



## Règlements | Charge lourde Catégories masculine et féminine

1. L'inscription peut se faire de deux façons :
  - En ligne sur le site Sport-Plus jusqu'au 6 juillet 2022 (voir la procédure d'inscription et de paiement au [mashteuiatsh.ca](http://mashteuiatsh.ca) dans la section Grand rassemblement des Premières Nations);
  - Sur place samedi le 9 juillet 2022 derrière le Centre Amishkuisht de 7 h 30 à 8 h 30 (15 minutes seront allouées après chaque compétition pour prendre les inscriptions).
2. Les compétitions se dérouleront entre 9 h et 16 h le dimanche 10 juillet 2022. Les heures des compétitions seront transmises sur place par le responsable de l'activité.
3. L'ordre des compétitions de portage est la suivante : portage de vitesse, charge lourde et endurance.
4. Chaque compétiteur doit avoir sa propre équipe de chargement (3 personnes maximum).
5. Chaque portageur doit être accompagné d'un officiel.
6. Le compétiteur et son équipe de chargement ont **10 minutes** pour prendre le départ dès que la vague précédente se termine.
7. Le poids de départ pour les hommes est **de 600 livres et de 400 livres** pour les femmes.
8. Le but est de porter sur une distance de 20 mètres le poids proposé.
9. Le parcours est complété dès que l'un des pieds touche à la ligne d'arrivée.
10. Advenant que les compétiteurs ne franchissent pas la distance totale, les positions sont déterminées selon la distance parcourue par les participants.
11. Aucune reprise n'est acceptée lorsque le collier se détache ou lorsqu'un sac de sable tombe au sol.
12. Le candidat pourra bénéficier d'une reprise si le collier se brise.
13. Chaque compétiteur doit être vêtu adéquatement et de manière sécuritaire pour participer à la compétition (ex. : espadrilles).
14. Les organisateurs se réservent le droit de refuser toute personne qui n'apparaît pas apte à participer à la compétition.