



# FÉDÉRATION D'HALTHÉROPHILIE DU QUÉBEC

Règlements IWF

## Section V - RÈGLEMENTS IWF

Source : livre de règlements IWF – 2020

### 2 LES DEUX MOUVEMENTS

#### 2.1 Généralités

L'IWF reconnaît deux (2) mouvements qui doivent être exécutés dans l'ordre suivant dans toutes les compétitions organisées selon le présent Règlement :

- a) l'arraché
- b) l'épaulé-jeté

Les deux mouvements doivent être exécutés avec les deux mains

Un maximum de trois (3) essais est autorisé pour chacun des deux mouvements

#### 2.2 L'Arraché

2.2.1 L'haltère est centré horizontalement sur le plateau de compétition. L'athlète se positionne accroupi derrière la barre. Il agrippe la barre, paumes vers le bas et la tire d'un seul mouvement du plateau jusqu'au bout des deux bras en pleine extension au-dessus de la tête. Le mouvement s'effectue, soit en fléchissant ou en effectuant une fente avec les jambes. Durant ce mouvement continu vers le haut, la barre reste près du corps et peut glisser le long des cuisses. Aucune autre partie du corps que les pieds n'est en contact avec le plateau pendant l'exécution du mouvement. L'athlète se relève ([1]) à son propre rythme, depuis la fente ou la flexion de jambes et termine bras et jambes tendus. La charge soulevée doit être maintenue dans la position finale sans bouger, bras et jambes tendus pleine extension, les pieds sur le même axe et parallèles au tronc et à l'haltère. L'athlète attend le signal des arbitres pour replacer l'haltère sur le plateau. Les arbitres donnent le signal d'abaisser l'haltère à « Terre » dès que toutes les parties du corps de l'athlète sont immobiles.

#### 2.3 L'Épaulé-Jeté

##### 2.3.1 Première partie, l'épaulé :

L'haltère est centré horizontalement sur le plateau de compétition. L'athlète se positionne accroupi derrière la barre. Il agrippe la barre, les paumes vers bas et la tire d'un seul mouvement, du plateau jusqu'aux épaules, tout en fléchissant ou en effectuant une fente avec les jambes. Durant ce mouvement continu vers le haut, la barre peut glisser le long des cuisses. L'haltère ne doit pas toucher la poitrine avant la position finale sur les clavicules ou sur la poitrine au-dessus des mamelons ou encore sur les bras totalement fléchis. Les pieds doivent être replacés sur la même ligne, les jambes doivent être tendues pleine extension avant d'effectuer le jeté. L'athlète se replace à son propre rythme et termine, les pieds sur la même ligne, parallèles au tronc et à l'haltère.

[1] En anglais, le terme utilisé est « recovery »

### 2.3.2 Deuxième partie, le jeté :

L'athlète doit se tenir immobile après l'épaulé avec les genoux complètement dépliés avant le départ du jeté. L'athlète fléchit les jambes puis effectue une extension simultanée des jambes et des bras pour amener l'haltère à pleine extension des bras, tendus verticalement au-dessus de la tête. La charge soulevée doit être maintenue dans la position finale sans bouger, bras et jambes tendus pleine extension, les pieds sur le même axe et parallèles au tronc et à l'haltère. L'athlète attend le signal des arbitres pour replacer l'haltère sur le plateau. Les arbitres donnent le signal d'abaisser l'haltère à « Terre » dès que toutes les parties du corps de l'athlète sont immobiles.

Après l'épaulé et avant le jeté, l'athlète peut ajuster la position de la barre pour les raisons suivantes :

- a) retirer ou « décrocheter » ses pouces;
- b) si la respiration est empêchée,
- c) si la barre provoque des douleurs;
- d) modifier l'écartement de sa prise.

### 2.4 Règles générales pour tous les mouvements

2.4.1 La technique dite « crochetage » est autorisée. Elle consiste, au moment d'agripper la barre, à recouvrir la dernière phalange du pouce avec les autres doigts de la main.

2.4.2 Les arbitres doivent considérer comme « essai[1] » tout mouvement non complété, où la barre a atteint la hauteur des genoux.

2.4.3 Après le signal des arbitres de replacer l'haltère sur le plateau, l'athlète doit le descendre devant lui. Toutefois, il n'est permis de relâcher la prise que lorsque la barre a dépassé le niveau des épaules.

2.4.4 Un athlète qui ne peut pas tendre complètement le coude, doit en aviser les arbitres et le Jury, avant le début de la compétition et optionnellement avant le début de chaque mouvement. Ceci est de la responsabilité de l'athlète.

2.4.5 Lorsque l'arraché ou l'épaulé est effectué en flexion de jambes, l'athlète est autorisé, pour se redresser, à balancer le tronc.

2.4.6 L'utilisation de craie (magnésium) sur les mains, les cuisses etc. est autorisée.

2.4.7 L'application de graisse, huile, eau, talc ou de tout autre lubrifiant sur les cuisses est interdite. Tout athlète qui utilise des lubrifiants sera sommé de l'enlever. Durant l'enlèvement, le chronomètre continue de tourner.

2.4.8 C'est la seule responsabilité de l'athlète de compléter chacun des levées en conformité avec les présentes règles de l'IWF (TCRR) et à la satisfaction des officiels techniques en poste.

[1] En anglais, « No Lift ».

## 2.5 Mouvements incorrects

### 2.5.1 Mouvements incorrects pour tous les mouvements

2.5.1.1 Tirage en suspension, à savoir un arrêt du mouvement ascendant de l'haltère lors du tirage.

2.5.1.2 Toucher le plateau avec toute partie du corps autre que les pieds.

2.5.1.3 Pause durant l'extension des bras

2.5.1.4. Terminer par un développé à la fin du mouvement arraché ou jeté, à savoir continuer l'extension des bras après que l'athlète ait atteint le point le plus bas de sa position dans la flexion ou la fente, pour l'arraché ou le jeté.

2.5.1.5 Flexion et extension des coudes pendant le redressement.

2.5.1.6 Quitter le plateau durant l'exécution du mouvement, c'est-à-dire toucher la surface extérieure du plateau avec n'importe quelle partie du corps.

2.5.1.7 Laisser tomber l'haltère au-dessus des épaules.

2.5.1.8 Ne pas replacer l'haltère au complet sur le plateau.

2.5.1.9 Ne pas faire face à l'arbitre du centre au début d'un lever.

2.5.1.10 Relâcher la barre d'une position incomplète.

2.5.1.11 Toucher l'haltère avec son pied.

### 2.5.2 Mouvements incorrects à l'Arraché

2.5.2.1 Pause pendant l'exécution du mouvement.

2.5.2.2 Tout contact de la barre avec la tête de l'athlète; les cheveux et tout item porté sur la tête sont considérés faire partie de la tête.

### 2.5.3 Mouvements incorrects à l'Épaulé

2.5.3.1 Effectuer un « double épaulé », c'est-à-dire reposer ou placer la barre à un point intermédiaire sur la poitrine avant la position finale.

2.5.2.2 Toucher les cuisses ou les genoux avec les coudes ou les avant-bras.

## 2.5.4 Mouvements incorrects au Jeté

2.5.4.1 Tout effort apparent pour jeter par tentatives successives qui ne sont pas complétées. Cela inclus le fléchissement du tronc ou des genoux.

2.5.4.2 Toute oscillation délibérée de l'haltère dans le but d'en profiter pour le jeté. L'athlète et l'haltère doivent être immobiles avant d'exécuter le jeté.

## 2.6 Mouvements et positions incomplets

2.6.1 Toute extension inégale ou incomplète des bras, à la fin du mouvement

2.6.2 Terminer le mouvement pieds et haltère non alignés et non parallèles à la l'axe du tronc

2.6.3 Toute extension incomplète des genoux, à la fin du mouvement

M. J.-F. Lamy a extrait de la section « IWF Technical and Competition Rules & Regulations 2020-2020 » les principaux articles qui touchent plus spécifiquement le déroulement lors des compétitions provinciales.

Notez que la version française des règlements n'est pas encore disponible et que le texte français est une traduction de M. Lamy. Nous le remercions pour ce travail de traduction et de clarification.

2.5.1.1 Pulling from the hang, defined as: stopping the upward movement of the barbell during the pull.

La reformulation du règlement confirme l'interprétation appliquée au Québec concernant les pauses aux hanches ou au bassin. La progression verticale doit être ininterrompue. Si l'athlète cogne la barre de manière à arrêter le mouvement vers le haut (ou à faire redescendre la barre), il y a faute.

2.5.1.4 Finishing with a press-out, defined as: continuing the extension of the arms after the athlete has reached the lowest point of his/her position in the squat or split for both the Snatch and the Jerk.

La reformulation précise qu'il est permis de pousser sur la barre uniquement pendant que le corps est en descente. Il est interdit de développer pendant la remontée du corps.

2.5.1.5 Bending and extending the elbows during the recovery.

Le terme anglais « recovery » fait référence à la remontée. Les coudes doivent être pleinement étendus pendant toute la remontée.

En combinant les règles 2.5.1.4 et 2.5.1.5, on obtient que les bras doivent être en pleine extension à partir du moment où l'athlète est au plus bas de son mouvement de jeté ou d'arraché, et jusqu'à sa pleine remontée avec les genoux complètement dépliés.

2.5.1.6 Leaving the competition platform or touching the area outside the competition platform with any part of the body before the complete execution of the lift.

Ceci confirme l'interprétation faite par les officiels du Québec dans le cas des plateformes de contreplaqué où le contour de la plateforme est marqué au ruban (si le pied dépasse le ruban, il y a faute)

2.5.2.2 Touching the head with the bar; hair and any items worn on the head are considered to be part of the head.

Rappel : cette précision diffère de l'interprétation qui a été faite au Québec pendant plusieurs années. Toucher les cheveux (chignon, couette, tresse) est maintenant une faute.

#### 4.4 BANDAGES, STICKING PLASTERS AND TAPES

Il y a maintenant une définition de chaque sorte de ruban.

4.4.1 Bandages are non-adhesive wraps made of a variety of materials; most common materials are gauze, medical crepe, neoprene/rubber or leather.

Les bandages ne sont pas collants et peuvent être de n'importe quelle longueur.

4.4.1.7 One-piece elastic bandages, neoprene/rubberised kneecaps, or patella protectors which allow free movement, may be worn on the knees. Kneecap bandages / protectors may not be reinforced by way of buckles, straps, whalebone, plastic or wire.

Un bandage élastique d'une seule pièce ou des protecteurs de rotule permettant la liberté de mouvement, fabriqués de néoprène ou caoutchoutés peuvent être portés sur les genoux. Les bandages ou protecteurs de rotule ne peuvent être renforcés à l'aide de boucles, de sangles ou de baleines de plastique ou métalliques.

4.4.2 Sticking plasters are small adhesive bandages usually made of woven fabric, plastic, or latex rubber with an absorbent pad. Sticking plasters are applied to cover small wounds.

On parle ici de diachylons pour recouvrir les blessures ou écorchures.

4.4.2.1 Sticking plasters may be worn to protect small wounds, as required except on the elbow(s).

Il n'est pas permis de porter de diachylons sur les coudes.

4.4.3 Tape is made of either rigid cotton or rayon material and is known as athletic tape, medical tape and/or sport tape. Tape can also be an elastic therapeutic tape (Kinesio tape) which is an adhesive elastic cotton strip in multiple colours.

Le ruban collant thérapeutique est maintenant permis, même sous un bandage, y inclus les bandages au poignet ou aux genoux.

4.4.3.5 Tape may be worn under any piece of the athlete outfit including other bandages anywhere on the body, except the elbow(s).

Le ruban collant thérapeutique est permis sous le costume et sous tout type de bandage.

Il n'est pas permis de porter du ruban ou du ruban thérapeutique aux coudes.

## CEINTURE – extrait du livre de règlements IWF 2020 – 2020<

### 4.4 Ceinture

4.4.1 Une ceinture peut être portée. Si utilisée, elle est portée par-dessus le costume.

4.4.2 La largeur maximale de la ceinture est de douze (12) cm.

6.6.6 Calling Order (Regulation) The following four (4) factors listed in priority must be considered when calling the athletes:

1. The weight of the barbell (lightest weight first)
2. The number of the attempt (lowest number first)
3. The sequence / order of the previous attempt(s) (the athlete who lifted earliest is first)
4. The start number of the athlete (lowest first) – For the allocation of start numbers see Regulation to 6.4 – Weigh-in

Le point 4 est un changement et affecte les groupes avec des catégories combinées. Le numéro de départ (« start number ») est assigné après la pesée. On trie les athlètes par catégorie, puis par numéro de tirage au sort (comme à la pesée), et on assigne un numéro à partir de 1. La conséquence est que si deux athlètes de catégorie différente demandent le même poids au premier essai, celui de la catégorie inférieure lèvera toujours en premier.

Le préposé aux changements écrira le numéro de départ sur le carton d'athlète avant le début du groupe.

6.6.8 An athlete is granted only one (1) minute if while taking two lifts in succession the calling order changes and the clock starts for another athlete.

Ceci est une clarification. Si un athlète revient et a été le dernier à lever, il n'a droit qu'à une minute si l'horloge a été démarrée pour un autre athlète.

Il est donc possible que l'annonceur ait nommé plusieurs athlètes, mais que le chronométrateur n'ait jamais déclenché le chrono. Si le chronomètre n'a pas démarré, l'athlète qui revient conserve le deux minutes.

Pour éviter les situations où il y a annonce mais où le chronomètre ne démarre pas (ce qui cause de la confusion), il est demandé aux annonceurs et chronométrateurs de procéder comme suit lors d'une situation où l'ordre de passage a changé et qu'un autre leveur est appelé :

- L'annonceur attend que la plateforme soit libre ;
- L'annonceur s'assure que le chronométrateur est prêt à démarrer le chronomètre et garde un contact visuel avec le chronométrateur ;
- L'annonceur fait l'annonce de l'athlète ;
- Le chronométrateur démarre le chronomètre et note que l'athlète a perdu le droit au deux minutes (puisque le chronomètre est démarré) ;

L'annonceur s'assure que le chronomètre a bien démarré.

6.6.13 When the Team Official / athlete asks for a change of weight and still has to take the heavier weight next, the clock is stopped while the weight is changed. After the change of weight has been completed, the clock continues to run. When the Team Official / athlete asks for a change of weight and, in doing so, follows another athlete, the normal one (1) minute (60 seconds) applies for the next attempt. (See TCRR 7.9)

20 Upon the completion of weigh-in, the athlete is assigned an athlete start number. The athlete with the lowest lot number is assigned the start number of 1; from there, all athletes in sequence of lot number are assigned start numbers in numerical order. When more bodyweight categories are contested in one competition, in the allocation of start numbers the progression of lot numbers is considered category by category, with the lower category to be taken before the higher categories.

<u>Exemple:</u>			
<b>Start Number</b> <b>Numéro de départ</b>	<b>Lot Number</b> <b>Numéro de tirage au sort</b>	<b>Bodyweight</b> <b>Poids corporel</b>	<b>Name</b> <b>Nom</b>
1	3	55.50 kg	AAAAA <u>Aaaaa</u>
2	27	55.00 kg	BBBBB <u>Bbbbb</u>
3	54	56.00 kg	CCCCC <u>Ccccc</u>
4	8	61.55 kg	DDDDD <u>Ddddd</u>
5	19	62.00 kg	EEEEE <u>Eeeee</u>
6	142	61.04 kg	FFFFF <u>Fffff</u>

## 6.6 Déroulement de la compétition

6.6.1 L'haltère est chargé progressivement. L'athlète tentant la charge la plus légère, passe en premier. À partir du moment où le poids annoncé a été chargé sur la barre et que le chronomètre a été mis en marche, la charge de l'haltère ne peut être descendue à une charge inférieure. Les compétiteurs et leur entraîneur doivent par conséquent observer la progression des charges et être prêts à réaliser leur essai avec la charge qu'ils ont choisie. Ceci est de l'entière responsabilité de l'athlète et des officiels de son équipe.

6.6.2 Le poids de l'haltère doit toujours être un multiple de un (1) kg.

6.6.3 Après tout essai réussi, la progression pour un même athlète, doit être d'au moins un (1) kg.

6.6.4 La charge minimale sur l'haltère durant une compétition de l'IWF :

\*pour les hommes : vingt-six (26) kg, c'est-à-dire la barre (20 kg) chargée de deux disques de 0,5 kg et les colliers de serrage.

\*pour les femmes : vingt et un (21) kg, c'est-à-dire la barre (15 kg) chargée de deux disques de 0,5 kg et les colliers de serrage.



6.6.5 La somme des haltères de départ à l'arraché et à l'épaulé-jeté ne peut être inférieure au total d'inscription moins vingt (20) kg. Le Jury exclura de la compétition tout athlète qui ne respecte pas la règle. Cette règle est couramment appelée « Règle du 20kg ».

Note : Cette « règle du 20kg » n'est pas appliquée lors des compétitions provinciales.

#### 6.6.6 Ordre de l'appel

Il faut tenir compte de quatre (4) critères dans l'enchaînement de l'appel des athlètes sur le plateau :

- 1) le poids de l'haltère (la charge la plus légère en premier)
- 2) le numéro de l'essai (le chiffre le plus bas en premier)
- 3) l'ordre des essais précédents (l'athlète qui a effectué l'essai le plus tôt passe en premier)
- 4) le numéro de départ de l'athlète (le chiffre le plus bas en premier)

6.6.7 Une minute (60 secondes) est allouée au compétiteur entre l'appel de son nom et le début de son essai. Après trente (30) secondes, un signal d'avertissement se fait entendre.

Lorsqu'un compétiteur tente deux (2) essais consécutifs, il a droit à un délai de deux (2) minutes (120 secondes) pour la tentative suivante. (pour exception voir 6.6.8).

rente (30) secondes après le début du temps alloué et trente (30) secondes avant la fin du temps alloué, un signal d'avertissement se fait entendre. Si à la fin du temps réglementaire le compétiteur n'a pas soulevé l'haltère du plateau, la tentative doit être déclarée « essai non complété » par les trois arbitres.

Le temps est décompté soit à partir de l'annonce de l'essai par l'annonceur ou soit lorsque le chargement de la barre est terminé, selon le dernier des deux événements.

6.6.8 L'athlète dispose uniquement d'une (1) minute pour effectuer son lever si, alors qu'il lève pour une deuxième fois de suite, l'horloge a été démarrée pour un autre athlète suite à des changements dans l'ordre de passage.

6.6.9 La charge annoncée par l'annonceur doit être immédiatement inscrite sur le tableau d'essais.

6.6.10 Quand un compétiteur désire soit réduire ou augmenter la charge demandée initialement, doit en avvertir les officiels ou les préposés aux changements avant l'appel final en inscrivant en remplissant et signant sa carte. Pour augmenter la charge son entraîneur ou lui-même, doit avoir signé sa carte avant l'appel final. Pour diminuer la charge il ne faut pas que le chronomètre ait démarré pour l'athlète.

6.6.11 L'appel final est le signal sonore qui se fait entendre, trente (30) secondes avant la fin du temps alloué pour l'essai.

6.6.12 Avant le premier essai et entre deux (2) essais, l'entraîneur/l'athlète doit indiquer et signer le prochain essai sur la carte de compétiteur, autant pour la déclaration que pour la progression automatique. Cette signature permet alors d'effectuer deux (2) changements.

Si l'entraîneur/l'athlète n'effectue pas ces changements avant l'appel final (30 secondes), l'athlète sera appelé suivant la progression automatique.

Lorsque l'athlète effectue deux essais consécutifs (temps alloué 120 secondes) l'entraîneur/l'athlète doit déclarer le prochain essai dans les 30 premières secondes suivant son appel, même si c'est la progression automatique.

Si ceci n'est pas fait, les deux (2) changements de charge ne seront pas alloués. L'athlète devra prendre la progression automatique. (voir TCRR 7.10)

6.6.13 Quand l'entraîneur/l'athlète demande un changement de charge et qu'il demeure le prochain athlète à lever à cette nouvelle charge, le chronomètre est arrêté pendant la modification. Dès que l'haltère est prêt, le chronomètre est remis en marche pour le temps qu'il lui reste. Cependant, si l'entraîneur/l'athlète demande un changement et ce faisant lève à la suite d'un autre athlète, le délai normal d'une minute (60 secondes) lui est accordé pour l'essai suivant (voir TCRR 7.10).

6.6.14 Si l'entraîneur/l'athlète décide de se retirer d'un (1) ou deux (2) mouvements il doit le noter et signer la carte de l'athlète des mouvements respectif.

Une fois la carte de l'athlète noté et paraphé le retrait est officiel. L'annonceur annonce alors le retrait. Les compétiteurs ne peuvent réintégrer la compétition lorsque leur retrait a été annoncé officiellement.

6.6.15 Au cours de toute compétition se déroulant sur une estrade ou un podium, seuls les membres du Jury, les arbitres officiant, les chargeurs, les annonceurs, les accompagnateurs d'équipe autorisés (voir TCRR 6.4) et les athlètes appartenant à la catégorie ou au groupe concerné sont admis dans l'aire de compétition.

6.6.16 Seulement trois (3) accompagnants de l'athlète courant sont autorisés à se trouver sur l'aire qui leur est réservée (voir 3.1.1.7)

#### REGULATION TO 6.6.6 – CALLING ORDER & REGULATION TO 6.8 – CLASSIFICATION

The calling order is the progression of the competition which determines when an athlete is called to perform their attempt.

The classification of athletes determines the athletes ranking in their specific bodyweight category.

Example: 56 kg Men's Group A and Group B

When bodyweight categories are divided into groups; the order of competing groups is in reverse alphabetical. (i.e.: Group C competes first, Group B second and Group A last)

Note: The numbers in brackets below indicate the calling order.

Lot No.	Name	B W	Snatch					Clean & Jerk					Total	Rg
			1	2	3	Result	Rg	1	2	3	Result	Rg		
100	A	55	<del>100</del> (4)	<del>100</del> (9)	100 (11)	100	10	<del>120</del> (6)	<del>120</del> (9)	120 (12)	120	6	220	7
101	B	56	<del>95</del> (3)	<del>100</del> (8)	--- (---)	---	---	---	---	---	---	---	---	---
102	C	55	<del>100</del> (5)	100 (10)	<del>105</del> (15)	100	7	<del>120</del> (7)	120 (10)	<del>125</del> (14)	120	4	220	5
103	D	56	90 (1)	100 (7)	105 (14)	105	3	<del>115</del> (2)	<del>115</del> (4)	115 (5)	115	10	220	9
104	E	56	<del>94</del> (2)	101 (12)	<del>105</del> (16)	101	4	110 (1)	115 (3)	120 (11)	120	7	221	1
105	F	55	100 (6)	<del>101</del> (13)	<del>105</del> (17)	100	5	120 (8)	<del>125</del> (13)	<del>125</del> (15)	120	1	220	2

#### Group A

Lot No.	Name	B W	Snatch					Clean & Jerk					Total	Rg
			1	2	3	Result	Rg	1	2	3	Result	Rg		
200	G	55	<del>91</del> (3)	<del>95</del> (6)	100 (12)	100	9	<del>115</del> (3)	<del>116</del> (8)	120 (12)	120	5	220	6
201	H	55	<del>100</del> (7)	100 (10)	<del>105</del> (16)	100	8	<del>115</del> (4)	120 (10)	<del>125</del> (14)	120	3	220	4
202	I	56	90 (2)	95 (5)	105 (15)	105	2	<del>114</del> (2)	<del>115</del> (6)	115 (7)	115	9	220	8
203	J	55	85 (1)	94 (4)	105 (14)	105	1	---	---	---	---	---	---	---
204	K	56	<del>100</del> (8)	100 (11)	<del>105</del> (17)	100	11	110 (1)	115 (5)	120 (11)	120	8	220	10
205	L	55	100 (9)	<del>103</del> (13)	<del>105</del> (18)	100	6	120 (9)	<del>125</del> (13)	<del>125</del> (15)	120	2	220	3

## 6.8 Classement des athlètes et des équipes

### 6.8.1 Classement des athlètes

Le titre de champion est décerné aux athlètes qui ont respectivement effectué le meilleur arraché, meilleur épaulé-jeté et meilleur Total (l'addition du meilleur arraché et du meilleur épaulé-jeté).

De plus, dans toute compétition organisée selon les règles de l'IWF, des médailles d'or, d'argent et de bronze sont décernées respectivement au premier, deuxième et troisième gagnant, à l'arraché, l'épaulé-jeté et au Total dans chacune des catégories.

6.8.2 Afin de calculer le classement individuel à l'arraché et à l'épaulé-jeté, les facteurs ci-dessous doivent être pris en considération et dans l'ordre suivant :

- 1) le meilleur résultat le plus élevé est premier, s'il y a égalité alors :
- 2) le numéro de l'essai du meilleur résultat : le plus bas est premier; s'il y a encore égalité, alors :
- 3) les essais précédents : le plus bas est premier; alors s'il y a encore égalité :
- 4) le numéro de tirage au sort : le plus bas est premier.

Afin de calculer le classement individuel au Total, les facteurs ci-dessous doivent être considérés et dans l'ordre suivant :

- 1) le meilleur résultat le plus élevé est premier, s'il y a égalité alors :
- 2) le meilleur résultat à l'épaulé-jeté : le plus bas est premier; s'il y a encore égalité, alors :
- 3) le numéro de l'essai du meilleur épaulé-jeté : le plus petit nombre d'essais est premier; s'il y a encore égalité, alors :
- 4) les essais précédents : le plus petit nombre d'essais est le premier; alors s'il y a encore égalité :
- 5) le numéro de tirage au sort : le plus bas est premier.

L'ordre de compétition s'applique lorsque qu'une catégorie de poids a été divisée en plusieurs groupes (voir le Règlement pour 6.8).

Vous pouvez télécharger la version anglaise du livre de règlements de l'IWF à partir de ce lien :

[http://www.iwf.net/downloads/section IWF Technical and Competition Rules & Regulations 2017-2021](http://www.iwf.net/downloads/section_IWF_Technical_and_Competition_Rules_&_Regulations_2017-2021)