Régate : **Course, Horaire :** _____ **Date :** _____

Nom des arbitres : _____ **Horaires pesées :** _____

Réaliser la pesée comme suit : 1 - En tenue de course, peser le barreur sans surcharge, ou le compétiteur PL (direct 4) 2 - Peser la surcharge seule 3 - Peser le barreur et sa surcharge 4 - Noter le ou les poids sur les 2 étiquettes adhésives 5 - Faire vérifier sur les étiquettes la conformité des écrits aux compétiteurs 6 - Coller une étiquette sur la fiche cartonnée des compétiteurs 7 - Coller l'autre étiquette dans cette case sur cette fiche 8 - Noter l'heure de la pesée, signer et faire signer les compétiteurs dans la case ci-contre	**Signature de l'arbitre** **Signature du compétiteur** **Heure de la pesée**
Réaliser la pesée comme suit : 1 - En tenue de course, peser le barreur sans surcharge, ou le compétiteur PL (direct 4) 2 - Peser la surcharge seule 3 - Peser le barreur et sa surcharge 4 - Noter le ou les poids sur les 2 étiquettes adhésives 5 - Faire vérifier sur les étiquettes la conformité des écrits aux compétiteurs 6 - Coller une étiquette sur la fiche cartonnée des compétiteurs 7 - Coller l'autre étiquette dans cette case sur cette fiche 8 - Noter l'heure de la pesée, signer et faire signer les compétiteurs dans la case ci-contre	**Signature de l'arbitre** **Signature du compétiteur** **Heure de la pesée**
Réaliser la pesée comme suit : 1 - En tenue de course, peser le barreur sans surcharge, ou le compétiteur PL (direct 4) 2 - Peser la surcharge seule 3 - Peser le barreur et sa surcharge 4 - Noter le ou les poids sur les 2 étiquettes adhésives 5 - Faire vérifier sur les étiquettes la conformité des écrits aux compétiteurs 6 - Coller une étiquette sur la fiche cartonnée des compétiteurs 7 - Coller l'autre étiquette dans cette case sur cette fiche 8 - Noter l'heure de la pesée, signer et faire signer les compétiteurs dans la case ci-contre	**Signature de l'arbitre** **Signature du compétiteur** **Heure de la pesée**
Réaliser la pesée comme suit : 1 - En tenue de course, peser le barreur sans surcharge, ou le compétiteur PL (direct 4) 2 - Peser la surcharge seule 3 - Peser le barreur et sa surcharge 4 - Noter le ou les poids sur les 2 étiquettes adhésives 5 - Faire vérifier sur les étiquettes la conformité des écrits aux compétiteurs 6 - Coller une étiquette sur la fiche cartonnée des compétiteurs 7 - Coller l'autre étiquette dans cette case sur cette fiche 8 - Noter l'heure de la pesée, signer et faire signer les compétiteurs dans la case ci-contre	**Signature de l'arbitre** **Signature du compétiteur** **Heure de la pesée**
Réaliser la pesée comme suit : 1 - En tenue de course, peser le barreur sans surcharge, ou le compétiteur PL (direct 4) 2 - Peser la surcharge seule 3 - Peser le barreur et sa surcharge 4 - Noter le ou les poids sur les 2 étiquettes adhésives 5 - Faire vérifier sur les étiquettes la conformité des écrits aux compétiteurs 6 - Coller une étiquette sur la fiche cartonnée des compétiteurs 7 - Coller l'autre étiquette dans cette case sur cette fiche 8 - Noter l'heure de la pesée, signer et faire signer les compétiteurs dans la case ci-contre	**Signature de l'arbitre** **Signature du compétiteur** **Heure de la pesée**