

CODE SPORTIF

DRESSÉ PAR

Jules DEVLIEGER

SECRÉTAIRE-TECHNIQUE INTERNATIONAL



Litho. de Maréchal Foch, 6, Liège.

1921 -

A80-10670

CODE SPORTIF

DRESSÉ PAR

Jules DEVLIEGER

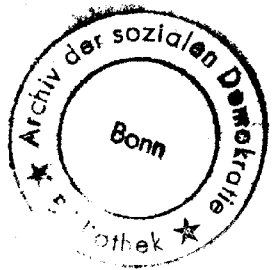
Secrétaire-Technique International



Coopérative Typo-Litho, Place du Maréchal Foch, 6, Liège
1921.



ATHLÉTISME
NATATION
SPORTS UTILES



A80-10670

ATHLÉTISME

a) Courses plates

Art. 1. — Les courses s'effectuent de la manière suivante :

De la piste

Le 100 mètres plat et le 110 mètres haies en ligne droite. Les autres courses, sur pistes circulaires mesurées à 0 m 30 de la corde dans les lignes droites et en suivant le plus court chemin dans les courbes.

Les courbes doivent être telles qu'elles n'obligent pas le coureur à ralentir sa vitesse.

Délimitation

Dans les courses en ligne droite, des rubans ou à leur défaut des traits à la chaux de 5 centimètres d'épaisseur délimiteront l'endroit réservé à chaque coureur.

Départ

Au départ d'une course, aucun concurrent ne doit toucher de quelque partie du corps que ce soit, la portion du sol placée en avant de la ligne de départ.

Le départ des courses de moins de 400 mètres, sur pistes circulaires, avec délimitation comme pour les courses en ligne droite, a lieu en éventail.

Le départ des courses de plus de 400 mètres a lieu en une ligne.

Le starter dispose les coureurs à leurs places respectives ; ces places sont désignées par le sort, nos pris en partant de la corde.

Le départ a lieu au son ou à la vision.

Le starter est juge souverain de la validité du départ.

Il peut refuser le départ et au besoin porter plainte contre tout coureur qui ne se serait pas conformé à ses recommandations.

Pendant la course

Aucun soin ne pourra être donné pendant la course.

Les entraîneurs sont interdits.

Il est interdit à tout coureur qui dépasse un concurrent :

a) de couper la ligne suivie par ce dernier, sans avoir au moins deux mètres d'avance sur lui ;

b) de s'engager à la corde sans avoir l'espace voulu pour ne pas heurter ni gêner en quelque façon ses concurrents, étant bien entendu que ces derniers ne se seront pas rabattus sur la corde.

Arrivée *du Dead Heat*

Arriver volontairement ensemble est interdit.

Si deux coureurs ou deux équipes arrivent ensemble, ils seront classés premiers, le ou les suivants troisième, quatrième, etc.

En cas où les juges ne seraient pas d'accord sur le classement d'une course, pour une des premières places, les 2 équipiers intéressés devront recourir ; en cas de non entente le coureur qui refuserait sera considéré comme battu.

Dans un Cross-country, en cas de dead-heat par suite du classement des équipiers d'une même société, la société ayant le coureur le mieux classé, sera déclarée vainqueur.

Dans les épreuves individuelles, lors des championnats internationaux, en cas de dead-heat pour la première place, les concurrents seront tous déclarés vainqueurs et auront droit au titre de champion. Les médailles seront tirées au sort, à moins d'entente entre les concurrents.

En cas de dead-heat dans un event officiel, en 1 journée, se disputant par équipes en plusieurs épreuves, la société qui aura fourni le plus de gagnants (première place) sera déclarée vainqueur.

Pénalisations *pour faits de courses*

Tout coureur qui a gagné du terrain avant le signal du départ, qui gênerait ou couperait de quelque façon que ce soit un de ses concurrents de manière à lui porter préjudice, ou qui ne suivrait pas exactement le parcours indiqué dans les conditions de l'épreuve, sera distancé ou mis hors course par le jury, soit d'office, soit sur réclamation d'un concurrent.

Le coureur se verra infliger :

- 1 mètre de retard dans les courses de 100 mètres.
- 2 mètres de 100 à 400 mètres.
- 3 mètres de 400 à 800 mètres
- et de 5 mètres au-dessus de 800 mètres.

Le coureur mis hors course sera considéré comme n'ayant pas couru.

Pour un deuxième rappel, il peut-être disqualifié ou suspendu par la Commission Sportive sur la demande des juges-arbitres.

Cette dernière mesure ne pourra toutefois être appliquée pour un championnat ; mais le coureur pourra être pénalisé.

Numéro d'ordre

Chaque coureur doit, pendant toute la durée d'une épreuve, être porteur d'un n° d'ordre correspondant à son numéro d'ordre au programme.

b) Courses-haies

Art. 2. — Les courses de 110 mètres haies s'effectuent concernant le départ, le métrage et le pointage, de la même manière que les autres courses, avec cette ajoute que 10 barrières sont placées, la première à 14 mètres du départ, les autres de 9 en 9 mètres, de sorte qu'il restera 15 mètres de la dernière à la ligne d'arrivée.

Le coureur qui renversera plus de 2 barrières, verra sa course annulée.

Chaque haie ou barrière sera assez mobile pour que le coureur qui la heurterait en sautant puisse aisément la renverser.

Elles seront écartées l'une de l'autre d'au moins 5 centimètres.

c) Courses-relais

Art. 3. — Pour les courses relais, la réglementation générale ci-dessus est admise, pour autant qu'elle soit applicable dans ses détails.

La ligne où doit s'effectuer la prise des relais est désignée par le starter.

La remise du « témoin » doit s'établir sur 10 mètres en arrière de cette ligne.

Dans les relais à volonté, la prise des relais s'établit au gré des clubs, la remise du « témoin » est seule obligatoire.

d) Cross-Country

Art. 4. — 1^o Il sera organisé chaque année, sous le contrôle et la direction du B. I., un Cross Country en équipe et individuel, sur 12 kilomètres avec classement par nation.

2^o Tout pays pourra mettre en ligne un nombre illimité de coureurs.

3^o Le nombre de points attribués à l'équipe de chaque pays sera obtenu en additionnant les chiffres représentant l'ordre d'arrivée de ceux qui les composent. Toutefois, seuls les cinq premiers arrivants de chaque pays compteront dans le classement.

4^o Si un ou plusieurs coureurs d'une équipe nationale renoncent à achever le parcours ou perdent la piste, il leur sera attribué un chiffre de points correspondant au total plus un des équipiers arrivés.

5^o Le pays ayant obtenu le moins de points dans le classement général sera détenteur du (Challenge ou Titre de champion de Cross Country).

6^o En cas de coupe, le pays gagnant la conservera un an et aura son nom gravé sur le socle.

7° Il sera alloué, comme prix individuel, aux cinq premiers arrivés, respectivement une médaille souvenir.

8° Pour participer au classement par équipe, il faut que le pays participant aligne au moins 5 coureurs au départ.

9° Une table des performances sera dressée par les soins du Bureau International.

Marche.

Art. 5. — Pendant l'épreuve le marcheur doit toujours poser d'abord le talon et ne quitter le sol de la jambe arrière que lorsque le pied de devant est replié à terre ; ne plier légèrement du reste que la jambe qu'il ramène d'arrière en avant, l'autre jambe ne devant être pliée dans aucun cas.

Le marcheur qui commet une faute même involontaire est prévenu aussitôt par l'arbitre, qui a plein pouvoir pour le disqualifier, sa décision est souveraine et un concurrent disqualifié doit quitter immédiatement la piste.

Saut en hauteur avec élan.

Art. 6. — Les poteaux seront distants l'un de l'autre de 3 mètres et la barre ne devra pas dépasser de chaque côté de plus de 15 cent. La barre sera posée sur des taquets de 15 cent. de long. Le terrain de départ ou d'élan doit être parfaitement horizontal et dur sous toute la longueur de la barre et sur une surface d'au moins 4 m. avant l'endroit où se fait l'appel du pied. Le terrain de chute peut être mou.

Une hauteur est considérée comme franchie si la latte qui l'indique ne tombe pas.

Cette hauteur est mesurée du sol, au niveau du terrain du départ, à la partie supérieure de la latte.

Le sauteur doit retomber au sol sur les pieds.

En cas de perte d'équilibre, il est nécessaire que ses pieds touchent terre avant toute autre partie du corps pour que le saut puisse être considéré comme valable.

Un des pieds du concurrent ou une partie quelconque de sa jambe doit passer la barre avant toute autre partie du corps.

Le fait de courir sous la barre dans un essai ou de s'élever de terre sera compté comme tentative et deux tentatives successives comme un essai.

Le terrain d'élan doit avoir une longueur de 15 à 25 mètres.

Le saut est facial ou costal.

3 essais non consécutifs sont accordés à chaque hauteur.

La latte qui aura 2 cent. de côté sera placée directement à 1m30 et haussée à chaque saut de 0m05 jusqu'à 1m50 ; passé cette hauteur elle sera haussée de 0m025.

Saut en hauteur sans élan.

Art. 7. — Les pieds du sauteur peuvent être placés dans n'importe quelle position, mais ils ne doivent quitter terre qu'une seule fois au moment du saut.

Il est permis de se balancer.

Il est interdit de déplacer, de remuer dans un sens, ou de lever complètement l'un ou les pieds.

Les autres dispositions du saut en hauteur avec élan, sont applicables à celui-ci.

On commence à un mètre, on hausse de 5 cent. jusque 1 m 30 et par 2 cent., 5 au dessus.

Saut en longueur sans élan

Art. 8. — La distance considérée comme franchie, est mesurée d'une ligne droite fixée d'avance au talon le plus rapproché de cette ligne ou à la marque faite par ce talon en cas de glissement.

Le saut n'est pas valable :

Si le sauteur tombe, sursaute ou touche le sol d'une manière quelconque en arrière de la première empreinte de ses talons au moment de la chute.

Si ses pieds débordent la ligne de l'enlèvement du saut.

Les pieds du sauteur peuvent être placés dans n'importe quelle position.

Le concurrent peut balancer le corps et les bras en avant et en arrière, en levant alternativement les talons ou la pointe des pieds, mais il ne doit lever entièrement un ou deux pieds, ni les glisser et les remuer dans aucun sens.

Lorsque la ligne de départ présente un rebord avec saillie verticale, le sauteur peut être autorisé à arc-bouter ses orteils sur cette saillie, pour éviter de glisser, mais alors la distance considérée comme franchie doit être mesurée à partir de l'extrémité des orteils et non à partir du rebord que constitue la ligne de départ.

Chaque concurrent a droit à trois essais ; on prend le meilleur. S'enlever ou dépasser la ligne de départ compte pour un essai.

Saut en longueur avec élan

Art. 9. — Toutes les dispositions précédentes s'appliquant aux sauts sans élan sont retenues.

Le terrain d'élan doit être de 15 à 25 mètres. La ligne d'élan doit être marquée par une planchette de bois de 20 × 50. Cette planchette sera incrustée dans le sol. A l'extrémité de la planchette, le sol pourra être creusé sur une profondeur de 15 cent. et sur une longueur d'au moins 20 cent.

Le terrain d'élan sera parfaitement horizontal.

Le terrain de chute devra être aménagé de façon à éviter tout accident.

Saut à la perche

Art. 10. — Les perches ne doivent être munies d'aucune poignée.

Elles seront fournies par la société organisatrice qui devra toujours en avoir un nombre suffisant à sa disposition.

Un concurrent peut se servir d'une perche lui appartenant, mais ne peut la refuser à un concurrent qui voudrait également l'utiliser.

Le poids et la longueur des perches sont illimités.

Un butoir en bois est autorisé ; il devra être situé au centre entre les deux poteaux, être enfoncé en terre de manière qu'aucune de ses parties ne dépasse la surface du sol : sa largeur maximum est fixée à 30 cent. La prise de la perche est libre.

Passer sous la barre ou en dehors des poteaux ; piquer la perche ou s'enlever ne sont pas considérés comme essai ; mais le faire deux fois consécutives compte pour un essai.

Toucher la latte avec la perche compte pour un essai manqué.

3 essais sont accordés à chaque hauteur.

Les dispositions du saut en hauteur avec élan sont applicables ici.

On commence à 2 mètres. On hausse 4 fois de 20 cent. et on continue en haussant par 10 cent. jusque 3 m 20, de 5 cent. jusque 3 m 40 et de 2 cent., 2,5 au-dessus.

Grimper

Art. 11. — Le grimper s'exécute sur une corde lisse verticale étalonnée de 50 en 50 centim. Le départ a lieu assis à terre, les jambes écartées et allongées, la main la plus haute placée juste au dessus et touchant la marque indiquant 1 mètre au dessus du sol.

La montée s'effectue sans l'aide des jambes qui doivent rester écartées, mais peuvent être conservées soit fléchies, soit allongées, à la condition d'être immobiles.

Au départ, les jambes doivent être immédiatement décollées de terre. La descente s'effectue à volonté avec ou sans l'aide des jambes.

Une hauteur n'est considérée comme atteinte que si les deux mains sont placées au dessus de la marque d'étalonnage.

Dans le cas où la corde a une hauteur insuffisante pour la force du grimpeur, celui-ci, après avoir atteint le sommet, redescend sans l'aide des jambes, soit jusqu'à la marque de 5 mètres, en plaçant ses deux mains juste au dessus de la marque. De là, il effectue une nouvelle montée toujours sans l'aide des jambes. La hauteur atteinte dans cette deuxième tentative est comptée double et s'ajoute à la hauteur atteinte lors de la première montée.

Le jet du disque

Art. 12. — LE DISQUE officiel de forme lenticulaire, pèse 1 k. 923, son diamètre de 0,22 cent. et son épaisseur au centre de 0m03, monté sur pièce de fer au centre, comprenant une cavité pour le réglage du poids, il est entouré d'un cercle de même métal.

L'ELAN est pris à l'intérieur d'un cercle de 1,25 m. de rayon, tracé sur un plan horizontal. Il est interdit de sortir du cercle. En cas de perte d'équilibre, pour que le lancer soit valable, le discobole ou lanceur ne doit toucher le sol en dehors du cercle qu'après la chute du disque.

LA DISTANCE se mesure comme suit : Le disque doit tomber à l'intérieur de deux lignes partant du centre du cercle et formant entre elles un angle de 90°. La distance effectuée est comprise entre le centre du cercle de lancement et la première trace laissée par le disque à son point de chute. Il faut alors soustraire de cette longueur 1,25 m. ce qui représente le rayon du cercle.

Lancer classique

a) Le DISCOBOLE se trouve contre la ligne extrême du cercle, (la face externe du pied droit tout contre la ligne), le corps bien d'aplomb sur la jambe droite légèrement fléchi, la jambe gauche posée sur pointe en arrière, le tronc fléchi en avant avec une tendance de rotation à droite ; le côté gauche du corps face à la direction du lancer.

b) LE DISQUE SE TIENT entre les phalanges droites, pouce étendu, doigts écartés, main bien à plat sur le disque.

Au début, la main gauche maintient le disque contre la main droite. paume de la main droite en bas, maintien dorsal. Par un balancement presque horizontal du bras droit, très aisé à saisir, la main gauche abandonne le disque à la droite (main au dessus) et les pas s'exécutent alors sans le moindre arrêt, avec souplesse et rapidité.

1. Poser le pied gauche en avant, (direction du lancer) par un pas sautillé de côté.

2. Demi-tour à gauche par pas sautillé rapide sur la jambe droite.

3. Continuer le tour, par demi-tour à gauche et pas sautillé rapide sur jambe gauche.

4. Poursuivre le dernier demi-tour par un sauté énergique sur jambe droite et lâcher le disque à la limite suprême de l'effort, (avant de retomber sur jambe droite, pointe du pied droit contre la ligne), en ramenant le bras tendu par en arrière et en haut. La jambe gauche levée en arrière.

Le bras droit suit le mouvement tournant du corps et le tronc se relève progressivement pour arriver au 4^e temps à donner la détente nécessaire à la totalité des muscles, concourant au lancer.

Cadence : 1, 2, 3....., 4 !

L'athlète a droit à 3 lancers, il sera tenu compte du meilleur. Franchir la ligne du cercle compte pour un lancer et n'est pas mesurée !

Le Javelot

Art. 13. — LE JAVELOT est constitué par une tige de bois de la longueur de 2 m. 60.

Il est de forme cylindrique et se termine coniquement aux extrémités. Son poids est d'environ 800 grammes.

Une pointe en fer d'environ 35 centimètres est fixée à l'extrémité ayant le plus grand diamètre.

En vue du lancer classique, à près de 85 centimètres de la pointe autour du centre de gravité du javelot, se forme une poignée à l'aide d'un bandage de fouet sans nœud, il ne peut exister aucune lanière et la hampe ne pourra être entaillée.

LE TERRAIN est délimité par une ligne très visible, de la largeur de 5 centimètres, et tracée sur le sol, perpendiculairement à la direction du lancer.

Le lanceur ayant pris son élan, qui ne pourra être supérieur à 10 mètres, peut poser un ou deux pieds SUR la ligne ci-dessus visée.

Le ou les pieds ne pourront être placés complètement hors de la ligne, avant que la terre n'ait été touchée par le javelot.

Le terrain d'élan comporte au moins 15 mètres.

LE LANCER doit se faire d'une seule main ; il ne compte pas si une autre partie que la pointe du javelot touche terre avant celle-ci.

LA DISTANCE. — Il est pratiqué comme pour le disque, sauf que la longueur est prise de la ligne de départ au point où le javelot s'est piqué sur le sol.

LES STYLES. — Dans le style dit « classique » ou grec, le javelot se tient par le milieu, la main droite (g.) serrant le javelot à l'endroit ligaturé, bien équilibré, la pointe en position horizontale, maintenue au besoin en l'appuyant sur le bras resté libre ; courir et dans un mouvement

très énergique de flexion et de vive extension du bras, lancer le javelot en haut et en avant.

Les concurrents peuvent lancer de l'une ou de l'autre main, avec ou sans élan.

Dans le « Style libre », la façon de tenir et de lancer le javelot est laissée au gré de chaque athlète.

Une méthode très employée, est celle de tenir le javelot en « équilibre », la pointe dirigée droite vers le ciel, l'extrémité du javelot reposant sur les phalanges de l'index et du majeur, serrés fortement l'un contre l'autre.

Quelquefois, on s'aide de la main restée libre.

Courir et par un mouvement du bras, (reproduisant exactement le lancer d'une pierre dans l'espace), lancer le javelot, la pointe dirigée obliquement en avant et en haut.

ESSAIS. — 3 jets sont accordés, on prend le meilleur. Dépasser complètement la ligne compte pour un jet et n'est pas mesuré.

Pour le disque et le javelot, des drapeaux sont piqués dans le sol et indiquent les distances obtenues par les concurrents.

Le Poids

Art. 14. — LE LANCER DU POIDS, une sphère de fonte de 7 k.257, s'exécute suivant les règles suivantes :

LE JET est effectué d'un cercle de 1 mètre de rayon, parfaitement horizontal et délimité sur le sol. La circonférence doit en être marquée sur une largeur de 5 centimètres.

LE POIDS DOIT TOMBER dans une bande de terrain de 2 m. de large, limité par deux lignes parallèles tangentes au cercle de lancement.

LE POIDS DOIT ÊTRE LANCÉ D'UNE SEULE MAIN, au moment de l'élan et du jet. Cette main doit être au dessus et devant l'épaule, non en dessous et derrière.

Les lancers à la volée, en arrière, avec mouvements de rotation des bras sont considérés comme irréguliers.

IL EST INTERDIT de poser le pied hors du cercle, avant que le poids n'ait touché terre.

Chaque concurrent a droit à 3 essais, on prend le meilleur. Franchir la ligne de la circonférence compte pour un essai et n'est pas mesuré.

DISTANCE. — On procède comme pour le disque.

LE STYLE. — Se tenir sur le pied droit (à l'extrémité du cercle, le côté gauche du corps se présentant dans la direction du lancer, le poids dans la main droite, le bras gauche haut levé et la jambe gauche en extension en avant, le bras et la jambe gauches, faisant office de deux ailes, deux bras de levier de détente.

Exécuter un balancement de la jambe gauche devant la droite, et par un effort brusque effectuer un saut à cloche pied sur le pied droit qui se place au centre, poser le pied gauche sur le sol, et sauter dans l'espace en poussant le poids et retomber sur le pied droit.

Ce dernier mouvement dit de «revers» doit être soigné spécialement.

Le corps qui se présentait en arrivant au bord du cercle, le côté gauche en avant, doit donner tout l'effort pour lancer le poids tenu dans la main droite.

La jambe droite vient se placer devant la jambe gauche à la limite autorisée par le lancement en même temps que le bras droit part en avant de toute sa vigueur et de toute la force de l'épaule droite projetée également en avant. Cette détente s'aide de tout le mouvement de revers du corps qui vient terminer dans la position inverse à celle du début, pied droit, épaule droite en avant et de côté.

Ne lâcher le poids que lorsque le bras sera bien étendu, et dépassant le cercle de 50 centimètres environ.

Le lever de la pierre

Art. 15. — LA PIERRE sera rectangulaire et munie de poignées aux extrémités. Elle pèsera 40 kilogr.

LA STATION. — La station est tendue écartée, les pieds pris sur une même ligne, dans deux cercles tangents de 40 centimètres de diamètre chacun. Les pieds ne peuvent se déplacer en dehors des dits cercles.

MOUVEMENT, D'ÉLÉVATION ET D'ABAISSEMENT DE LA PIERRE. — Ce mouvement doit être fait d'une façon lente et sans à-coup et en trois mouvements décomposés :

A. — Le tronc étant fléchi en avant, saisir la pierre par les manettes placées sur les deux côtés latéraux.

1. Par une flexion simultanée des avant-bras sur les bras, amener la pierre près de la poitrine.

2. Extension du tronc, la pierre maintenue dans la position de 1.

3. Faire virer la pierre sur son axe de largeur, par une rotation des poignets, de gauche à droite, et étendre les bras à la position verticale, bras bien tendus. Le mouvement des bras doit être simultané ; s'il est alternatif, l'athlète est déclassé.

B. — ABAISSEMENT. — Pour ramener la pierre à son point de départ, sans cependant qu'elle puisse toucher le sol, il faut procéder de la façon inverse employée pour A.

1. Par flexion simultanée des bras, ramener la pierre à hauteur de la poitrine.

2. Faire virer la pierre dans son axe de largeur par un mouvement de rotation des poignets de droite à gauche.

3. Flexion du tronc en avant, extension simultanée des avant-bras, ne pas toucher le sol, la pierre restant suspendue. Recommencer.

Un lever bon compte pour un point.

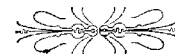
Traction à la corde

Art. 16. — Les équipes concurrentes comprendront un nombre égal d'équipiers. La corde doit avoir quatre pouces de circonférence au moins et ne peut porter aucun nœud ni aspérité.

La longueur sera de 20 mètres ou moins, de façon à laisser un espace libre de 3 m 60 au centre, 1 m à chacun des équipiers et 2 m aux extrémités. Un ruban sera fixé au centre de la corde et deux autres à 1 m 80 de chaque côté du centre. Une ligne de centre sera tracée en terre à 1 m 80 de chaque côté, et deux autres lignes seront tracées parallèlement à la ligne de centre. La corde sera tendue au départ et le ruban du centre devra se trouver au dessus de la ligne du centre. Les équipiers devront se placer au dehors des lignes parallèles. La traction commencera au signal du juge. L'épreuve sera gagnée quand une équipe aura fait passer le ruban placé du côté de son adversaire au dessus de sa propre ligne parallèle.

A aucun moment, pendant la traction, le pied d'un équipier ne pourra dépasser la ligne du centre.

Il est défendu de porter des arrêts (clous, lames, ressorts, etc.) aux bottines. Il est également interdit de faire des traits dans le sol avant le signal du départ. Aucun équipier ne peut toucher intentionnellement le sol qu'avec les pieds.



NATATION

Règlements Internationaux comprenant des courses de 60, 100 et 500 mètres, des Plongeurs et Plongées

Les épreuves au dessous de 500 mètres pourront être nagées dans un bassin de 25 mètres de long. Au dessus de 500 mètres, sur une distance augmentant progressivement.

Le programme des courses est laissé à l'appréciation des sociétés organisatrices, mais les engagements devront être clos à la Commission précédant l'épreuve.

La direction de toute réunion interclub nationale ou internationale doit être confiée :

A un juge arbitre dont le rôle est strictement limité à l'appréciation des incidents de course ;

A un starter qui aura toute autorité sur les départs ;

A deux juges à l'arrivée qui pourront s'adjoindre des commissaires pour plus de facilité dans leurs fonctions ;

A un délégué de la Commission compétente (Comité régional intéressé).

Les juges et les arbitres seuls, ont, après le départ, autorité sur les concurrents et leurs décisions sont irrévocables.

Pour les championnats fédéraux, la Commission Sportive a seule qualité pour désigner les officiels. Elle peut se faire assister par le Comité régional du lieu où se disputent les épreuves.

Les commissaires doivent veiller à ce que les instructions données par le starter au sujet de la direction des courses soient respectées.

Les concurrents doivent porter un maillot de corps à jambes, noir ou foncé.

Les bretelles du maillot ne doivent jamais avoir une échancrure excessive.

Avant le départ, le starter donne aux concurrents une description de la course et désigne le point terminus.

Les départs se font de la manière suivante :

1. En plongeant pour les courses de vitesse ou nages libres ;

2. Départ dans l'eau en se repoussant du bord pour l'épreuve de la nage sur le dos.

En cas de dead-head, les deux premiers prix sont partagés. Le dead-head volontaire n'est pas autorisé et les juges à l'arrivée, déclareront premier, le premier touchant la ligne. Dans les épreuves de vitesse, les concurrents devront autant que possible, conserver leur ligne qui

pourra être, en eau morte, indiquée par un drapeau de même couleur au virage et à l'arrivée.

Un concurrent doit toujours avoir au moins quatre mètres d'avance sur son concurrent pour pouvoir couper sa ligne d'eau. La ligne d'arrivée est indiquée par une corde tendue à 0,25 cent. au dessus de l'eau, ou en cas de ponton, à son bord même. L'arrivée se juge à la main.

La ligne d'arrivée et le virage doivent être indiqués d'une façon très apparente.

Dans les épreuves de nage libre ou épreuves de vitesse, les concurrents peuvent se servir de toutes les méthodes de nage, mais dans l'épreuve de nage sur le dos, ils doivent se maintenir sur le dos, et dans l'épreuve à la brassée, les mouvements en avant et en arrière des deux bras doivent être faits simultanément, les épaules doivent être tenues horizontalement à la surface de l'eau.

Le starter fait ranger les concurrents, le départ est donné au coup de sifflet bref, après avertissement.

A chaque virage, les concurrents devront toucher avec une main au moins le bord de la piscine ou de la corde. Dans les épreuves à la brasse et de nage sur le dos, il est prescrit de toucher avec les deux mains tant au virage qu'à l'arrivée.

Dans toutes les épreuves, les nageurs peuvent après avoir touché repartir en se repoussant avec les pieds.

Ils ne doivent pas poser le pied sur le fond du bain pendant la course.

Sont disqualifiés, les concurrents qui cherchent à mettre obstacle à la nage de leurs adversaires :

1. En touchant un concurrent avec la main ;
2. En lui donnant un coup de pied ;
3. En cherchant à lui barrer le passage.

La faute doit être volontaire pour entraîner la disqualification du concurrent fautif.

Si un concurrent a été tellement gêné que sa chance de succès en ait été compromise, le jury peut l'autoriser à repartir dans la série suivante ou à défaut de série dans la finale.

Courses par équipes

Les équipes doivent être composées d'un nombre égal de nageurs.

Les nos 1 de toutes les équipes partent en plongeant au signal du départ, les nos 2 partent dès que le 1er a franchi la distance indiquée. L'équipe victorieuse est celle dont le dernier équipier arrive avant les derniers des autres équipes.

Un starter officiel est désigné pour donner les départs intermé-

diaires, en frappant légèrement l'épaule de l'équipier devant relayer. Aucun équipier ne doit partir avant ce signal, et, si l'ayant fait, il refuse de revenir prendre le départ, son équipe est disqualifiée.

Toute réclamation non prévue au présent règlement doit être faite par écrit et adressée au délégué officiel par le chef de l'équipe du réclamant. Toutes les réclamations sont soumises à la Commission compétente.

Code de Plongeurs

Les plongeurs devront s'effectuer d'un échafaudage fixe surmonté d'une plate-forme de 2 mètres carrés, située, au minimum, à 6 mètres au-dessus de l'eau.

Les concours de plongeurs comprennent 4 plongeurs obligatoires et un saut libre. Les plongeurs obligatoires sont : le plongeur simple, le saut de l'ange, le saut à la hussarde et le plongeur suédois.

Le saut libre est un plongeur choisi en dehors des plongeurs obligatoires, chaque concurrent devra prévenir le directeur des courses du concours, avant que le concours soit commencé, du saut libre qu'il exécutera.

Tableau de répartition des points pour chaque saut :

Nul (non exécution du plongeur spécifié)	= 0 point
Mal (exécution défectueuse)	= 3 points
Assez bien (exécution satisfaisante)	= 6 points
Bien (bonne exécution)	= 8 points
Très bien (exécution parfaite)	= 10 points

Les juges devront considérer les positions différentes : position au départ, élan, direction, maintien, mouvement, entrée dans l'eau et si les plongeurs ont été exécutés avec sûreté, souplesse, gracieuseté, force et énergie.

En cas d'ex-æquo, le juge arbitre pourra faire exécuter un saut libre supplémentaire.

Le jury sera formé par les soins de la Commission sportive, et ses membres au nombre de 3 s'isoleront les uns des autres.

Plongeur simple.

a) Le plongeur se place sur le bord de la plate-forme, le corps, droit, la poitrine avancée, les talons joints, les pieds écartés, les bras tombants. Le regard se porte vers le sommet de la trajectoire de saut.

b) Le plongeur doit s'élancer suivant une direction faisant un angle de 45° avec l'horizontale.

c) Durant la première phase du plongeur, le corps est droit, les bras allongés, les paumes vers l'eau, les pouces se touchant, les jambes et les pieds allongés.

Arrivé au sommet de la trajectoire, il présente une ligne brisée, la direction des jambes formant un angle obtus avec la direction du tronc et les pieds allongés.

Le sommet de la trajectoire dépassé, le plongeur tend à reprendre la position qu'il devra avoir à son entrée dans l'eau.

d) Le corps tout entier est droit et rigide, les pieds devant entrer exactement à l'endroit où la tête a disparu.

Saut de l'Ange.

A et B semblable au plongeur simple.

c) Au moment de quitter le point d'appui, les bras sont étendus perpendiculairement sur les côtés à l'axe du corps et celui-ci doit être cambré, rigide ; les bras ne sont ramenés devant la tête qu'au moment de l'entrée dans l'eau.

d) Identique au plongeur simple.

Saut de la Hussarde

a) Semblable au plongeur simple.

b) La direction initiale doit se rapprocher le plus possible de la verticale.

c) Au sommet de la trajectoire, le corps replié, les jambes en angle légèrement obtus, les bras se tendent parallèlement devant les jambes. Puis le plongeur se redresse pour prendre sa position d'entrée, dans l'eau, (semblable à celle du plongeur simple).

Plongeur suédois

En tout semblable au plongeur simple, avec cette différence que les bras restent collés au corps dans toute l'exécution du plongeur.

Le plongeur doit entrer dans l'eau la tête la première.

Approuvé par le Bureau International :

<i>Le Président,</i> GASTON BRIDOUX, Ath.	<i>Le Secrétaire,</i> JULES DEVLIEGER, Beyne-Heusay.
--	---

<i>Le premier Vice-Président,</i> E. CORDIER, Bruxelles.	<i>Le deuxième Vice-Président,</i> LEEMANS, Gand.
---	--

Le Commissaire des Comptes : G. KIERSBULCK, Mouscron

Fédération Nationale Socialiste
de l'Education Physique et Morale

Tournoi des Sports Utiles
(S. U.)

RÈGLEMENT

CHAPITRE I

Dénomination, Siège, But, Composition.

Art. 1. — Il est fondé au sein de la Fédération N. S. de l'Ed. Ph. et M. un «Tournoi des Sports Utiles».

Art. 2. — Son siège est fixé au bureau de la Fédération.

Art. 3. — L'institution de ce tournoi a pour but :

A. — De répandre parmi la jeunesse ouvrière, le goût des sports sains.

B. — D'encourager les cercles de gymnastique à pratiquer les sports en plein air, et principalement : les courses à pied, avec ou sans obstacles, les sauts en hauteur et en longueur, avec et sans élan, le lancer du disque, les jets du boulet et du javelot ; le saut à la perche ; le lever du poids, les grimpers, le franchissement d'obstacles, la natation et en général, tous les exercices utilitaires pouvant contribuer d'une manière heureuse au développement physique de la jeunesse ouvrière.

C. — De favoriser l'émulation entre les groupes affiliés, par l'institution de championnats de secteurs, provinciaux et nationaux.

Art. 4. — Ces championnats comprendront plusieurs divisions, celles-ci se subdiviseront comme suit :

Excellence, 10 hommes + 3 suppléants de 18 ans et plus.

Première, 8 hommes + 2 suppléants de 18 ans et plus.

Deuxième, 6 hommes + 2 suppléants de 18 ans et plus.

Art. 5. — Le tournoi est accessible aux amateurs seuls.

Art. 6. — Est amateur celui qui n'est pas professionnel, c'est-à-dire celui qui ne reçoit aucune subvention directe ou cachée de la part d'un groupe. Les frais de déplacement peuvent être remboursés. Toutefois, ils ne pourront être surévalués.

CHAPITRE II

Conditions d'admission

Art. 7. — Pour se faire admettre en division, chaque membre d'une équipe devra :

- a) Être porteur de sa licence fédérale attestant qu'il était affilié à la date du 1^{er} mars de l'année en cours.
- b) Fournir à tous moments, les renseignements lui demandés sur sa situation envers son groupe ;
- d) Prouver qu'il ne fait partie d'aucun club non affilié pratiquant les sports repris dans le Tournoi ;
- e) Prendre part à l'examen d'admission.

CHAPITRE III

Examen d'admission

Art. 8. — L'examen aura lieu le premier dimanche suivant le 1^{er} Mai.

Il comportera :

- a) une course de 1500 mètres en Excellence, en moins de 6 minutes ;
1200 mètres en première > 5 >
800 mètres en deuxième > 4 >

suivie d'un examen médical ;

- b) l'exécution des ensembles imposés par la fédération.

Art. 9. — Tous les renseignements dont la connaissance est indispensable aux groupes qui se présentent, devront leur parvenir 3 mois avant la date fixée à l'article 8.

Art. 10. — L'examen a lieu par secteurs ; secteurs délimités par la Fédération ou ses régions.

Art. 11. — Un groupe peut présenter plusieurs divisions et les voir admettre.

Art. 12. — La demande d'admission, qui devra parvenir au secrétaire technique de la F. N. un mois avant l'examen indiquera :

- a) La division dans laquelle l'équipe se présente ;
- b) Les nom, âge et adresse de tous les candidats effectifs, ainsi que des suppléants.

Art. 13. — L'examen sera dirigé par un directeur et deux délégués, juges, désignés par l'Association. Ils s'adjoindront un médecin pour la partie médicale.

Art. 14. — Les terrains choisis pour les examens seront portés à la connaissance des groupes inscrits 10 jours avant la date reprise à l'art. 8.

CHAPITRE IV

Ordre du Tournoi

Art. 15. — Le Tournoi se disputera comme suit :

- a) Les demi-finales par secteurs de province.
- b) Les finales entre les gagnants de secteurs, par province.
- c) Le tournoi national entre les équipes gagnantes des provinces.
- d) Le tournoi international par sélections nationales.

Art. 16. — Les sélections sont de la compétence des comités nationaux.

Art. 17. — Les secteurs ne pourront comporter plus de 4 équipes par division.

CHAPITRE V

Programme des épreuves et répartition du travail

Art. 18. — Excellence (10 équipiers et 3 suppléants).

1. 100 mètres plat en deux séries ;
2. 110 mètres haies en deux séries ;
3. 125 mètres relais par équipier ;
4. 250 mètres relais par équipier ;
5. Saut en hauteur avec élan ;
6. Saut en longueur sans élan ;
7. Saut à la perche ;
8. Lancement du disque ;
9. Jet du boulet ;
10. Lancement du Javelot, style classique.

Travail

a) Mouvement d'ensemble, imposé à tous.

b) Les épreuves 5, 6, exécutées par trois athlètes de chaque équipe, dont un qui pourra être le même pour tout le temps du Tournoi, les deux autres qui changent chaque journée, les épreuves 1, 2, 7, 8, 9, 10 par deux membres de chaque équipe, dont un pourra être le même pour tout le temps du tournoi, l'autre qui change chaque journée ; tous désignés par le directeur de l'équipe concourante.

c) Les épreuves 3 et 4, par tous les membres de l'équipe (10 coureurs).

Première division (8 équipiers plus deux suppléants).
Les épreuves 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10 du tournoi d'excellence.

Travail

- a) Mouvement d'ensemble imposé pour tous.
- b) Les épreuves 1, 5, 6, 9, exécutés par deux membres de chaque équipe, dont un qui pourra être le même pour tout le temps du tournoi, l'autre qui changera à chaque journée, les épreuves 7, 8, 10 par deux membres de chaque équipe; ils pourront être les mêmes pour toute la durée du tournoi, tous désignés par le directeur de l'équipe concourante.
- c) L'épreuve 3, par tous les membres de l'équipe (8 coureurs).

Deuxième division (6 équipiers plus deux suppléants).
Les épreuves 1, 3, 5, 6, 9, du tournoi d'Excellence.

Travail

- a) Mouvement d'ensemble imposé à tous;
- b) Les épreuves 1, 5, 6, 9, exécutées par deux membres de chaque équipe, dont un qui pourra être le même pour tout le temps du tournoi, l'autre qui changera à chaque journée. Tous deux désignés par le directeur de l'équipe concourante.
- c) L'épreuve 3 par tous les membres de l'équipe, (6 coureurs).

CHAPITRE VI.

Du Calendrier

Art. 19. — Les calendriers seront fixés avant l'ouverture de la saison qui commence officiellement 15 jours après l'examen et se termine le dernier dimanche d'août.

Art. 20. — Les tournois de secteurs, en quatre journées, une sur chaque terrain, seront de la première journée au deuxième dimanche de juillet.

Art. 21. — Les tournois provinciaux, en une journée, le dernier dimanche de juillet.

Art. 22. — Les tournois nationaux, en une journée, le deuxième dimanche d'août.

Art. 23. — Eventuellement, les tournois internationaux se feront le quatrième dimanche d'août.

Art. 24. — Les fêtes de gymnastique pure organisées par l'Association et ses filiales seront respectées.

Aucune journée du tournoi ne pourra coïncider avec un des jours fixés pour ces fêtes; toutefois celles-ci pourront être organisées simultanément sur le même terrain.

Art. 25. — Le calendrier doit être transmis par les soins du secrétariat, par double voie (2) aux groupements intéressés. Un à l'adresse du président, l'autre au secrétaire des clubs.

CHAPITRE VII.

Contrôle

Art. 26. — Les fêtes sont placées sous la direction et la surveillance de la Commission sportive nationale et de ses sous-comités provinciaux pour la partie administrative.

Art. 27. — Chaque fête sera dirigée par un directeur assisté de 2 délégués jugés, désignés par les comités nationaux, s'il s'agit d'une fête nationale, et provinciaux pour les fêtes provinciales de secteurs.

Art. 28. — Chaque groupe inscrit, ayant par conséquent une fête sur son terrain devra désigner un délégué au terrain; celui-ci sera à la disposition des équipes étrangères pour tous les renseignements à fournir concernant leur séjour dans la localité du club organisateur.

Art. 29. — Ce délégué aura de plus à remplir un formulaire contenant les indications suivantes :

- a) Heures d'arrivée des équipes.
- b) Noms et heures d'arrivée des jurés.
- c) Noms et prénoms des équipiers.
- d) L'heure exacte à laquelle la fête a commencé.
- e) L'heure exacte à laquelle elle a fini.
- f) Le nombre de points attribués à chaque équipe.
- g) Ses observations, ainsi que celles présentées par chaque directeur d'équipe.
- h) Signatures des directeur et délégués, directeurs d'équipe et celle du délégué au terrain.
- i) Les meilleures performances réalisées; ceci pour procéder à l'établissement de la table des records socialistes d'athlétisme.

Art. 30. — Ce formulaire sera transmis par express au secrétariat du tournoi et ce par les soins du groupe visité.

Art. 31. — Des formules imprimées seront fournies par les soins des fédérations.

Art. 32. — Toute réclamation sur la rédaction du formulaire devra en être faite au dos par le directeur d'équipe qui en conteste l'exactitude.

CHAPITRE VIII.

Du Terrain

Art. 33. — Chaque club fera parvenir le plan de son terrain à la Commission Sportive nationale en vue de l'agrément.

Il est de rigueur que tout terrain doit posséder une piste circulaire de 125 ou de 250 mètres, et une piste en ligne droite qui permet l'exécution aisée et régulière des épreuves du tournoi. La pente ne pourra dépasser 2 cent. par mètre. Le terrain possédera un emplacement réservé et spécialement préparé pour les sauts et les lancers. Il sera barricadé afin de contenir facilement le public dans l'enceinte lui réservée. Il sera libre de tout obstacle, murs, piquets, rigoles, fils de fer, morceaux de verre, pierres, etc., etc.

Il sera préparé par les soins du club visité. Il devra, quand la fête commencera, répondre à toutes les exigences du directeur et de ses deux adjoints.

CHAPITRE IX

Du costume

Art. 34. — Chaque club doit posséder sa couleur particulière.

Art. 35. — Lorsqu'un club adopte une tenue, il doit faire parvenir cette décision à la C. S. pour ratification.

Dans le cas où un autre club aurait déjà choisi cette tenue, le club arrivant serait averti et devrait changer ses couleurs.

Art. 36. — La culotte ample, arrivant au genou, est de rigueur.

Art. 37. — Chaque équipier doit revêtir les mêmes couleurs que son équipe.

CHAPITRE X

Pointage

Art. 38. — Il y aura un classement par épreuve et par points. Ces classements seront réunis pour fournir le classement par journée ; les 4 classements par journée donneront le résultat du tournoi par secteur.

Art. 39. — Le système suivant est adopté :

a) Javelot, disque, boulet, saut longueur, les classements totalisés des membres d'une même équipe fourniront le classement par épreuve, le moins de points les premiers.

b) Saut en hauteur et à la perche, chaque saut réussi compte pour

un point ; les points des équipiers totalisés comptent pour le classement ; le plus de points les premiers.

c) Courses-relais, au premier arrivé.

d) Courses vitesse et haies, de même.

Ces courses ayant lieu par série, 1 concurrent de chaque équipe à la première et à la seconde série, les points seront totalisés ; l'équipe comptant le moins de points classée première.

En général, chaque épreuve donnera un classement comme suit :

Equipe gagnante, 1 point.

Equipe deuxième, 2 points.

Equipe troisième, 3 points.

Equipe quatrième, 4 points.

Art. 40. — Ces pointages seront enregistrés sur des feuilles dont type sera fourni par l'Association. La besogne pour la dresser incombera au directeur de la journée.

Art. 41. — Au cas où 2 clubs arriveraient ensemble, ils seraient classés premiers, le suivant serait classé troisième.

CHAPITRE XI

Finances

Art. 42. — De chaque recette du tournoi :

65 % du bénéfice net iront au club visité.

10 % du bénéfice net iront à la Fédération.

25 % du bénéfice net iront aux clubs visiteurs et seront répartis proportionnellement aux frais de déplacement de chacun.

Art. 43. Le Comité directeur peut exiger tous les moyens de contrôle au sujet de ce qui précède. Il ne pourra être fait usage que de tickets d'entrée fournis par la Fédération.

La production de toutes pièces comptables : reçus, factures, livre de recettes pourra être exigée.

Art. 44. — Les frais de déplacement du directeur et de ses deux délégués seront supportés par le club visité ; ils seront compris dans les frais de la fête et ne pourront excéder 25 francs en tout.

CHAPITRE XII

Pouvoir répressif — Forfait

Art. 45. — Les Comités responsables peuvent interdire un terrain, un club, un équipier, un directeur ou un délégué.

Art. 46. — Un club se déclarant forfait pour toute la saison, doit le faire 8 jours avant l'élaboration du calendrier ; passé ce délai, il sera passible d'une amende de :

25 francs en excellence.

20 francs en première.

15 francs en seconde.

Un club déclarant forfait pour une journée sera passible de la moitié de cette amende et sera classé quatrième pour la journée.

Un club arrivant trop tard au terrain se verra condamner à 5 frs d'amende.

Art. 47. — Ces amendes seront payées avant la fête suivante.

Art. 48. — Le Comité peut exiger la réédition d'une fête à bureaux fermés, lorsque les résultats de cette fête auraient été annulés.

Art. 49. — L'exclusion définitive peut être prononcée ; en ce cas c'est le Congrès annuel seul qui est souverain maître.

CHAPITRE XIII

Du directeur et de ses délégués

Art. 50. — Tout membre de la Fédération peut être autorisé à remplir ces fonctions ; ceux-ci doivent :

a) Etre fédérés depuis plus d'un an ;

b) Etre d'une moralité irréprochable ;

c) Subir un examen prouvant qu'on est apte à juger des matières contenues dans le présent règlement et dans le code sportif (Athlétisme) ;

d) Se soumettre aux décisions prises par l'assemblée générale ;

e) Adresser une demande en règle au Secrétaire technique national qui, d'accord avec la C. S. fixera les dates choisies pour l'examen.

CHAPITRE XIV

Des récompenses

Art. 51. Des objets d'art, des engins de gymnastique, d'athlétisme, des livres, des abonnements aux journaux techniques, peuvent faire l'objet des récompenses annuelles affectées aux vainqueurs des différents tournois.

Art. 52. — Une challenge perpétuel, don du *Conseil Général du P. O. B.* est créé.

Art. 53. — Le détenteur annuel du challenge perpétuel devra le remettre à la disposition de la Fédération dès la première journée du tournoi de l'année suivante et ce dans les mêmes conditions qu'il l'a reçu.

Art. 54. — L'inscription du nom du club gagnant sera faite sur ce socle aux frais de la Fédération organisatrice.

Art. 55. — Tout dommage ou dégradation seront réparés aux frais du club tenant, par les soins de la Fédération.

CHAPITRE XV

Dispositions d'ordre général

Art. 56. — L'organisation générale du tournoi est de la compétence de la Commission Sportive Nationale.

Art. 57. — Les paris sont rigoureusement interdits sur les terrains. Le ou les équipiers, de même qu'une personne du public, surpris en train de parier seront expulsés sur le champ.

Art. 58. -- Des fêtes non comprises dans le tournoi peuvent être organisées, mais elles devront avoir l'autorisation de la fédération.

Art. 59. — Une boîte de secours devra se trouver sur tous les terrains. Elle devra être complète et tenue en bon état.

Le club visité en a la responsabilité.

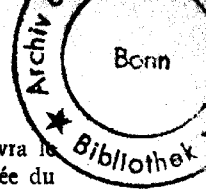
Art. 60. — Un moniteur-directeur d'équipe peut diriger plusieurs équipes, mais il ne pourra concourir que dans celle qu'il aura préalablement désignée.

Art. 61. — Il est défendu de se faire inscrire dans deux équipes différentes.

Art. 62. — Tous les imprimés, employés pour les besoins du tournoi devront porter comme en-tête en caractères gras : Fédération Nationale Socialiste de l'Education Physique et Morale.

Art. 63. — Pour fonctionner, un tournoi ne peut compter moins de 3 équipes.

Art. 64. — Les suppléants ne peuvent être utilisés qu'en cas de force majeure dûment constatée par le directeur du tournoi et ses délégués. Au cas où les suppléants officiels ne parviendraient pas à combler les vides produits dans l'équipe, il pourra, pour autant que le Comité organisateur en soit prévenu 8 jours d'avance, être fait appel aux membres du groupe affilié à la date du 1^{er} mars de l'année en cours, et repris comme tels sur les listes d'affiliation.



Art. 65. — La désignation des équipes rentrant dans un secteur est de la compétence des Comités provinciaux.

Art. 66. — Le but final poursuivi sera la réalisation du type de l'athlète complet.

Art. 67. — Ce règlement peut toujours être soumis à la révision du Congrès annuel de la Fédération.

Approuvé en séance du 26 décembre 1920.

Pour la Commission Sportive Nationale :

Le Secrétaire technique,
JULES DEVLIEGER

