 4.4.9 Non sono consentite fasce o suoi sostituti sulle seguenti parti del corpo:
a) i gomiti - b) il tronco - c) le cosce - d) gli stinchi - e) le braccia.
- Nota:** In caso di ferita, il Medico in servizio può applicare cerotti su una qualsiasi parte sanguinante del corpo.
- 4.4.10 Un solo tipo di fasciatura può essere applicato o autorizzato su una parte qualsiasi del corpo.
- 4.4.11 Deve esserci una separazione visibile tra il costume e la fasciatura o le fasciature.
- 4.5 Su ogni singolo capo d'abbigliamento dell'Atleta, l'IWF consente l'identificazione del produttore e/o dello sponsor (in conformità alle disposizioni del **REGOLAMENTO ORGANICO IWF 1.4**). In occasione dei Giochi olimpici, si applicano le regole del **CIO**.
- 5 **GARE**
- 5.1 **ISCRIZIONI**
- 5.1.1 In ogni categoria, durante le gare, gli Atleti possono essere divisi in due (**2**) o più gruppi dal Direttore e/o Segretario di gara. L'assegnazione ai gruppi dipenderà dalla verifica delle iscrizioni finali (vedi: **REGOLAMENTO ORGANICO IWF 4.3.5**) in base al punteggio totale dichiarato.
- 5.1.2 In occasione della Riunione dei Dirigenti tecnici, i membri della Giuria, gli Arbitri, i Controllori tecnici e i Medici designati saranno assegnati alle varie categorie e ai vari gruppi.
- 5.2 **SORTEGGIO**
- 5.2.1 Dopo la verifica finale delle iscrizioni nel corso del Congresso Tecnico, è estratto a sorte un numero per ciascun concorrente iscritto. Gli Atleti conservano tale numero per tutta la durata delle gare.
- 5.2.2 Il numero estratto a sorte stabilisce l'ordine dell'operazione di peso e l'ordine di svolgimento della gara nel corso della competizione, oltre all'assegnazione dei concorrenti ai vari gruppi.
- 5.3 **OPERAZIONI DI PESO**
- 5.3.1 Le operazioni di peso di ciascuna categoria di peso iniziano due (**2**) ore prima dell'inizio della gara e durano (**1**) un'ora.
- 5.3.2 Le operazioni di peso ufficiali si svolgono in una sala munita di:

- **La bilancia ufficiale di gara - I moduli di gara necessari, penne, ecc. - Un tavolo e sedie per la segreteria.**

- 5.3.3 Ciascun concorrente di una specifica categoria o gruppo deve essere pesato alla presenza di almeno due (2) degli Arbitri designati e del Segretario di gara. Può essere presente solo un Dirigente della squadra dell'Atleta.
- 5.3.4 Gli Arbitri verificano il peso, che è registrato dal Segretario di gara.
- 5.3.5 Il peso corporeo deve essere annotato esattamente com'è letto.
- 5.3.6 La lista dei pesi corporei può essere pubblicata solo, quando tutti i concorrenti hanno effettuato le operazioni di peso.
- 5.3.7 I concorrenti sono chiamati uno ad uno nella sala per le operazioni di peso, in base alla progressione del proprio numero sorteggiato. I concorrenti assenti al momento del loro turno di pesatura, saranno pesati alla fine della sequenza.
- 5.3.8 I concorrenti devono dimostrare la loro identità presentando il passaporto o la carta d'identità al Segretario di gara.
- 5.3.9 I concorrenti sono pesati nudi o in indumenti intimi, alla presenza di Arbitri del proprio sesso. Il Segretario di gara, qualora sia del sesso opposto, deve ritirarsi dietro uno schermo che lo separi dall'operazione di peso.
- 5.3.10 La sala peso deve trovarsi in condizioni igieniche adeguate.
- 5.3.11 Un concorrente il cui peso ricade all'interno della categoria in cui è stato iscritto è pesato una sola volta. Un concorrente che è al di sotto o al di sopra del peso limite può tornare a pesarsi tutte le volte che sarà necessario e non deve seguire la sequenza.
- 5.3.12 Un concorrente che non rientra nel peso della categoria a cui è stato ufficialmente iscritto, è escluso dalle gare.
- 5.3.13 Durante le operazioni di peso, l'allenatore di ciascun concorrente deve registrare e firmare o siglare sul cartellino del concorrente stesso il peso richiesto per i primi tentativi (Strappo e Slancio) più il peso corporeo.
- 5.3.14 Quando il concorrente ottiene il peso stabilito per la propria categoria, all'allenatore o all'Atleta vengono consegnati tre (3) pass per l'area di riscaldamento per gli allenatori accompagnatori. Quando ci sono due concorrenti dello stesso paese, sarà consegnato un (1) ulteriore pass dopo che il secondo Atleta è stato pesato. Solo le persone munite di pass possono entrare nell'area di riscaldamento. I pass vengono emessi per ciascuno specifico gruppo in tutte le categorie.
- 5.3.15 Alla fine delle operazioni di peso, e in corrispondenza al proprio numero di sorteggio, a ciascun Atleta è dato un numero da indossare sul costume.

5.4 **PRESENTAZIONE**

- 5.4.1 Quindici (15) minuti prima dell'inizio della gara di ogni categoria o gruppo di peso, sono effettuate le seguenti presentazioni:
- a) i concorrenti della categoria o del gruppo sono presentati nell'ordine del sorteggio; dopo la presentazione, lasciano insieme il palco;
 - b) sono poi presentati i Dirigenti della gara:

- **Gli Arbitri - I Controllori tecnici - Il Medico di servizio - I membri della Giuria.**

Nota 1: le persone sopra indicate arrivano e lasciano insieme la presentazione, sulle note di una marcia. I membri della Giuria sono presentati alla propria postazione di lavoro nell'area di gara durante la pausa, prima dell'inizio della gara.

Nota 2: Qualora un Atleta sia assente alla presentazione ufficiale, gli sarà chiesto di spiegare tale assenza alla Giuria, che deciderà l'adeguato ammonimento o altri provvedimenti.

5.5 **SVOLGIMENTO DELLA GARA**

- 5.5.1 Gli Organizzatori della gara devono nominare un numero sufficiente di Dirigenti che predispongano, sotto la supervisione del Direttore di gara, lo svolgimento ordinato della competizione. A tale scopo, devono utilizzare il cartellino dei concorrenti, su cui ci sono spazi appositi per annotare i tre tentativi nei due sollevamenti.
- Tali Dirigenti sono denominati Ufficiali di collegamento e il funzionario più anziano ufficiale di collegamento capo. In occasione dei Campionati mondiali e dei Giochi olimpici, l'ufficiale di collegamento capo deve essere un Arbitro internazionale di categoria 1 di lingua inglese. Il compito dell'ufficiale di collegamento capo è comunicare al tavolo della direzione di gara le informazioni relative ai tentativi richiesti.
- 5.5.2 Gli ufficiali di collegamento supervisionano le modifiche apportate dagli Atleti o dagli allenatori relativamente al peso richiesto per ciascun tentativo. Le modifiche sono immediatamente comunicate all'addetto tecnico e al Direttore di gara che informa lo Speaker perché faccia l'annuncio corretto. Le informazioni possono essere trasmesse attraverso un sistema di interfono o telefonico o altro sistema di comunicazione approvato tra l'area di riscaldamento e il settore tecnico e la Direzione di gara.
- 5.5.3 Il bilanciere è caricato progressivamente e l'Atleta inizierà a sollevare il peso minore. Una volta che il peso annunciato è stato caricato sul bilanciere, non può essere diminuito (per le eccezioni a questa regola vedi 6.1.10). I concorrenti o il loro allenatore devono rispettare la progressione del carico ed essere pronti ad eseguire il tentativo al peso che hanno scelto.
- 5.5.4 **Il peso del bilanciere deve sempre essere multiplo di 1,0 kg.**
- 5.5.5 La progressione dopo un tentativo riuscito per lo stesso Atleta deve essere di almeno **1,0 kg.**

- 5.5.6 Il peso minimo che può essere sollevato in una gara maschile, è di **26,0 kg**, p. es. la barra (**20 kg**) e i morsetti fermadischi con due dischi da **0,5 kg**. Il peso minimo che può essere sollevato in una gara femminile è di **21,0 kg**, p. es. la barra (**15 kg**) e i morsetti fermadischi con due dischi da **0,5 kg**.
- 5.5.7 E' concesso un minuto (**60 secondi**) a ciascun concorrente tra l'annuncio del suo nome e l'inizio della prova. Dopo **30 secondi**, è emesso un segnale acustico. Quando un concorrente effettua due sollevamenti in successione, ha a disposizione due minuti (**120 secondi**) per il tentativo successivo. Trenta (**30**) secondi prima della fine del tempo concesso, è emesso un segnale acustico.
- Se al termine del tempo concesso il concorrente non ha sollevato il bilanciere dalla pedana per effettuare il tentativo, tale prova è dichiarata "NULLA" dai tre Arbitri. Il conteggio dei secondi inizia al termine dell'annuncio del tentativo da parte dello Speaker o al termine del caricamento del bilanciere, a seconda di quale dei due eventi termina per ultimo.
- 5.5.8 Qualora un concorrente desideri aumentare o diminuire il peso inizialmente scelto, il concorrente o il suo allenatore deve comunicare ai Dirigenti / Ufficiali di collegamento prima della chiamata finale.
- 5.5.9 La chiamata finale è il segnale dato dal cronometro trenta (**30**) secondi prima del termine del tempo concesso.
- 5.5.10 Prima del primo tentativo o nell'intervallo tra due tentativi, sono permessi solo due cambi di peso, escluso l'incremento automatico di **1,0 kg**. Ciascuna modifica deve essere annotata sul cartellino del concorrente e firmata/siglata dall'allenatore o dall'Atleta. Quando il concorrente ha ricevuto la chiamata finale alla pedana, il peso del bilanciere non può essere modificato, anche si tratta di un incremento automatico.
- 5.5.11 Quando un concorrente chiede una modifica del peso e deve ancora sollevare tale peso maggiore, il cronometro viene fermato durante il cambiamento del peso caricato. Quando il peso è stato modificato, il cronometro entra in funzione fino al termine del tempo concesso. Quando un concorrente chiede una modifica e, così facendo, un altro concorrente si esibisce al suo posto, si applica al tentativo successivo il normale lasso di tempo concesso di un minuto (**60 secondi**).
- 5.5.12 I concorrenti o il loro allenatore non possono modificare la propria decisione di rifiutare un tentativo una volta che il peso e il tentativo sono stati ufficialmente annunciati. Essi inoltre non possono rientrare in gara se è stato annunciato ufficialmente il ritiro dell'Atleta dalla competizione.
- 5.5.13 In un incontro internazionale tra due Atleti o due nazioni disputato in categorie diverse, i concorrenti possono effettuare le prove alternativamente. Il concorrente che ha dichiarato il peso minore gareggerà per primo e tale ordine verrà mantenuto per tutta la durata di quello specifico sollevamento.
- 5.5.14 Il peso annunciato dallo Speaker deve essere immediatamente mostrato sul tabellone dei tentativi.
- 5.5.15 Durante una gara organizzata su una pedana o su un palco, nessuno è ammesso nell'area di gara tranne i membri della Giuria, gli Arbitri, gli Speaker, i Dirigenti tecnici, i Dirigenti della squadra autorizzati (vedi 5.3.13) e gli Atleti di quella specifica categoria o gruppo.

5.6 **ORDINE DI CHIAMATA**

5.6.1 Ci sono quattro (4) fattori da considerare quando si chiamano i concorrenti in sequenza:

- Il peso del bilanciere
- Il numero del tentativo (primo, secondo o terzo).
- Il numero di sorteggio del concorrente
- La progressione, vale a dire la differenza **in kg** tra il precedente tentativo e il tentativo attuale.

5.6.2 In considerazione dei fattori sopra indicati, l'ordine di chiamata è il seguente:

a) l'Atleta che solleva il peso minore inizia per primo

b) l'Atleta con il minor numero di tentativi compie il sollevamento primo di un Atleta con un maggior numero di tentativi, vale a dire, un primo tentativo è eseguito prima di un secondo o terzo tentativo, e un secondo tentativo è eseguito prima di un terzo tentativo;

c) quando più di un Atleta chiede lo stesso peso e il numero di tentativi è identico, i concorrenti sono chiamati in ordine progressivo in base al loro numero di sorteggio, vale a dire, l'Atleta con il numero di sorteggio più basso esegue il tentativo prima di un Atleta con un numero più alto.

ECCEZIONI: Qualora l'Atleta con il numero più alto abbia eseguito il tentativo prima di un Atleta con un numero più basso (la progressione tra il tentativo precedente e il tentativo attuale è maggiore di quella dell'altro Atleta).

d) l'ordine di chiamata si applica sia allo strappo sia allo slancio. Esempio:

Concorrente	STRAPPO kg			SLANCIO kg		
	1	2	3	1	2	3
A	102	106	107	135	140	142
B	100	105	107	135	143	143
C	102	106	107	135	142	143

L'ordine di chiamata è il seguente: **Strappo: B-A-C, B-A-C, B-A-C** **Slancio: A-B-C, A-C-A, B-C-B**

5.7 **PAUSA**

- 5.7.1 C'è una pausa di dieci (10) minuti dopo la gara dello strappo per permettere ai concorrenti di compiere il riscaldamento per lo slancio.
 5.7.2 La Giuria a propria discrezione può abbreviare o prolungare tale pausa. In questo caso deve essere fatto un annuncio.

5.8 **CLASSIFICAZIONE DI ATLETI E SQUADRE**

- 5.8.1 Il titolo di campione è conferito per i singoli sollevamenti per lo strappo, lo slancio e per il totale (la somma dei risultati del miglior strappo e del miglior slancio). Ai concorrenti che si sono aggiudicati il primo, secondo e terzo posto nei due sollevamenti e nel totale in una competizione ufficiale sotto l'egida dell'IWF è assegnate rispettivamente la medaglia d'oro, d'argento e di bronzo.
 5.8.2 La classifica finale dei concorrenti è calcolata in base al peso totale sollevato, sommando i migliori risultati nello strappo e nello slancio dei sollevamenti accettati dagli Arbitri.
 5.8.3 Nei Campionati mondiali e nei Giochi regionali e quando i paesi partecipanti hanno preso accordi in tal senso per le competizioni internazionali, la classifica delle squadre è calcolata sommando il punteggio conseguito da ciascun concorrente in base alla seguente distribuzione:

POSTO	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°	13°
Punti	28	25	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13

POSTO	14°	15°	16°	17°	18°	19°	20°	21°	22°	23°	24°	25°
Punti	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

- 5.8.4 In occasione dei Campionati mondiali, il punteggio delle squadre per i migliori sollevamenti (strappo e slancio) e per il totale sarà assegnato a ciascuna squadra per la classifica finale.
 5.8.5 In caso di parità, il concorrente più leggero sarà classificato prima di uno più pesante.
 5.8.6 Quando due o più concorrenti ottengono lo stesso risultato in una gara in cui sono registrati con lo stesso peso, il concorrente che ha conseguito il risultato per primo in base alla sequenza di gara si classifica prima dell'altro. Quindi i fattori da considerare sono i seguenti:
- Il peso del bilanciare
 - Il numero del tentativo (primo, secondo o terzo).
 - Il numero di sorteggio del concorrente
 - **La progressione, vale a dire la differenza in kg tra il tentativo precedente e il tentativo attuale.**

La sequenza di gara si applica anche quando una categoria di peso corporeo è divisa in gruppi.

- 5.8.7 In caso di pareggio nella classifica delle squadre, la squadra con il maggior numero di primi posti si classificherà per prima, Quando due squadre hanno lo stesso numero di primi posti, quella con il maggior numero di secondi posti si classifica per prima e così via per il terzo posto, ecc.
 5.8.8 Uno zero nello strappo non elimina i concorrenti dal campionato. Possono continuare nello slancio. Nel caso di tentativi validi, ricevono punti per la classificazione della propria squadra, in base al piazzamento ottenuto nello slancio, ma non conseguono punti per il totale. Qualora le medaglie siano assegnate solo per il totale, se tutti gli strappi sono stati nulli, il pesista sarà eliminato.
 5.8.9 I concorrenti che hanno eseguito uno strappo valido, ma hanno ottenuto zero nello slancio, ricevono punti per la classificazione della propria squadra, in base al piazzamento ottenuto nello strappo, ma non conseguono punti per il totale.

6 **UFFICIALI DI GARA**

6.1 **GIURIA**

- 6.1.1 La funzione della Giuria è assicurarsi che il Regolamento tecnico sia rispettato ed applicato.
 6.1.2 Tutti i membri della Giuria devono essere Arbitri di categoria 1.
 6.1.3 Tutti i membri della Giuria devono provenire da paesi diversi.
 6.1.4 Prima dei Giochi olimpici e dei Campionati mondiali, sono nominate due Giurie (Giuria 1 e Giuria 2).
 6.1.5 In occasione dei Giochi olimpici e dei Campionati mondiali, le Giurie sono composte da cinque (5) membri ciascuna, uno dei quali è il Presidente. È possibile inoltre nominare delle Riserve.

- 6.1.6 Nel corso della competizione e dopo un primo ammonimento, la Giuria ha facoltà, purché con unanime consenso, di sostituire un Arbitro le cui decisioni dimostrano la sua incompetenza. L'imparzialità degli Arbitri non deve essere messa in dubbio, tuttavia, involontariamente si può incorrere in un errore di arbitraggio. In tal caso, è concesso all'Arbitro di motivare la propria decisione.
- 6.1.7 Dopo aver osservato il lavoro degli Arbitri durante le gare, i membri della Giuria possono evidenziare delle situazioni particolari attraverso l'apposito modulo. Il Presidente della Giuria consegnerà tali rapporti al Presidente della Commissione tecnica o al Segretario generale.
- 6.1.8 La Giuria, all'unanimità e dopo disamina, ha il potere di annullare una decisione quando tale decisione degli Arbitri è stata unanimemente accettata dalla Giuria come tecnicamente errata.
- 6.1.9 Per poter applicare la regola sopra indicata, i membri della Giuria devono esprimere il proprio giudizio su ciascun sollevamento utilizzando l'apparecchiatura posta sul tavolo della Giuria. Tale apparecchiatura è munita di **5 LED (Light Emitting Diodes) verdi**, **5 LED bianchi** e **5 LED rossi**. Ciascun membro della Giuria dispone di un apparecchio con un pulsante rosso e uno bianco. Quando i membri della Giuria premono uno dei due pulsanti, la luce verde si accende. I LED bianco e rosso si accendono solo quando tutti i membri della Giuria hanno espresso il proprio giudizio.
- 6.1.10 Quando si verifica un errore nel caricamento del bilanciere o quando lo Speaker fa un annuncio sbagliato, la Giuria prende la seguente decisione:
- Esempio 1:** Quando il bilanciere è caricato con un peso più leggero di quello dichiarato dal concorrente, il concorrente può, se vuole, accettare il tentativo se è stato valido e se il bilanciere era caricato con un multiplo di **1,0 kg**, oppure rifiutarlo. Nel caso in cui rifiuti il tentativo, al concorrente è concesso un ulteriore tentativo con il peso dichiarato inizialmente.
- Esempio 2:** Quando il bilanciere è caricato con un peso che non è multiplo di **1,0 kg** e il sollevamento è valido, il concorrente può accettare il tentativo al valore immediatamente inferiore di **1,0 kg**.
- Esempio 3:** Quando il bilanciere è caricato con un peso maggiore di quello dichiarato dal concorrente, il concorrente può, se vuole, accettare il tentativo se è stato valido e se il bilanciere era caricato con un multiplo di **1,0 kg**. Se il tentativo è stato nullo o se il bilanciere non è multiplo di **1,0 kg**, al concorrente viene automaticamente concesso un ulteriore tentativo al peso dichiarato inizialmente.
- Esempio 4:** Quando un tentativo è nullo perché il bilanciere non è caricato in modo bilanciato, o perché il bilanciere è cambiato durante il sollevamento o la pedana non è in buone condizioni, la Giuria può concedere un ulteriore tentativo su richiesta dell'Atleta o dell'allenatore.
- Esempio 5:** Quando lo Speaker fa un errore annunciando un peso minore o maggiore di quello dichiarato dal concorrente, la Giuria deve prendere la stessa decisione come per gli errori di caricamento.
- Esempio 6:** In alcune competizioni, quando i concorrenti non sono obbligati a restare vicino alla pedana e quindi è impossibile seguire i progressi degli altri concorrenti, il peso deve essere ridotto quando lo Speaker non chiama un concorrente nel momento in cui avrebbe dovuto eseguire il suo tentativo.
- 6.1.11 La Giuria deve trovarsi in una posizione da cui la visione della gara è libera e senza ostacoli. I membri di riserva non possono sedere al tavolo della Giuria. Possono prendere il loro posto solo quando vengono chiamati a sostituire uno dei cinque membri iniziali.
- 6.1.12 I membri della Giuria devono restare al proprio posto per la cerimonia di consegna delle medaglie. Devono inoltre fare in modo che gli Arbitri restino nella rispettiva posizione.
- 6.1.13 Deve essere approntata una linea telefonica diretta tra il Presidente della Giuria e lo Speaker.
- 6.2 SEGRETARIO - DIRETTORE DI GARA**
- 6.2.1 Per tutte le gare di sollevamento pesi, vengono nominati un Segretario di gara e un Direttore di gara. Il Segretario di gara e il Direttore di gara dirigono la gara e svolgono la propria mansione in stretta collaborazione con la Giuria e i Controllori tecnici.
- 6.2.2 In occasione dei Campionati mondiali e dei Giochi olimpici, il Direttore di gara è il Segretario generale o l'Assistente Segretario generale dell'IWF o una persona da essi designata. Tale persona designata deve essere un Arbitro internazionale di categoria 1.
- Le mansioni del Segretario di gara e del Direttore di gara sono le seguenti:**
- 6.2.3. Verificare la lista dei concorrenti e suddividerli in gruppi, se necessario, in base ai migliori risultati presentati dalle Federazioni partecipanti in seguito alla verifica delle iscrizioni finali.
- 6.2.4 Supervisionare il sorteggio al Congresso, qualora non sia elettronico.
- 6.2.5 Condurre le operazioni di peso.
- 6.2.6 Supervisionare l'ordine di sollevamento in base alla sequenza di gara.
- 6.2.7 Supervisionare la registrazione dei nuovi record mondiali e olimpici stabiliti nel corso delle gare.
- 6.3 CONTROLLORI TECNICI**
- 6.3.1 I Controllori tecnici sono nominati per coadiuvare il Segretario di gara e il Direttore di gara nella supervisione dello svolgimento delle competizioni. Essi eseguono le proprie mansioni in collaborazione con gli Arbitri nominati per le gare.
- 6.3.2 In occasione dei Campionati mondiali e dei Giochi olimpici, i Controllori tecnici devono essere Arbitri internazionali di categoria 1.

6.3.3 In occasione dei Campionati mondiali, la Commissione tecnica nomina i Controllori tecnici; in occasione dei Giochi olimpici essi vengono nominati dal Comitato esecutivo, due (2) per categoria. In altri Giochi o tornei internazionali, sono nominati dal Dirigente delegato dell'IWF.

Le mansioni dei Controllori Tecnici sono le seguenti:

6.3.4 Controllare la pedana di gara, il bilanciere, le bilance, il sistema elettronico di arbitraggio, il cronometro, l'area di riscaldamento e le altre strutture di gara.

6.3.5 Assicurarsi che gli Arbitri indossino la divisa regolamentare.

6.3.6 Prima della gara, ricordarsi di lasciare il proprio tesserino di Arbitro internazionale sul tavolo della Giuria, davanti al Presidente e ritirarlo alla fine della competizione.

6.3.7 Prima della gara, ispezionare l'abbigliamento dei concorrenti e richiamare al rispetto delle regole quando necessario. Qualora debbano effettuarsi delle correzioni nell'abbigliamento dell'Atleta o si debba rimuovere del lubrificante e l'Atleta è già stato chiamato, si applica la regola descritta al paragrafo 2.3.6.

6.3.8 Nel corso della competizione, accertarsi che solo il numero di Dirigenti accreditato accompagni gli Atleti nell'area di gara e nell'area di riscaldamento.

6.3.9 Assicurarsi che mentre l'Atleta è in pedana, nessuno, compreso l'ispettore tecnico sia visibile in quella zona (alla vista del pubblico e / o delle telecamere della TV).

6.3.10 Nel corso della competizione, controllare le informazioni sul tabellone segnapunti (Atleta, tentativi, peso, tempo, record) e introdurre in pedana gli Atleti dopo gli annunci.

6.3.11 Controllare che il bilanciere e la pedana siano puliti.

6.3.12 Collaborare con la Commissione antidoping, se richiesto.

6.4 ARBITRI

6.4.1 In ogni competizione, gli Arbitri devono concentrarsi sul compito principale di giudicare i sollevamenti eseguiti dagli Atleti. Tutti gli Arbitri internazionali devono essere muniti di un tesserino in corso di validità rilasciato dall'IWF.

6.4.2 Gli Arbitri internazionali sono classificati in due categorie:

a) Categoria 2: gli appartenenti a questa categoria possono arbitrare nei campionati nazionali, nei tornei internazionali, nei giochi regionali e nei campionati continentali.

b) Categoria 1: gli appartenenti a questa categoria possono arbitrare nei campionati e nei tornei sopra indicati e nei Giochi olimpici e nei Campionati mondiali. Possono inoltre essere membri di una Giuria internazionale.

6.4.3 **Licenza arbitrale:**

Su richiesta delle Federazioni nazionali, l'IWF rilascia licenze arbitrali valide per ogni Olimpiade. Gli Arbitri che non sono in possesso di una licenza valida non possono arbitrare al di fuori del proprio paese.

6.4.4 Un bollino adesivo applicato sull'ultima pagina del tesserino arbitrale identifica una licenza valida.

6.4.5 L'IWF iscrive solo Arbitri muniti di licenza.

6.4.6 Per una Olimpiade, la tassa di licenza per un tesserino di Arbitro internazionale di categoria 1 è di **US \$ 100** (cento dollari USA) e per un tesserino di categoria 2, **US \$ 50** (cinquanta dollari USA).

6.4.7 Quando una Federazione nazionale chiede una licenza per un Arbitro che non è ancora in possesso di un tesserino (categoria 2) si deve pagare una tassa aggiuntiva di **US \$ 50** (cinquanta dollari USA) per il tesserino.

6.4.8 Il pagamento delle tasse deve essere allegato alla richiesta.

6.4.9 Il tesserino nuovo deve essere pagato insieme alla licenza.

6.4.10 La data di iscrizione dei nuovi Arbitri di categoria 2 è la data in cui sono esaminati.

6.4.11 Ciascun tesserino arbitrale è munito di spazi per la registrazione di tutti gli eventi internazionali arbitrati dal detentore del tesserino. Possono annotare tali registrazioni il Presidente dell'IWF, il Segretario generale dell'IWF, il Presidente della Giuria, il Segretario di gara o il Segretario della Federazione nazionale dell'intestatario.

6.4.12 Il Segretario generale dell'IWF e la Commissione tecnica redigono una lista di Arbitri da utilizzarsi per le future selezioni. Tale lista contiene i nomi di coloro che sono più competenti ad arbitrare in importanti eventi internazionali (Campionati mondiali, Giochi olimpici).

ARBITRI DURANTE LE GARE

6.4.13 Durante le gare disputate in base ai regolamenti dell'IWF, sono nominati per ogni categoria o gruppo tre Arbitri (un Arbitro centrale e due Arbitri laterali) e un Arbitro di riserva.

- 6.4.14 Prima della gara, gli Arbitri devono accertarsi, sotto la guida di un Controllore tecnico:
- che la richiesta attrezzatura di gara sia in ordine (vedi 6.3.4)
 - che tutti i concorrenti rientrino nei limiti di peso della propria categoria all'interno del tempo concesso.
- 6.4.15 Prima della gara, gli Arbitri devono lasciare il proprio tesserino internazionale sul tavolo della Giuria, davanti al Presidente.
- 6.4.16 Gli Arbitri ai Campionati mondiali e a tutte le competizioni internazionali devono avere l'abbigliamento richiesto in conformità alle regole dell'IWF e, in caso contrario, non è loro concesso di arbitrare.
- 6.4.17 In occasione delle gare dei Campionati mondiali, tutti i Dirigenti nominati devono indossare la divisa richiesta: giacca blu, camicia bianca, cravatta dell'IWF (o sciarpa per le donne), pantaloni grigi (gonna o pantaloni grigi per le donne) calzini o calze scure, scarpe nere e il badge arbitrale dell'IWF sul taschino della giacca. Si può indossare solo il *badge* dell'IWF poiché tali Dirigenti rappresentano la Federazione internazionale. Qualora la temperatura sia molto alta, la giacca può essere tolta, previa autorizzazione del Presidente della Giuria. In occasione dei Giochi olimpici e di altri giochi multisports, si deve indossare solo l'uniforme fornita dal Comitato organizzatore.
- 6.4.18 L'Arbitro centrale deve essere seduto ad una distanza di quattro (4) metri dalla pedana (misurati dalla facciata anteriore della pedana alla parte posteriore del tavolo dell'Arbitro) ed in linea con il suo centro. Gli Arbitri laterali devono essere seduti sulla stessa linea dell'Arbitro centrale, ad una distanza di tre (3) o quattro (4) metri da quest'ultimo.
- 6.4.19 **Durante la gara, gli Arbitri devono verificare:**
- che il peso del bilanciere corrisponda al peso annunciato dallo Speaker
 - che nessun altro, ad eccezione dell'Atleta, tocchi il bilanciere durante l'esecuzione di un sollevamento
 - che solo l'Atleta o gli addetti al caricamento spostino il bilanciere in una posizione diversa sulla pedana. È proibito agli allenatori spostare, aggiustare o pulire il bilanciere. Qualora l'Atleta sposti il bilanciere in una posizione che ostacoli la libera visuale degli Arbitri, gli Arbitri in questione possono spostarsi in modo da poter osservare con chiarezza il sollevamento. Dopo, gli Arbitri torneranno al proprio posto per dare il segnale e comunicare la propria decisione.
- 6.4.20 In occasione dei Campionati mondiali, dei Giochi olimpici e di importanti competizioni internazionali, viene utilizzato il sistema elettronico di arbitraggio (con le caratteristiche stabilite al punto 3.3). Tuttavia, quando si verifica un guasto al sistema o nelle gare in cui esso non è disponibile, l'Arbitro centrale dà il segnale di appoggiare il bilanciere sulla pedana al termine di ogni sollevamento non appena il concorrente sarà immobile in ogni parte del corpo e avrà i piedi sulla stessa linea. Questo segnale deve essere sia acustico che visivo, vale a dire che l'Arbitro centrale deve dire "GIU" e contemporaneamente fare un gesto discendente con il braccio.
- 6.4.21 Gli Arbitri devono indicare il loro giudizio sul sollevamento mediante dei segnali. "SOLLEVAMENTO VALIDO" - luce **Bianca**; "SOLLEVAMENTO NULLO" - luce **Rossa**. Un sollevamento è "VALIDO" con due o tre luci **Bianche**; un sollevamento è "NULLO" con due o tre luci **Rosse**.
- 6.4.22 In caso di guasto del sistema elettronico e di gare in cui tale sistema non è disponibile, le luci possono essere sostituite da bandierine rosse e bianche. Gli Arbitri annunciano la propria decisione sollevando la corrispondente bandierina.
- 6.4.23 Quando il sistema elettronico di arbitraggio non viene utilizzato, qualora un Arbitro laterale veda una seria irregolarità durante l'esecuzione di un sollevamento, solleverà un braccio per richiamare l'attenzione sull'irregolarità. Se l'altro Arbitro laterale o l'Arbitro centrale concordano con lui, ciò costituisce un'opinione maggioritaria e l'Arbitro centrale interrompe il sollevamento e segnala al concorrente di abbassare sulla pedana il bilanciere.
- 6.4.24 In una gara in cui non è stato nominato un Controllore tecnico, gli Arbitri devono svolgere le mansioni di quest'ultimo (vedi 6.3).
- 6.4.25 Nel corso della gara che devono arbitrare, gli Arbitri non devono ricevere alcun documento riguardante lo svolgersi della gara. Devono astenersi da ogni commento.
- 6.4.26 Nel corso della gara, un Arbitro non deve tentare di influenzare la decisione degli altri Arbitri.
- 6.4.27 **Al termine della competizione, gli Arbitri devono:**
- Firmare il referto dei record, se ci sono
 - Recuperare il proprio tesserino arbitrale dal tavolo della Giuria, annotato e firmato dal presidente della Giuria
 - Restare al proprio posto durante la cerimonia di consegna delle medaglie.

ARBITRI IN OCCASIONE DEI CAMPIONATI MONDIALI E DEI GIOCHI OLIMPICI

- 6.4.28 Due Arbitri dello stesso paese non possono essere selezionati per arbitrare nello stesso gruppo.
- 6.4.29 Tre (3) mesi prima dei Campionati mondiali, ogni Federazione nazionale può proporre la candidatura di un massimo di due (2) Arbitri di categoria 1 per arbitrare in tali Campionati. Il Comitato esecutivo e la Commissione tecnica scelgono dall'elenco dei nomi proposti coloro che arbitreranno. Il numero di Arbitri da nominare è determinato dall'IWF nel momento in cui è a conoscenza del programma dettagliato dei Campionati. Le Federazioni nazionali sono informate della nomina o della mancata nomina dei loro arbitri. Prima dell'inizio della competizione, il Segretario di gara assegna gli Arbitri selezionati alle categorie e ai gruppi stabiliti.
- 6.4.30 Per i Giochi olimpici, gli Arbitri sono selezionati sei (6) mesi prima dell'inizio dei Giochi dal Comitato esecutivo dell'IWF, tra i candidati presentati dalle Federazioni nazionali (massimo due (2) membri per Federazione).

PROMOZIONE DEGLI ARBITRI

- 6.4.31 Per essere promosso alla carica di Arbitro internazionale si devono rispettare le seguenti condizioni. I candidati:
- a) devono aver arbitrato nel proprio paese per almeno cinque (5) anni;
 - b) la loro candidature deve essere presentata dalla Federazione nazionale;
 - c) devono avere una conoscenza approfondita delle Norme tecniche dell'IWF;
 - d) devono dimostrare la loro competenza in un esame pratico predisposto dall'IWF o in un esame approvato dall'IWF organizzato dalla Federazione nazionale di appartenenza;
 - e) devono conseguire un punteggio di almeno 85% in un esame scritto preparato e revisionato di tanto in tanto dalla Commissione tecnica.
- 6.4.32 Per essere promosso dalla categoria 2 alla categoria 1, gli Arbitri devono dimostrare la loro competenza di fronte a tre (3) Arbitri di categoria 1 nel corso di una competizione disputata in base alle norme dell'IWF (non Master). Inoltre, i candidati devono superare un esame scritto, sotto forma di questionario redatto e revisionato periodicamente dalla Commissione tecnica.

Le condizioni per poter affrontare l'esame per arbitri di categoria 1 sono le seguenti:

- 6.4.33 I candidati devono aver arbitrato in veste di Arbitri di categoria 2 per almeno due (2) anni.
- 6.4.34 I candidati possono essere esaminati in occasione di Campionati continentali, Giochi regionali, Tornei internazionali, incontri internazionali e Campionati nazionali.
- 6.4.35 I tre membri della commissione esaminatrice possono provenire tutti dallo stesso paese.
- 6.4.36 Ciascun esaminatore siede separatamente dagli altri e valuta il candidato in modo indipendente, senza consultarsi con gli altri esaminatori.
- 6.4.37 Quando viene utilizzato un sistema elettronico di arbitraggio, è possibile esaminare contemporaneamente fino a tre (3) Arbitri, in caso contrario solo l'Arbitro centrale può essere esaminato.
- 6.4.38 Gli esaminatori registrano la loro valutazione utilizzando il modulo per il punteggio della competizione.
- 6.4.39 Il nome e la nazionalità del candidato (o dei candidati) sono inseriti in corrispondenza alla loro posizione sulla pedana, vale a dire l'Arbitro a **sinistra è il numero 1, quello centrale il numero 2 e quello a destra il numero 3**. Inoltre, gli esaminatori appongono la propria firma e indicano la propria nazionalità.
- 6.4.40 I nomi dei concorrenti sono annotati nello stesso ordine su tutti i moduli per il punteggio della commissione esaminatrice, in modo che tutte le votazioni coincidano.
- 6.4.41 I candidati devono arbitrare almeno in cento (100) tentativi, compresi i tentativi portati a termini e quelli non completati.
- 6.4.42 Gli esaminatori prima annotano in cima ad ogni spazio sul modulo per il punteggio la propria valutazione per ogni sollevamento. Una / indica un buon sollevamento e una X indica un sollevamento sbagliato. Sotto la valutazione, ed utilizzando gli stessi simboli, indicano le opinioni espresse dai tre Arbitri.

Esempio: / = LUCE BIANCA X = LUCE ROSSA

/	giudizio dell'Esaminatore	X	giudizio dell'Esaminatore
/ / /	i tre Arbitri hanno espresso decisione CORRETTA	X / X	l'Arbitro centrale [2] ha espresso decisione ERRATA
X	giudizio dell'Esaminatore	X	giudizio dell'Esaminatore
X X X	i tre Arbitri hanno espresso decisione CORRETTA	/ X X	l'Arbitro numero 1 ha espresso decisione ERRATA

- 6.4.43 Quando è esaminato solo l'Arbitro centrale e sbaglia un segnale, vale a dire segnala troppo presto o troppo tardi di abbassare il bilanciere, l'esaminatore annota questo episodio con una X, più la lettera S sotto per indicare un segnale sbagliato. Un candidato può quindi commettere due errori in uno stesso tentativo ed entrambi gli errori sono indicati sul modulo per il punteggio.
- 6.4.44 Gli esaminatori indicano con una O ogni tentativo non completato dai concorrenti, per esempio per aver lasciato cadere il bilanciere nello strappo, o nello slancio, per non aver completato un slancio, ecc.
- 6.4.45 Qualora un candidato prenda una decisione sbagliata nel corso di un tentativo non completato, gli esaminatori annoteranno una X invece di una O e indicheranno il numero dell'errore.
- 6.4.46 I risultati di ciascun candidato sono calcolati a partire dai tentativi completati. Per essere promossi alla categoria 1, i candidati devono conseguire il 95% nell'esame pratico e il 90% nell'esame scritto.

- 6.4.47 I moduli per il punteggio, senza alcuna alterazione o modifica, vengono inviati al Segretariato dell'IWF perché venga calcolata la percentuale ottenuta dai candidati nell'esame pratico.
- 6.4.48 Il Segretario generale trasmette i risultati a ciascun candidato, attraverso le Federazioni nazionali. I candidati che hanno superato la prova ricevono il tesserino e la licenza di Arbitro di categoria 1 attraverso la Federazione nazionale di appartenenza.
- 6.4.49 La data di promozione del candidato che ha superato la prova è quella in cui ha sostenuto l'esame.
- 6.4.50 Quando gli Arbitri, già in possesso di una licenza di arbitraggio valida per una certa Olimpiade sono promossi alla categoria 1, la Federazione nazionale di appartenenza deve pagare la differenza di **US \$ 50** (cinquanta dollari USA) per poter ricevere il nuovo tesserino.
- 6.4.51 I candidati che non superano l'esame devono aspettare almeno sei (6) mesi prima di ripeterlo.

6.5 **CRONOMETRISTA**

- 6.5.1 In tutte le gare disputate in conformità alle norme dell'IWF, il comitato organizzatore deve nominare i Cronometristi.
- 6.5.2 In occasione dei Giochi olimpici i Cronometristi devono essere Arbitri internazionali di categoria 1. Per i Campionati mondiali i Cronometristi devono avere la qualifica di Arbitri internazionali. Per i Giochi continentali, regionali ed altri eventi internazionali, i Cronometristi devono avere la qualifica di Arbitri internazionali o nazionali.

6.5.3 **Le mansioni dei Cronometristi sono le seguenti:**

- azionare il cronometro quando gli Atleti vengono chiamati ad eseguire le loro prove nel corso di una competizione, in conformità alle regole;
- regolare e azionare il cronometro a un minuto (**60 secondi**) all'inizio di ogni tentativo. Il cronometro deve essere avviato alla fine dell'annuncio dello Speaker o al termine del caricamento del bilanciere, a seconda di quale dei due eventi si verifica per ultimo;
- regolare e azionare il cronometro a due minuti (**120 secondi**) quando un concorrente tenta due sollevamenti di seguito. Il cronometro deve essere avviato alla fine dell'annuncio dello Speaker o al termine del caricamento del bilanciere, a seconda di quale dei due eventi si verifica per ultimo;
- **fermare il cronometro non appena il bilanciere viene sollevato dalla pedana;**
- **riavviare il cronometro se il bilanciere non ha raggiunto l'altezza delle ginocchia.**

- 6.5.4 Per svolgere correttamente le sue mansioni, il Cronometrista lavora a stretto contatto con lo Speaker e il Presidente della Giuria.

6.6 **UFFICIALE DI COLLEGAMENTO CAPO**

Nei Campionati mondiali e nei Giochi olimpici, l'Ufficiale di collegamento capo deve essere un Arbitro internazionale di categoria 1 di lingua inglese. Il compito dell'Ufficiale di collegamento capo è comunicare al tavolo della direzione di gara le informazioni sui tentativi richiesti attraverso un sistema di interfono.

6.7 **SPEAKER**

Devono essere nominati uno o più Speaker. La loro mansione è dare gli annunci necessari per un efficiente svolgimento della competizione. Tra l'altro devono annunciare il nome del concorrente chiamato in pedana, il nome del paese, il peso del bilanciere e il numero del tentativo. Lo Speaker, inoltre, comunica in anticipo il nome del concorrente successivo. Può essere nominato un assistente dello Speaker, la cui funzione è accettare le modifiche del peso comunicate dagli Ufficiali di collegamento e informare lo Speaker.

6.8 **MEDICI DI SERVIZIO**

- 6.8.1 In occasione dei Giochi olimpici, dei Campionati mondiali e di altri importanti eventi, vengono nominate dei medici che dovranno essere in servizio durante le gare in ciascuna categoria di peso corporeo. I medici di servizio hanno le seguenti mansioni:
- 6.8.2 Devono essere presenti nella sede delle gare dal momento delle operazioni di peso fino alla fine dei controlli antidoping.
- 6.8.3 Devono conoscere ed utilizzare le attrezzature mediche e collaborare nella raccolta dei campioni per i controlli antidoping.
- 6.8.4 Devono essere pronti a prestare cure mediche in caso di infortunio o malanno; collaborare con i medici delle squadre e dare il proprio parere agli allenatori, ai Dirigenti e agli Atleti sulla possibilità di continuare la gara dopo un infortunio.
- 6.8.5 Nel corso della gara, devono autorizzare l'applicazione di ulteriori cerotti o bende in conformità alle regole.
- 6.8.6 Durante i Campionati mondiali, due (2) medici devono essere di servizio contemporaneamente. Se necessario, si può chiedere ai medici di squadra di assistere i medici di servizio. In caso di necessità medica, il concorrente darà il suo consenso a farsi curare dal Medico di servizio.
- 6.8.7 Ai Giochi olimpici, possono lavorare come medici di servizio durante le gare solo i medici nominati dall'IWF. Sono designati due (2) medici per categoria.

7 **RECORD MONDIALI**

- 7.1 L'IWF riconosce i record mondiali, mondiali junior e olimpici in ciascuna delle otto (8) categorie di peso corporeo per gli uomini e sette (7) categorie per le donne nello strappo nello slancio e nel totale.

- 7.2 Un record junior può essere stabilito solo da un Atleta appartenente al gruppo d'età junior. Gli Atleti junior possono anche stabilire record senior, vale a dire quei record riconosciuti indipendentemente dall'età dell'Atleta.
- 7.3 I record mondiali possono essere stabiliti solo durante eventi inseriti nel calendario **IWF**.
- 7.4 I record olimpici possono essere stabiliti solo durante i Giochi olimpici.
- 7.5 I nuovi record mondiali sono ratificati solo quando gli Atleti superano il test antidoping.
- 7.6 Perché un nuovo record sia valido, l'arbitraggio deve essere svolto da tre Arbitri internazionali.
- 7.7 Si devono rispettare le seguenti condizioni per l'omologazione di un nuovo record:

a) un record è valido solo se supera quello precedente di **1,0 kg**.

b) il referto del record deve contenere le seguenti informazioni:

- Nome e paese dell'Atleta
- Peso corporeo del concorrente
- Data di nascita dell'Atleta (gg/mm/aa).
- Peso del bilanciere
- Categoria di peso corporeo
- Data e nome della competizione
- Luogo in cui è stato stabilito il record.

- 7.8 Non appena è stabilito un nuovo record, altri Atleti che vogliono batterlo devono superarlo di almeno **1,0 kg**, quindi un concorrente più leggero che solleva lo stesso peso non può reclamare il record. Qualora due o più concorrenti stabiliscano lo stesso nuovo record, il detentore del nuovo record è colui che lo ha stabilito per primo, indipendentemente dal peso corporeo degli Atleti in questione o dalla sequenza di gara, se la categoria di peso è divisa in gruppi.

8 **CERIMONIE**

8.1 **CERIMONIA DI APERTURA**

Prima dell'inizio dei Campionati mondiali, si svolge la Cerimonia di apertura secondo la seguente procedura:

- 8.1.1 Tutte le squadre nazionali partecipanti, o i membri designati dalla squadra, entrano secondo l'ordine alfabetico del paese organizzatore. Il paese ospitante chiude la parata.
- 8.1.2 I portabandiera di ogni squadra nazionale formano un semicerchio.
- 8.1.3 Gli ospiti d'onore entrano e prendono posizione.
- 8.1.4 L'ospite d'onore della Federazione ospitante pronuncia un discorso.
- 8.1.5 Il Presidente della Federazione ospitante pronuncia un discorso.
- 8.1.6 Il Presidente dell'**IWF** replica ai discorsi e dichiara aperti i Campionati.
- 8.1.7 La bandiera nazionale della Federazione ospitante e la bandiera dell'**IWF** sono alzate, mentre suona l'inno nazionale della Federazione ospitante.
- 8.1.8 Gli ospiti d'onore seguiti dalle delegazioni lasciano la scena.
- 8.1.9 La cerimonia può essere seguita da un programma di intrattenimento offerto dalla Federazione ospitante.

8.2 **CERIMONIA DI PREMIAZIONE**

Ai Campionati mondiali, alla conclusione della competizione di ogni categoria, si svolge una Cerimonia di premiazione in conformità alla seguente procedura:

- 8.2.1 Un podio con tre (3) posti è installato sulla pedana di gara.
- 8.2.2 Tutti i vincitori di medaglia, seguiti dalle persone che portano le medaglie e i Dirigenti che le consegnano entrano e prendono posto sulla scena. I vincitori si allineano dietro al podio.
- 8.2.3 Lo Speaker annuncia il Dirigente che porta la medaglia. Il Presidente dell'**IWF** consegna le medaglie, ma può delegare a tale compito un altro Dirigente **IWF** o una persona che rappresenta la Federazione ospitante o lo sponsor. Partendo dalla medaglia di bronzo, lo Speaker annuncia il nome, il paese e il risultato dei vincitori nello strappo. Quando sono chiamati, gli Atleti salgono sul podio per ricevere la medaglia. Quando tutte le medaglie sono state consegnate, gli Atleti tornano nella posizione originaria dietro al podio (non si alza la bandiera e non viene suonato l'inno nazionale).
- 8.2.4 Lo Speaker annuncia il Dirigente che porta la medaglia se tale persona non è la stessa dello strappo. **Partendo dalla medaglia di bronzo**, lo Speaker annuncia il nome, il paese e il risultato dei vincitori nello slancio. Quando sono chiamati, gli Atleti salgono sul podio per ricevere la medaglia. Quando tutte le medaglie sono state consegnate, gli Atleti tornano nella posizione originaria dietro al podio (non si alza la bandiera e non viene suonato l'inno nazionale).

- 8.2.5 Lo Speaker annuncia il Dirigente che porta la medaglia se tale persona non è la stessa degli altri due sollevamenti. Partendo dalla medaglia di bronzo, lo Speaker annuncia il nome, il paese e il risultato dei vincitori nel totale. Gli Atleti salgono sul podio per ricevere la medaglia.
- 8.2.6 Quando le medaglie per il totale sono state consegnate, mentre i vincitori sono sul podio, è suonato l'inno nazionale del campione e alzata la bandiera nazionale dei tre vincitori.
- 8.2.7 Coloro che portano le medaglie, gli Atleti e i Dirigenti lasciano la scena.
- 8.2.8 Il Presidente dell'IWF può designare una o due persone che lo accompagnino alla consegna dei premi.
- 8.2.9 La Cerimonia di premiazione deve svolgersi con la dovuta solennità, una musica deve accompagnare l'entrata e l'uscita di scena.
- 8.3 **CERIMONIA DI CHIUSURA**
- Al termine dei Campionati mondiali, si tiene una Cerimonia di chiusura, in conformità agli accordi presi tra il Comitato organizzatore e l'IWF. La consegna dei Trofei di squadra può essere tenuta in concomitanza con la Cerimonia di chiusura e sarà eseguita a discrezione del Comitato organizzatore e del Presidente dell'IWF e/o del Segretario generale o del Dirigente delegato.
- 8.3.1 I delegati delle squadre partecipanti entrano e prendono posizione.
- 8.3.2 I portabandiera delle squadre partecipanti formano un semicerchio.
- 8.3.3 Gli ospiti d'onore entrano e prendono posizione.
- 8.3.4 Il Presidente della Federazione ospitante pronuncia un discorso.
- 8.3.5 Il Presidente dell'IWF replica al discorso e dichiara chiusi i Campionati.
- 8.3.6 La bandiera nazionale della Federazione ospitante e la bandiera dell'IWF sono abbassate mentre viene suonato l'inno nazionale della Federazione ospitante.
- 8.3.7 La bandiera dell'IWF è portata al Presidente.
- 8.3.8 La bandiera dell'IWF è consegnata agli organizzatori dei prossimi Campionati mondiali.
- 8.3.9 Gli ospiti d'onore seguiti dai rappresentanti della squadra lasciano la scena.
-

ALLEGATI

FORMULA SINCLAIR 2005 - 2008 **UOMINI**

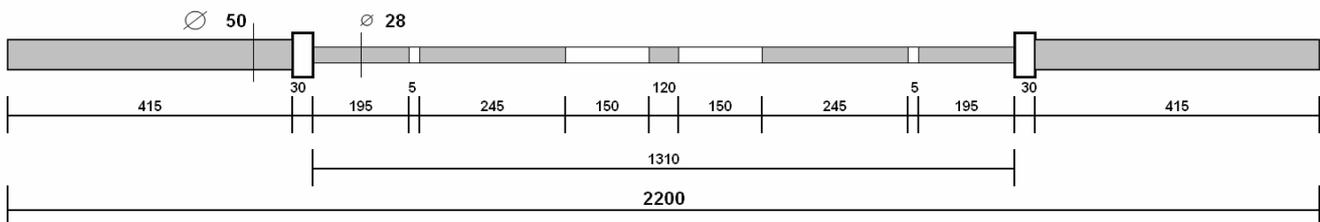
$$10^{(0,845716976 \cdot \log(\text{PESO CORPOREO in kg} / 168,091)^2)} \cdot \text{TOTALE SOLLEVATO in kg} = \text{PUNTI}$$

FORMULA SINCLAIR 2005 - 2008 **DONNE**

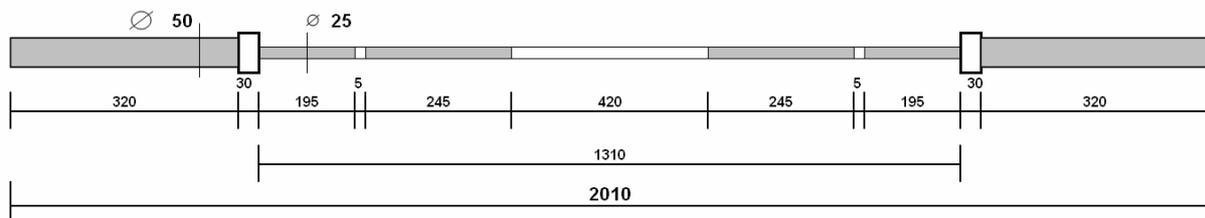
$$10^{(1,316081431 \cdot \log(\text{PESO CORPOREO in kg} / 107,844)^2)} \cdot \text{TOTALE SOLLEVATO in kg} = \text{PUNTI}$$

PESO E DIMENSIONI DELLA BARRA MASCHILE E FEMMINILE - OMOLOGAZIONE I.W.F.

BARRA MASCHILE PESO 20 kg (misure in millimetri)



BARRA FEMMINILE PESO 15 kg (misure in millimetri)



SCALA DEL TEMPO

2005			2006			2007			2008		
UOMIMI E DONNE											
ANNO	CLASSE	ETÀ									
... SENIOR SENIOR SENIOR SENIOR ...		
1965	..	40	1966	..	40	1967	..	40	1968	..	40
1966	..	39	1967	..	39	1968	..	39	1969	..	39
1967	..	38	1968	..	38	1969	..	38	1970	..	38
1968	..	37	1969	..	37	1970	..	37	1971	..	37
1969	..	36	1970	..	36	1971	..	36	1972	..	36
1970	..	35	1971	..	35	1972	..	35	1973	..	35
1971	..	34	1972	..	34	1973	..	34	1974	..	34
1972	..	33	1973	..	33	1974	..	33	1975	..	33
1973	..	32	1974	..	32	1975	..	32	1976	..	32
1974	..	31	1975	..	31	1976	..	31	1977	..	31
1975	..	30	1976	..	30	1977	..	30	1978	..	30
1976	..	29	1977	..	29	1978	..	29	1979	..	29
1977	..	28	1978	..	28	1979	..	28	1980	..	28
1978	..	27	1979	..	27	1980	..	27	1981	..	27
1979	..	26	1980	..	26	1981	..	26	1982	..	26
1980	..	25	1981	..	25	1982	..	25	1983	..	25
1981	..	24	1982	..	24	1983	..	24	1984	..	24
1982	..	23	1983	..	23	1984	..	23	1985	..	23
1983	..	22	1984	..	22	1985	..	22	1986	..	22
1984	..	21	1985	..	21	1986	..	21	1987	..	21
1985	JUNIOR	20	1986	JUNIOR	20	1987	JUNIOR	20	1988	JUNIOR	20
1986	..	19	1987	..	19	1988	..	19	1989	..	19
1987	..	18	1988	..	18	1989	..	18	1990	..	18
1988	YOUTH	17	1989	YOUTH	17	1990	YOUTH	17	1991	YOUTH	17
1989		16	1990		16	1991		16	1992		16
1990		15	1991		15	1992		15	1993		15
1991		14	1992		14	1993		14	1994		14
1992		13	1993		13	1994		13	1995		13