



# DOSSIER DE PRÉSENTATION

6<sup>ème</sup> Tournoi International  
d'Haltérophilie Féminin de Lyon.

15 FÉVRIER 2020

# Présentation

"L'haltérophilie féminine est un sport en plein développement en France, mais qui est encore en quête de reconnaissance. Donnons à ce sport le tournoi qu'il mérite afin de mettre en lumière des athlètes et des femmes d'exception."



NATHALIE GARET  
PRÉSIDENTE DE LA GAULOISE DE VAISE

Présente dans le quartier lyonnais de Vaise depuis plus de 125 ans, la Gauloise de Vaise est une association historique du sport lyonnais, tournée vers la remise en forme, le sport santé, et bien sur l'haltérophilie.

Cette discipline sportive, olympique depuis les 1ers JO en 1896, consiste à soulever des charges les plus lourdes possibles. L'haltérophilie demande des qualités physiques complémentaires : force, souplesse, coordination, équilibre... Elle demande également détermination et dépassement de soi. C'est un sport qui exige aussi des valeurs comme l'entraide, le courage et l'humilité.

C'est un sport qui vit une seconde jeunesse en France. Le nombre de compétiteurs a ainsi augmenté de 50% en 5 ans. Du côté des compétitrices femmes ce nombre a triplé en depuis la 1ère édition en 2014 !

Le tournoi féminin de Lyon permet ainsi de mettre en lumière ce sport encore trop méconnu. Initialement régional, cette compétition a pris de l'ampleur au fil des années et possède désormais le statut de tournoi international. La Gauloise de Vaise accompagne depuis de nombreuses années la progression fulgurante de l'haltérophilie féminine grâce à ce tournoi qui suit la même trajectoire.

# L'Histoire du Tournoi Féminin

## 2014

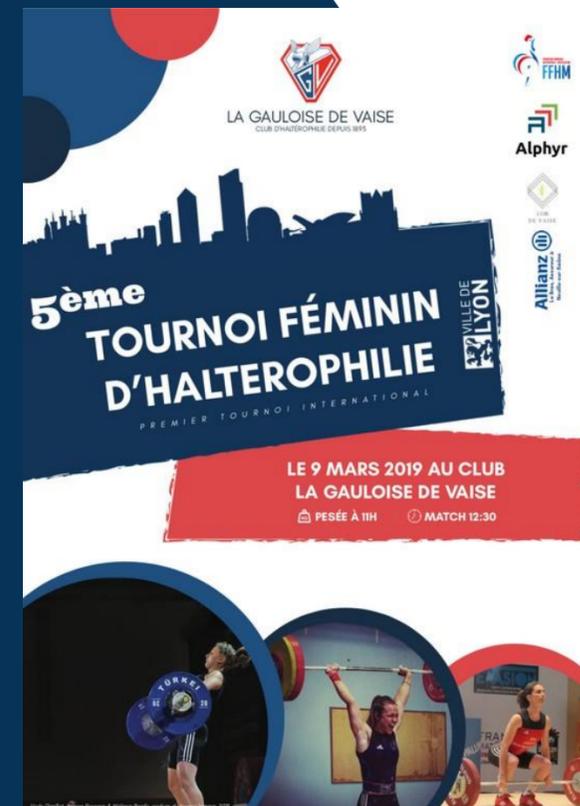
Le 1er tournoi féminin permet à la plupart des athlètes de la région d'exprimer leur talent dans un format de compétition inédit pour l'haltérophilie féminine.



## 2015

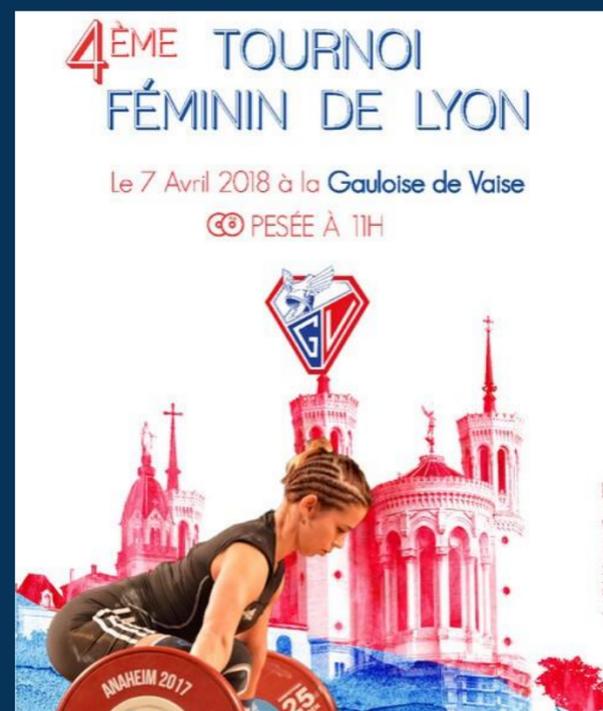
## 2018

1ère Participation d'une délégation internationale, venue d'Italie.



## 2016

Le tournoi devient ouvert aux invitations. Anaïs Michel, championne d'Europe 2017, remporte cette édition.



## 2019

Deuxième victoire consécutive de Vicky Grailot.



# Nouveautés de la 6ème édition



2020

La 6ème édition sera l'édition de la maturité pour le tournoi féminin de Lyon. La collaboration avec la fédération française d'haltérophilie donne une nouvelle dimension cette année avec son soutien à la fois logistique et sportif.

## OLYMPIQUE

"Vaise sur la route de Tokyo" :  
présence d'une sélection des meilleurs  
athlètes françaises.

## INTERNATIONNALE

Des athlètes venues de délégations  
étrangères.

## NATIONALE

L'intégration de la compétition au  
calendrier national.



# Règles de participation

## Ligue AURA

Toute athlète quelque soit le niveau dans la limite de 5 athlètes maximum par club.

## France

Athlètes de niveau national et +ou en mesure de réaliser les minimas nationaux le jour du tournoi.

**DATE LIMITE D'ENGAGEMENT LE 15 JANVIER 2020**

- 4 plateaux sont attendus : pesée avant chaque plateau
- Remise des récompenses en fin de journée, suivra un banquet convivial

Le programme final vous sera communiqué à l'issue des inscriptions. Il conviendra de retourner le tableau d'engagement à Nathalie Garet à l'adresse mail suivante : [nath.garet@orange.fr](mailto:nath.garet@orange.fr)

La restauration sera possible sur place : plats de pâtes, sandwiches, boissons et gâteaux seront proposés pendant le tournoi.

Un guide contenant les hébergements potentiels vous seront communiqués ultérieurement

# Contacts et informations

---

## Adresse postale

108 rue Pierre Audry 69009, Lyon

## Adresse e-mail

[gauloisedevaise@gmail.com](mailto:gauloisedevaise@gmail.com)

## Numéro de téléphone

Nathalie Garet, responsable du club 06.21.84.06.76

## Réseaux sociaux



@GauloisedeVaise



@GauloisedeVaise