

### Validité d'un jet

Le concurrent doit commencer son jet à partir d'une position stationnaire dans le cercle. Le poids sera lancé de l'épaule avec une seule main. Au moment où l'athlète prend place dans le cercle pour commencer son lancer, le poids doit toucher ou être très proche du menton et la main ne peut pas être abaissée de cette position pendant le lancer. Le poids ne doit pas être ramené en arrière du plan des épaules.

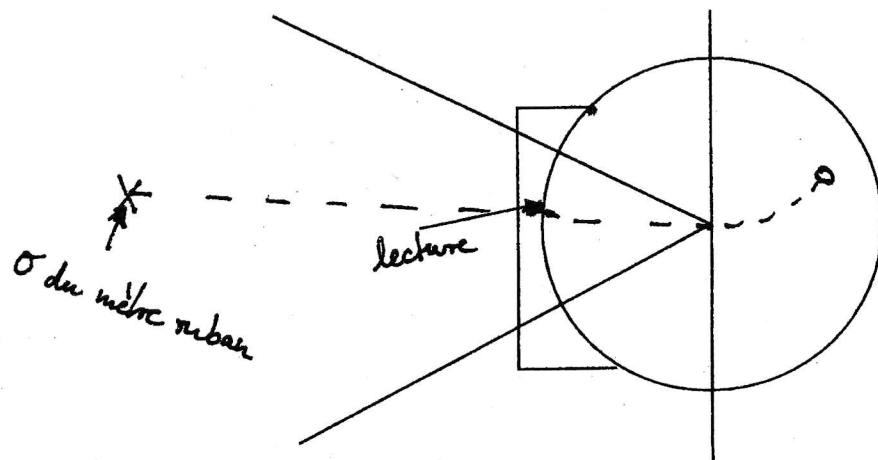
Le lancer sera considéré comme irrégulier si le concurrent, après avoir commencé à lancer, touche avec une partie quelconque de son corps le haut du butoir ou du cercle, ou le sol à l'extérieur.

Le concurrent ne devra pas quitter le cercle avant que le poids lancé ait touché le sol. À ce moment-là, il devra quitter le cercle de façon équilibrée, et par la moitié postérieure du plateau.

Pour qu'un lancer soit valable, le poids doit toucher le sol en deçà du bord interne des lignes.

### Mesure d'un jet

Le mesurage devra être effectué immédiatement après le jet. On placera le zéro du mètre ruban sur la marque la plus proche du cercle laissée par le poids, on déroulera l'instrument de mesure jusqu'au centre du cercle et on lira la mesure sur le bord intérieur de la jante métallique.



### Nombre d'essais

Chaque concurrent dispose d'au moins trois essais. À l'issue de ces trois essais dits « de qualification », les huit meilleurs lanceurs ont la possibilité d'effectuer trois essais supplémentaires.

### Classement

Le classement est effectué en tenant compte de la meilleure performance réalisée au cours de ces six essais (ou trois essais pour ceux qui n'ont pas accédé à la phase finale).

En cas d'ex aequo, c'est la deuxième meilleure performance effectuée par les concurrents qui servira à les départager. Si l'ex aequo subsiste, on retiendra alors la troisième meilleure performance, et ainsi de suite.