



## **Regulamento de competicións**

**Federación Galega de Halterofilia**

Fecha: 15/01/2022

Versión: 1.1

# ÍNDICE DE CONTENIDO

Preámbulo.....	1
Título 1.....	2
Disposicións xerais.....	2
ART. 1 -OBXETO.....	2
ART. 2 -AMBITO.....	2
ART. 3.....	2
ART. 4.....	2
TITULO II.....	3
Competicións Oficias.....	3
ART. 5.....	3
ART. 6.....	3
ART. 7.....	3
TITULO III.....	5
Licenzas.....	5
ART. 8.....	5
ART. 9.....	5
TITULO IV.....	5
Nacionais e Extranxeiros.....	5
ART 10.....	5
ART 11.....	5
ART 12.....	5
TITULO V.....	7
Inscripcións.....	7
ART 13.....	7
ART 14.....	7
ART 15.....	7
TITULO VI.....	9
Grupos de edades e Categorías.....	9
ART 16.....	9
ART 17.....	9
TITULO VII.....	9
Records.....	9
ART 18.....	9
TITULO VIII.....	11
Entrega de premios.....	11
ART 19.....	11
DISPOSICIÓN ADICIONAIS.....	11
PRIMEIRA.....	11
SEGUNDA.....	11
TERCEIRA.....	11
CUARTA.....	13
DISPOSICIÓN FINAL.....	13
ANEXO I.....	15
COMPETICIÓN.....	15
Campionato Galego Técnica.....	15
Inscripción.....	15
Mínimas.....	15
Sistema de competición.....	15
Campionato Galego Sub-15.....	17
Inscripción.....	17
Mínimas.....	17
Campionato Galego Sub-17.....	19
Inscripción.....	19

<i>Mínimas</i> .....	19
Campionato Galego Junior.....	21
<i>Inscripción</i> .....	21
<i>Mínimas</i> .....	21
Campionato Galego Absoluto.....	23
<i>Inscripción</i> .....	23
<i>Mínimas</i> .....	23
Copa Galega.....	25
<i>Inscripción</i> .....	25
<i>Mínimas</i> .....	25
<i>Clasificación</i> .....	25
Campionato Galego de Clubes.....	27
<i>Inscripción</i> .....	27
<i>Mínimas</i> .....	27
<i>Clasificación</i> .....	27
Liga Galega de Clubes.....	29
<i>Inscripción do clube</i> .....	29
<i>Inscripción xornada</i> .....	29
<i>Equipos</i> .....	29
<i>Xornadas</i> .....	29
<i>Clasificación</i> .....	29
<i>Premios</i> .....	31
<i>Horario xornada</i> .....	31

## Preámbulo

O presente regulamento faise o amparo das competencias propias desta Federación, reguladas nos seus Estatutos, artigo 3.2.e) que establece que a Federación establecerá os seus propios regulamentos, en relación coas funcións delegadas en rexime de exclusividade como é a organización das competicións e eventos deportivos de halterofilia no eido da Comunidade Autónoma Galega. A norma Estatutaria ven refrendada por a Lei 3/2012, de 2 de abril, do deporte de Galicia, que no seu artigo 56.2.e) establece a competencia da Federación para elaborar os seus regulamentos, e no seu 56.4.f) se lle otorga a potestade disciplinaria en base os seus estatutos e regulamentos.

Este regulamento é necesario ante o valeiro legal que todas as competicións galegas de halterofilia teñen, xa que continuamente se viñan rexindo ou ben por analogía aplicando a normativa da federación española de halterofilia, ou no peor dos casos por usos e costumes, que variaban no tempo e nas tempadas. Isto provocaba unha enorme inseguridade xurídica, que coa aprobación deste regulamento se pretende solventar.

Asemade, tamén era necesario regular o réxime dos records da halterofilia Galega, tentando dentro do marco lexislativo vixente, potenciar e primar os que teñan a vecindade civil Galega para poder ostentar e cosnequir os nosos records, de tal xeito que non sexan ostentados por quen ningunha relación vital, residencial ou deportiva ten con Galicia.

---



## Título 1

### Disposicións xerais

#### ART. 1 -OBXETO

O Regulamento Xeral de Competicións da Federación Galega de Halterofilia, é a normativa a través da cal se regulan as competicións deportivas oficiais do deporte da HALTEROFILIA dentro da Comunidade Autónoma de Galicia, o amparo do artigo 19 da Lei /2012, de 2 de abril, do deporte de Galicia.

**As competicións oficiais e federadas de ámbito autonómico serán organizadas pola federación deportiva galega de Halterofilia de forma directa ou mediante a adxudicación a calquer entidade deportiva o persona física o jurídica**

#### ART. 2 .-AMBITO

O ámbito deste regulamento esténdese a todas as actividades e competicións oficiais de halterofilia en Galicia, que se desenvolverán obrigatoriamente polas prescricións deste regulamento e as Regras Técnicas ou circulares que esten viventes no momento da súa celebración. Os participantes nas competicións oficiais deberán coñecer e cumprir o presente regulamento.

#### ART. 3

O presente Regulamento será complementado con Circulares que terán a consideración de desenvolvemento dos aspectos contidos neste regulamento. As circulares terán que ser aprobadas pola comisión delegada e unha vez aprobadas tendrá que se públicas na web da Federación Galega de Halterofilia.

#### ART. 4

O desenvolvemento das competicións federadas oficiais da Comunidade Autónoma de Galicia, ademais do presente regulamento, resultarán de aplicación igualmente tanto a regras técnicas de competición da Federación Internacional de Halterofilia [ IWF ] como as bases reguladoras de cada evento. Aqueles aspectos singulares contidos nas regras técnicas da competición da IWF que non resulten de aplicación nas competición previstas neste Regulamento serán expostos na correspondente Circular.

---

---



## TITULO II

### Competicións Oficias

#### ART. 5

Teñen a consideración de competición federada oficial de ámbito autonómico, nas que a Federación Galega de Halterofilia será a que supervise e controle o desenvolvemento, as seguintes competicións:

1. Campeonatos Galegos Individuais [ Sub-15, Sub17, Junior y Absoluto tanto masculino como femenino ]
2. Copa Galega
3. Campeonato Galego de Clubes
4. Liga Galega de Clubes de Halterofilia

Xunto a estas competicións, tamén terán carácter de competición federada oficial, nas cales a Federación Galega de Halterofilia non supervisará o control e desenvolvementos das mesas, aquelas que estén dentro do calendario anual aprobada por la Asamblea Xeral e serán supervisadas e controladas por clubes afiliados a FGH.

#### ART. 6

A aprobación do calendario anual de competicións corresponderá ó pleno da Asamblea Xeral de FGH, podendo a Comisión Delegada proceder a calquera modificación baixo unha causa xustificada.

#### ART. 7

As bases e condicións para a solicitude e concesión da organización das probas federadas oficiais serán publicadas a través da correspondente Circular.



## TITULO III

### Licenzas

#### ART. 8

Para poder participar nunha competición federada oficial, o deportista terá que estar en posesión dunha licenza federativa de halterofilia vixente, expedida ou habilitada por la Federación Galega de Halterofilia ou a Federación Española de Halterofilia.

Todo deportista terá que presentar o seu DNI o un documento que acredite a veracidade da súa identidade.

#### ART. 9

Para que un clube poda participar nunha competición oficial federada o clube terá que estar afiliado a Federación Galega de Halterofilia.

## TITULO IV

### Nacionais e Extranxeiros

#### ART 10

Nas competición federadas oficiais da FGH nas que se obteña o título de Campeón de Galicia, solo optarán ó título aqueles deportistas que teñan a nacionalidade española e ostenten a VECINDADE CIVIL GALEGA podendo acreditar esto a través dos documentos que acrediten os requisitos dos artigos 14 e 15 do código Civil, que podrá ser requerido por esta federación para a validación da norma.

#### ART 11

Para poder establecer ou posuir un record galego en claquer categoría das competicións oficiais ou federadas de Halterofilia, será requisito imprescindible e necesario cumprir o equisito de posuir a VECINDAD CIVIL GALEGA o amparo do establecido no artigo 4 da Lei de Dereito Civil de Galicia en relación co artigo 14 e 15 do Código Civil Español.

#### ART 12



Os deportistas que non teñen a nacionalidade española, podrán participar nas competicións federadas oficiais se teñen unha licenza federativa en vigor e encontrase en situación legal de residencia en España.

## TITULO V

### Inscripcións

#### **ART 13**

As inscricións en todas as competicións federadas oficiais da FGH serán realizadas conforme o procedemento e dentro dos prazos que serán establecidos para cada temporada pola FGH.

Cada competición terá o seu propio procedemento que será anexado neste regulamento e que poderá ser modificado a través da circular correspondente previamente aprobada por la Comisión Delegada a FGH.

Podrán establecer marcas mínimas para poder participar nas competicións oficiais da FGH, debendo ser acreditadas polos deportistas no momento da inscrición. As marcas mínimas para a participación das competicións oficiais da FGH serán publicadas na correspondente Circular.

O clube non poderá ter pendente a execución ou cumprimento de ningunha sanción firme coa Federación Galega de Halterofilia.

No caso de inscribirse nunha competición e causar baixa, sen causa xustificada o clube recibirá unha sanción económica de 15 € por cada deportista que se de baixa sen causa xustificada.

#### **ART 14**

Rematado o período de inscrición a Federación Galega de Halterofilia publicará a relación de inscritos para poder verificar os inscritos e para correxir erros en caso de que os houbese.

#### **ART 15**

O incumprimento do prazo de inscrición impedirá a participación de calquera na competición sinalada. Excepcionalmente poderá ser aceptada fora do prazo de inscrición, previo abono ou cumprimento da sanción correspondente, e sempre terá que ser con cinco días de antelación a data fixada para o desenvolvemento da competición.





## TITULO VI

### Grupos de edades e Categorías

#### ART 16

A Federación Galega de Halterofilia establece os seguintes grupos de idades tanto para categoría masculina como femenina:

1. Benxamin : deportistas que teñen 10 anos ou menos
2. Alevín: deportistas que teñen 11 ou 12 anos
3. Infantil: deportistas que teñen 13,14 ou 15 anos
4. Xuvenil: deportistas de 13 a 17 anos
5. Junior: deportistas de 13 a 20 anos
6. Absoluto: deportistas de máis de 14 anos.

A idade de cada deportista será determinada polo ano de nacemento.

#### ART 17

As categorías de peso corporal serán as indicadas na normativa técnica da IWF. Todos os cambios que esa normativa realice verase reflexado na normativa da FGH.

## TITULO VII

### Records

#### ART 18

Os records de cada categoría, soamente se podrán establecer en competicións oficiais federadas supervisadas pola FGH ou en competicións de maior rango, entendendose como rango ou nivel suficiente de competición a estos efectos as seguintes competicións de xeito crecente:

- Competición Oficial Federada da Federación Galega de Halterofilia
- Competición Oficial Federada da Real Federación Española de Halterofilia
- Campionatos de Europa
- Campionato do Mundo



- Xogos Olímpicos.

## TITULO VIII

### Entrega de premios

#### ART 19

No horario de cada competición oficial federada da FGH, incluírse a entrega de premios ós mellores deportistas de cada categoría ou os mellores clubes en caso de competición por clubes.

Os deportistas e clubes terán que asistir a entrega de premios coa equipación identificativa do clube.

Cada deportista terá que recoller o seu premio, se este non asiste por causa xustificada o premio non será entregado e seu clube terá unha sanción económica equiparable ó premio a entregar.

- Entrega de medalla : 20 €
- Entrega de trofeo: 50 €

Na entrega de premios de clubes terán que asistir a lo menos 4 deportistas en categoría masculina e 3 deportistas en categoría feminina. En caso de non estar presentes na entrega de premios sen causa xustificada o premio non será entregado e seu clube terá unha sanción económica equiparable ó premio a entregar.

- Categoría masculina: 150 €
- Categoría feminina: 100 €

## DISPOSICIÓN ADICIONAIS

### PRIMEIRA

Todas as referencias realizadas no presente regulamento a persoas físicas faise por igual a homes e mulleres, promulgando unha igualdade de xénero. A Federación Galega de Halterofilia avoga por unha linguaxe inclusiva e favorecendo a igualdade.

### SEGUNDA

Todas as persoas inscritas e nomeadas para unha competición, excluindo aos/as deportistas, deberán estar en posesión do correspondente certificado de ausencia de delitos sexuais emitido no ano en curso da competición.

### TERCEIRA.



A Federación Galega de Halterofilia rexeita calquera tipo de abuso en calquera das súas actividades.

## **CUARTA**

Para aquela situacións non recollidas, no presente regulamento, deberá de acudirse a normativas de rango superior, Estatutos e lexislación vixente.

## **DISPOSICIÓN FINAL.**

O presente regulamento entrará en vigor ao día seguinte da súa aprobación por a Asemblea Xeral.



## ANEXO I COMPETICIÓN

### **Campionato Galego Técnica**

#### ***Inscripción***

Todos os clubs que teñan deportistas para participar neste campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando a categoría de idade a que pertence e os kilos que vai utilizar nos movementos da competición. Soamente podrán participar deportistas que teñan como máximo 13 anos.

Podránse realizar cambios de categoría de inscrición ata 5 días antes do día da competición.

#### ***Mínimas***

Non existen mínimas para participar.

#### ***Sistema de competición***

A competición seguirá a normativa vixente da RFEH.

A puntuación será indicada por un xurado, que estará formado polo director técnico da FGH e por dous adestradores designados por el mesmo.

Os adestradores asignados, non podrán estar preparando a ningún atleta que esté participando.

Os primeiros clasificados podrán representar á FGH nas Xornadas Nacionais de Técnica.



## Campionato Galego Sub-15

### *Inscripción*

Todos os clubs que teñan deportistas para participar neste campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando a categoría de peso corporal na que vai participar e o total olímpico co cal se inscribe.

Podránse realizar cambios de categoría de inscrición ata 5 días antes do día da competición.

### *Mínimas*

O deportista podrá pertencer os seguintes grupos de idade: Infantil.

O deportista terá que acreditar **30 puntos elite** nunha competición oficial da Federación Galega de Halterofilia 6 meses antes da celebración do campionato.

Coa aprobación por parte da dirección técnica da FGH, podrán competir deportistas que non teñan a mínima realizada, sempre e cando razone e xustifique a súa decisión en motivos deportivos, proxección, futuro deportivo, incentivar a halterofilia, nun grupo de idade, nun territorio concreto de Galicia ou para garantir un podio completo.



## Campionato Galego Sub-17

### *Inscripción*

Todos os clubs que teñan deportistas para participar neste campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando a categoría de peso corporal na que vai participar e o total olímpico co cal se inscribe.

Podránse realizar cambios de categoría de inscrición ata 5 días antes do día da competición.

### *Mínimas*

O deportista poderá pertencer os seguintes grupos de idade: Xuvenil.

O deportista terá que acreditar **35 puntos elite** nunha competición oficial da Federación Galega de Halterofilia 6 meses antes da celebración do campionato.

Coa aprobación por parte da dirección técnica da FGH, podrán competir deportistas que non teñan a mínima realizada, sempre e cando razone e xustifique a súa decisión en motivos deportivos, proxección, futuro deportivo, incentivar a halterofilia, nun grupo de idade, nun territorio concreto de Galicia ou para garantir un podio completo.



## Campionato Galego Junior

### *Inscripción*

Todos os clubs que teñan deportistas para participar neste campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando a categoría de peso corporal na que vai participar e o total olímpico co cal se inscribe.

Podránse realizar cambios de categoría de inscrición ata 5 días antes do día da competición.

### *Mínimas*

O deportista poderá pertencer os seguintes grupos de idade: Junior.

Segundo a categoría de sexo de deportista terá que acreditar nunha competición oficial da Federación Galega de Halterofilia 6 meses antes da celebración do campionato a seguinte mínima:

- Categoría feminina **47 puntos elite**.
- Categoría masculina **53 puntos elite**.

Coa aprobación por parte da dirección técnica da FGH, podrán competir deportistas que non teñan a mínima realizada, sempre e cando razone e xustifique a súa decisión en motivos deportivos, proxección, futuro deportivo, incentivar a halterofilia, nun grupo de idade, nun territorio concreto de Galicia ou para garantir un podio completo.



## Campionato Galego Absoluto

### *Inscripción*

Todos os clubs que teñan deportistas para participar neste campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando a categoría de peso corporal na que vai participar e o total olímpico co cal se inscribe.

Podránse realizar cambios de categoría de inscrición ata 5 días antes do día da competición.

### *Mínimas*

O deportista poderá pertencer os seguintes grupos de idade: Absoluto.

Segundo a categoría de sexo de deportista terá que acreditar nunha competición oficial da Federación Galega de Halterofilia 6 meses antes da celebración do campionato a seguinte mínima:

- Categoría feminina 53 **puntos elite**.
- Categoría masculina 60 **puntos elite**.

Coa aprobación por parte da dirección técnica da FGH, podrán competir deportistas que non teñan a mínima realizada, sempre e cando razone e xustifique a súa decisión en motivos deportivos, proxección, futuro deportivo, incentivar a halterofilia, nun grupo de idade, nun territorio concreto de Galicia ou para garantir un podio completo.





## Copa Galega

### *Inscripción*

Á competición podrán participar a seguintes mellores marcas:

- 10 mellores marcas Absolutas masculinas e femininas

A dirección técnica dará a conocer os inscritos da competición, máis dous suplentes por categoría 3 semanas antes da celebración da competición.

### *Mínimas*

As marcas a ter en conta para a clasificación á competición serán aquelas realizadas 7 meses antes da celebración do campionato, se ter en conta os últimos 30 días antes do día da competición.

### *Clasificación*

A clasificación para cada categoría será calculada a través da puntuación Elite de cada deportista.



## Campionato Galego de Clubes

### *Inscripción*

Todos os clubs que queiran participar no campionato terán que enviar unha listaxe de participantes 20 días antes da celebración do campionato, indicando o total olímpico co cal se inscribe.

Cada club só poderá inscribir un equipo. En categoría masculina estará formado por 6 levantadores podendo participar con 5 deportistas, e en categoría feminina estará formado por 4 levantadoras, podendo participar con 3 deportistas.

### *Mínimas*

Non existirá mínima para poder participar no campionato. Por cuestión de organización a FGH poderá establecer unha mínima que terá que ser realizada nalgunha xornada anterior da Liga Galega de Clubes.

### *Clasificación*

A clasificación final será a suma dos puntos sinclair de cada deportista que forman o equipo.

En caso de empate, terase en conta a mellor marca dos equipos, se continúa o empate tomarase a segunda mellor marca e así sucesivamente.



## Liga Galega de Clubes

### *Inscripción do clube*

A inscrición dos equipos á Liga Galega de Clubes, rematará 20 días antes da primeira xornada, podendo añadir novos clubes no caso de que este sexan creados cando a Liga xa comezou.

Cada club só poderá inscribir un equipo por cada categoría:

- Categoría Masculina
- Categoría Femenina

A idade mínima para participar na liga será de 15 anos.

### *Inscripción xornada*

Cada equipo terá que remitir á Dirección técnica da FGH 15 días antes os integrantes de cada equipo. Na inscrición terá que indicar o total olímpico de cada deportista. Podrán inscribir a un reserva por equipo.

Os equipos podrán cambiar os seus integrantes ata 48 horas antes do inicio da xornada. Durante a xornada, soamente se podrá utilizar como cambio o deportista inscrito como reserva.

### *Equipos*

Cada categoría terá o seguinte numero de integrantes:

- 7 participantes en categoría masculina. Mínimo 5
- 5 participantes en categoría femenina. Mínimo 3

### *Xornadas*

A Liga Galega estará composta por catro Xornadas que será incluídas no calendario anual de competicións.

Todos los equipos inscritos na liga terán que participar a lo menos en duas xornadas. Se non realizan este mínimo, sen causa xustificada, o clube terá unha sanción de 100 €.

### *Clasificación*

A clasificación de cada xornada será a suma das 6 mellores marcas en puntos sinclair de cada deportista dos equipos de categoría masculina e das 4 mellores marcas en puntos sinclair de cada deportista dos equipos de categoría femenina.

En caso de empate, terase en conta a mellor marca do equipo, si continúa o empate tomarase a segunda mellor marca e así sucesivamente.



A clasificación final será a xuma das puntuación de cada xornada de cada equipo. En caso de empate terase en conta a mellor marca dunha xornada, si continúa o empate tomarase a segunda marca e así sucesivamente.

Para poder sumar na clasificación final o equipo terá que participar en a lo menos duas xornadas.

### ***Premios***

Entregaránse premios aos tres primeiros clasificados de cada categoría

### ***Horario xornada***

Tanda	Horario pesaje	Horario competición
Tanda 1	8:00	9:00
Tanda 2	9:15	11:15
Tanda 3	11:30	13:30
Tanda 4	14:00	16:00
Tanda 5	16:15	18:15

\* este horario podrá ser modificado en función do número de participantes de cada xornada