

LEVER DE LA PERCHE SUR LE COTE (KROG PERCHENN)

Matériel

- perche
- curseurs
- numéros "jeu du loto"

Déroulement et règles

- le choix des passages s'effectuera par un tirage au sort (tirage de numéro "jeu du loto").
- chaque concurrent disposera de 3 essais pour réussir chaque lever
- la technique utilisée sera le lever latéral avec appui sur la cuisse
- la perche sera constituée d'un tube métallique de 5 m avec une prise de mains délimitée ; un curseur sera disposé au milieu de la perche, au départ, puis remontera vers le bout de la perche, au fur et à mesure des levers réussis
- l'essai sera validé dès que la perche sera positionnée à la verticale et maintenu dans cette position un court moment
- l'essai sera comptabilisé dès que l'extrémité de la perche aura été levée de la hauteur du concurrent
- la partie arrière de la perche ne devra pas toucher le sol lors du lever

Comptage des points

- le participant qui aura levé la perche la plus lourde aura 5 points.
- le 2nd : 4 points
- le 3ème : 3 points
- le 4ème : 2 points
- les autres: 1 point