



**HANDI  
SPORT**

LIGUE  
FRANCOPHONE

LIGUE HANDISPORT FRANCOPHONE

69 Avenue du Centenaire

6061 Montignies-sur-Sambre

Tel : 071 10 67 50

Email : [info@handisport.be](mailto:info@handisport.be)



## Championnats Multisports Adaptés

Athlétisme

# RÈGLEMENT 2024-2025

Version Mars 2024

## RENSEIGNEMENTS FÉDÉRATIONS

---

Ligue Handisport Francophone

Avenue du Centenaire, 69 - 6061 Charleroi

Tel: +32 (0)71.10.67.50

Email: [info@handisport.be](mailto:info@handisport.be)

[www.handisport.be](http://www.handisport.be)



## Table des matières

---

RENSEIGNEMENTS FÉDÉRATIONS.....	2
Table des matières.....	3
1. Présentation du championnat Athlétisme .....	4
2. Déroulement d'une journée .....	4
2.1. Les missions des éducateurs .....	4
a) A l'arrivée du club.....	4
b) Pendant la journée .....	5
c) A la fin de la journée.....	5
2.2. Les sportifs.....	5
3. Le règlement.....	5
3.1. Les épreuves.....	5
3.2. Les scores .....	5
a) Les points par épreuve .....	5
b) Le classement .....	6
3.3. Règlement technico-sportif et adaptations.....	7
a) Course de vitesse (100m et 400m).....	7
b) Course de demi-fond (1500M) .....	7
c) Courses de relais « amicales ».....	<b>Erreur ! Signet non défini.</b>
d) Saut en longueur .....	8
e) Lancer du poids .....	8
f) Rappels aux équipes/joueurs .....	10
g) Rappels aux arbitres .....	10
h) Rappels aux coaches/éducateurs .....	10

# 1. Présentation du championnat Athlétisme

Le championnat adapté d'athlétisme est destiné au public adulte en situation de handicap intellectuel qui participe sous l'accompagnement et la responsabilité d'un éducateur ou d'une personne encadrante.

Ce championnat se déroule en journée, en semaine. 3 à 6 journées de championnat sont organisées de septembre à juin au sein d'un même club ou de clubs différents.

Chaque journée proposera :

- 4 courses (100m, 400m et 800m ou 1500m),
- 2 épreuves (saut en longueur et lancer du poids),

Les sportifs pourront participer à 4 épreuves maximum.

Les éducateurs auront pris le soin en amont de définir la division de chacun selon le niveau réel de chacun des sportifs (voir règlement – définition des aptitudes attendues par division).

Il y a 3 classifications :

- La classification A est destinée aux sportifs les plus autonomes, aux athlètes qui concourent selon le règlement WPA (World Para Athletics).
- La classification B est destinée aux personnes ayant le plus de difficultés dans la compréhension du règlement.
- La classification C s'applique uniquement au lancer du poids. Elle est destinée aux personnes rencontrant les plus grandes difficultés dans la compréhension du règlement, ainsi qu'à celles ayant des limitations dans l'exécution du lancer.

Chaque journée débute à 09h45 et se termine à 15h30.

Les sportifs peuvent arriver à partir de 9h15.

## 2. Déroulement d'une journée

### 2.1. Les missions des éducateurs

#### a) A l'arrivée du club

- L'éducateur met tout en œuvre pour arriver à l'heure. Le cas échéant, il prévient ! Sans nouvelle, les épreuves seront lancées selon la planification établie. Toute absence sera notifiée d'un forfait !

## b) Pendant la journée

- L'éducateur est responsable d'assurer l'échauffement de ses athlètes.
- L'éducateur est responsable d'accompagner ses sportifs et veiller à ce qu'ils soient présents à l'épreuve à temps.

## c) A la fin de la journée

- Les éducateurs aident pour le rangement des installations.
- Les éducateurs vérifient que leurs sportifs ont bien toutes leurs affaires.

➔ Les éducateurs sont tenus de veiller à rendre les locaux dans un état correct et soigné, d'être attentifs à la propreté des tables de repas, des vestiaires et des toilettes.

## 2.2. Les sportifs

- Les sportifs auront une tenue adaptée à la pratique du sport.
- Les sportifs sont présents dans un esprit sportif de camaraderie et de fair-play.

# 3. Le règlement

## 3.1. Les épreuves

- 100m
- 400m
- 800m
- 1500m
- Lancer du poids
- Saut en longueur

## 3.2. Les scores

### a) Les points par épreuve

#### Classification A

- 1<sup>er</sup> : 20 points
- 2<sup>ème</sup> : 18 points
- 3<sup>ème</sup> : 16 points
- 4<sup>ème</sup> : 14 points

- 5<sup>ème</sup> : 12 points
- 6<sup>ème</sup> : 10 points
- 7<sup>ème</sup> : 9 points
- 8<sup>ème</sup> : 8 points
- 9<sup>ème</sup> : 7 points
- 10<sup>ème</sup> : 6 points
- 11<sup>ème</sup> : 5 points
- 12<sup>ème</sup> : 4 points
- 13<sup>ème</sup> : 3 points
- 14<sup>ème</sup> place : 2 points
- A partir de la 15<sup>ème</sup> place : 1 point
- Forfait : 0 point
- **Un athlète doit être présent à au moins 2/3 du nombre total de journées. En cas d'absence excédant ce seuil, il sera déclaré forfait pour le reste du championnat.**

### Classification B et C

- 1<sup>er</sup> : 100 points
- 2<sup>ème</sup> : 98 points
- 3<sup>ème</sup> : 96 points
- ....
- 26<sup>ème</sup> : 50 points
- 27<sup>ème</sup> : 49 points
- 28<sup>ème</sup> : 48 points
- ....
- À partir de la 75<sup>ème</sup> place : 1 point

### b) Le classement

Le classement se fera par épreuve, par classification (A, B et C) et par sexe, en fonction du nombre de points à la fin du championnat et est actualisé après chaque journée.

Une remise des prix sera organisée la dernière journée du championnat, avec une récompense pour les trois premiers de chaque catégorie et une médaille de participation pour les autres.

La LHF se charge d'organiser cette remise des prix (et de prévoir les récompenses associées).

### 3.3. Règlement technico-sportif et adaptations

#### a) Course de vitesse (100m et 400m)

##### ❖ Classification A

**Pas d'aide au départ de la course.**

**Règlement identique au règlement World Para Athletics (WPA).**

- Départ :
  - o Ordres habituels du starter « A vos marques, prêt », signal sonore du départ.
  - o Starting-blocks obligatoires pour le 100m (un genou au sol à l'annonce « à vos marques » + mains derrière la ligne)
  - o Course en couloir.
- L'athlète est disqualifié en cas de :
  - o Faux-départ
  - o Changement de couloir.

##### ❖ Classification B

**Aide possible au départ de la course.**

- Départ :
  - o Ordres du starter « A vos marques, prêt » signal sonore du départ.
  - o Départ debout, aide possible
  - o Pas de disqualification si faux-départ
- Pas de disqualification pour changement de couloir sauf si gêne d'un autre athlète.

#### b) Course de demi-fond (800m et 1500M)

##### ❖ Classification A

**Pas d'accompagnement au départ**

**Règlement identique au règlement WPA.**

- Départ : ordres habituels du starter « A vos marques, prêts », signal sonore du départ.
  - o Coureurs debout derrière la ligne de départ
- L'athlète est disqualifié en cas de :
  - o Faux-départ

#### ❖ Classification B

Aide possible au départ de la course.

- Départ : ordres du starter « A vos marques, prêts », signal sonore du départ.
  - o Départ debout, aide possible
- Annonce des tours restants à chaque passage de sportif
- Course et marche
- Pas de disqualification si faux-départ

#### c) Saut en longueur

- Généralités :
  - o 3 essais chacun et le meilleur est retenu pour la performance.

#### ❖ Classification A

- Le saut est « mordu » et l'essai nul quand le pied d'appel dépasse la ligne d'appel de la planche.
- Après la réception, le sportif doit sortir vers l'avant pour quitter la fosse.
  - o Si l'athlète, à la réception dans le sable, recule, s'assoit ou se rééquilibre en plaçant la main derrière lui, la mesure du saut se fera à partir de cette marque, la plus proche de la ligne d'appel.

#### ❖ Classification B

On matérialisera une zone de 60 cm à partir du bord du bac de sable.

La mesure se fera à partir de l'impulsion - en avant du pied d'appel.

Le saut sans élan est autorisé.

#### d) Lancer du poids

- Généralités :
  - o 3 essais chacun, le meilleur des trois est comptabilisé
  - o La mesure se fait directement après l'essai
  - o Le sportif ne peut pas poser le pied sur le buttoir ou le franchir (on peut toucher l'intérieur du buttoir)
  - o Le lancer s'effectue à l'intérieur du cercle
  - o Sortir par la partie arrière
  - o Le lancer s'effectue d'une seule main, avec ou sans élan ; le lanceur doit commencer sans bouger, à l'intérieur du cercle. Le poids est en contact avec le

cou, jusqu'à la poussée du bras. Le poids ne doit pas dépasser, en arrière, l'épaule.

- o Le poids doit tomber dans la zone de réception

#### ❖ Classification A

- Le sportif respecte le règlement officiel.

	POIDS	
	HOMMES	FEMMES
T 20 T21 D1 (idem valides)	Sen: 7,26 kg Jun: 6 kg	Sen: 4 kg Jun: 4 kg

#### ❖ Classification B

- Le sportif respecte le règlement officiel avec une certaine tolérance

	POIDS	
	HOMMES	FEMMES
T 20 T21 (idem valides)	Sen: 3 kg Jun: 3 kg	Sen: 2kg Jun: 1 kg

#### ❖ Classification C

- Le sportif respecte le règlement officiel avec davantage de tolérance

	POIDS	
	HOMMES	FEMMES
T 20 T21 (idem valides)	Sen: 2 kg Jun: 2 kg	Sen: 1kg Jun: 1 kg

### e) Rappels aux joueurs

- Les joueurs porteront une tenue et des chaussures adaptées à la pratique du sport. Ceci pour autant que, selon la(es) déficience(s) existante(s), une autre tenue ou d'autres chaussures ne soient indiquées. Les joueurs d'une même équipe se présenteront en tenue uniforme.
- Les officiels (arbitres) dirigent le jeu et ses décisions sont sans appel.

### f) Rappels aux arbitres

- Une épreuve est dirigée par un arbitre.
  - Les joueurs doivent avoir un comportement correct vis-à-vis des adversaires, des officiels et du public. Sont sanctionnés :
    - Les dégâts volontaires à l'équipement ;
    - Des cris excessifs ou un langage inconvenant ;
    - Tous dégâts volontaires à l'équipement sont à la charge du club auquel adhère le contrevenant. Sanctions :
- ➔ L'arbitre sanctionne ses excès selon la situation. Les sanctions vont d'un avertissement – à la perte de points – à l'exclusion de l'épreuve voire de la journée.

### g) Rappels aux coaches/éducateurs

- Le coach est responsable du comportement de ses joueurs.
- Le coach peut encourager ou donner des directives à ses joueurs pendant les épreuves tant que cela reste dans un esprit sportif et fairplay.
- L'arbitre dirige le jeu et ses décisions sont sans appel.

- o La LHF rappelle qu'en cas de dégâts occasionnés aux installations sportives, les frais associés aux dégâts seront à la charge du participant responsable des dégâts. L'assurance de la LHF n'intervient pas dans de telles circonstances.