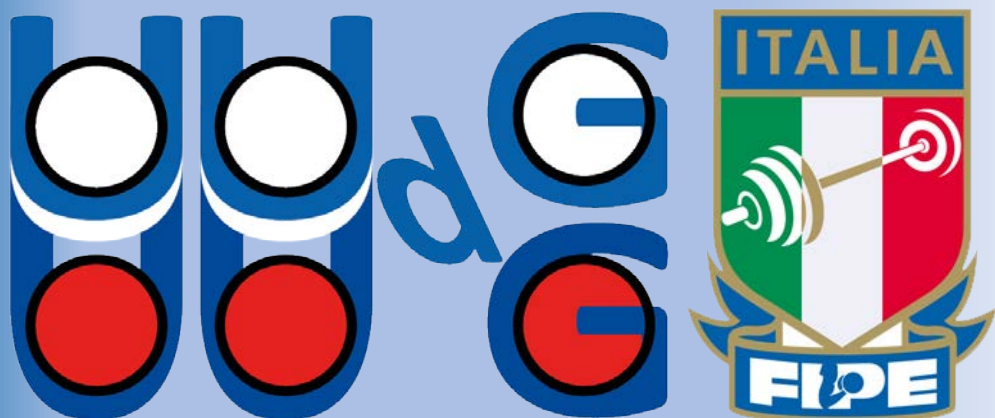




CNUG

Commissione Nazionale Ufficiali di Gara

Corso di formazione per Ufficiali di Gara 2021

Regolamento Tecnico Di Pesistica

(cap. 3 | Sede | Attrezzatura | Documenti)

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA



(Capitolo 3 SEDE, ATTREZZATURA E DOCUMENTI DI GARA)

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

AREA DI GARA

Per la disciplina della Pesistica il **FOP** (*Field of Play*=Area di Gara) si riferisce all'area contenente:

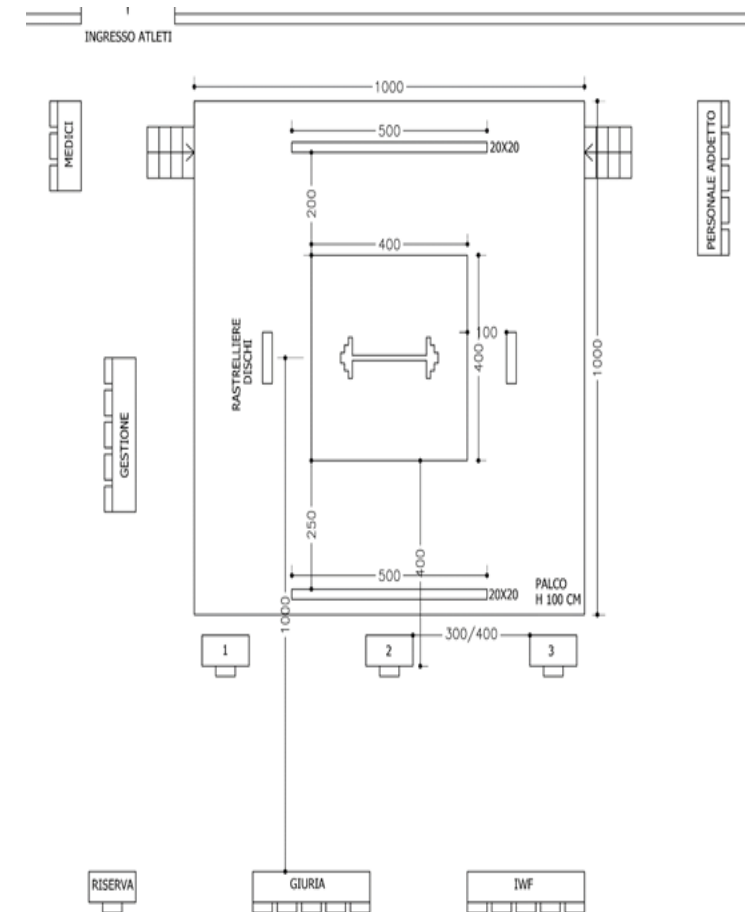
- Pedana di gara e palco
- Tavoli dei *Technical Officials* e della Direzione di gara
- Area di riscaldamento.



REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

PEDANA DI GARA | PALCO | TAVOLI PER I TECHNICAL OFFICIAL E DIREZIONE DI GARA

- Tutti i sollevamenti vanno eseguiti sulla **pedana** che può essere posizionata anche su un **palco**. E' possibile svolgere una gara anche su **più pedane contemporaneamente**.
- All'interno dell'area di gara sono collocati i **tavoli degli arbitri**, che dovranno essere posti di fronte alla pedana (ma non sul palco) ; L'Arbitro **centrale** deve essere seduto ad una distanza di quattrocento (**400**) cm (Misurati dalla parte anteriore) dalla pedana di gara al bordo posteriore del tavolo dell'Arbitro centrale e in linea con il centro della pedana di gara. Gli Arbitri **laterali** devono essere seduti sulla stessa linea e in parallelo con l'Arbitro centrale, ad una distanza da quest'ultimo compresa tra trecento e quattrocento (**300-400**) cm. Il **tavolo della Giuria** deve essere posizionato non oltre mille (1000) cm dal centro della pedana, tra il tavolo dell'Arbitro centrale e quello degli Arbitri laterali, e collocato sul lato di ingresso degli Atleti.
- Ci saranno inoltre tavoli e sedie a sufficienza per : il medico di gara, la direzione di gara, gli addetti al caricamento del bilanciere e per i dirigenti federali.



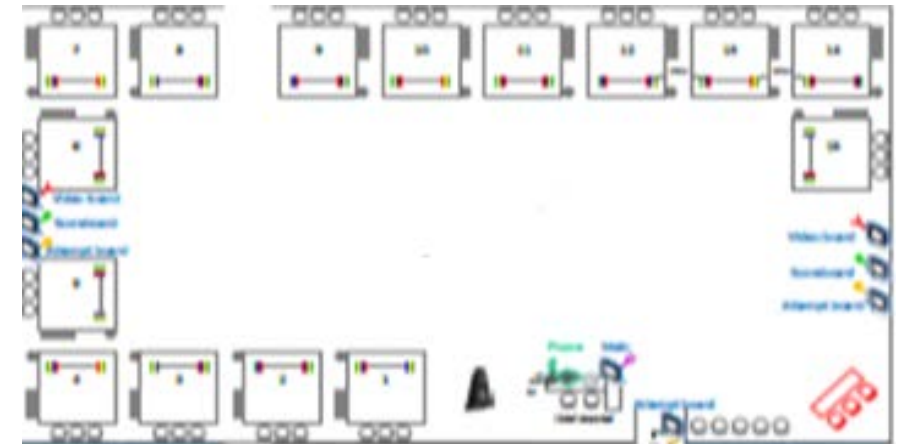
REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

AREA DI RISCALDAMENTO

Per prepararsi per la gara, gli Atleti devono avere a disposizione un'area di riscaldamento posizionata nelle immediate vicinanze della pedana di gara/palco in relazione alla disposizione degli spazi della sede

L'area di riscaldamento deve essere dotata di:

- Una quantità adeguata di pedane numerate per il riscaldamento (I numeri partono da uno (1))
- Bilancieri, carbonato di magnesio, pece greca, ecc. in funzione del numero di Atleti in gara
- Altoparlanti collegati all'impianto audio dello *Speaker*
- Tabellone segnapunti in tempo reale
- Tabellone dei tentativi
- Display del cronometro ufficiale
- Segnale video in diretta dell'attività che si svolge sulla pedana di gara
- Tavoli per Incaricati ai passaggi e Medico di gara
- Acqua/*snack*
- Ghiaccio per infortuni
- Altri tavoli operativi, secondo necessità
- Servizi igienici (Facoltativo).



REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

3.2 SEDE – SPAZI AGGIUNTIVI

3.2.1 Presso la sede di gara vanno resi disponibili i seguenti spazi aggiuntivi:

- Postazione per il controllo antidoping
- Spogliatoi con doccia
- Area ristoro per gli Atleti
- Uffici per la Direzione di gara
- Pronto soccorso/Sala medica
- Sala riunioni dell'IWF
- Uffici dell'IWF (Presidente, Segretario Generale e Segreteria)
- Centro stampa
- Sauna
- Sala per i *Technical Officials*
- Area per l'allenamento (Può trovarsi in una sede diversa, ma sarebbe preferibile che fosse presso la sede di gara)
- Sala VIP
- Sale per le operazioni di peso ufficiale e di prova.
- 3.2.2 Sono consentiti: videocamere professionali, apparecchi di registrazione o droni nella sede o sul campo di gara solo se autorizzati dall'IWF.

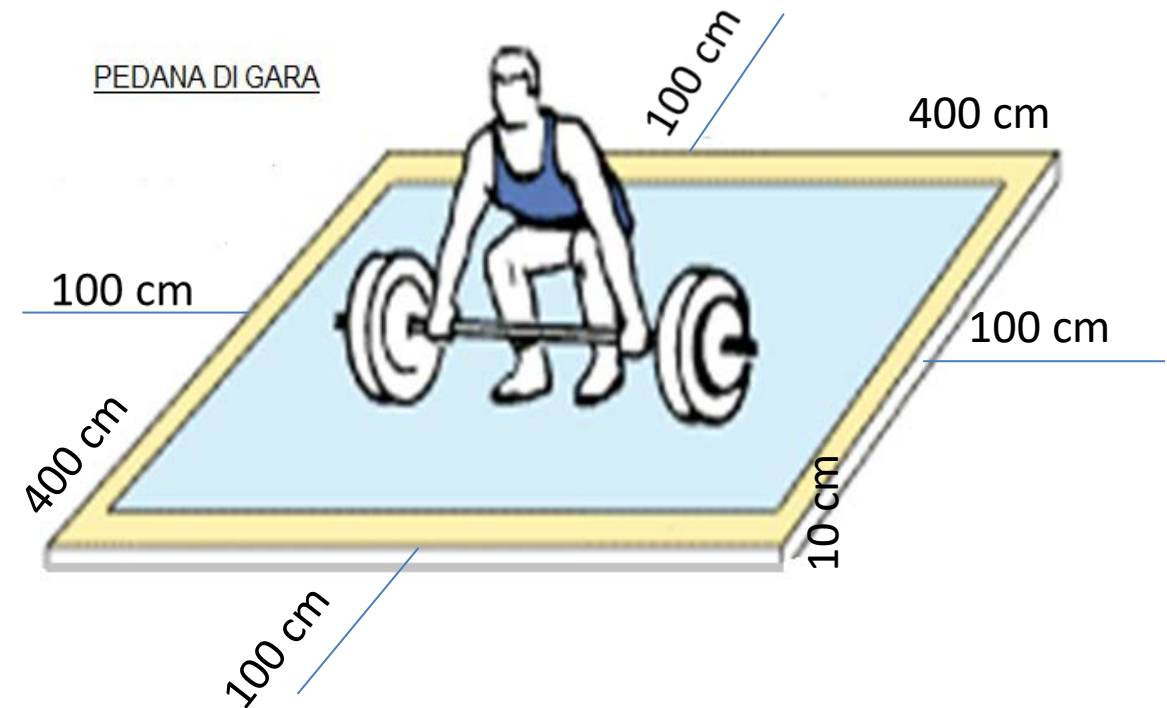
REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

PEDANA DI GARA E PALCO

Tutti i sollevamenti devono essere eseguiti sulla pedana, che misura **400cmx400cmx10cm**.

Intorno alla pedana ci deve essere un'area libera di **100 cm**.

- In prossimità della pedana deve esserci magnesio e pece greca per l'atleta,
- attrezzi per la pulizia e disinfezione del bilanciere per gli addetti al caricamento,
- una barella a disposizione del medico di gara.

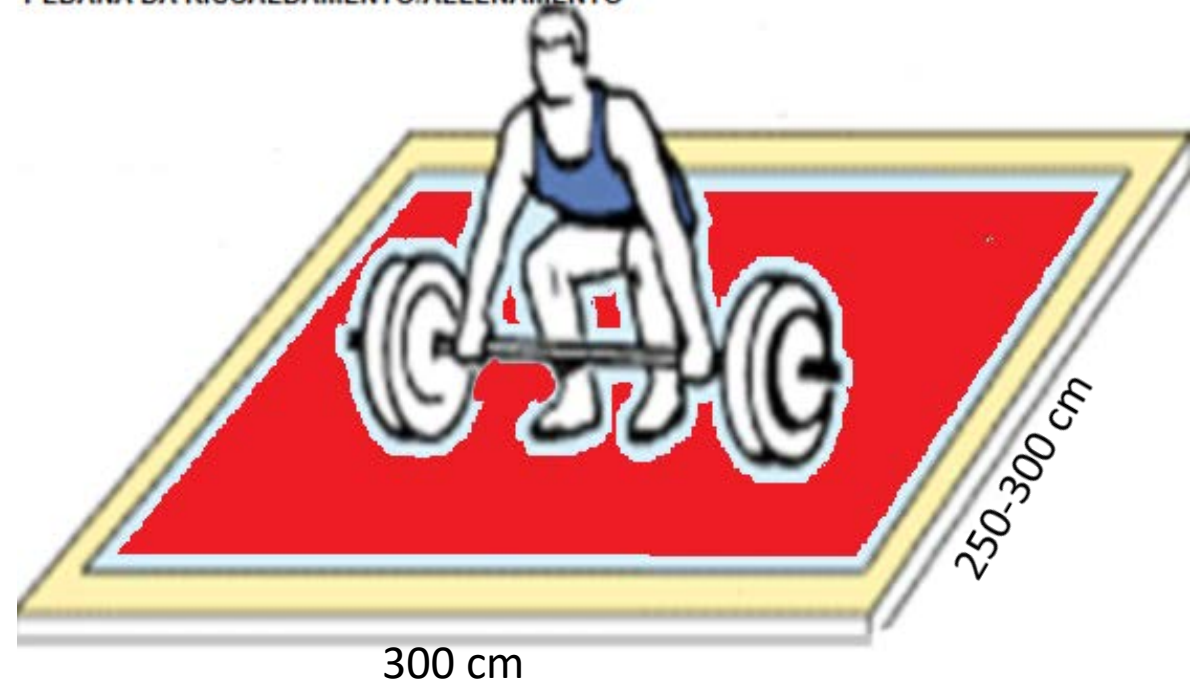


REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

PEDANA DA RISCALDAMENTO | ALLENAMENTO

La pedana da riscaldamento **può** essere più piccola rispetto la pedana di gara e misurare **300 cm** di larghezza e **250-300 cm** di lunghezza, deve essere antiscivolo e numerata a partire da **1**

PEDANA DA RISCALDAMENTO/ALLENAMENTO

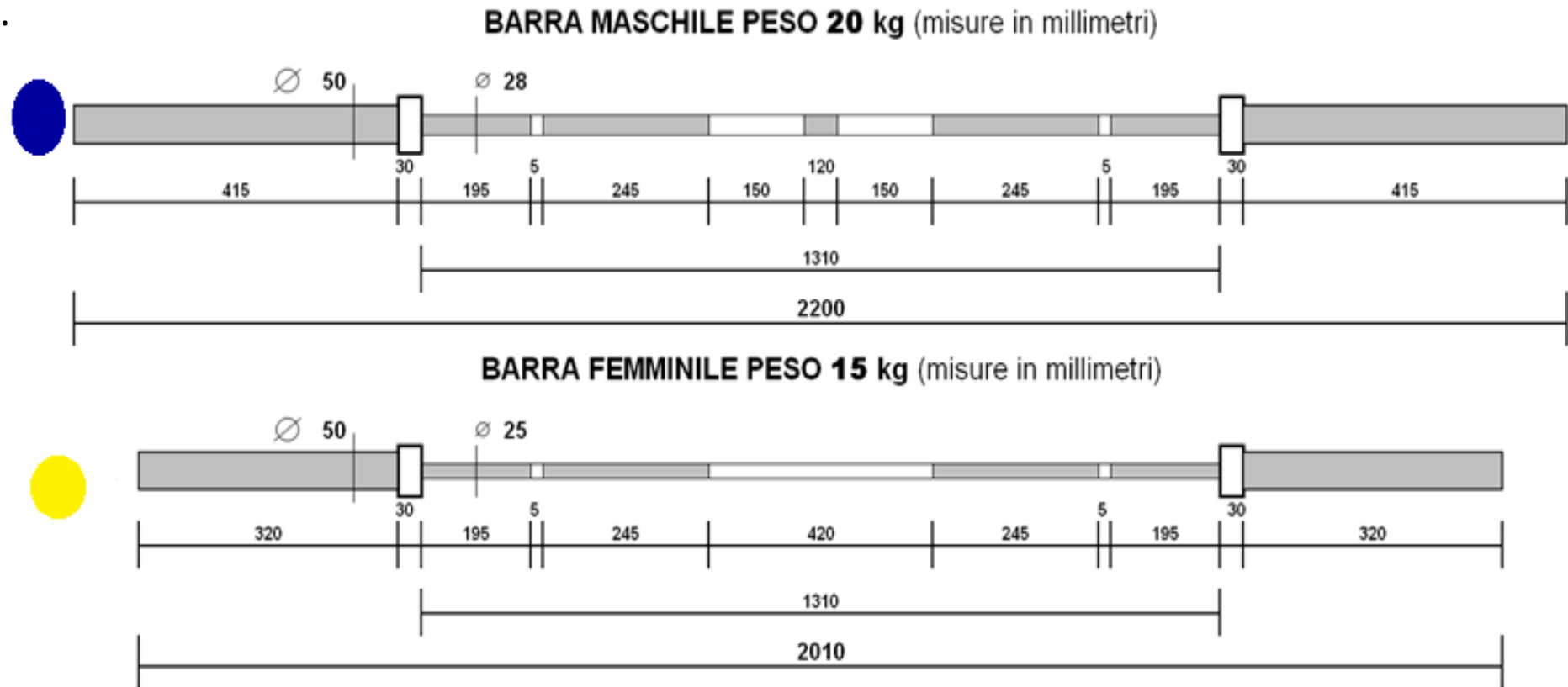


REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

BILANCIERE

Il bilanciere è formato dai seguenti elementi:

- Barra
- Dischi
- Morsetti ferma dischi.



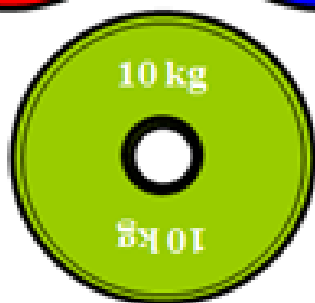
REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

DISCHI E COLLARI

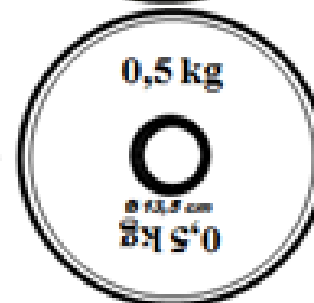
DISCHI: pesi in kg dei colori corrispondenti



I **Dischi** da 10 kg a 25 kg
Hanno un diametro 45 cm



Da 5kg a 0,5 kg
I **Dischi** sono di
diametri vari



COLLARI: 2,5 KG



REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

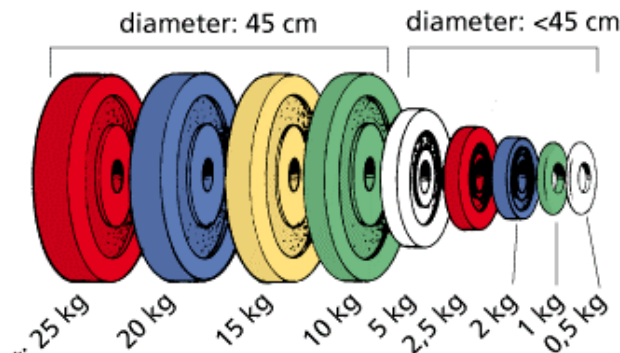
DISCHI E COLLARI

- I dischi sono caricati e fissati dai morsetti ferma dischi sul manicotto della barra. **La barra viene caricata posizionando i dischi più pesanti all'interno e quindi caricando quelli più leggeri, in ordine decrescente di peso, verso l'estremità esterna della barra.** Il caricamento dei dischi deve avvenire in modo da consentire agli Arbitri di servizio e alla Giuria di identificare il peso indicato su ogni disco.
- I dischi d gara devono essere dei colori riportati dal regolamento.
- I dischi da allenamento possono essere realizzati in nero con il bordo del colore corrispondente e contrassegnati con la dicitura 'Allenamento'.
- La Giuria deciderà se i dischi piccoli (2,0, 1,5, 1,0 e 0,5 kg) vanno caricati all'interno o all'esterno dei morsetti ferma dischi.
- All'interno del regolamento vi è una tabella per il caricamento del bilanciere.

IWF TCRAR 2020 - Regolamento Tecnico e Norme dell'IWF

NORMA PER 3.3.3.11 | TABELLA PER IL CARICAMENTO | BILANCIERE MASCHILE

25 kg	0,5, collar	55 kg	15, 5, collar
27 kg	1, collar	57 kg	15, 1, collar
29 kg	1,5, collar	59 kg	15, 1,5, collar
29 kg	2, collar	59 kg	15, 2, collar
30 kg	2,5, collar	60 kg	15, 2,5, collar
31 kg	2,5, 3, collar	61 kg	15, 2,5, 3, collar
32 kg	2,5, 3, collar	62 kg	15, 2,5, 3, collar
33 kg	2,5, 1,5, collar	63 kg	15, 2,5, 1, 5, collar
34 kg	2,5, 2, collar	64 kg	15, 2,5, 2, collar
35 kg	5, collar	65 kg	20, collar
36 kg	5, 3, collar	66 kg	20, 3, collar
37 kg	5, 1, collar	67 kg	20, 1, collar
38 kg	5, 1,5, collar	68 kg	20, 1,5, collar
39 kg	5, 2, collar	69 kg	20, 2, collar
40 kg	5, 2,5, collar	70 kg	20, 2,5, collar
41 kg	5, 2,5, 3, collar	71 kg	20, 2,5, 3, collar
42 kg	5, 2,5, 1, collar	72 kg	20, 2,5, 1, collar
43 kg	5, 2,5, 1,5, collar	73 kg	20, 2,5, 1, 5, collar
44 kg	5, 2,5, 2, collar	74 kg	20, 2,5, 2, collar
45 kg	10, collar	75 kg	25, collar
46 kg	10, 3, collar	76 kg	25, 3, collar



IWF TCRAR 2020 - Regolamento Tecnico e Norme dell'IWF

NORMA PER 3.3.3.11 | TABELLA PER IL CARICAMENTO | BILANCIERE FEMMINILE

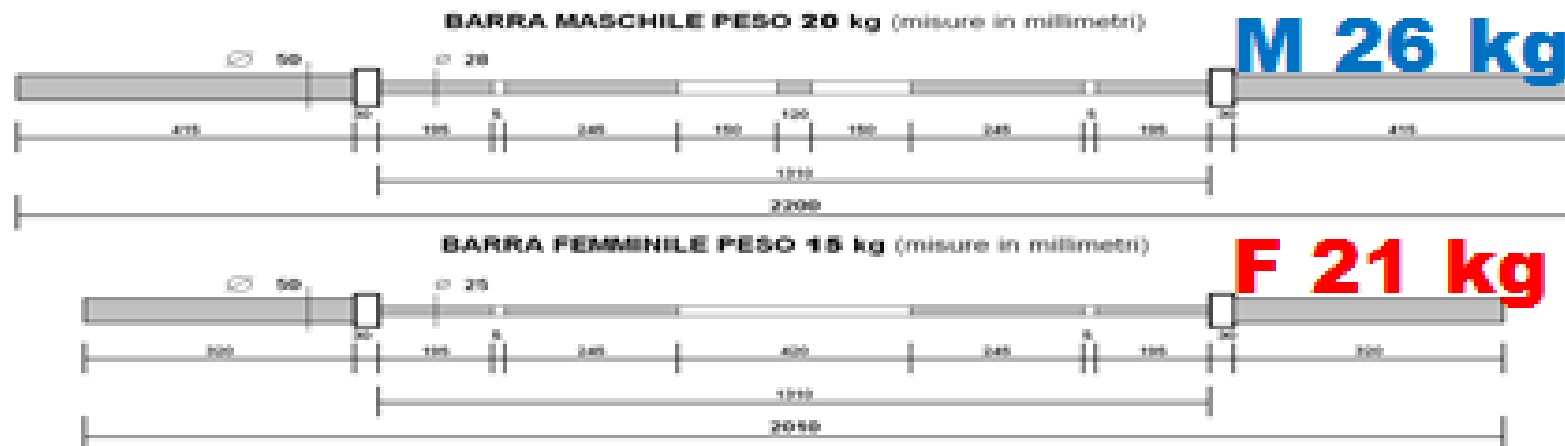
21 kg	0,5, collar	55 kg	15, 2,5, collar
22 kg	1, collar	56 kg	15, 2,5, 1, collar
23 kg	1,5, collar	57 kg	15, 2,5, 1, 5, collar
24 kg	2, collar	58 kg	15, 2,5, 1, 5, collar
25 kg	2,5, collar	59 kg	15, 2,5, 2, collar
26 kg	2,5, 3, collar	60 kg	20, collar
27 kg	2,5, 3, collar	61 kg	20, 3, collar
28 kg	2,5, 1,5, collar	62 kg	20, 1, collar
29 kg	2,5, 2, collar	63 kg	20, 1,5, collar
30 kg	5, collar	64 kg	20, 2, collar
31 kg	5, 3, collar	65 kg	20, 2,5, collar
32 kg	5, 1, collar	66 kg	20, 2,5, 1, collar
33 kg	5, 1,5, collar	67 kg	20, 2,5, 1, 5, collar
34 kg	5, 2, collar	68 kg	20, 2,5, 1, 5, collar
35 kg	5, 2,5, collar	69 kg	20, 2,5, 2, collar
36 kg	5, 2,5, 3, collar	70 kg	25, collar
37 kg	5, 2,5, 1, collar	71 kg	25, 3, collar
38 kg	5, 2,5, 1,5, collar	72 kg	25, 1, collar
39 kg	5, 2,5, 2, collar	73 kg	25, 1,5, collar
40 kg	10, collar	74 kg	25, 2, collar
41 kg	10, 3, collar	75 kg	25, 2,5, collar

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

CARICHI MINIMI PER PARTECIPARE AD UNA GARA FEDERALE

Uomini 26kg (20+0,5+0,5+2,5+2,5)

Donne 21kg (15+0,5+0,5+2,5+2,5)



2,5 kg



2,5 kg

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

SISTEMA ELETTRONICO DI ARBITRAGGIO

Una volta che l'atleta ha completato l'esercizio, ogni giudice esprime il suo giudizio mediante un sistema elettronico di valutazione. In caso di alzata non valida la luce accesa è di colore rosso, viceversa in caso di alzata valida il colore della luce sarà bianca. Per considerare una alzata **valida** o **non valida** dovrà esserci maggioranza concorde di giudizio

			Non valido
			Valido
			Non valido
			Non valido
			Valido

Quando **due** Arbitri hanno fornito la **stessa** decisione all'Atleta viene dato un segnale, visivo e acustico, '**GIÙ**' per consentirgli di riposizionare il bilanciere sulla pedana di gara. Se **due** arbitri danno un giudizio **diverso** e il terzo nessuno, a questo suonerà un segnale acustico per **sollecitarne** una decisione. Tre secondi dopo che tutti gli arbitri hanno segnalato la propria decisione si accendono le «luci di decisione» che restano accese per **3 secondi**, in questa finestra di tempo l'arbitro può **cambiare** il proprio giudizio, se non fa in tempo deve alzare la bandierina per indicare tale cambiamento. Se l'atleta non sente il segnale di giù l'arbitro centrale dovrà segnalarlo con un movimento discendente del braccio e dicendo ad alta voce **GIÙ**

REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

Quando gli arbitri possono cambiare il proprio giudizio?

Quando dopo una valutazione di alzata valida l'atleta:

- Rilascia il bilanciere dietro le spalle
- Rilascia il bilanciere da una posizione incompleta
- Lascia il bilanciere da un'altezza superiore a quella delle spalle
- Lascia cadere il bilanciere fuori dalla pedana
- Tocca il bilanciere con il piede

Una prova valida può diventare nulla

Una prova nulla non può MAI diventare valida

UN ERRORE VISTO NON PUO' ESSERE CANCELLATO

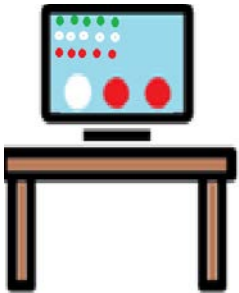
REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

ALTRE ATTREZZATURE



BILANCIA: devono essere elettroniche, pesare fino a 200 kg con una precisione di 50 gr, nelle gare IWF devono esserci 3 bilance (ufficiale-test-allenamento) e devono avere un certificato non più vecchio di 3 mesi.

CRONOMETRO: elettronico o digitale, deve funzionare ininterrottamente fino a 15 min, deve scandire il secondo, deve emettere un segnale acustico a 90,60 e 30 secondi, il tempo deve essere mostrato: al riscaldamento, al pubblico e all'atleta in pedana.



PANNELLO DI CONTROLLO DELLA GIURIA : posto sul tavolo della giuria alle spalle degli arbitri permette la valutazione della prova e del controllo del giudizio della terna da parte della giuria.

INTERFONO: per mettere in comunicazione diretta la Giuria, la Direzione di gara e il Responsabile dei passaggi.



REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

ALTRE ATTREZZATURE



TABELLONE SEGNAPUNTI: deve essere presente in area di gara e al riscaldamento e deve mostrare la situazione della gara in tempo reale. Devono comparire le seguenti informazioni : Nome dell'atleta, numero di gara, numero di partenza, codice iwf (soc.) , anno di nascita, 3 tentativi di strappo e slancio, Totale, classifica finale, atleta successivo.

TABELLONE DEI TENTATIVI: deve essere presente nell'area di gara e riscaldamento, deve mostrare: nome atleta, codice iwf (soc.), numero di gara ,numero di tentativo, carico del bilanciere, cronometro, decisione degli arbitri



TABELLONE DEI RECORDS: Nell'area di gara si devono mostrare i records della categoria per la quale si sta gareggiando devono essere disponibili per la durata dell'intero gruppo e vanno aggiornati ogni volta che se ne stabilisce uno nuovo.

SCHERMI VIDEO: presenti in area di gara e riscaldamento

VPT: è il sistema che consente di rivedere la decisione di Arbitri/Giuria in caso di contestazione o in caso di disaccordo all'interno della Giuria.



REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE PESISTICA OLIMPICA

DOCUMENTI

a tutti i livelli di gara (regionale-nazionale-internazionale) vengono prodotti i seguenti documenti, ovviamente cambiano i tempi e alcune informazioni a secondo del livello stesso.

Approfondirete step by step

REGOLAMENTO PER L'EVENTO: Luogo-data-sistemazione alberghiera-moduli d'iscrizione-info utili.

MODULI D'ISCRIZIONE: Federazione affiliata-nome data di nascita categoria di peso degli atleti-Nomi degli Accompagnatori-totali di partenza.

MODULI DI VERIFICA: riassume le info delle iscrizioni.

PACCHETTO START LIST: è il programma orario delle gare con i nomi degli arbitri assegnati ad ogni gara.

ELENCO PERAZIONI DI PESO : è l'elenco che viene fuori dalle operazioni di peso deve contenere tra le altre Info le alzate di partenza degli atleti e **deve essere firmato dagli arbitri al peso.**

SCHEDA DELL'ATLETA: comunemente conosciuta come «foglietto dei passaggi» serve per registrare le dichiarazioni di carico di partenza degli atleti e i tentativi successivi **deve essere firmata dal tecnico o dall'atleta.**

PROTOCOLLO DI GARA : è il documento ufficiale che certifica i risultati di ogni gruppo di gara . Contiene tra le altre info tutti i tentativi per entrambi gli esercizi e il totale sollevato. **Deve essere firmato dal direttore di gara e dal presidente di giuria.**

PACCHETTO RISULTATI FINALI: racchiude tutti i documenti della gara tra cui il protocollo di gara e l'elenco dei nuovi RECORDS.

