



**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 .....	4
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.....	6
a) Course de vitesse (100m et 400m).....	6
b) Course de demi-fond (1500M).....	7
c) Courses de relais « amicales » .....	7
d) Saut en longueur .....	7
e) Lancer du poids .....	8
f) Rappels aux équipes/joueurs.....	8
g) Rappels aux arbitres .....	8
h) Rappels aux coaches/éducateurs.....	9

# 1. Présentation du championnat Athlétisme

Le championnat adapté d'athlétisme est destiné au public adulte en situation de handicap intellectuel, vivant en institution.

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

Chaque journée proposera :

- 3 courses (100m ou 400m et 1500m),
- 2 épreuves (saut en longueur et lancer du poids),
- 1 relais (4x100m).

Les sportifs pourront participer à 5 épreuves maximum (100 ou 400m).

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 2 divisions :

- La division 1 est destinée aux sportifs les plus autonomes, aux athlètes qui concourent selon le règlement WPA (World Para Athletics).
- La division 2 est destinée aux personnes ayant le plus de difficultés dans la compréhension du règlement.

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.

➔ **ATTENTION !** 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
- 1500m
- Lancer du poids
- Saut en longueur
- Relais 4x100m

## 3.2. Les scores

### a) Les points par épreuve

- 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
- A partir de la 14<sup>ème</sup> place : 2 points
- Forfait : 0 point
- **Un athlète qui sera absent 2 fois sans justificatif sera forfait pour le reste du championnat.**

## b) Le classement

Le classement se fera par épreuve, par division (A et B) et par sexe, en fonction du nombre de points à la fin des 3 (ou 6) journées.

Une remise des prix sera organisée la troisième (ou 6<sup>ème</sup>) journée, avec une récompense pour les trois premiers de chaque catégorie et une médaille de participation pour les autres.

## 3.3. Règlement technico-sportif et adaptations

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

#### ❖ Division A

Pas d'aide au départ de la course.

Règlement identique au règlement World Para Athletics (WPA).

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

#### ❖ Division B

Aide possible au départ de la course.

- Départ : ordres du starter « A vos marques, prêt » signal sonore du départ.
  - Départ debout, aide possible

- 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 (1500M)

### ❖ Division A

#### Pas d'accompagnement au départ

#### Règlement identique au règlement WPA.

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

### ❖ Division B

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

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

## c) Courses de relais « amicales »

- Si un coureur laisse tomber le témoin, c'est à lui de le ramasser sans gêner l'adversaire.
- Chaque équipe est composée de 4 relayeurs différents.
- Transmission du Témoin
  - Passage du témoin à la corde pour tout le monde.

## d) Saut en longueur

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

### ❖ Division 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.

- 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.

#### ❖ Division 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.

### e) Lancer du poids

#### - Généralités :

- 3 essais chacun, le meilleur des trois est comptabilisé
- La mesure se fait directement après l'essai
- Le sportif ne peut pas poser le pied sur le buttoir ou le franchir (on peut toucher l'intérieur du butoir)
- Le lancer s'effectue à l'intérieur du cercle
- Sortir par la partie arrière
- 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, le poids de l'épaule.

#### ❖ Division A

#### - Le lancer est nul si :

- Il n'est pas exécuté conformément à la description précédente

#### ❖ Division B

#### - Le lancer est nul si :

- Le poids tombe en dehors de la zone.

### f) Rappels aux équipes/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.

### g) 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.

## h) 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.
- 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.