



REGLEMENT TECHNIQUE ET SPORTIF

SAUT EN HAUTEUR AVEC TREMPLIN

I. PRÉSENTATION ÉPREUVE

I.1. Définition

Le saut en hauteur avec tremplin est une épreuve qui consiste à franchir une barre entre deux supports verticaux.

I.2. Installations sportives

I.2.1. Zone d'évolution

La piste doit être de taille réglementaire, 56 x 26 au minimum.
La glace doit être suffisamment dure et plate (sans bosses, trous...).

L'accès à la glace est exclusivement réservé aux compétiteurs, aux officiels, aux médias accrédités et aux secours pour intervention.

Lors des sauts, la zones de saut et réception sont délimitées clairement par des plots ou modules gonflables et sécurisés. La zone d'évolution est libre de tout obstacle ou élément jugé dangereux. Chaque épreuve de saut comprend une zone d'élan, une zone de saut et une zone de réception.

Une zone d'entraînement peut être prévue, si c'est le cas, elle doit répondre aux mêmes exigences que la zone officielle. Les temps d'échauffement sont les mêmes pour tous les compétiteurs.

Les différentes zones

La zone d'élan :

Elle n'a pas de limite de départ, chaque patineur est libre de choisir son point de départ, en fonction de la place disponible. Cependant une trop grande course d'élan est très coûteuse en énergie. La ligne de zone de saut met fin à sa limite. (Ligne entre les plots de couleurs jaune) tant que le compétiteur n'a pas franchi cette ligne il peut recommencer sa course d'élan si elle ne lui semble pas satisfaisante.



La zone de saut :

Elle est délimitée par la ligne de zone de saut (plots jaune), et le premier cône de la zone de réception, une fois que le patineur est entré dans cette zone son essai est compté validé ou non.



La zone de réception :

Elle est délimitée par le premier cône après la barre.



I.2.2. Matériels

- Les tremplins

On distingue 2 types de tremplins selon les catégories :

PETIT TREMPLIN. (BEGINNER, NOVICE)

GRAND TREMPLIN. (ADVANCED)

Tailles officielles des différents tremplins :

PETIT TREMPLIN :

Largeur : 0,80

Longueur : 1m

Hauteur : 0,28m

Inclinaison : 16%

GRAND TREMPLIN :

Largeur : 1m00

Longueur : 1,52m

Hauteur : 0,54m

Inclinaison : 22%

- Sautoirs

Ils sont composés de 2 poteaux verticaux stables, gradués de cm en cm, munis de taquets réglables ou fixes. Les poteaux gradués prennent en compte la hauteur des supports qui les fixent.

- Les barres

Les barres doivent être suffisamment longues pour ne pas gêner le patineur.

Une barre de rechange identique à la première sera prévue en cas de besoin.

- Les plots :

Comme indiqué plus haut 2 cônes sont nécessaires au niveau du tremplin et un nombre non défini de cônes judicieusement répartis en zone de réception afin de sécuriser la zone.

I.2. Les juges

Le jury est composé au minimum de 3 juges :

2 juges de sauts.

1 juge de table.

Les juges de sauts :

Les juges de sauts sont sur la piste

Ils vérifient le port des protections obligatoires.

Ils valident ou non la réussite des sauts.

Ils replacent la barre si celle-ci tombe.

Ils augmentent la graduation de la barre à chaque hauteur franchie.

Le juge de table :

Le juge de table est installé sur la table de jugement en bord de piste.

Il retranscrit sur la feuille de marque le résultat des juges de sauts.

Il affiche les résultats et le classement final sur le panneau d'affichage.

I.3. Équipements

Le compétiteur doit avoir **une tenue correcte**, aucune tenue vestimentaire particulière n'est imposée. Les patineurs **porteurs de lunettes** de vue doivent les avoir sécurisés en les attachant. Il est fortement recommandé de porter des lentilles de contact ou une grille afin de protéger les yeux en cas de rupture des verres.

Le compétiteur utilise obligatoirement **des patins de hockey non modifiés**, il est interdit d'utiliser des patins artistiques ou patins de hockey à pointes.

Le port du **casque et des gants** sont **obligatoires**.

Les protections suivantes sont fortement recommandées :

- Genouillères
- Coudières
- **Culotte/short de protection coccyx**
- Protection dorsale, protèges poignets ou autre

E-mail sportsextremes.ffsg@gmail.com

Président Pascal Henry

Tel : 06 76 97 50 17

II. DÉROULEMENT COMPÉTITION

II.1. Chambre d'appel

Chambre d'appel : tous les compétiteurs doivent se présenter au point désigné pour confirmer leur présence et pour rappel des règles de compétition.

II.2. Tirage au sort

L'ordre de passage s'effectue en fonction de la hauteur du premier saut annoncé. L'un des juges annonce l'ordre de passage de façon audible.

II.3. Échauffement

Une zone d'entraînement est prévue avant le début de la compétition de la discipline, elle doit répondre aux mêmes exigences que la zone officielle.

Le temps d'échauffement doit être le même pour tous les compétiteurs et est à l'appréciation des juges.

II.4. Passage

À l'appel de son nom, le compétiteur dispose d'un délai de 30s pour s'élancer. Lorsqu'il ne reste que 3 compétiteurs, ce délai est supprimé.

Le compétiteur dispose de 3 essais maximum par barre pour franchir une hauteur.

La hauteur initiale de la barre est annoncée par les compétiteurs en début de compétition.

Pour le petit tremplin : la barre est montée de 5cm en 5cm jusqu'à 1m50 et de 2cm en 2cm après 1m50 cm à la demande.

Pour le grand tremplin : la barre est montée de 5cm en 5cm jusqu'à 2m et de 2cm en 2cm après 2m à la demande.

Lors du dernier essai, ils peuvent choisir la hauteur de barre maximum.

Aucune technique ou position particulière n'est imposé pour le franchissement de la barre.

Le dernier compétiteur peut choisir la hauteur de ses dernières barres de cm en cm.

III. SYSTÈME DE NOTATION

III.1. Les essais

L'essai est validé si :

- Le patineur franchit la barre sans la faire tomber.
- Le patineur frôle ou touche la barre et qu'elle ne tombe pas.
- Le patineur atterri sur ses 2 pieds avant qu'une autre partie du corps ne touche la glace.

L'essai est invalidé si :

- La barre de saut tombe.
- Le patineur s'engage au-delà de la ligne de zone de saut sans franchir la barre.

III.2. Les impasses

Une impasse signifie que le patineur décide de ne pas franchir certaines hauteurs.

Après un essai raté, le patineur peut décider de passer à la hauteur souhaitée, son nombre d'essais restants est alors reporté à la hauteur choisie.

Dans tous les cas, c'est la dernière hauteur franchie qui détermine le classement.

Il est fortement recommandé d'utiliser les impasses judicieusement afin d'optimiser sa performance.

III.3. Notation à points

Une note de 0 à 100 est attribuée lors de l'exécution d'une figure durant le saut, cette figure doit être présente dans la liste ci-dessous et doit répondre aux critères de validation du saut (voir III.3.1. Les essais). Cette note est établie pour départager les participants **lors des égalités**. Pour des raisons de sécurité, les figures ne sont plus notées à partir de 1m70 pour le grand tremplin et 1m40 pour le petit tremplin. Plusieurs figures peuvent s'accumuler lors d'un saut.

Les notes sont :

- Indépendantes pour chaque hauteur.
- Prioritaires par rapport au nombre de saut réalisé dans la hauteur concernée.

Nombre de points par figures :

- Sac à dos : 25
- 180 : 20
- 360 : 30
- 540 : 45
- 720 : 65
- Salto avant : 90

Saut sac à dos :



Les mains du patineur rentrent en contact avec ses pieds pour valider la figure.

III.4. Égalité

Les ex-æquo sont départagés de la manière suivante :

- Le concurrent qui possède la plus haute note à la hauteur où se produit l'ex-æquo est classé avant l'autre.
- Le patineur ayant fait le plus petit nombre de sauts à la hauteur où se produit l'ex-æquo est classé avant l'autre.
- Si l'ex-æquo subsiste, le concurrent ayant manqué le moins de sauts sur l'ensemble de l'épreuve, est classé avant l'autre.

Exemple :

| LONGEUR/ NOM | 1m 20 | 1m 30 | 1m 40 | 1m 50 | 1m 60 | 1m 70 | 1m 80 | 1m 90 | PERF | CLASSEMENT |
|-----------------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|------|------------------|
| A | - | O | XO | O | XO 15 | XXX | | | 12 | 4 ^{ème} |
| B | O | XO | - | O | - | XXO 50 | XXX | | 13 | 1 ^{er} |
| C | - | XO | O | XO | XO | O | XXX | | 13 | 3 ^{ème} |
| D | O | XO | XO | XO | O | XXX | | | 12 | 6 ^{ème} |
| E | - | O | O | XO | O | XO 25 | XXX | | 13 | 2 ^{ème} |
| F | - | XX- | X | | | | | | 0 | 7 ^{ème} |
| G | O | - | XXO | O | O | X- | XX | | 12 | 5 ^{ème} |

O = essai réussi

x = essai raté

- = impasse

IV. RÉSULTATS

Le vainqueur est celui qui franchit la plus grande hauteur. Même après que tous les autres concurrents aient échoué, le vainqueur peut continuer à sauter jusqu'à ce qu'il ait perdu le droit de poursuivre la compétition, ou autrement dit lorsqu'il aura à son tour échoué.

Les résultats de chaque catégorie sont affichés sur les panneaux d'affichage dans la journée.

Le classement est réalisé par **catégories (âges et sexe) et non par choix de tremplins.**

E-mail sportsextrêmes.ffsg@gmail.com

Président Pascal Henry

Tel : 06 76 97 50 17