



RÈGLEMENT OFFICIEL

Concours Street Workout

Parc Municipal de Triel-sur-Seine

Article 1 – Objet

Le présent règlement encadre l'organisation du concours de Street Workout comprenant trois épreuves : **pompes, tractions et dips**. L'événement a pour but de promouvoir le sport, le respect et le dépassement de soi.

Inscriptions :

- Les inscriptions se feront via un **QR code** mis à disposition par les organisateurs.
- Le QR code sera disponible à partir du **7 mai**.
- Les inscriptions seront clôturées le **4 juin**.
- Toute inscription incomplète pourra être refusée

Article 2 – Date et lieu

Le concours se déroulera au **Parc Municipal de Triel-sur-Seine**, le 6 juin de 10h à 16h.

Article 3 – Conditions de participation

- Avoir **18 ans minimum** le jour de la compétition.
- Être en bonne condition physique.
- Remplir le formulaire d'inscription.
- Accepter sans réserve le présent règlement.

Article 4 – Épreuves

1. Pompes

- Corps aligné de la tête aux pieds.
- Bras tendus en position haute.
- Descente contrôlée, poitrine proche du sol.
- Toute répétition incomplète ne sera pas comptée.

2. Tractions

- Départ bras tendus.
- Menton au-dessus de la barre pour valider la répétition.
- Balancement excessif interdit.
- Mouvement incomplet non comptabilisé.

3. Dips

- Départ bras tendus.
- Descente jusqu'à angle réglementaire validé par le juge.
- Remontée bras verrouillés.
- Balancement excessif interdit.

Article 5 – Comptage des points et qualifications

- Le nombre de répétitions valides sera comptabilisé sur chaque épreuve.
- Le classement général sera établi par addition des scores des trois ateliers.
- Le nombre de participants est limité à **15 personnes maximum par épreuve**.
- À l'issue de chaque épreuve, les **3 meilleurs participants** seront qualifiés pour la finale.

Article 6 – Arbitrage

- Les juges sont seuls décisionnaires sur la validité des mouvements.
- Toute contestation doit rester respectueuse.
- Les décisions du jury sont définitives.

Article 7 – Comportement et sécurité

- Respect obligatoire des participants, juges et spectateurs.
- Tout comportement violent, insultant ou antisportif entraînera une exclusion immédiate.
- Les participants sont responsables de leur échauffement et de leur état de santé.

Article 8 – Récompenses

Des coupes, médailles ou lots pourront être remis aux meilleurs compétiteurs.

Article 9 – Acceptation du règlement

Toute inscription vaut acceptation complète du présent règlement.