

LA PESÉE GÉNÉRALE



Les athlètes se présentent avec leurs :
accréditation, passeport sportif à jour : licence en cours, certificat médical, autorisation parentale, **pièce d'identité**

Se déroule **la veille de la compétition**.
Dure au maximum 2 h.
Est réalisée par des arbitres.
En **salles distinctes** pour chaque genre : 

Se déroule **en sous-vêtements** :

	
culotte et brassière	caleçon



Se déroule **en une fois**.
Une **seconde pesée** peut être effectuée pour les catégories **cadet à master** dans la limite du temps imparti

WEIGH-IN



Les compétiteurs **MAJEURS** peuvent se peser **SANS sous-vêtements**.
→ **Zéro tolérance** pour les **SENIORS** et **MASTERS**.

Permet de **vérifier les ongles** (mains et orteils) :
Ils doivent être **coupés** et **sans vernis de couleur** :
seuls les vernis blancs ou transparents et incolores sont tolérés



Les **2 pieds** bien posés sur la balance.
Pas de bijoux
Pas de chaussettes
Pas de strapping / taping



Les catégories **MINIMES à JUNIORS** peuvent **monter de catégorie** suite à la pesée.
Rq : on ne descend jamais de catégorie
→ **Tolérance de 100 g** lors de la pesée