



**Dansk Atletik Forbunds  
KONKURRENCEREGLER  
2018-2019**



## Indholdsfortegnelse

IAAF's KONKURRENCEREGLER 2018-2019 .....	5
DEFINITIONER .....	5
KAPITEL 1 – INTERNATIONALE ATLETIKKONKURRENCER .....	7
Regel 1 – Internationale atletikkonkurrencer .....	7
Regel 2 – Godkendelse af atletikkonkurrencer .....	8
Regel 3 – Bestemmelser som regulerer gennemførelsen af internationale konkurrencer .....	9
Regel 4 – Krav for at kunne deltage i internationale konkurrencer.....	9
Regel 5 – Berettigelse til at repræsentere et medlem.....	10
Regel 6 – Udbetalinger til udøvere .....	11
Regel 7 – Udøverrepræsentanter .....	11
Regel 8 – Reklame på konkurrencearenaen .....	11
Regel 9 – Væddemål og andre overtrædelser af antikorrupsionsregler.....	12
KAPITEL 2 – STARTBERETTIGELSE.....	12
Regel 20 – Definition af startberettiget udøver.....	12
Regel 21 – Konkurrencebegrænsninger for startberettigede udøvere .....	12
Regel 22 – Startberettigelse i nationale og internationale konkurrencer .....	12
KAPITEL 3 – ANTI-DOPING OG MEDICINSK ASSISTANCE (Regel 30-51) .....	13
KAPITEL 4 – UENIGHEDER / TVISTER (Regel 60).....	13
KAPITEL 5 – TEKNISKE REGLER - INTERNATIONALE KONKURRENCEREGLER.....	13
Regel 100 – Generelt.....	13
ATLETIKREGLEMENT – DEL 1 – OFFICIALS.....	14
Regel 110 – Officials ved internationale arrangementer.....	14
Regel 112 – Teknisk Delegeret.....	14
Regel 119 – Jury .....	14
Regel 120 – Stævnefunktionærer.....	15
Regel 121 – Arrangementsleder.....	16
Regel 122 – Stævneleder.....	16
Regel 123 – Teknisk leder .....	17
Regel 124 – Præsenteratør (Regi) .....	17
Regel 125 – Øvelsesledere (Overdommere) .....	17
Regel 126 – Dommere .....	20
Regel 127 – Banedommere (Løbe- og kapgangsøvelser) .....	21
Regel 128 – Tidtagere, Fotofinish-dommere og Transponder-timing-dommere .....	21
Regel 129 – Startkoordinator, startere og recall-startere .....	21
Regel 130 – Startermedhjælpere .....	22
Regel 131 – Rundetællere .....	22

Regel 132 – Stævnesekretær, Teknisk Informations Center (TIC).....	23
Regel 133 – Ordensmarschal .....	24
Regel 134 – Vindmålerdommer .....	24
Regel 135 – Opmålingsdommer (Elektronisk opmåling) .....	24
Regel 136 – Call Room-dommere .....	25
Regel 137 – Reklameansvarlig .....	25
<b>ATLETIKREGLEMENT - DEL 2 – GENERELLE KONKURRENCEREGLER.....</b>	<b>26</b>
Regel 140 – Atletikfaciliteterne .....	26
Regel 141 – Alders- og kønsinddeling.....	26
Regel 142 – Startberettigelse .....	27
Regel 143 – Dragt, sko og startnummer .....	28
Regel 144 – Assistance til udøvere .....	29
Regel 145 – Diskvalifikation .....	30
Regel 146 – Protester og appeller .....	31
Regel 147 – Blandede konkurrencer for mænd og kvinder .....	33
Regel 148 – Kontrol af afstande og opmålinger .....	34
Regel 149 – Resultaters gyldighed.....	34
Regel 150 – Video .....	35
Regel 151 – Pointberegning.....	35
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 3 – LØBEØVELSER .....</b>	<b>36</b>
Regel 160 – Måling af løbebaner.....	36
Regel 161 – Startblokke.....	37
Regel 162 – Starten.....	38
Regel 163 – Løbet.....	41
Regel 164 – Mål.....	43
Regel 165 – Tidtagning.....	44
Regel 166 – Seedning, lodtrækning og kvalifikation i baneløb .....	46
Regel 167 – Dødt løb / Lige resultater .....	49
Regel 168 – Hækkeløb.....	50
Regel 169 – Forhindringsløb.....	52
Regel 170 – Stafetløb.....	53
<b>ATLETIKREGLEMENT - DEL 4 - TEKNISKE ØVELSER.....</b>	<b>56</b>
Regel 180 – Generelle regler .....	56
Regel 181 – Vertikale spring – Generelle regler.....	61
Regel 182 – Højdespring.....	63
Regel 183 – Stangspring .....	64
Regel 184 – Horisontale spring – Generelle regler.....	69

Regel 185 – Længdespring .....	70
Regel 185 A – Længdespring med afsætszone (National regel).....	71
Regel 186 – Trespring.....	72
Regel 186 A – Trespring med afsætszone (National regel) .....	72
Regel 187 – Kasteøvelser – Generelle regler .....	73
Regel 188 – Kuglestød.....	78
Regel 189 – Diskoskast.....	79
Regel 190 – Diskosbur.....	81
Regel 192 – Hammerkastbur.....	83
Regel 193 – Spydkast.....	88
Regel 194 – Boldkast – (National regel).....	90
Regel 195 – Vægtkast – (National regel).....	90
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 5 - MANGEKAMP .....</b>	<b>92</b>
Regel 200 – Mangekampskonkurrencer .....	92
Regel 200 A – Kastemangekamp - (National regel) .....	93
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 6 – INDENDØRS ATLETIK.....</b>	<b>94</b>
Regel 210 – Indendørs atletik .....	94
Regel 211 – Indendørs anlæg.....	94
Regel 212 – Sprintbanen .....	94
Regel 213 – Rundbanen .....	94
Regel 214 – Afmærkning af start og mål på rundbanen .....	95
Regel 216 – Beklædning, sko og startnumre .....	96
Regel 217 – Hækkeløb.....	96
Regel 218 – Stafetter.....	96
Regel 219 – Højdespring.....	96
Regel 220 – Stangspring .....	97
Regel 221 – Længde- og trespring.....	97
Regel 222 – Kuglestød.....	97
Regel 223 – Mangekamp .....	97
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 7 – KAPGANG .....</b>	<b>99</b>
Regel 230 – Kapgang.....	99
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 8 – GADELØB (landevejsløb).....</b>	<b>102</b>
Regel 240 – Gadeløb (landevejsløb).....	102
<b>ATLETIKREGLEMENT – DEL 9 – CROSS-COUNTRY-LØB og BJERGLØB .....</b>	<b>104</b>
Regel 250 – Cross-Country - Løb .....	104
Regel 251 – Bjergløb .....	105
Regel 252 – Trail løb .....	106

ATLETIKREGLEMENT – DEL 10 - VERDENSREKORDER.....	107
Regel 260 – Verdensrekorder – generelle regler.....	107
Regel 261 – Øvelsesoversigt.....	107
Regel 262 – Øvelsesoversigt – U20.....	107
Regel 263 – Øvelsesoversigt - indendørs.....	107
Regel 264 – Øvelsesoversigt - indendørs.....	107
INDEX for TEKNISKE REGLER (version 2016-17) .....	108

## IAAF's KONKURRENCEREGLER 2018-2019

Den officielle version af konkurrencereglerne er den engelske udgave udgivet af IAAF. Dette er en dansk oversættelse af disse regler. Såfremt sager ønskes prøvet i henhold til de oversatte regler, må man bruge den officielle engelske udgave som reference. Den udgave kan bestilles gennem Dansk Atletik Forbund eller IAAF's kontor eller downloades fra internettet på IAAF's hjemmeside: [www.iaaf.org](http://www.iaaf.org)

### DEFINITIONER

#### **Atletik:**

Baneatletik, gade- og landevejssløb, kapgang, ultraløb og terrænløb (Cross Country)

#### **Bemærkning/Anmærkning**

Kommentar, som findes i originalteksten, og som regnes for en del af reglen.

#### **Bestemmelser:**

Beslutninger som gennem tiden vedtages af IAAF's bestyrelse.

#### **Bopæl:**

Bopæl er det geografiske sted, hvor udøveren er registreret hos relevante myndigheder med sin første og permanente adresse.

#### **CAS**

"Court of Arbitration for Sport", der er uafhængig sportsdomstol hjemmehørende i Lausanne, Schweiz

#### **Deltager**

Udøvere/atleter, udøveres støttepersoner, konkurrenceofficials, officials, managers eller andre medlemmer af nogen delegation, dommere, jury medlemmer og andre personers akkrediteret til at overvære eller deltage i en international konkurrence og termen "deltager" i regel 9 skal udlægges i overensstemmelse hermed.

#### **IAAF**

"The International Association of Athletics Federation"

#### **IAAF's lov**

"The IAAF Constitution"

#### **IAAF's bestyrelse**

"The IAAF Council"

#### **Insider information**

Enhver information som relaterer til et stævne, konkurrence eller øvelse, som en deltager besidder på grund af sin position inden for sporten. Sådant information inkluderer, men er ikke begrænset til, faktuel information om konkurrenter, betingelserne, taktiske overvejelser eller andre aspekter af konkurrencen eller øvelsen, men inkluderer ikke den information, som allerede er publiceret eller en sag om almindelige optegnelser, som kan rekvireres af interesserede borgere eller offentliggjort i henhold til reglerne, som angår den relevante øvelse eller internationale konkurrence.

#### **International invitationskonkurrence**

Atletikkonkurrence, hvor udøvere tilsluttet to eller flere medlemsforbund er blevet inviteret af arrangøren.

#### **International konkurrence**

Konkurrencer i World Athletics Series (som beskrevet i reglerne), atletikprogrammet ed Olympiske Lege og andre konkurrencer afholdt af eller på vegne af IAAF eller som præciseret i Reglerne

#### **IOC**

Den internationale Olympiske Komité

#### **Klub**

En klub, som er tilsluttet et af IAAF's medlemsforbund i overensstemmelse med medlemsforbundets love og regler.

#### **Kommentar**

National anmærkning eller forklaring vedtaget af DAF.

#### **Kommission**

"IAAF Commission". Udvalg udnævnt af IAAF's bestyrelse i henhold til IAAF's lov.

#### **Konkurrence**

En øvelse eller serier af øvelser afholdt på én eller flere dage.

#### **Kontinent**

Det geografiske område, som omfatter alle lande, der er tilsluttet et af de seks kontinentalforbund.

#### **Land**

Et selvstyrende geografisk område anerkendt som en selvstændig stat af internationale love og internationale statslige organer.

### **Medlemsforbund**

Et nationalt organ for atletik, som er tilsluttet IAAF.

### **Medlemskab**

Medlemskab i IAAF

Medlemsforbund i IAAF, hvor en udøver eller anden person under disse regler er medlem.

### **Nationalt forbund**

Det medlem under IAAF, som en udøver, udøvers støttepersoner eller andre personer under disse regler er tilsluttet – direkte eller gennem klub eller andre grupper tilsluttet et medlem.

### **Nationalt stævne**

Konkurrence godkendt af DAF.

### **Neutrale atleter**

Som angivet i regel 22.1a (Kvalifikationsregler), en atlet, der er tildelt særlig berettigelse fra Council til at konkurrere en eller flere internationale stævner som individuelt kvalificeret, og som på ethvert relevant tidspunkt opfylder alle relevante krav og betingelser for en sådan berettigelse, angivet af Council. Alle bestemmelser i regler og retningslinjer, der gælder for atleter, skal også finde anvendelse for neutrale atleter, medmindre andet udtrykkeligt er angivet. Enhver coach, træner, manager, repræsentant for atlet, agent, team medarbejdere, embedsmand, læge eller paramedicinsk personale, forælder eller anden person der er ansat af, eller arbejder med/for en neutral atlet, der deltager i en international konkurrence, skal være en person der støtter og hjælper atleten omkring fortsat at opfylde formålet med disse regler.

### **Område:**

Et geografisk område eller region er ikke et land, men det har på visse områder selvstyre, i det mindste hvad angår at have selvstændig kontrol over sporten og er som sådan anerkendt hos IAAF.

### **Organisation for store events**

Enhver international multi-sport organisation (dvs IOC), som optræder som den lovgivende for enhver kontinental, regional eller andre internationale konkurrencer.

### **Person**

En naturlig person, organisation eller andre væsner.

### **Regler**

IAAF's regler indeholder Konkurrenceregler (der igen indeholder tekniske regler), de tidligere etiske regler, the Integrity Code of Conduct, procedureregler for IAAF's møder og forsamlinger, og tilsvarende andre regler godkendt fra tid til anden i overensstemmelse med vedtægterne.

### **Regelændringer**

Regelændringer af IAAF, som de fremsættes af IAAF's bestyrelse fra tid til anden.

### **Statsborger**

En person, som har juridisk statsborgerskab i et land, eller i tilfælde af et område/territorium, juridisk statsborgerskab i moderlandet til området/territoriet under anvendelige love.

### **Statsborgerskab**

Juridisk statsborgerskab i et land, eller i tilfælde af et område/territorium, juridisk statsborgerskab i moderlandet til området/territoriet under anvendelige love.

### **Tekniske regler:**

Regler der beskriver de tekniske regler omkring konkurrenceafvikling i atletik, som indeholdt i IAAF's konkurrenceregler.

### **Udøver/atlet:**

En atlet i henhold til regel 9, som deltager i internationale konkurrencer.

### **Udøver med internationalt niveau**

En udøver som findes i det registrerede "Testing Pool" (som er defineret i kap.3) eller som konkurrerer i internationale konkurrencer under regel 35.7.

### **Udøvernes repræsentant:**

En person, som er behørigt autoriseret og registreret som en udøvernes repræsentant i overensstemmelse med reglerne for IAAF Udøvernes Repræsentant.

### **Udøvernes repræsentant - regler:**

Regler for Udøvernes Repræsentant bliver vedtaget af Rådet fra tid til anden.

### **Udøvernes støttende person:**

Enhver coach, træner, manager, autoriseret udøver-repræsentant, agent, holdledere, officials, medicinsk- eller paramedicinsk personale, forældre eller enhver anden person ansat af eller arbejder for en udøver eller udøverens nationale forbund og deltager i internationale konkurrencer.

#### **Verdensdelsforbund**

Det forbund, som er ansvarlig over for IAAF til fremme af atletik inden for et af de seks geografiske områder, som medlemsforbundene er inddelt i iflg. IAAF's love.

#### **Verdens Atletik Serier (World Athletics Series)**

De store internationale konkurrencer i IAAF's fireårige officielle konkurrenceprogram.

#### **Væddemål**

En indsats med penge eller andre former for finansielle spekulationer.

#### **Væddemål/Indskud**

Foretage, acceptere eller opstille væddemål og det inkluderer uden undtagelser almindelige aktiviteter, som refererer til sportslige væddemål såsom faste og løbende odds, totalisator/toto-spil, levende væddemål, udveksling af væddemål, udsprede væddemål og andre spil, som tilbydes af operatører inden for sportslige væddemål.

#### **World Athletics Tour**

En årlig serie af invitationskonkurrencer, hvor udøvere kan opnå point i henhold til bestemmelser vedtaget af IAAF's bestyrelse. Denne stævneserie organiseres af IAAF.

#### **WMA**

World Masters Association

#### **World Combined Events Challenge**

En årlig stævneserie af mangedagsstævner, hvor udøverne kan konkurrere og opnå point i henhold til bestemmelser vedtaget af IAAF's bestyrelse. Denne stævneserie organiseres af IAAF.

#### **Ydelse (benefit)**

Den direkte eller indirekte modtagelse eller provision (det relevante) i form af penge eller værdien af penge (eller andre præmiepenge og/eller kontraktlige betalinger som foretages under bekræftelse, sponsorat eller andre kontrakter).

#### **Øvelse/disciplin/event**

Et enkelt løb eller konkurrence i et stævne (f.eks. 100m eller spydkast), og som inkluderer alle evt. kvalifikationsrunder.

#### **Bemærkning (I):**

*Ovenstående definitioner gælder for alle regler undtaget, hvor de samme termer også defineres i kap.3 (Anti-Doping og medicinsk assistance) dvs. internationale konkurrencer i hvilket tilfælde de ovenstående definitioner anvendes til alle regler undtaget i kap.3. Definitionerne i kap. 3 anvendes udelukkende i reglerne for Anti-Doping og medicinsk assistance.*

#### **Bemærkning (II):**

*Alle referencer til mandligt køn inkluderer også reference til kvindeligt køn, og alle referencer til ental inkluderer også reference til flertal.*

#### **Bemærkning (III):**

*Den grønne tekst (tidligere indeholdt i IAAF's publikationer "The Referee" og "Le juge arbitre" ("Dommeren")) på henholdsvis engelsk og fransk giver forklaringer på konkurrencereglerne og praktisk vejledning i deres implementering (indarbejdelse) i de eksisterende regler.*

#### **Bemærkning (IV):**

*Ændringer (andre end de redaktionelle ændringer) til de tilsvarende regler i IAAF's konkurrenceregler 2016-2017, godkendt af 2017 Kongressen eller Rådet, er markeret med lodrette linjer i margenen og er gældende fra 1. nov. 2017 medmindre andet er angivet.*

## **KAPITEL 1 – INTERNATIONALE ATLETIKKONKURRENCER**

### **Regel 1 – Internationale atletikkonkurrencer**

1. Ved flg. internationale stævner skal IAAF's regler og bestemmelser, som specificeres i regel 1.2, følges:
  - a. i. Konkurrencer som indgår i World Athletics Series. (bl.a. alle VM og Worldcup).
  - ii. Atletikprogrammet i Olympiske Lege.
  - b. Atletikprogrammet i gruppelege (dvs. område- eller gruppelege, hvor der foregår konkurrencer i flere idrætter).



- c. Regionale eller områdemesterskab der ikke er begrænset til deltagere fra et kontinent.
  - d. Holdkampe mellem hold fra forskellige kontinenter, som repræsenterer medlemslande eller kontinenter eller kombinationer af dette.
  - e. Internationale invitationsstævner og andre konkurrencer, som er defineret af IAAF som en del af en global struktur og godkendt af IAAF's bestyrelse.
  - f. Kontinentale mesterskaber og andre konkurrencer inden for kontinentet organiseret af det kontinentale forbund.
  - g. Regionale- eller gruppemesterskaber med deltagere fra kun et kontinent.
  - h. Landskampe mellem to eller flere medlemslande eller kombinationer af dette inden for samme kontinent med undtagelse af landskampe for ungdoms- og juniorkategorier.
  - i. Internationale invitationsstævner, andre end de under regel 1.1(e) nævnte, hvor startpenge, præmiepenge og/eller værdier af ikke-kontante præmier overstiger USD 50.000 i alt eller USD 8.000 for hver enkelt øvelse.
  - j. Kontinentale konkurrenceprogrammer af samme type som nævnt under okt. e ovenfor.
2. Reglerne skal anvendes som følger:
- a. Reglerne om startberettigelse (kap.2), regler om uenigheder (tvister) (kap.4) og de tekniske regler (kap. 5) skal anvendes i alle internationale konkurrencer gengivet i 1.1 ovenfor. Andre internationale organisationer kan have, eller håndhæve strengere regler for startberettigelse i arrangementer under deres egen domsmyndighed.
  - b. Reglerne om anti-doping (kap. 3) skal anvendes i alle internationale konkurrencer nævnt i 1 med undtagelse af, hvor IOC eller andre internationale organisationer anerkendt af IAAF, gennemfører dopingkontroller under konkurrencer efter deres regler, sådan som de Olympiske Lege, og disse regler gælder i den udstrækning de er egnede.
  - c. Reglerne for reklamer (Regel 8) skal anvendes i alle de internationale konkurrencer, som er anført ovenfor under 1.1 a. i, c, d og e. Kontinentalforbundene kan offentliggøre egne bestemmelser, som skal anvendes i de internationale konkurrencer anført ovenfor under 1.1 f, g, h, i og j. Såfremt sådanne regler ikke er angivet, gælder IAAF's bestemmelser.
  - d. De resterende dele af kap. 1 (reglerne 2-7) skal anvendes i alle internationale konkurrencer, medmindre nogle af disse regler specifikt indskrænker deres virkeområde.

*Kommentar: Nationale atletikkonkurrencer arrangeres efter samme regler som internationale, dog har DAF egne reklamebestemmelser – se DAF's Forbundsmappe.*

## Regel 2 – Godkendelse af atletikkonkurrencer

1. IAAF er ansvarlig for et globalt konkurrencesystem i samarbejde med kontinentalforbundene. IAAF skal koordinere sin terminsliste og kontinentalforbundenes terminslisters for at undgå eller minimere konflikter. Alle internationale atletikstævner skal godkendes af IAAF eller et kontinentalforbund i henhold til denne regel. Enhver kombination eller integrering af sådanne stævner til en form for serie, skal godkendes af IAAF eller respektive kontinentalforbund, inkluderet bestemmelser for serien og alle kontraktforhold. Driften kan videregives til trediepart. Såfremt et kontinentalforbund ikke har tilstrækkelig kontrol med internationale atletikstævner i sit område, skal IAAF gribe ind og bestemme det, som IAAF finder nødvendigt.
2. Kun IAAF har ret til at organisere atletikkonkurrencer under Olympiske Lege og konkurrencer, som indgår i World Athletics Series.
3. IAAF skal organisere et verdensmesterskab i alle ulige år.
4. Kontinentalforbundene har retten til at organisere kontinentalmesterskab og kan organisere andre interkontinentale stævner, sådan som de selv måtte ønske.
5. **Konkurrencer som kræver en IAAF –tilladelse (godkendelse) – IAAF Permit.**
  - a. En IAAF Permit kræves til alle de internationale konkurrencer, der er anført i reglerne 1.1 b, c, d og e.
  - b. En ansøgning om IAAF Permit skal fremsendes af det medlemsland, hvor konkurrencen skal foregå, ikke senere end 12 måneder før konkurrencen eller anden ansøgningsfrist fastsat af IAAF.

6. **Konkurrencer som kræver tilladelse (godkendelse) fra kontinentalforbundet (i Europa: European Athletics Permit).**
- a. En European Athletics Permit kræves til alle internationale konkurrencer, som er anført under regel 1.1 (g), (h), (i) og (j). En sådan tilladelse til internationale stævner eller konkurrencer, hvor startpenge, præmiepenge og/eller værdier af ikke-kontante præmier overstiger USD 250.000 i alt eller USD 25.000 for hver øvelse, skal ikke udstedes, før kontinentalforbundet har konsulteret IAAF vedrørende datoen.
- b. En ansøgning om European Athletics Permit skal fremsendes af det medlemsland, hvor konkurrencen skal foregå, ikke senere end 12 måneder før konkurrencen eller anden ansøgningsfrist fastsat af kontinentalforbundet (European Athletics i Europa).

7. **Konkurrencer som kræver tilladelse (godkendelse) fra medlemslandet.**

Medlemslandene kan godkende nationale konkurrencer, og udenlandske udøvere kan deltage i disse, i henhold til regel 4.2 og 4.3.

Såfremt udenlandske udøvere deltager i en sådan konkurrence, kan startpenge, præmiepenge og/eller værdier af ikke-kontante præmier til alle deltagere ved sådanne nationale konkurrencer ikke overstige USD 50.000 i alt eller USD 8.000 for hver enkelt øvelse.

Ingen udøver kan deltage i en sådan konkurrence, såfremt han/hun ikke er berettiget til at deltage i atletik efter regler under IAAF, værtsnationen eller det nationale forbund, som udøveren er tilknyttet.

*Kommentar 1: For danske regler for godkendelse henvises til DAF's bestemmelser.*

*Kommentar 2: Alle nationale stævner skal godkendes af DAF. Det gælder også alle andre arrangementer for atletik, såfremt resultaterne herfra ønskes optaget i DAF's officielle statistik.*

*DAF kan ikke godkende et stævne i et andet land, uden at den lokale myndighed i det pågældende land er involveret.*

### Regel 3 – Bestemmelser som regulerer gennemførelsen af internationale konkurrencer

- IAAF's bestyrelse kan vedtage bestemmelser, som regulerer gennemførelsen af internationale konkurrencer afholdt efter disse regler, og som regulerer forholdene for udøvere, udøverrepræsentanter, arrangører og medlemslande. Disse bestemmelser kan være forskellige og kan ændres af IAAF's bestyrelse, når denne finder det nødvendigt.
- IAAF og kontinentalforbundene kan udpege en eller flere repræsentanter til stævner, som kræver IAAF/European Athletics Permit, for at sikre at alle relevante regler og bestemmelser bliver fulgt. Disse repræsentanter skal, efter pålæg fra IAAF/European Athletics, inden 30 dage efter konkurrencen sende en rapport om, hvorvidt regler og bestemmelser er fulgt i stævnet.

### Regel 4 – Krav for at kunne deltage i internationale konkurrencer

- Ingen udøver kan deltage i internationale konkurrencer medmindre vedkommende:
  - Er medlem af en klub, som er tilsluttet et forbund, som er medlem af IAAF
  - Er direkte medlem af sit nationale forbund (gælder ikke i Danmark)
  - På anden måde har bekræftet, at vedkommende nationale forbunds regler og love bliver fulgt (gælder ikke danske udøvere).
  - På fastsat skema skriftligt har samtykket i at overholde IAAF's regler, bestemmelser og Procedural Guidelines (sådan som de til enhver tid foreligger) og samtykket i at oversende alle uenigheder/tvister, som måtte opstå med IAAF eller medlemslandsforbund, til mægling i henhold til IAAF's regler. Udøveren skal også have accepteret ikke at oversende nogen sag eller uenighed/tvist til nogen retsinstans, som ikke er inkluderet i IAAF's regler. (Gælder for alle konkurrencer, hvor IAAF er ansvarlig for dopingkontrol – se kap. 3).
- Medlemsforbund kan kræve, at ingen udøver eller klub kan deltage i et atletikstævne udenlands uden skriftlig godkendelse fra sit medlemsforbund, og såfremt et medlemsforbund har gjort et sådan krav gældende, skal en

udenlandsk udøver ikke gives tilladelse til at deltage i noget stævne uden en bekræftelse på, at han/hun er startberettiget og har sit forbunds tilladelse til at starte i det land, som det vedrører. Medlemsforbundene skal meddele til IAAF, såfremt sådanne krav er vedtaget i landet.

For at forenkle kontrollen af, at sådanne krav overholdes, skal IAAF vedligeholde en liste på sine internetsider over medlemsforbund, som har indført sådanne krav. Denne regel gælder *ikke* for Neutrale atleter.

3. Ingen udøver, som er tilknyttet et nationalt forbund, kan være tilknyttet et andet medlem uden en forhåndsgodkendelse fra vedkommendes oprindelige nationale forbund, hvis reglerne i det forbund kræver en sådan godkendelse. Selv da kan medlemsforbundet i det andet land ikke tilmelde en udøver til stævner i et andet land uden forhåndsgodkendelse fra udøverens oprindelige medlemsforbund. I sådanne tilfælde skal det udenlandske medlemsforbund sende en skriftlig forespørgsel om starttilladelse til udøverens oprindelige medlemsforbund, som skal sende et skriftligt svar på forespørgslen inden 30 dage. For begge disse meldinger kræves det, at forsendelsesmåden har en kvitteringsfunktion. E-post, som har en kvitteringsfunktion, er acceptabelt. Såfremt svar fra udøverens oprindelige medlemsforbund ikke er modtaget inden 30 dage, regnes det, som om der er givet tilladelse.

Såfremt udøverens oprindelige medlemsforbund besvarer forespørgslen negativt – et negativt svar skal være begrundet – har udøveren eller det udenlandske medlemsforbund mulighed for at appellere afgørelsen til IAAF. IAAF skal publicere retningslinjer for en sådan appel, og disse skal være tilgængelige på IAAF's internetsider.

*Anmærkning: Regel 4.3 gælder udøvere, som er 18 år og ældre regnet pr. 31. december det pågældende år. Reglen gælder ikke udøvere, som er uden statsborgerskab eller er politiske flygtninge eller Neutrale atleter.*

## Regel 5 – Berettigelse til at repræsentere et medlem

1. I internationale konkurrencer holdt under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g) kan medlemmer kun være repræsenteret af udøvere, som er statsborgere i landet (eller territoriet), som det tilknyttede medlem repræsenterer og som samtykker i de berettigede krav i denne regel 5.
2. En udøver, som aldrig har konkurreret i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g) er berettiget til at repræsentere et medlem i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g), hvis han/hun er borger i landet (eller området/territoriet) ved at have fordel af at være født i landet eller forældre eller bedsteforældre, som er født i landet (eller området/territoriet).
3. Tillæg til Regel 5.4: En udøver, som har repræsenteret et medlem i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g), kan ikke repræsentere et andet medlem i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g)
4. En udøver, som har repræsenteret et medlem i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g), er kun berettiget til at repræsentere et andet medlem i en international konkurrence under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g) med øjeblikkelig virkning (medmindre andet er fastslået) under flg.

omstændigheder:

- a. Hvis medlemslandet (eller territoriet) senere inkorporeres i et andet land, som er eller senere bliver medlem.
- b. Hvis medlemslandet (eller territoriet) ophører med at eksistere, og udøveren bliver statsborger i et nyt formet land, ratificeret af traktater eller på anden måde anerkendt på internationalt niveau og som senere bliver medlem.
- c. Hvis medlems-territoriet ikke har en national olympisk komité, og en udøver kvalificerer sig til at konkurrere ved de Olympiske Lege for territoriets moderland: I et sådan tilfælde skal udøverens repræsentation for territoriets moderland ved de Olympiske Lege ikke have indflydelse på hans/hendes ret til at fortsætte med at konkurrere for det relevante medlemsterritorium i andre internationale konkurrencer under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) eller (g).
5. I henhold til regel 21.2 skal startretten for en udøver, som konkurrerer under disse regler til enhver tid garanteres af det medlemsland, som udøveren er tilknyttet. Bevisbyrden herfor, hvad enten en udøver er startberettiget i henhold til regel 5, påhviler medlemslandet og den udøver det drejer sig om. Medlemslandet skal stille den gyldige/autentiske dokumentation til rådighed, som viser udøverens startret og andet

bevismateriale, som måtte være nødvendigt for på afgørende vis at bevise udøverens startret. Hvis det ønskes af IAAF, skal medlemslandet sørge for certificerede kopier af alle de dokumenter, som medlemslandet benytter til at påvise udøverens startret under denne regel.

- Denne regel gælder ikke for Neutrale atleter.

## Regel 6 – Udbetalinger til udøvere

Udøvere kan modtage betaling inden for de til enhver tid gældende bestemmelser for deres deltagelse i en hvilken som helst atletikkonkurrence eller kommerciel virksomhed knyttet til atletik.

## Regel 7 – Udøverrepræsentanter

- Udøvere kan benytte services fra udøverrepræsentanter til at assistere sig i forhandlinger om deres atletikprogrammer og andre sager, som de er enige om. Alternativt kan udøvere forhandle deres egne atletikprogrammer.
- Udøvere, som omfattes af IAAF's top-30-liste i de almindelige øvelser ved slutningen af kalenderåret, kan i det efterfølgende år ikke indgå eller udvide en aftale om at bruge en hvilken som helst person, som ikke er udøverrepræsentant til de ovennævnte services.
- Medlemmer, som agerer fornuftigt, er ansvarlige for autorisationen og godkendelsen af udøverrepræsentanter. Hvert medlem har myndighed over udøverrepræsentanter, som agerer på vegne af deres udøvere eller over udøverrepræsentanter, som opererer inden for deres område eller repræsenterer deres udøvere.
- Til hjælp for forbundene udgiver IAAF bestemmelser for udøverrepræsentanter. Disse bestemmelser skal indeholde en oversigt over, hvilke regler, der skal indgå i forbundenes regler for deres udøverrepræsentanter.
- Det er en betingelse for IAAF-medlemskab, at alle forbund har en bestemmelse i deres love, som fastslår, at alle aftaler mellem udøverrepræsentant og udøver skal være i overensstemmelse med love og bestemmelser, som regulerer dette forhold.
- En udøverrepræsentant skal udvise integritet og have et godt rygte. Hvis det kræves, skal han/hun udvise tilstrækkelig uddannelse og kundskaber ved som afslutning at bestå en eksamen sat i værk og organiseret i overensstemmelse med lovene for udøverrepræsentanter.
- Alle medlemsforbund skal hvert år indsende en liste over de udøverrepræsentanter, som er autoriserede eller godkendte til at arbejde i medlemslandet. IAAF skal en gang hvert år publicere en liste over alle udøverrepræsentanter.
- Enhver udøver eller udøverrepræsentant, som ikke overholder love og bestemmelser, kan blive udsat for sanktioner i henhold til disse bestemmelser.

## Regel 8 – Reklame på konkurrencearenaen

### Generelt

- Reklame er tilladt i alle konkurrencer iht. IAAF's regler, forudsat at IAAF's reklamebestemmelser overholdes. Desuden må reklamen ske iht. love og regler i det land, hvor konkurrencen afholdes.
- IAAF vedtager bestemmelserne og giver detaljeret orientering om, hvilken form reklamen kan have. Bestemmelserne skal mindst indeholde følgende principper:
  - Kun reklame af kommerciel art eller for frivillige organisationer skal tillades i konkurrencer i henhold til disse regler. Reklame af politisk art eller for nogen pressionsgruppe, være sig nationalt eller internationalt, skal ikke tillades.
  - Reklamen må ikke være smagløs, distraherende, stødende, krænkende eller upassende under hensyntagen til, at det er en atletikkonkurrence. IAAF afgør, om en reklame er af en sådan karakter. Reklame må ikke skjule, helt eller delvis, fjernsynskameraers udsyn til vedkommende konkurrence. Al reklame må tilfredsstillende gældende sikkerhedsbestemmelser.
  - Reklame for tobak er ikke lovlig. Reklame for alkohol er ikke tilladt, medmindre IAAF's bestyrelse specielt har tilladt det.

*Kommentar: Reklame for tobak og alkohol er forbudt ved lov i Danmark.*

- IAAF's bestyrelse kan vedtage ændringer i denne regel. Sådanne ændringer træder i kraft, så snart bestyrelsen har vedtaget dem.

## Regel 9 – Væddemål og andre overtrædelser af antikorrupsionsregler.

Se den internationale håndbog og DIF's regler for matchfixing, [www.dif.dk/da/foreningsliv/stop\\_matchfixing](http://www.dif.dk/da/foreningsliv/stop_matchfixing)

## KAPITEL 2 – STARTBERETTIGELSE

### Regel 20 – Definition af startberettiget udøver

- En udøver er startberettiget i konkurrencer, såfremt han/hun retter sig efter regler og bestemmelser og ikke er blevet erklæret "ikke-startberettiget".

### Regel 21 – Konkurrencebegrænsninger for startberettigede udøvere

- Deltagelse i stævner underlagt IAAF's bestemmelser er begrænset til udøvere, som er underlagt medlemsforbund og er startberettiget i henhold til IAAF's bestemmelser.
- I alle stævner underlagt IAAF's bestemmelser skal startberettigelse for udøvere bekræftes af medlemsforbundet i det land, som udøveren hører hjemme i.
- Medlemsforbundenes regler for startberettigelse skal stemme helt overens med IAAF's regler, og intet medlemsforbund kan i sine love og regler have bestemmelser, som er i konflikt med disse. Såfremt en sådan konflikt måtte foreligge, er det IAAF's regler, som er gældende.

### Regel 22 – Startberettigelse i nationale og internationale konkurrencer

- Følgende udøvere kan blive erklæret "ikke-startberettiget" i stævner, uanset at disse bliver afholdt iht. IAAF's regler eller et forbunds nationale regler:  
Enhver person:
  - Hvis forbund for tiden er suspenderet af IAAF. Dette gælder ikke for nationale konkurrencer afholdt i det suspenderede land, kun for udøvere, som er statsborgere i dette land.
  - Som er suspenderet eller erklæret "ikke-startberettiget" i stævner i eget land, såfremt udelukkelsen er i overensstemmelse med IAAF's regler.
  - Som afsøner en suspensionsperiode fra konkurrencer i henhold til disse regler.
  - Som ikke opfylder kravene til startberettigelse i regel 141 eller bestemmelserne derunder.
  - Som er erklæret "ikke-startberettiget" for brud på love og bestemmelser under regel 60.4.
  - Som har udført en handling eller udtalt noget, mundtligt eller skriftligt, eller har været ansvarlig for brud på reglerne eller udvist anden form for opførsel, som efter IAAF's mening kan betragtes som stødende eller krænkende, eller kan bringe atletikken i vanry.
- Såfremt en udøver starter i en konkurrence uden at være startberettiget til det under regel 141 eller bestemmelserne derunder og uden at forringe vedkommendes retsstilling i nogen anden disciplinær aktion, som måtte tages under reglerne, skal udøveren og ethvert team, som udøveren konkurrerer for, diskvalificeres fra konkurrencen med alle resultatmæssige konsekvenser for udøveren og teamet, inklusive fortabelsen af titler, præmier, medaljer, point og belønnings- og startpenge.
- Såfremt en udøver deltager (eller en udøver-support-person eller en anden person deltager) i en konkurrence, hvad enten den afholdes under disse regler eller regler for et område eller medlem, mens udøveren er erklæret "ikke-startberettiget" på grund af brud på dopingreglerne (kap. 3), fremgår konsekvenserne af regel 40.11.
- Såfremt en udøver deltager (eller en udøver-support-person eller en anden person deltager) i en konkurrence, hvad enten den afholdes under disse regler eller regler for et område eller medlem, mens udøveren er erklæret "ikke-startberettiget" på grund af brud på andre regler, skal perioden begynde på ny fra den dato, som udøveren senest konkurrerede på, som om intet af perioden er udstået.

## KAPITEL 3 – ANTI-DOPING OG MEDICINSK ASSISTANCE (Regel 30-51)

I dette kapitel henvises der til den originale engelske tekst, som er omfattende. Det vil altid være den engelske tekst, der er bindende. Teksten findes i den engelske udgave af IAAF's håndbog med konkurrenceregler og kan også downloades fra [www.IAAF.org](http://www.IAAF.org). Danske udøvere vil også være underlagt regler udgivet af Anti-Doping Danmark. Regler og vejledere fra Anti-Doping Danmark kan downloades fra [www.antidoping.dk](http://www.antidoping.dk).

## KAPITEL 4 – UENIGHEDER / TVISTER (Regel 60)

I dette kapitel henvises der til den originale engelske tekst, som er omfattende.

Det vil altid være den engelske tekst, der er bindende. Teksten findes i den engelske udgave af IAAF's håndbog med konkurrenceregler og kan også downloades fra [www.IAAF.org](http://www.IAAF.org).

## KAPITEL 5 – TEKNISKE REGLER - INTERNATIONALE KONKURRENCEREGLER

### Regel 100 – Generelt

Alle internationale konkurrencer som defineret i Regel 1 skal arrangeres efter IAAF's bestemmelser, og det skal fremgå af alle bekendtgørelser, annoncer, programmer og tryksager.

I alle konkurrencer, med undtagelse af Verdensmesterskaber og Olympiske Lege, kan konkurrencer arrangeres med andre bestemmelser, end dem som er angivet i konkurrencereglerne. Man kan imidlertid ikke benytte bestemmelser, som giver flere rettigheder til udøveren end disse konkurrenceregler. Sådanne evt. bestemmelser fastsættes af arrangøren.

I tilfælde af massedeltagelsesbegivenheder uden for stadion/motionsløb, skal disse Regler normalt kun anvendes fuldt ud for de atleter, om nogen, der er udpeget til at deltage i elitedelen eller anden defineret sektion af løbene, såsom aldersgrupper, for hvilke der er pladser til priser eller præmier. Løbsarrangører bør skitsere i oplysningerne givet til andre atleter, hvilke andre regler vil gælde for deres deltagelse, især dem, der vedrører deres sikkerhed.

**Anmærkning:** *Det anbefales, at nationale forbund følger de internationale konkurrenceregler for mænd og kvinder.*

**Kommentar:** *DAF følger de internationale konkurrenceregler for mænd og kvinder.*

Mens disse regler allerede beskriver afvigelser fra de strengest mulige fortolkninger, understreges det, at løbs- og stævnearrangører kan gå endnu længere i forhold til anvendelse af forskellige formater til konkurrencer. Den eneste begrænsning er, at atleterne ikke må tildeles flere "rettigheder" i sådan tilfælde. For eksempel er det acceptabelt at reducere antallet af forsøg i en teknisk øvelse, eller reducere den tid der er tilladt for en atlet til at tage sine forsøg, men ikke at øge antal forsøg eller den tildelte tid.

Med hensyn til motionsløb med elitefelter (også gældende for kapgang) skal disse regler kun anvendes fuldt ud på elitedelen af arrangementet, eller andre dele udpeget af arrangørerne, hvor der er en logisk grund til at gøre det, f.eks. på grund af betydelige præmiepenge, priser (Awards) eller pokaler.

Imidlertid anbefales det til løbsarrangører, at de i informationen der gives til alle deltagere, understrege de regler og procedurer der gælder for forskellige kategorier af deltagere, især i forhold til sikkerhedshensyn – og specielt når hele, eller dele af løbet, ikke er lukket for trafik. Dette kan tillade f.eks. atleter (bortset fra dem der konkurrerer i eliten eller andre kategorier, hvortil artikel 144.3 finder anvendelse) at bruge hoved- eller øretelefoner, når de løber på en lukket rute, men forbyder brug (eller i det mindste anbefale ikke at gøre brug af dem) til de langsommere løbere, når ruten er åben for trafik.

# DANSK ATLETIK FORBUND

## ATLETIKREGLEMENT - DEL 1 - OFFICIALS

### Regel 110 – Officials ved internationale arrangementer

Ved internationale arrangementer under International Association of Athletics Federations (IAAF) eller European Athletics (EA) udpeges der af disse en række internationale delegater mv. En nærmere beskrivelse af disse funktioner findes i IAAF's engelsksprogede Konkurrence Regler 110-118. Disse kan findes på IAAF's hjemmeside [www.iaaf.org/competition/technical](http://www.iaaf.org/competition/technical) For øvrige funktioner ved såvel internationale som nationale arrangementer gælder bestemmelserne, der i det efterfølgende er fastsat i regel 119-139. (herunder også regel 112)

### Regel 112 – Teknisk Delegeret

Den teknisk delegerede skal sammen med stævneansvarlig person eller udvalg sikre sig, at arrangørerne får al den nødvendige hjælp og er ansvarlig for, at alle tekniske faciliteter er i fuld overensstemmelse med IAAF's regler og IAAF's Track and Fields Facilities Manual.

Teknisk Delegeret, der er udpeget til stævner, der ikke er endags-stævner, skal:

- (a) Sikre indsendelsen af forslag til tidsskema og tilmeldingskrav til en passende instans (Forbund/Komite/Udvalg).
- (b) Godkende liste over redskaber, der stilles til rådighed ved stævnet og godkende, om atleter må benytte egne redskaber eller kun dem, der stilles til rådighed af stævneorganisationen.
- (c) Sikre, at de tekniske regler er sendt til alle i god tid før stævnet.
- (d) Være ansvarlig for alle andre nødvendige tekniske forberedelser, for at afvikle atletikkonkurrencer.
- (e) Kontrollere tilmeldingerne og have ret til at afvise dem af tekniske årsager, eller i henhold til Regel 146.1. (Nægtes start af andre end tekniske årsager, skal det være som resultat af en afgørelse fra IAAF eller lokalt områdeforbund eller andet relevant ledelsesorgan.)
- (f) Fastlægge finalekrav for de tekniske øvelser, samt efter hvilke regler indledende heats og efterfølgende runder skal løbes.
- (g) Forestå at seedning og lodtrækning til alle discipliner bliver udført ifølge reglerne og alle tilgængelige tekniske regler i øvrigt, samt godkende alle startlister.
- (h) Hvis forespurgt, lede Teknisk Møde og orientere de tekniske officials (øvelseslederne).
- (i) Sikre indsendelse af en skriftlig rapport inden stævnet, omhandlende stævnets forberedelser - og efter stævnet indsende en rapport om afviklingen, samt indeholdende anbefalinger til kommende udgaver af stævnet.

Teknisk Delegeret udpeget til endags stævner, skal sikre indsendelse af en skriftlig rapport om afviklingen af stævnet - og skal tilbyde al nødvendig råd og støtte til stævnearrangøren.

Speciel information til hjælp for denne opgave, kan findes via IAAF's hjemmeside [www.iaaf.org](http://www.iaaf.org), hvorfra retningslinjerne for opgaven som IAAF Teknisk Delegeret kan downloades.

### Regel 119 – Jury

I konkurrencer organiseret under reglerne 1.1 (a), (b), (c) og (f) skal der udpeges en jury.

En jury skal normalt bestå af 3, 5 eller 7 medlemmer. Et af medlemmerne skal være formand og et andet sekretær.

Dersom det anses for hensigtsmæssigt, kan sekretæren være en person, som ikke er medlem af juryen.

I tilfælde, hvor protesten drejer sig om Regel 230, skal mindst et af medlemmerne af juryen være nuværende medlem af Panelet for Internationale (eller område) Kapgangs-dommere.

Et medlem af juryen bør ikke deltage i juryens forhandlinger, dersom vedkommende eller vedkommendes medlemsorganisation er part i sagen. Det er juryformandens opgave at bede et jurymedlem trække sig fra forhandlingerne i sådanne tilfælde, dersom han/hun finder det nødvendigt, og har ansvaret for at komplettere juryen med et eller flere medlemmer i tilfælde, at en sådan konflikt opstår, og han/hun finder det nødvendigt.

IAAF eller en anden organisation, som er ansvarlig for konkurrencen, skal udnævne en eller flere suppleanter til juryen til at træde i stedet for jurymedlemmer, som ikke kan deltage i juryen.

Desuden bør en jury udnævnes på lignende måde ved andre konkurrencer, hvor stævnearrangøren finder det ønskværdigt og nødvendigt for en korrekt gennemførelse af konkurrencerne.

Juryens primære opgave er at behandle alle protester, som den får til behandling i henhold til regel 146 og eventuelle andre spørgsmål, som måtte opstå under konkurrencen, og som den får til afgørelse. Juryens afgørelse er endelig, men juryen kan tage en protest op til ny behandling, dersom der bliver forelagt nyt materiale, og en ny afgørelse fremdeles vil have relevans.

**Dansk regel:**

*Det anbefales, at der udnævnes jury ved alle større stævner. Der bør udnævnes erfarne dommere, som ikke skal have anden funktion under stævnet.  
Der skal oprettes en jury, når stævnearrangøren finder det ønskeligt eller nødvendigt for korrekt gennemførelse af konkurrencerne.  
Der kan også udnævnes en overdommer, som har samme kompetence som juryen.*

*Afgørelser, som indeholder tvivlstilfælde, som ikke er dækket af reglerne, skal af juryens formand omgående meldes til Dansk Atletik Forbund.*

**Bemærkning:**

*Se i øvrigt DAF's særskilte jurybestemmelser i Forbundsmappen for yderligere informationer om jury. (13.1.9) (13.3.21) (12.8.17.3) (12.11.12).*

## Regel 120 – Stævnefunktionærer

Stævnearrangøren skal udnævne alle funktionærer ud fra lokalt gældende regler. Hvis konkurrencerne dog afvikles i henhold til Regel 1.1(a), (b), (c) eller (f) er det reglerne for den pågældende ansvarlige organisation der er gældende. Følgende liste omfatter de funktionærer, som anses for at være nødvendigt ved arrangement af større internationale stævner. Det står arrangøren frit for at lave de ændringer, som lokale hensyn kræver.

**Arrangørfunktionærer:**

- Arrangementsleder (Regel 121)
- Stævneleder med et passende antal assistenter (Regel 122)
- En teknisk leder med et passende antal assistenter (Regel 123)
- En præsentatør (Regel 124)

**Stævnefunktionærer:**

- En eller flere dommere til Call Room (regel 136)
- En eller flere dommere til løbeøvelser
- En eller flere dommere til tekniske øvelser
- En eller flere dommere til mangedkamp
- En eller flere dommere til øvelser uden for stadion
- En eller flere videodommere
- En øvelsesleder og et passende antal dommere til løbeøvelser (Regel 126)
- En øvelsesleder og et passende antal dommere til hver af de tekniske øvelser (Regel 126)
- En øvelsesleder og et tilstrækkeligt antal øvelsesledere (Regel 127)
- En leder for tidtagning og et tilstrækkeligt antal tidtagere (Regel 128)
- En leder for målfoto og et tilstrækkeligt antal medhjælpere (Regel 128,165)
- En leder for transponder tidtagning og et tilstrækkeligt antal medhjælpere (Regel 128,165)
- En startkoordinator og et tilstrækkeligt antal startere og recall-startere (Regel 129)
- En eller flere startermedhjælpere (Regel 130)
- En leder og et tilstrækkeligt antal rundetællere (Regel 131)
- En stævnesekretær og et tilstrækkeligt antal assistenter (Regel 132)
- En leder af Teknisk-Information-Center (TIC) og et passende antal medhjælpere (Regel 132.5)
- En leder og et tilstrækkeligt antal ordensmarschaller (Regel 133)
- En eller flere vindmålere (Regel 134)
- En hoveddommer for opmåling (teknisk, metodisk) og et tilstrækkeligt antal hjælpere (Regel 135)

- Banedommerchef og et tilstrækkeligt antal dommere til de enkelte øvelser
- En leder og et tilstrækkeligt antal Call Room dommere

**Kapgang bane:**

- En øvelsesleder og et passende antal assistenter, samt 5 dommere til hver kapgangsøvelse (Regel 230)



- Andre kapgangsdommere efter behov, inkl. indberettere, officials til meddelellestavlen, etc.

#### **Kapgang gade/landevej:**

- En øvelsesleder og et passende antal assistenter samt 8 dommere til hver kapgangsøvelse (Regel 230)
- Andre kapgangsdommere efter behov, inkl. indberettere, officials til meddelellestavlen, etc.

#### **Andre funktioner:**

- En eller flere speakere
- En eller flere statistiksagkyndige
- En reklamekommissær (Regel 137)
- En eller flere stævnelæger eller samaritter  
(Når der arrangeres kvindeøvelser, udpeges, om muligt, en kvindelig læge)
- Vejledere for udøvere, funktionærer og presse

Overdommere og ledere for hver øvelse skal bære tydelige armbind eller mærker.

Der kan udnævnes assistenter, hvis det er nødvendigt. Der må imidlertid tages hensyn til, at der skal være så få funktionærer på banen som muligt.

Antallet af officials der udpeges til en konkurrence, skal være tilstrækkeligt til at sørge for, at de nødvendige opgaver udføres både korrekt og effektivt, samt også for at sikre muligheden for tilstrækkelig hvile, hvis konkurrencen løber over længere tid på en enkelt dag, eller på flere på hinanden følgende dage. Vær dog også opmærksom på ikke at udpege for mange officials, så konkurrenceområdet bliver "rodet" eller fyldt med unødvendige personer. I flere og flere konkurrencer er opgaver, der tidligere blev udført af officials på stedet, "erstattet" af teknologi, og medmindre en backup vurderes påkrævet, skal dette tages i betragtning, når der tildeles officials.

#### **Bemærkning om sikkerhed:**

Dommere og øvelsesledere har mange vigtige funktioner, men ingen er vigtigere end deres roller omkring at sikre alle personer på stadions sikkerhed. Atletikstadions og baner kan være et farligt sted. Tunge og skarpe redskaber kastes og udgør derfor en sikkerhedsrisiko. Atleter der løber på løbe- og tilløbsbaner med høje hastigheder, kan skade sig selv og andre hvis de kolliderer. De, der konkurrerer om spring, lander ofte i på en uventet eller utilsigtet måde. Vejr og andre forhold kan være medvirkende til at gøre konkurrencer usikre, enten midlertidigt eller i længere perioder. Der har været tilfælde hvor atleter, officials, fotografer og andre er blevet såret (endda dødeligt) i ulykker på eller i nærheden af konkurrence- og træningsområder. Mange af disse skader kunne være undgået.

Officials skal altid være opmærksomme på de farer, der er forbundet med sport. De skal være opmærksomme på alle tidspunkter, og må ikke tillade sig selv at blive distraheret. Uanset deres tildelte opgave, har alle officials ansvar for at gøre hvad de kan, for at gøre atletikbaner og stadions til så sikre steder som overhovedet muligt. Alle officials bør tænke på sikkerhed hver gang, og hvor de end er i konkurrenceområdet, og bør gribe ind, når det er nødvendigt for at forhindre en ulykke, samt hvis de ser forhold eller en situation der kunne føre til en. Sikring af sikkerhed er af største betydning - endnu mere end streng overholdelse af konkurrencereglerne!! Hvis der i sjældne tilfælde opstår problemstillinger mellem regler og sikkerhed, skal bekymringen om sikkerhed veje tungest.

### **Regel 121 – Arrangementsleder**

Arrangementslederen skal planlægge arrangementets organisation i samarbejde med tekniske delegater, hvis sådanne er blevet udpeget, og være ansvarlig for at stævnet kan gennemføres og skal løse ethvert teknisk problem sammen med de tekniske delegater/stævneleder.

Han skal desuden sørge for, at organisationen fungerer under konkurrencen, og skal gennem et kommunikationssystem være i kontakt med de forskellige ledere.

### **Regel 122 – Stævneleder**

Stævnelederen skal forberede og forestå stævnets afvikling. I samarbejde med den tekniske delegat, hvis en sådan er udnævnt skal de i fællesskab løse eventuelle problemer, som måtte opstå af teknisk art.

Stævnelederen skal til enhver tid have tilgængelig kommunikation med overdommere og øvelsesledere for om nødvendigt at kunne gribe ind i afviklingen.

*Bemærkning: I stævner af længere varighed end 4 timer eller som pågår over mere end 1 dag, anbefales det, at der også udnævnes en assistent for stævnelederen.*

Stævnelederen skal, i henhold til arrangementslederen, og i overensstemmelse med den teknisk delegeredes anvisninger og beslutninger, være ansvarlig for alt hvad der sker på konkurrenceområderne. Han skal fysisk placere sig selv sådan på stadion, at han kan se alt det der sker, og samtidigt kunne give de nødvendige instrukser og ordrer. Han skal være i besiddelse af en komplet liste over alle udpegede officials, samt være i stand til kommunikere effektivt med de øvrige ledere, dommere og overdommere. Specielt i konkurrencer der afvikles over flere dage, er det sandsynligt at nogle dommere måske ikke kan fungere under hele konkurrencetiden. Stævnelederen skal da råde over

en reserve af officials hvorfra han kan vælge, hvis det er nødvendigt. Selvom alle officials til et stævne er til stede, bør stævnelederen sikre sig, at de opfylder og udfører deres opgaver korrekt, og hvis de ikke gør, være klar til at erstatte dem med andre fra reservepuljen af dommere. Han skal sikre, at dommerne (og dem der hjælper dem) forlader arenaen så snart deres begivenhed er afsluttet eller når deres efterfølgende arbejde er færdigt.

## Regel 123 – Teknisk leder

Den tekniske leder skal sikre sig og være ansvarlig for:

- a) At løbebaner, tilløbsbaner, kasteringe, buer, sektorer, samt nedspringsmætter og alt andet udstyr er i overensstemmelse med de internationale regler.
- b) At placering og omflytning af materiel og redskaber er i henhold til den tekniske organisationsplan for konkurrencen som er godkendt af den teknisk delegerede.
- c) At den tekniske præsentation af konkurrenceområdet er i overensstemmelse med denne godkendte plan.
- d) At kontrollen og mærkningen af ethvert personligt redskab tilladt i konkurrencen er i overensstemmelse med Regel 187.2.
- e) At han/hun har modtaget den nødvendige certification, som beskrevet i Regel 148, før konkurrencen.

Den tekniske leder handler på vegne af arrangementslederen eller stævnelederen, men en erfaren teknisk leder vil udføre en stor del af sin rolle, uden indblanding eller supervision. Han skal desuden til enhver tid kunne kontaktes under stævnet. Hvis en dommer eller en Teknisk øvelsesleder bemærker, at et aktuelt øvelsessted (eller et øvelsessted hvor en konkurrence senere skal finde sted) bør ændres eller forbedres, skal han referere det til stævnelederen, der vil bede den tekniske leder om at foretage de nødvendige ændringer. Også, hvis en dommer føler, at der er behov for at en konkurrence flyttes til et andet konkurrencested (regel 180.20) skal han handle på samme måde via stævnelederen, der vil anmode den tekniske leder om at udføre, eller få udført, dommerens ønsker. Det skal huskes, at hverken vindstyrken eller ændringer i vindretningen er tilstrækkelige betingelser for, at flytte et konkurrencested.

Når stævnelederen eller, for internationale konkurrencer, den Teknisk delegerede, har godkendt redskabslisten der skal anvendes under stævnet, skal den tekniske leder klargøre, bestille og/eller modtage/fremskaffe de forskellige redskaber. Den tekniske leder eller hans team, skal derefter omhyggeligt kontrollere redskabernes vægt og dimensioner, også for eventuelle personlige redskaber, der er tilladt og indleveret til kontrol, for at overholde reglerne. Han skal også sørge for at regel 260.17(d) følges, på en både korrekt og effektiv måde, hvis der sættes en rekord der kræver kontrol.

Med hensyn til kasteredskaber, blev oplysningerne til producenter om minimums- og maksimumkrav til udstyr, der skal leveres til arrangørerne, fjernet fra Reglerne i 2017 og overført til dokumentationen vedrørende IAAF-certificeringssystemet. Teknisk ledere bør anvende certificeringssystemets retningslinjer, når man accepterer nyt udstyr fra leverandører, men bør ikke afvise redskaber, der er indleveret til eller anvendt i konkurrence, fordi de eventuelt ikke overholder disse kravspecifikationerens øvre grænse. Det er den mindste vægt der er kritisk i denne henseende.

## Regel 124 – Præsentatør (Regi)

For international praksis, se beskrivelsen i IAAF's håndbog.

## Regel 125 – Øvelsesledere (Overdommere)

1. Et passende antal øvelsesledere, skal udnævnes til Call Room, til løb, til spring og til kast, til mangelkamp og til øvelser, som arrangeres uden for stadion, herunder også gadeløb og kapgang. Når det er nødvendigt, skal der udnævnes en eller flere videodommere. En Øvelseslederen for løb, der alene skal overvåge starter, bliver udpeget som startdommer.

Videodommerne skal arbejde i et dedikeret videokontrolrum, og skal kommunikere med de øvrige dommere.

Ved stævner hvor der er tilstrækkeligt med officials til rådighed, så mere end én dommer (Referee) er udnævnt til at overvåge løbene, anbefales det stærkt at en af de udpegede officials bliver udpeget som startdommer. For at der ikke skal være tvivl om kompetencerne, vil en startdommer i sådanne tilfælde have endelige beføjelser i forhold til starten, og er ikke forpligtet til at rapportere til eller handle gennem nogen anden banedommer, når der dømmes. Men hvis kun én dommer er udpeget til at overvåge løbene i en bestemt konkurrence, og i betragtning af de beføjelser vedkommende dermed besidder, anbefales det kraftigt, at dommeren altid er placeret i startområdet under hver start (i hvert fald for de øvelser, der anvender samlet start) for med egne øjne at være vidne til ethvert problem der måtte opstå, og for at kunne træffe enhver beslutning, der er nødvendig for at løse situationen. Dette vil være en lettere opgave, når et IAAF-certificeret startinformationssystem (SIS) er i brug.

Hvis ikke der anvendes et SIS-system, og hvis dommeren ikke har tid/kan nå at placere sig på linje med målstregen efter startproceduren (som i f.eks. 100m, 100 / 110m hæk og 200m) samt hvis der forudses et muligt

behov for en dommer til at afgøre løbernes placeringer ved mål, kan en god løsning være, at lade startkoordinatoren (som også bør have en stor erfaring som starter) udnævnes til også at optræde som startdommer.

2. Øvelseslederen skal påse, at konkurrencereglerne (og eventuelle bestemmelser for vedkommende konkurrence) følges og skal afgøre ethvert spørgsmål, som opstår under konkurrencen (inkluderet på opvarmningsområdet og Call Room og efter konkurrencen op til og med sejrsceremonien), og som der eventuelt ikke er truffet bestemmelse om i disse regler (eller i eventuelle tekniske regler for vedkommende konkurrence). Øvelseslederen skal ikke optræde som Overdommer eller Stævnedommer, for at han kan tage beslutninger der vedrører reglerne, ud fra hans egne observationer, og han kan omgøre en beslutning fra en dommer med lavere myndighed ved stævnet end ham selv.

*Bemærkning:* *Meningen med denne regel og de tilhørende regler incl. reklamereglerne, er, at sejrsceremonien kan foregå, når alle direkte relaterede aktiviteter (inkl. fotos, sejrsvundter, tilskuer-"interaction", mm.) er afsluttet.*

Det skal tydeligt bemærkes, at det ikke er nødvendigt for en overdommer, at have modtaget en rapportering fra en bane- eller markeringsdommer, for at kunne foretage en diskvalifikation. Han kan altid handle ud fra sine egen direkte observationer.

Ovenstående Note bør fortolkes så den anvendes ved alle spørgsmål, der omhandler eller er relateret til medaljefordelingen, samt at overdommeren for den pågældende øvelse er ansvarlig for dem. Når medaljeoverrækkelsen holdes et andet sted end på stadion, eller ved en anden del af stævnet, bør sund fornuft finde anvendelse - og om nødvendigt kan en anden overdommer blive indsat, hvis det ikke er praktisk muligt for den oprindelige dommer at håndtere situationen.

3. Løbslederen skal kun afgøre rækkefølgen i løb på og uden for stadion, når måldommerne ikke kan blive enige om rækkefølgen. Han kan ikke dømme i sager der hører under overdommerens ansvar eller ved kapgang. Hvis løbslederen med ansvar for starten ikke er enig i afgørelser taget af starterteamet, har han myndighed til at afgøre alle spørgsmål i forbindelse med starten. Undtaget er tyvstart fastslået af et af IAAF godkendt Start Informations System (startkontrolapparat), såfremt løbslederen ikke fastslår, at startkontrolapparatet er åbenbart fejlagtigt.

En Løbsdommer udnævnt til at føre opsyn med de forskellige starter kaldes Startdommer. Denne skal ikke optræde som dommer eller mægler, men kan handle eller beslutte i forhold til reglerne ud fra egne observationer.

Øvelseslederen for mangedkamp er ansvarlig for gennemførelsen af mangedkampen. Han har også ansvaret for gennemførelsen af de enkelte øvelser i mangedkampen.

4. Øvelsesleder skal kontrollere alle slutresultater og skal behandle ethvert omtvistet spørgsmål, og såfremt der ikke er udnævnt en leder for elektronisk opmåling, skal han have opsyn med målingen, når der er sat rekord. Når øvelsen er afsluttet, skal resultatlisten for øvelsen umiddelbart gøres færdig, undertegnes af pågældende øvelsesleder og sendes til sekretariatet.

5. Øvelseslederen har ret til at give en deltager advarsel eller udelukke en deltager fra konkurrence, dersom vedkommende er skyldig i usportslig eller ukorrekt opførsel eller under regel 144, 162.5, 163.14, 163,15(c), 180.5, 180.19, 230.7(d), 230.10(h) eller 240.8(h).

En advarslen kan tildeles ved at vist deltageren et gult kort og hvis der i strengere tilfælde skal dømmes udelukkelse (diskvalifikation), da at vise et rødt kort. Advarsel og diskvalifikation skal skrives i øvelsesprotokollen og skal rapporteres til stævnesekretariatet og til andre Øvelsesledere.

I tilfælde af en disciplinærsag, har lederen for Call Room domsmyndighed begyndende på opvarmningsstedet til stedet for konkurrencen. I alle andre tilfælde er det øvelseslederen for den konkurrence som udøveren konkurrerer i eller har konkurreret i, som har domsmyndighed.

En dommer kan (helst efter, hvor det overhovedet er praktisk muligt, at have konsulteret stævnelederen) advare eller bortvise enhver person fra konkurrenceområdet (eller andet område relateret til konkurrencen, herunder opvarmningsområde, Call Room og/eller trænerens siddepladser) hvis vedkommende handler på en usportslig eller upassende måde, eller giver assistance til atleter, på en måde der ikke er tilladt i reglerne.

*Bemærkning (I):* *Dommeren kan, når omstændighederne retfærdiggør det, udelukke en atlet uden først at have givet en advarsel. (Se også bemærkningen til regel 144.2)*

*Bemærkning (II):* *En dommer i nonstadia discipliner skal når det er muligt (f.eks. ved regel 144, 230.10 eller 240.8) tildele en advarsel (gult kort) inden en diskvalifikation (Rødt kort). Hvis dommerens afgørelse anfægtes, gælder regel 146.*

- Bemærkning (III): Hvis en atlet skal udelukkes fra konkurrence under denne regel, hvis ellers dommeren er klar over, at der allerede er givet et gult kort, skal dommeren straks vise det gule kort, øjeblikkeligt efterfulgt af et rødt kort.*
- Bemærkning (IV): Hvis et gult kort er afgivet, og dommeren ikke er klar over det tidligere gule kort, skal det, så snart det er klart, have de samme konsekvenser som var det givet sammen med et rødt kort. Den relevante dommer skal straks tage action og informere atleten eller dennes team om udelukkelsen.*

Seks centrale punkter er lavet for at give vejledning og klarhed i forhold til den måde, hvorpå kort vises og registreres:

- (1) Gule og røde kort kan enten gives af disciplinære grunde (henviser især til Regler 125.5 og 145.2) eller til tekniske overtrædelser, hvis de er alvorlige nok til at blive vurderet som usportslig opførsel (f.eks. en voldsom og klart bevidst obstruktion i et løb).
  - (2) Selvom det er normalt og almindeligt må forventes, at et gult kort vil blive givet før et rødt kort, er det også muligt, i tilfælde af specielt dårlig usportslig eller upassende opførsel, at kunne give et direkte rødt kort umiddelbart. Det skal bemærkes, at atleten under alle omstændigheder har mulighed for at appellere en sådan afgørelse til juryen.
  - (3) Der vil også være nogle tilfælde, hvor det ikke er praktisk muligt eller endda ulogisk at give et gult kort først, (f.eks. tillader noten til Regel 144.2 specifikt et øjeblikkeligt rødt kort, i sager omfattet af regel 144.3 (a) som vedrører pace i løb).
  - (4) En lignende situation kan også opstå, når en dommer tildeler et gult kort og atleten reagerer på en så upassende måde, at det berettiger til straks at give et rødt kort. Det er således ikke afgørende, at den upassende opførsel skal være sket i to forskellige situationer og på to forskellige tidspunkter. Det kan godt være en og samme sag, der i en fortsat udvikling fører frem til et rødt kort.
  - (5) I henhold til Note (III), i tilfælde hvor en dommer er opmærksom på, at en pågældende atlet allerede har fået et gult kort under stævnet, og hvor dommeren får grund til at udstede endnu et gult kort der resulterer i et rødt kort, da skal dommeren først vise et gule kort nr. 2 og derefter det røde kort. Men hvis en dommer ikke viser gult kort nr. 2, vil det ikke gøre tildelingen af det røde kort ugyldig.
  - (6) I tilfælde hvor en dommer *ikke* er opmærksom på et tidligere tildelt gult kort, og han derfor kun viser et gult kort igen, da bør passende skridt tages til at diskvalificere atleten, så snart det bliver kendt at et tidligere gult kort er tildelt. Normalt ville dette ske ved at dommeren direkte informerer atleten, eller der vil blive givet besked gennem hans holdledere.
6. Øvelseslederen kan genoverveje en beslutning (enten truffet i første omgang eller efter en protest) på baggrund af ethvert disponibelt bevis, forudsat at den nye beslutning fortsat er anvendelig. Normalt vil en sådan genovervejelse kun blive foretaget før sejrsceremonien for den pågældende konkurrence eller enhver anvendelig beslutning foretaget af appeljuryen.

Denne regel præciserer, at det ligesom med juryen (se regel 146.9) er muligt for en dommer, at genoverveje en beslutning og at genovervejslen kan gøres på samme måde, hvis det er en beslutning dommeren selv ændrer umiddelbart, eller en beslutning han tager som konsekvens af en protest afleveret til ham. Denne mulighed kan overvejes, især hvis nye beviser fremlægges hurtigt, da det samtidigt kan undgå behovet for en mere kompliceret eller indviklet sagsgang omhandlende protester til juryen. Men bemærk de praktiske tidsbegrænsninger på en sådan revurdering

7. Hvis øvelseslederen mener, at omstændighederne i en afholdt konkurrence taler for, at retfærdigheden kræver, at en konkurrence eller en del heraf skal afholdes igen, skal øvelseslederen have bemyndigelse til at erklære en konkurrence eller en del heraf for ugyldig, og at den skal afholdes igen, enten samme dag eller på et senere tidspunkt, som øvelseslederen afgør.

Det bør omhyggeligt bemærkes af dommere og Jury, at undtagen i meget særlige tilfælde, kan en atlet der ikke afslutter et løb, videreføres til en senere runde, eller inkluderes i et omløb af en konkurrence.

8. Hvis en udøver med et fysisk handicap konkurrerer under disse regler, kan pågældende øvelsesleder fortolke eller tillade en afvigelse fra enhver relevant regel (andre end regel 144.3) for at gøre udøverens deltagelse mulig på betingelse af, at en sådan afvigelse ikke giver udøveren nogen fordel i forhold til de øvrige udøvere i konkurrencen. I tvivlstilfælde eller hvis afgørelsen bestrides, skal sagen forelægges juryen.

*Bemærkning: Hensigten med denne regel er ikke at tillade deltagelse af "ledsager-løbere" for synshandicappede udøvere, medmindre reglerne for en særlig konkurrence tillader det.*

Denne regel behandler muligheden for at para-atleter med amputationer, kan deltage og konkurrere i konkurrencer med ikke para-atleter. For eksempel er en armamputeret sprinter ikke i stand til helt at overholde regel 162.3 under en start fra startblok, ved at skulle placere begge hænder på jorden. Denne regel gør det muligt for en startdommer, at fortolke reglerne på en sådan måde, at atleten kan placere sin armstump på jorden, eller placere en træklods eller lignende støtthjælp på jorden bag startlinjen, hvorpå armstumpen så er placeret, eller i tilfælde af en amputation på en overarm, hvor atleten ikke er i stand til at komme i kontakt med jorden på nogen måde, da at indtage en startposition uden nogen kontakt med jorden eller brug af støtte hjælpemidler. Det skal dog bemærkes, at denne regel ikke tillader brug af guideløbere i løbe konkurrencer (medmindre det specifikt er tilladt i reglerne for den pågældende konkurrence), og det tillader ikke dommere at fortolke reglerne på en sådan måde, at de relevante aspekter af Regel 144 tilsidesættes - især brugen af teknologier eller apparater, der vil give brugeren en fordel [se Reglerne 144.3 (c) og 144.3 (d), som specifikt omhandler brug af proteser og andre hjælpemidler].

I tilfælde, hvor para-atleter konkurrerer i samme stævne samtidig med ikke para-atleter, og de ikke kan overholde reglerne (enten fordi reglerne specifikt angiver at det ikke er muligt, eller dommeren ikke kan fortolke reglerne tilstrækkeligt i overensstemmelse med regel 125.8) skal der anføres et særskilt resultat for disse atleter, eller deres deltagelse skal klart angives i resultatlisterne. (Se også regel 132.3). Uanset form, er det altid nyttigt at angive IPC-klassifikationen for enhver para-atlet, der deltager, i start- og resultatlister.

## Regel 126 – Dommere

### Generelt

- (1) Øvelseslederen for løbeøvelser og øvelseslederen for hver af tekniske øvelser, skal koordinere dommerarbejdet i de enkelte discipliner. Hvis ikke dommergerningerne og opgaver er fordelt allerede fra stævnearrangørernes side, er det øvelseslederen opgave at fordele dommere og hjælpere forud for konkurrencestart.
- (2) Øvelseslederen må genoverveje enhver oprindelig vist bedømmelse foretaget af dem selv hvis den beror på en fejl, forudsat at den nye bedømmelse er anvendelig.  
Alternativt, eller hvis en bedømmelse efterfølgende er blevet taget af en Jury, da skal der videregives al brugbar information til overdommeren.

### Løbeøvelser og Landevejssløb

- (3) Øvelseslederne, som alle skal dømme fra samme side af banen eller ruten, skal fastlægge placeringsrækkefølgen for løberne der er kommet i mål, og i tilfælde hvor de ikke kan komme til en fælles beslutning, da skal de referere deres observationer videre til en overdommer, der så skal foretage en beslutning.

*Note: Øvelseslederne skal placere sig mindst 5 meter fra, og på linje med mållinjen - og bør få stillet en hævet platform/dommertrappe til rådighed.*

### Tekniske øvelser

- (4) Øvelseslederne skal dømme og registrere hvert forsøg, samt opmåle hvert gyldigt forsøg i alle tekniske øvelser. I Højdespring og Stangspring skal der foretages præcis opmåling hver gang der hæves til en ny højde, specielt hvis der foretages rekordforsøg. Mindst 2 øvelsesledere bør registrere alle forsøg - og sammenligne deres optegnelser efter hver afsluttet runde af forsøg.  
En dommer skal, ved at vise et hvidt eller rødt flag, indikere om et forsøg er godkendt eller underkendt.

Medmindre en dommer er sikker på, at der er sket en overtrædelse af reglerne, bør han normalt give fordel af enhver tvivl til atleten - bestemme at forsøget er gyldigt og hæver et hvidt flag. Men når en videodommer er udpeget, og der dermed er tilgang til optagelser af de tekniske øvelser, er der en mulighed for at dommeren, i tilfælde af tvivl, kan vente med sin afgørelse, indtil han har rådført sig med videodommeren – men han skal altid sikre sig, at landingsmærket/redskabsmarkeringen bevares/markeres, eller forsøget opmåles, så resultatet haves, hvis forsøget viser sig gyldigt. Alternativt kan dommeren, hvis han er i tvivl, hæve det røde flag, men dog sørge for at landingsmærket/redskabsmarkeringen er bevaret/markeret eller sørge for at forsøget opmåles - og derefter rådføre sig med videodommeren.

Det anbefales, kun at anvende ét sæt røde / hvide flag for hver teknisk øvelse, for at reducere muligheden for forvirring om, hvorvidt et forsøg er gyldigt eller ej. Det anses aldrig nødvendigt at bruge mere end et sæt flag i springdisciplinerne.

Hvis ikke der anvendes en specifik resultattavle til at angive vindmålingerne i længde- og trespring, bør enhver anden form end et rødt flag bruges, til at angive en vindaflæsning over de tilladte 2.0 m/sek.

Vedrørende kasteøvelserne:

- (a) Hvis andre cirkeldommere end dommeren der håndterer flagene, har behov for at signalere, at en regel vurderes overtrådt, anbefales det, at et alternativ til flag anvendes – f.eks. et lille rødt kort, der kan holdes i cirkeldommerens hånd

- (b) Hvis et redskab sætter mærke på eller uden for sektorlinjen, anbefales det, at markeringsdommeren anvender en alternativ form for indikation end et flag – som f.eks. at dommeren holder en udstrakte arm parallelt med jorden;
- (c) Ved en bedømmelse af et spydkast, hvor spyddets spids ikke har rørt jorden før nogen anden del af spyddet, anbefales det at markeringsdommeren giver tegn om ugyldigt kast, ved at anvende en alternativ form for indikation end et flag - som f.eks. at skubbe sin åbne hånd ned mod jorden.

### Regel 127 – Banedommere (Løbe- og kapgangsøvelser)

1. Banedommere er assistenter for løbslederen, uden ret til at træffe endelige afgørelser.
2. Banedommerne skal stille sig der, hvor løbslederen har bestemt for at kunne følge konkurrencen på nært hold. De skal i tilfælde af brud på reglerne, af en deltager eller andre, straks rapportere til løbslederen.
3. Et sådant brud på reglerne skal meddeles til vedkommende løbsleder enten ved, at der hæves et gult flag eller bruges andre kommunikationsmidler, som er godkendt af teknisk delegat.
4. Der skal altid opstilles et tilstrækkeligt antal skiftedommere i stafetløb.

*Bemærkning 1:* Når en banedommer ser, at en løber har løbet i en bane, som ikke er hans egen, eller at et stafetskifte er foregået uden for skiftefeltet, skal han straks mærke det sted af på banen, hvor uregelmæssigheden fandt sted, med et passende materiale eller lave en tilsvarende angivelse på papir eller via et elektronisk hjælpemiddel.

*Bemærkning 2:* En bane dommer skal sende alle sine observationer om brud på reglerne til løbslederen, selv om vedkommende løber eller hold ikke fuldfører konkurrencen.

Over banedommeren (se regel 120) er assistent for løbslederen og anviser hvor banedommerne skal placere sig, samt koordinerer arbejdet og meldingerne fra hver banedommer. Oversigtstegninger, der kan downloades fra IAAFs webside anbefaler de steder, hvor banedommerne (dog altid under hensyntagen til det tilgængelige antal) bør placeres i de forskellige discipliner. Oversigtstegninger beskriver et forslag til en mulig placering. Det er altid op til stævnelederen i samråd med løbslederen, at vælge et passende antal banedommere, i overensstemmelse med niveauet af stævnet, antallet af deltagere og antal tilgængelige officials.

#### **Angivelse af et brud på reglerne**

Når stævnet afvikles på et stadion med kunststofbelægning, har det været normal praksis at forsyne banedommerne med tape, så de hurtigt kan markere hvor på banen en overtrædelse har fundet sted - selv om reglerne (se note (I) ovenfor) nu anerkender, at dette ofte gøres på andre måder. Bemærk at evt. manglende rapportering af en overtrædelse på en bestemt måde (eller i det hele taget) ikke forhindrer en gyldig diskvalifikation. Det er vigtigt, at banedommerne "rapporterer" alle tilfælde, hvor de mener at regler er blevet overtrådt, selv når en atlet eller et holdet ikke har fuldført løbet.

### Regel 128 – Tidtagere, Fotofinish-dommere og Transponder-timing-dommere

1. I tilfælde af manuel tidtagning skal et tilstrækkeligt antal tidtagere udnævnes. En af dem skal være tidtagerchef. Han/hun skal fordele arbejdsopgaverne mellem tidtagerne. Disse tidtagere fungerer som et backupsystem, når der benyttes fuldautomatisk fotofinishanlæg eller transponder-timing-systemer.
2. Tidtagerne, fotofinish- og transponder-timing-dommere skal udføre deres arbejde i henhold til regel 165.
3. Når der benyttes et fuldautomatisk fotofinishsystem, skal der udnævnes en fotofinish-dommer og et passende antal hjælpere.
4. Når der benyttes et transponder-timing-system, skal der udnævnes en transponder-timing-dommer og et passende antal hjælpere.

Retningslinjer for manuel tidtagning kan downloades fra IAAF's hjemmeside.

### Regel 129 – Startkoordinator, startere og recall-startere

1. Startkoordinatoren er ansvarlig for følgende opgaver:
  - a. Fordele opgaverne mellem starterteamets medlemmer.
  - b. Overvåge, at teamets medlemmer løser deres tildelte opgaver.
  - c. Videreformidle til starteren, at alt er klar til start (dvs. at tidtagere, måldommere, tidtagere, banedommere, elektronisk tidtagning og vindmåler er klar).
  - d. Fungere som et bindeled mellem teamet ved den elektroniske tidtagning og starterne.
  - e. Tage vare på alle aktuelle lister og papirer, som er relevant i forbindelse med startproceduren, f.eks. udskrifter fra startkontrollsystemet (SIS).

- f. Forsikre sig om, at ved at følge retningslinjerne i regel 162.8 eller 200.8(c) bliver proceduren i regel 162.8 bliver fulgt.

Alle officials omkring starterteamet skal være velinformerede om reglerne og hvordan de skal fortolkes. Holdet skal også være klart på hvordan procedurerne skal udføres når reglerne anvendes i praksis, så konkurrencerne kan forløbe og fortsætte uden forsinkelse. De skal forstå deres respektive pligter og roller, hvilket er ekstra vigtigt for starteren og Startdommeren.

2. Starteren skal have fuld kontrol over deltagerne, efter at de har indtaget deres pladser. Hvis et startkontrolsystem anvendes som støtte for dommernes afgørelser om tyvstart, skal regel 162.6 anvendes.

Den primære opgave for Starter (og Recallers) er at sikre en fair og retfærdig start for alle.

3. Starteren skal placere sig, sådan at han har fuld visuel kontrol over alle løberne under startproceduren. Det anbefales specielt ved forskudt start på inddelte baner, at der benyttes højttalere på hver enkelt bane, for at formidle startkommandoerne samtidigt til løberne.

*Bemærkning: Starteren skal placere sig sådan, at alle løberne kan ses inden for en lille synsvinkel. I løb med liggende start er det nødvendigt, at han placerer sig sådan, at han kan overskue alle løberne er rolige i SET-positionen, før skuddet affyres. I løb på inddelt bane med forskudt start, og hvor der ikke benyttes højttalere, skal starteren stille sig, så afstanden til de enkelte løbere er omtrent den samme. Kan starteren imidlertid ikke placere sig sådan, skal startpistolen eller andet godkendt startapparat placeres dér og udløses ved fjernkontrol.*

Starterens kommando skal være klar og tydelig for alle løbere, men med mindre han er langt væk fra løberne og uden et højttalersystem til hjælp, bør han undgå at råbe sine kommandoer

4. En (eller flere) recallstartere skal udnævnes for at assistere starteren.  
*Bemærkning: I øvelserne 200 m, 400 m, 400 m hæk, 4x100 m, 4x 200 m, Medley stafet, 4x400 m og 1000 m stafet, skal der være mindst 2 recall-startere.*
5. Hver recall-starter skal stille sig sådan, at han kan se hver enkelt af de deltagere, han har ansvaret for.
6. Starteren og/eller Recall-starteren skal kalde starten tilbage via skud eller afbryde startproceduren, hvis han/hun observerer regelbrud. Efter en tilbagekaldt eller afbrudt start skal recall-starteren meddele sine observationer til starteren, som derefter bestemmer, hvorvidt advarsel eller diskvalifikation skal gives, og hvem den skal tildeles. (Se også regel 162.7 og 162 pkt. 10).
7. Advarsler og diskvalifikationer, der henvises til i regel 162.7, 162.8 og 200.8(c) kan kun gives af starteren. (Se også regel 125.3)

Det er nødvendigt at tage hensyn til regel 125.3 ved fortolkning af såvel denne regel som regel 162, idet det er både starteren og Startdommeren (Referee responsible for the starts) som kan afgøre, om en start er fair og retfærdig. Modsat har Recall-starteren ingen magt til at dømme noget – så selvom han kan tilbagekalde en start via skud eller afbryde en startprocedure, så kan han blot rapportere sine observationer til starteren, der så har den endelige beslutning om sanktioner eller ej. IAAF's retningslinjer for startere kan downloades fra IAAF hjemmeside.

## Regel 130 – Startermedhjælperer

1. Startermedhjælperen skal kontrollere, at deltagerne konkurrerer i det rigtige heat, og at startnumrene bæres reglementeret.
2. Startermedhjælperen skal placere deltagerne i den rigtige bane eller på rigtigt sted, samtidig med at de samler dem på samlingsstreg 3 meter bag startstregen (eller tilsvarende bag hver startstreg, hvor der er inddelte baner). Når alle løbere er på plads, skal startermedhjælperen give tegn til starteren, om at alt er klar. Er der blevet givet besked om en ny start, skal startermedhjælperen igen samle deltagerne bag samlingsstregen.
3. Startermedhjælperne er ansvarlige for, at depecher er på plads til løberne på startetapen i stafetløb.
4. Når starteren har kommanderet løberne på plads, må startermedhjælperne påse, at regel 162.3 og 162.4 bliver fulgt.
5. Hvis der dømmes tyvstart i heatet, skal startermedhjælperne fortsætte procedurerne, som fremgår af regel 162.9.

## Regel 131 – Rundetællere

1. Rundetællerne skal føre protokol over det antal runder, hver deltager har tilbagelagt på distancer længere end 1500 m. For distancer fra og med 5000 m samt i kappang, skal der af løbsleder benyttes flere rundetællere, som

på et rundeskema noterer tiden for passage (meddelt af en officiel tidtager) til de deltagere, som de er ansvarlige for. På distancer, hvor dette system benyttes, bør ingen rundetæller kontrollere mere end fire deltagere. I stedet for et manuelt rundetællingssystem kan man bruge et databaseret system, som benytter sig af en transponder, som bæres af den enkelte udøver.

2. En rundetæller skal have ansvaret for tavlen, som viser hvor mange runder, der mangler at blive løbet. Tavlen skal ændres, hver gang den førende løber svinger ind på opløbssiden. Derudover skal der, om muligt, gives mundtlig information om manglende runder til løbere, som er eller er i færd med at blive overhalet med en eller flere runder.

Varsel om sidste runde skal gives til hver enkelt løber, sædvanligvis ved at ringe med en klokke.

Retningslinjer for rundetællere kan downloades fra IAAF's hjemmeside.

### Regel 132 – Stævnesekretær, Teknisk Informations Center (TIC)

1. Stævnesekretæren skal indsamle øvelsesprotokollerne (dommerlisterne), inklusive detaljer fra øvelsesledere, tidtagere, elektronisk tidtagning og vindmåleroperatører og hurtigst muligt formidle dem til stævnespeakeren, registrere resultaterne og formidle resultatlisterne til stævneledelsen.  
Når et computerbaseret resultatsystem anvendes, skal resultatindtasterne ved øvelsesstederne sikre sig, at alle resultater er indtastet i datasystemet. Løbsresultater registreres under opsyn af fotofinish-dommeren. Speaker og stævneleder skal have elektronisk adgang til resultaterne.
2. I øvelser, hvor atleter konkurrerer med forskellige specifikationer (f.eks. redskabsvægte eller hækkehøjder), skal forskellighederne klart fremgå i resultatlisten eller af en separat resultatliste for hver kategori.
3. Hvor reglerne for en konkurrence (bortset fra konkurrencer under regel 1.1(a)) tillader samtidig deltagelse af atleter som:
  - (a) Konkurrerer med assistance fra en anden person, f.eks. en guide-løber, eller
  - (b) Bruger et mekanisk hjælpemiddel, som ikke er tilladt under regel 144.3(d)
 skal deres resultater oplistes separat, og hvor det er muligt, skal deres para-klassifikation angives.
4. De følgende standardforkortelser og symboler skal bruges på start- og resultatlister, hvor det er muligt:

DNS	Ikke startet	(Did not start)
DNF	Gennemførte ikke	(Did not finish)
NM	Ingen gyldige forsøg noteret	(Not valid trial recorded)
DQ	Diskvalificeret. DQ - efterfulgt af anvendt regelnummer	(Disqualified)
O	Gyldigt forsøg i højde- og stangspring	
X	Mislykket forsøg i spring og kast	
”-”	”undlod at bruge sit forsøg i rækkefølgen” i spring og kast	
r	Trukket sig fra konkurrencen	(Retired)
Q	Kvalificeret videre via placering, i indledende løb	
q	Kvalificeret videre via tid, i indledende løb	
Q	Kvalificeret videre via opnået resultatkrav, i spring og kast	
q	Kvalificeret videre uden opnået resultatkrav, men via placering i indledende spring og kast	
qR	Videre til næste runde – dømt af dommeren	(Referee)
qJ	Videre til næste runde – dømt af juryen	
>	Bøjet knæ	(Kapgang)
~	Manglende jordkontakt	(Kapgang)
YC	Gult kort	(Yellow card)
YRC	2. Gule kort	
RC	Rødt kort	(Red card)

Hvis en atlet bliver diskvalificeret pga. et regelbrud, skal der i resultatlisten fremgå hvilken regel der er brudt. Hvis en atlet bliver diskvalificeret pga. usportslig eller upassende opførsel, skal der i resultatlisten angives på hvilken baggrund atleten er udelukket.

Regler 132.2-4 fra 2015 er designet til at standardisere procedurer og brugen af fælles terminologi i start- og resultatlister. Reglerne 132.2 og 132.3 imødekommer den ikke ualmindelige situation ved mange konkurrencer under topniveauet (og endda også på et højere konkurrenceniveau) hvor atleter af forskellig alder og som har para-klassifikationer, konkurrerer i samme konkurrencer. Denne regel bekræfter, at dette er acceptabelt - herunder som et middel til at imødegå minimumskrav til konkurrenternes antal, selv med henblik på verdensrekorder (regel 260.1) samt om hvordan resultatlister skal udformes og præsenteres.



Med tanke på at diskvalifikationer kan gives for både teknisk og disciplinære årsager, er det meget vigtigt, at årsagen til en diskvalifikation altid er angivet i resultatlisten. Disse informationer opnås ved altid angiver den regel, hvorunder atleterne blev diskvalificeret, ved siden af symbolet: DQ.

5. I konkurrencer under reglerne 1.1(a), (b), (c), (f) og (g) etableres et TIC (Technical Information Center). Det anbefales at gøre det samme for konkurrencer der afvikles over mere end en dag. Hovedfunktionen af TIC er at sikre en smidig kommunikation mellem hver holddelegation, arrangørerne, de teknisk delegerede og konkurrenceadministrationen, med hensyn til tekniske og andre sager, som har med konkurrencen at gøre.

Et effektivt styret Teknisk Informations Center (TIC) vil være en betydeligt faktor for en stævneorganisation af høj kvalitet. Lederen af TIC skal have indgående kendskab til de administrative regler, og lige så godt kendskab til de specifikke regler for de enkelte discipliner. TIC's åbningstider skal afpasses efter tidsplanen for stævnet, plus nogle perioder før og efter, hvor der skal være mulighed for at de forskellige interessenter i stævnet kan serviceres. Især er det vigtigt at tiden afpasses bedst muligt for hold-/klubdelegationerne og arrangørerne. Det er almindeligt, men ikke nødvendigt, ved større stævner at have mindre decentralt placerede enheder (nogle gange kaldet Sport Information Desks (SID's)) på de vigtigste hoteller/indkvarteringssteder for atleter og holdledere. Hvis SID's etableres, skal der være god kommunikation mellem SID's og TIC. Da åbningstiderne for TIC og SID's kan være lange, er det nødvendigt for lederen af TIC, at have flere assistenter og at de arbejder i skift. Mens nogle af TIC's opgaver er omfattet af konkurrencereglerne (se for eksempel regler 132, 146.3 og 146.7), vil andre blive angivet i retningslinjer for hver konkurrence og i konkurrenceinformationer som f.eks. Teammanualer mv.

### Regel 133 – Ordensmarschal

Ordensmarshallen skal holde kontrol på konkurrenceområdet og skal ikke lade andre personer end funktionærer i arbejde og udøvere som konkurrerer, eller andre autoriserede personer med gyldig akkreditering, at have adgang til og opholde sig på banen.

Ordensmarshalens rolle er at regulere adgangen til konkurrenceområdet under forberedelserne umiddelbart før stævnet og under selve stævnet. Han udfører generelt sine opgaver i overensstemmelse med den plan, der er fastlagt af stævneledelsen. I forhold til pludseligt opståede sager, modtager han ordrer direkte fra stævnelederen.

Derfor vil han:

- Styre adgangen til konkurrenceområdet for atleterne, officials og medhjælpere, servicepersonale, akkrediterede pressefotografer og tv-medarbejdere. Ved hvert stævne er antallet af sådanne akkrediteringer til konkurrenceområdet aftalt på forhånd - og alle akkrediterede personer skal bære et specielt adgangskort;
- Styre adgangen, hvor atleterne forlader arenaen (normalt ved større arrangementer til Mixed Zone og / eller Post Event kontrolområdet), når atleterne er færdige med deres konkurrence.
- Sikre, at udsynsmulighederne til konkurrencestederne altid er så frie som muligt, for såvel tilskuere såvel som for TV/fjernsyn.

Han er direkte ansvarlig overfor stævnelederen, der skal kunne kontakte ham til enhver tid, hvis behovet opstår. For at hjælpe ordensmarshallen og hans team i deres arbejde, er det normalt at de personer, der har tilladelse til at komme ind på arenaen, bortset fra atleterne, tydeligt er til at skelne fra andre, ved hjælp af de specielle adgangs- eller akkrediteringskort eller er karakteristisk ensartet klædt i stævnets officialuniformer.

### Regel 134 – Vindmålerdommer

Vindmålerdommeren skal sikre sig, at vindhastigheden måles i løberetningen i øvelser, hvor vedkommende er udpeget, og så notere og underskrive de opnåede resultater, samt kommunikere dem videre til stævnesekretariatet.

Uanset at det i praksis kan være, at vindmålerdommeren, den tekniske stævneleder eller en fotofinish-dommer faktisk sætter vindmåleren op et korrekt sted, så er det i sidste ende den ansvarlige øvelsesleders ansvar at kontrollere, at dette er gjort og i overensstemmelse med Reglerne (se Regler 163.10 og 184.11)

Det skal bemærkes, at specielt i løbedisciplinerne kan vindmåleren være fjernstyret. I sådanne tilfælde er vindmåleren næsten altid elektronisk forbundet med fotofinish- og resultatsystemet, så her vil en vindmålerdommer ikke være påkrævet, og hans opgaver bliver løst af f.eks. en person i fotofinish teamet.

### Regel 135 – Opmålingsdommer (Elektronisk opmåling)

En chefopmålingsdommer og en eller flere medhjælpere skal udpeges, hvis der anvendes elektronisk eller videoopmåling i spring og kast, eller hvis andre elektroniske opmålingsmetoder benyttes. Før stævnet begynder, skal opmålingsdommeren mødes med opmålingssystemets tekniske operatør, for at blive fortrolig med systemet.

Før hver øvelse, skal opmålingsdommeren kontrollere placeringen af udstyret, og tage hensyn til de krav, som stilles af måleudstyrsoperatørerne og det laboratorium der senest har kalibreret måleinstrumentet.

For at sikre sig, at udstyret fungerer korrekt, skal der før og efter hver øvelse foretages kontrolmåling i samarbejde med øvelsesleder og andre dommere, med brug af et godkendt stålmålebånd. Der skal udstedes en bekræftelse på at kontroltest er gennemført, og den skal underskrives af alle dem, der er involveret i testen og den skal vedlægges resultatlisten.

Under stævnet skal han forblive overordnet ansvarlig for udstyrets brug, rapportere til øvelsesleder og bekræfte, at alle målinger er korrekte.

*Bemærkning:*

*Ved nationale og internationale stævne skal der markeres mindst 3 målepunkter fordelt inden for nedslagsområdet. Ved eventuelle rekorder bør rekordnedslaget afmærkes for det tilfældes skyld, at der er uoverensstemmelse mellem kontrolmålingerne før og efter øvelsen.*

Når der anvendes elektronisk- eller videobaseret opmåling, er en Chefopmålingsdommer placeret som den ansvarlige official, på samme måde som det er tilfældet med fotofinishdommere eller transponder tidtagning. I tilfælde af videobaseret opmåling, vil Chefopmålingsdommeren forventes at tage en mere aktiv og praktisk rolle under konkurrencerne, end det ville være tilfældet, hvis der anvendes elektronisk opmåling med udstyret placeret på øvelsesstedet. Dette indebærer især at sikre, at et velfungerende kommunikationssystem er på plads mellem opmålingsdommeren i kastesektoren/sandgraven, øvelseslederen og dommere der foretager videoudlæsningen, for at sikre, at hver måling er korrekt udført, og at nedslagsmærket i fladspring ikke fjernes før et brugbart billede er bekræftet. Uanset om det er Chef opmålingsdommeren eller en anden dommer, der er ansvarlig for at videoudlæsningen er korrekt, så skal han være specielt omhyggelig omkring, at det er det aktuelle forsøg der opmåles, og ikke et tidligere forsøg i konkurrencen.

## Regel 136 – Call Room-dommere

Overdommeren for Call Room skal:

- I samarbejde med Stævnelederen, forberede og offentliggøre et tidsskema for Call Room, der for hver øvelse mindst angiver tidsintervallet for fremmødetid i hvert Call Room (hvis flere i brug) samt tidspunkt for, hvornår atleterne vil blive ført ud til konkurrenceområdet, fra det sidste Call Room.
- Overvåge at forflytningen af atleterne mellem opvarmningsområdet og konkurrenceområdet sker, for at sikre at atleterne, efter at være blevet kontrolleret i Call Room, er til stede og klar i konkurrenceområdet, til den planlagte starttid for deres øvelse.

Call Room-dommeren skal kontrollere, at udøverne anvender konkurrencedragt godkendt af det nationale forbund eller klub, at de neutrale atleter har det ensartede tøj, der er godkendt af IAAF, at startnummeret stemmer overens med startlisten og bæres korrekt, at sko (antal og dimension af pigge) reklame på dragt og andet udstyr, er inden for konkurrencereglerne, og at kun tilladt udstyr bliver taget med ind på konkurrenceområdet.

Call Room dommeren skal henvise alle uløste sager, som måtte opstå, til lederen af Call Room.

Et godt planlagt og effektivt styret Call Room, lægger grunden for en succesfuld afvikling af en konkurrence. Det er altid vigtigt at planlægge Call Room på en måde, så der er sikret tilstrækkelig plads på stedet, når Call Room'et er mest fyldt jf. tidsplan og startlister. Det skal planlægges hvor mange Call Room (og sektioner inden for hver) der er påkrævet, og et pålideligt system til kommunikation med de øvrige officials, samt til at underrette atleterne, når de skal tjekke ind fra opvarmningsområdet, er altid vigtigt. Andre overvejelser om indretning og antal vil variere afhængigt af typen af konkurrence og antallet af tjekpunkter, som det er besluttet vil blive foretaget i Call Room. For eksempel er det ikke sandsynligt, at der vil blive tjekket for reklame på konkurrencetøj ved et skolestævne, mens vil være på sin plads at kontrollerer længden på pigge, for at beskytte kunststofbanerne. Det er vigtigt, at det i planlægningsfasen fastslås, hvilke tjek der vil blive foretaget, og dette bør være kommunikeret ud til atleter og klubber/hold på forhånd, for at undgå stress eller forvirring umiddelbart før konkurrencen. Call Room dommerne skal sikre, at atleterne placeres i de rigtige heat, løb eller grupper, og at de kommer ud til konkurrencestedet i tide, i overensstemmelse med Call Room skemaet. Hvor det er muligt, skal skema og plan offentliggøres og være tilgængeligt for atleterne og holdene, før starten på hver konkurrencedag.

## Regel 137 – Reklameansvarlig

Den reklameansvarlige (hvis udnævnt) skal overvåge og håndhæve de gældende reklameregler og skal afgøre enhver uløst reklamesag, som er kommet op i Call Room, sammen med Call Room dommeren.

## ATLETIKREGLEMENT - DEL 2 – GENERELLE KONKURRENCEREGLER

### Regel 140 – Atletikfaciliteterne

Enhver fast og ensartet belægning, som er i overensstemmelse med ”The IAAF Track and Field Facilities Manual” kan benyttes til atletik. Udendørs konkurrencer under regel 1.1 (a) kan kun arrangeres på baner med syntetisk belægning, som er i overensstemmelse med IAAF’s specifikationer for sådanne belægninger, og som har gyldigt godkendelsescertifikat fra IAAF af klasse 1. Hvis sådanne faciliteter er til rådighed, anbefales det, at udendørs konkurrencer under reglerne 1.1 (b) til (j) også afholdes på disse faciliteter. Under alle omstændigheder kræves der et certifikat IAAF klasse 2 for alle faciliteter til brug for udendørs konkurrencer under regel 1.1 (b) til (j).

- Bemærkning (I):** *”IAAF Track and Field Facilities Manual”, som fås på IAAFs kontor eller kan downloades fra IAAFs internetsider, indeholder mere detaljerede og definerede specifikationer på planlægning og konstruktion af atletikfaciliteter, incl. videre diagrammer for baneopmåling og -markering.*
- Bemærkning (II):** *De nuværende standardformularer, som skal bruges ved ansøgning om certificering og opmålerrapport såvel som procedurer i forbindelse for Certificeringssystemet kan fås på IAAFs kontor eller downloades fra IAAFs internetsider.*
- Bemærkning (III):** *For kapgang, gade/landevejsløb eller cross-, bjerg- og trailløb, se reglerne 230.11, 240.2, 240.3, 250.1-3, 251.1 og 252.1.*
- Bemærkning (IV):** *For indendørs atletikfaciliteter, se regel 211.*

**Dansk bemærkning:** *DAF har fastsat særskilte regler for certificering af danske atletikanlæg. Disse regler kan findes på DAF’s hjemmeside.*

### Regel 141 – Alders- og kønsinddeling

#### Aldersinddeling:

- Konkurrencer under disse regler kan inddeles i aldersgrupper, som følger:  
 Under -18 (U18) drenge og piger: Udøvere som er 16 eller 17 år pr. 31. december i konkurrenceåret.  
 Under -20 (U20) mænd og kvinder: Udøvere som er 18 eller 19 år pr. 31. december i konkurrenceåret.  
 Master M/K: Enhver udøver, som er fyldt 35 år.
 

**Bemærkning 1:** *For alt andet som vedrører veterankonkurrencer, henvises til IAAF/WMA håndbog, som er godkendt af styrelserne i IAAF og WMA.*

**Bemærkning 2:** *Startberettigelse, herunder minimumsalder for at deltage i konkurrencer godkendt af IAAF, skal være omfattet af gældende Tekniske retningslinjer. .*

**Bemærkning 3:** *Ved danske konkurrencer gælder de danske bestemmelser, som børne/ungdomsudvalget og veteranudvalget har vedtaget ved de pågældende udvalgs årlige konferencer.*
- Enhver udøver er berettiget til at konkurrere i en aldersgruppe-konkurrence under disse regler, såfremt han/hun er inden for den aldersgruppe, som er specificeret i den relevante aldersgruppeklassifikation.  
 En udøver skal kunne bevise sin alder via et gyldigt pas eller anden form for bevis, som er tilladt i konkurrencereglerne. En udøver, som ikke kan eller afslår at fremvise et sådant bevis, kan ikke opnå startret til konkurrencen.  
**Bemærkning:** *Se regel 22.2 omkring sanktioner for ikke at overholde denne regel (regel 141)*

Mens Regel 141.1 definerer aldersgrupperne på en bestemt måde, er det regler for hver enkelt konkurrence der skal bestemme, hvilke aldersinddelinger der skal kunne gælde for den enkelte konkurrence, og om yngre atleter kan deltage i konkurrencen, som det fremgår af Bemærkning (2).

#### Kønsinddeling:

- Konkurrencer under dette regelsæt er opdelt i "Mænd", "Kvinder", "Mixed" og "Universal".  
 Når en "Mixed Konkurrence" afvikles udenfor stadion (Landevejsløb med fælles start) eller i et af de begrænsede tilfælde under Regel 147, bør der udarbejdes separate resultatlistes for Mænd og Kvinder, eller på anden måde indikere en opdeling fordelt på køn.  
 Når der afvikles "Universal" konkurrencer, skal der kun udarbejdes en fælles resultatliste.
- En atlet er berettiget til at deltage i en konkurrence for "Mænd" (eller "Universal") hvis han ifølge civil lov er erklæret værende en mand, og berettiget til at deltage i henhold til reglementet i øvrigt.
- En atlet er berettiget til at deltage i en konkurrence for "Kvinder" (eller "Universal") hvis hun ifølge civil lov er erklæret værende en kvinde, og berettiget til at deltage i henhold til reglementet i øvrigt.

6. Rådet (the Council) skal godkende regulativer til afgørelse af startret i kvinders konkurrencer, når
- Kvinder har fået foretaget kønsskifte fra mand til kvinde
  - Kvinder har hyperandrogenisme
- En udøver, som ikke er i stand til eller afslår at rette sig efter de anvendelige regulativer, kan ikke opnå tilladelse til at konkurrere.

*Bemærkning:* Se regel 22.2 for sanktioner for manglende overholdelse af denne regel 141.

”Universal” konkurrence, dækker øvelser, hvor mænd og kvinder deltage uden opdelt klassificering af resultater samt stafet- eller holdkonkurrencer, hvor både mænd og kvinder er med på samme hold.

## Regel 142 – Startberettigelse

- Konkurrencer holdt iht. IAAF’s regler er begrænset til startberettigede udøvere. (Se Kapitel 2)
- Ingen udøver skal tillades at konkurrere uden for sit eget lands grænser, uden at vedkommendes startberettigelse er garanteret af udøverens nationale forbund, og han/hun har tilladelse fra forbundet til at deltage. I alle internationale konkurrencer skal en sådan garanti for en udøver godtages, såfremt der ikke foreligger en protest mod vedkommendes startberettigelse til teknisk delegat.

### *Deltagelse i øvelser, som afvikles samtidig*

- Hvis en udøver er tilmeldt i øvelser, som arrangeres samtidig, kan øvelsesleder i de aktuelle øvelser lade udøveren, for en omgang ad gangen, eller for hvert forsøg i højde og stang, tage sine forsøg i en anden rækkefølge, end den som var angivet før øvelsen startede. Dersom en udøver ikke er til stede, når et forsøg skal tages, skal det betragtes, som udøveren står over, når tiden for forsøget er løbet ud.

*Bemærkning:* *I spring- og kasteøvelser skal dommeren ikke i den sidste og afsluttende runde af forsøg, tillade en atlet at tager et forsøg i en anden rækkefølge end oprindeligt planlagt, men dommeren kan godt tillade en atlet at gøre dette under en tidligere forsøgsrunde. I mangelkamp, kan en ændret forsøgsrækkefølge tillades i enhver runde af forsøg.*

Bemærkningen præciserer, at det ikke er tilladt, at en atlet får lov til at tage et forsøg i en anden rækkefølge i den sidste runde af forsøg (uanset antallet af runder af forsøg) på grund af et tidsmæssigt sammenfald med en anden øvelse vedkommende også deltager i. Hvis en atlet ikke er tilstede i den sidste runde, og ikke tidligere har angivet at han vil stå sin tur over, så vil den tildelte tid for hans forsøg løbe, og hvis han ikke returnerer til konkurrencen og igangsætter sit forsøg inden tiden udløber, så bliver forsøget registreret som ”-” på dommerlisten. [Se også regel 180.18, hvor en ændring i forsøgsrækkefølgen normalt ikke vil blive foretaget, når der er tildelt et erstatningsforsøg. Dette gælder i enhver runde af forsøg.]

### *Udeblivelse fra start*

- Ved alle konkurrencer under Regel 1.1 (a), (b), (c), og (f) skal en atlet udelukkes fra deltagelse i alle efterfølgende discipliner (inklusive andre discipliner som han deltager i samtidigt) i stævnet, også stafetter, hvis:
  - Der var givet en endelig bekræftelse på at atleten ville komme til start i en disciplin, men efterfølgende ikke deltager;
 

*Bemærkning:* *Et tidspunkt for seneste bekræftelse af deltagelse (afkrydsning) skal være offentligt gjort på forhånd.*
  - En atlet kvalificerer sig videre fra en indledende runde, men efterfølgende så ikke stiller til start.
  - En atlet undlader at deltage ærligt (i god tro/yde sit bedste) i en konkurrence. Den enkelte overdommer har myndighed til at dømme om dette - og der skal henvises til reglen i den officielle resultatliste.
 

*Bemærkning:* *Reglen 142.4 (c) vil ikke finde anvendelse i mangelkamp.*

Dog vil en lægeerklæring fra den medicinsk delegerede udnævnt under regel 113, eller, hvis der ikke er udnævnt en medicinsk delegeret, så fra arrangørens medicinske official, som bekræfter, at der foreligger tilstrækkelig grund til, at udøveren ikke kan starte i en øvelse efter at ”final confirmation” tidspunktet er overskredet, eller efter at have konkurreret i en indledende runde i en øvelse, ikke kan stille til start i en efterfølgende runde (finale, semifinal o.lig.), men kan starte i en anden disciplin senere i stævnet, så kan udøveren gives lov til dette (undtaget i mangelkampens individuelle øvelser). Andre velbegrundede årsager (som faktorer udenfor udøverens egen kontrol, f.eks. problemer med offentlig transport) kan, efter at de er bekræftet, accepteres af teknisk delegat.

Når en given dommer bliver opmærksom på en sådan situation, og er overbevist om, at atleten der opgav løbet, ikke konkurrerede med en ”bona fide” indsats, skal lave henvisning til dette i resultatlisten, som ”DNF Rule 142.4 (c)”. En dommer der overvejer at foretage en sådan diskvalifikation, på baggrund af en vurdering om manglende ”bona fide” indsats, eller en jury der behandler enhver protest som følge af en diskvalifikation

omhandlende manglende ”bona fide” indsats, skal uanset om det er dommerens egen beslutning, nøje overveje udøverens grunde til ikke at stille op eller deltage med manglende intensitet, fremlagt af udøveren selv eller af andre på vegne af udøveren, inden endelig beslutning om diskvalifikation afsiges. Reglen angiver også den proces, der udtrykkeligt skal følges i tilfælde af en medicinsk årsag.

### **Manglende fremmøde i Call Room**

5. Med mulighed for yderligere sanktioner i henhold til regel 142.4, og bortset fra som beskrevet nedenfor, skal en udøver altid udelukkes fra deltagelse i alle de øvelser, hvor han ikke er mødt til tiden i Call Room, jf. det offentliggjorte Call Room-tidsskema. (se regel 136). Udøveren skal registreres i resultatlisterne som DNS. Det er den enkelte Overdommer der beslutter, om udøveren udelukkes fra deltagelse og at den tilhørende reference (DNS) skal registreres i den officielle resultatliste. Det er også overdommeren der beslutter, om udøveren kan konkurrere under protest, hvis en beslutning om udelukkelse ikke kan træffes direkte) Berettigede årsager (f.eks. omstændigheder der er uafhængige af udøverens egne handlinger, som f.eks. problemer med det officielle transportsystem, eller en fejl i det offentliggjorte Call Room-tidsskema) kan efter berigtigelse blive accepteret af overdommeren, og udøveren kan da få lov til at deltage i konkurrencen uden yderligere sagsbehandling.

## **Regel 143 – Dragt, sko og startnummer**

### **Dragter**

1. I alle konkurrencer skal udøvernes dragter være rene og have et snit og bæres på en måde, der ikke virker stødende. Dragterne må være lavet af et stof, der ikke bliver gennemsigtigt, når det bliver vådt. Udøverne må ikke bruge dragter, som kan vanskeliggøre dommernes afgørelser. Udøvernes dragtoverdel skal have samme farver foran og bagpå.

I internationale mesterskaber, cup'er og landskampe skal udøverne konkurrere i landsholdsdragter. I andre internationale stævner skal udøverne konkurrere i landsholdsdragter eller i klubdragter, som er godkendt af deres forbund. Neutrale atleter skal konkurrere i den ens dragt, som er godkendt af IAAF. Sejrsцерemonien og en eventuel æresrunde betragtes i denne forbindelse som en del af konkurrencen.

*Bemærkning:* *Den øverst stævneansvarlige/forbund kan specificere i reglerne for en konkurrencen, at det er påbudt, at farven på udøverens trøje skal være den samme foran og bagpå.*

### **Sko**

2. Udøverne kan konkurrere enten barfodet eller med fodtøj på en eller begge fødder. Hensigten med konkurrenceskoene er at give foden beskyttelse, støtte og god kontakt til underlaget. Skoene må imidlertid ikke konstrueres sådan, at de giver udøveren nogen unfair hjælp eller fordel. Enhver type/model af sko der anvendes, skal være rimeligt tilgængelig for alle, i henhold til atletikkens universelle ånd.

*Bemærkning (i):* *Individuel tilpasning af en sko til en atlets fod er tilladt, hvis tilpasningen laves i overensstemmelse med de generelle principper i disse regler.*

*Bemærkning (ii):* *Hvis der til IAAF fremlægges bevis for, at en type sko der anvendes i en konkurrence ikke overholder reglerne eller ånden i reglerne, kan IAAF udbedes sig skoen til undersøgelse, og hvis der er uoverensstemmelser med reglerne, da kan IAAF forbyde sådanne sko at blive anvendt i konkurrence.*

### **Antal pigge**

3. Sålen og hælen på skoen skal konstrueres, sådan at man kan sætte indtil 11 pigge på. Et hvilket som helst antal pigge op til 11 kan bruges, men antal steder, hvor piggene kan fæstes, må ikke overstige 11.

### **Dimensioner på piggene**

4. Når en konkurrence finder sted på et syntetisk underlag, skal den del af hver pig, som stikker ud fra sålen eller hælen ikke være over 9 mm, udtagen i højde og spyd, hvor piggene ikke skal være mere end 12 mm. Piggene må være konstrueret på en sådan måde, at mindst den yderste halvdel tættest på spidsen, kan passerer gennem et kvadrat med 4 mm sidekanter. Hvis fabrikanten for baneunderlaget eller stadioninspektøren forlanger mindre maximum dimensioner (kortere og/eller smallere pigge) skal det følges.

*Bemærkning:* *Stadionbelægningen skal være i stand til at klare pigge tilladt under denne regel*

### **Sålen og hælen**

5. Sålen og/eller hælen kan have mønster, forudsat at dette er konstrueret i samme eller lignende materiale som selve sålen. I højde- og længdespring må sålen have en maksimum tykkelse på 13 mm, og i højdespring må hælen have en maksimal tykkelse på 19 mm. I alle andre øvelser kan sål og/eller hæl være af en hvilken som helst tykkelse.

*Bemærkning:* *Tykkelsen på sålen og hælen skal måles som distancen mellem indersidens øverste side og ydersidens nederste side, inkluderet alle udstikkende dele og mønstre og inkluderet enhver form for løs indersål.*

**Indlæg i og forandring af skoen**

6. Deltagerne må ikke bruge nogen form for påsætning inde i eller uden på skoen, som gør at højden på sålen bliver mere end det tilladte maksimum, eller som vil give udøveren en fordel, som han ikke ville have ved at benytte en sko, som beskrevet under de tidligere punkter af regel 143.

**Startnummer**

7. Alle udøvere skal have to startnumre, som skal bæres synligt på bryst og på ryg, på nær i springøvelser hvor startnummeret kan bæres valgfrit på enten bryst eller ryg. Startnumrene skal være i overensstemmelse med numrene i programmet. Dersom en udøver bruger overtræksdragt under konkurrencen, skal han/hun have startnumrene placeret på overtræksdragten.  
I konkurrencer er det tilladt med udøvers navn eller anden passende identifikation i stedet for cifre.
8. Ingen udøver skal tillades at deltage i en konkurrence uden at vise sit startnummer eller/og personlig identifikation.
9. Startnumrene skal bæres sådan, som de er udleveret, og kan ikke foldes, klippes eller skjules på nogen måde. I langdistanceløb kan numrene være perforeret, for at give bedre luftcirkulation, men perforeringen må ikke være på bogstaver eller tal.
10. Når der anvendes målfoto kan arrangøren kræve, at udøverne bærer et ekstra startnummer af selvklæbende type på siden af buksen eller underkroppen.
11. Hvis en udøver ikke følger denne regel på nogen måde:  
(a) afslår at rette sig efter den relevante dommers henvisninger  
(b) deltager i konkurrencen  
da skal vedkommende diskvalificeres.

<b>National regel:</b>	I Danmark udleveres der normalt kun ét startnummer, der skal bæres som følger:
	I alle løb der slutter på inddelt bane: Startnummer bæres på ryggen.
	I alle løb fra 1000 m og længere: Startnummer bæres på brystet.
	I alle spring: Startnummer bæres valgfrit (bryst eller ryg)
	I alle kast: Startnummer bæres på brystet.

Regel 143.11 foreskriver sanktionen, hvis dele af regel 143 ikke er fulgt. Det forventes dog, at de ansvarlige officials vil anmode om og tilskynde atleten til at overholde reglen, samt informere og rådgive ham om konsekvensen, hvis han ikke gør det. Men hvis en atlet ikke følger en del af reglen under konkurrence, og det ikke er praktisk muligt for en official at anmode om overholdelse af reglen, da kan eller vil en diskvalifikation følge. Det er starterassistentenes og banedommerens ansvar (for løbeøvelser på og udenfor stadion) samt alle dommers ansvar (for tekniske øvelser på stadion) at være opmærksom på disse forhold - og rapportere eventuelle tilsyneladende overtrædelser den ansvarlige overdommer.

**Regel 144 – Assistance til udøvere****Medicinsk undersøgelse og assistance**

1. Medicinsk undersøgelse, behandling eller fysioterapi må tilbydes i konkurrenceområdet af det medicinske personale som er udnævnt af arrangøren, og som er tydeligt identificeret via påklædning eller armbind. Behandling må også tilbydes udenfor konkurrenceområdet (i områder dedikeret til medicinsk behandling) via akkrediteret teammedicinsk personale, der specifikt er godkendt til dette af den medicinske- eller tekniske delegerede. På intet tidspunkt må behandlingen forsinke konkurrencen eller en udøvers forsøg i den forudbestemte rækkefølge. Tilstedeværelse eller lignende hjælp fra enhver anden person end som ovenfor nævnte, hvad enten det er lige før konkurrencen, efter atleterne har forladt Call Room eller under konkurrence, betragtes som ulovlig assistance.

*Bemærkning: Konkurrenceområdet, som normalt har en fysisk afgrænsning, bliver til dette formål defineret som det område, hvor konkurrencen afholdes og som kun har adgang for de konkurrerende udøvere samt autoriseret personale i overensstemmelse med de for stævnet gældende regler og retningslinjer.*

2. Enhver udøver, som giver eller modtager assistance på konkurrenceområdet under en konkurrence, (herunder regel 163.14, 163.15, 230.10 og 240.8) skal advares af overdommeren og adviseres om, at vedkommende i tilfælde af gentagelse vil blive diskvalificeret fra konkurrencen.

*Bemærkning: I tilfælde under regel 144.3 (a) kan der diskvalificeres uden advarsel.*

**Ikke tilladt assistance**

3. For at illustrere meningen med reglen, skal følgende eksempler regnes for assistance og er dermed ikke tilladt:
- Fartholdelse (brug af hare) af personer, som ikke er deltagere i løbet, af løbere, som er overhalet med en runde eller mere eller er i færd med at blive overhalet med en runde, eller fartholdelse ved brug af tekniske hjælpemidler af nogen slags (undtaget dem, som er tilladt under 144.4 (d)).
  - Besiddelse eller bruge af videooptagere, radio, CD, radiosendere, mobiltelefoner eller tilsvarende enheder inde på konkurrenceområdet.
  - Undtaget sko som opfylder regel 143 – så er brug af enhver teknologi eller anden indretning, som vil give brugeren en fordel, som ikke ville være opnået ved at bruge udstyr specificeret eller tilladt via reglerne.
  - Brugen af ethvert mekanisk hjælpemidler, medmindre udøveren kan godtgøre, at det alt i alt er sandsynligt, at brugen af et hjælpemiddel ikke giver vedkommende en konkurrencemæssig fordel over for en udøver, som ikke bruger dette hjælpemiddel.
  - Skaffe sig råd eller anden hjælp fra en official i konkurrencen, som på tidspunktet for hjælpen ikke har nogen opgave eller specifik funktion. (Hjælpen kunne f.eks. være coaching-råd, påvisning af afsætssted i en springkonkurrence, undtaget dog for at påvise et overtrådt forsøg i længde/trespring, tids- eller afstandsforskel i et løb, etc.)
  - Modtage fysisk hjælp fra andre atleter (andet end at hjælpe en styrtet løber op at stå igen) til at forbedre sin placering fremad i løbet.
4. For at illustrere meningen med reglen, skal følgende eksempler *ikke* regnes for assistance og er dermed tilladt:
- Kommunikation mellem udøverne og deres trænere, som ikke befinder sig i konkurrenceområdet. For at lette kommunikationen og for ikke at forstyrre afviklingen af konkurrencen, bør der på tribunen nær konkurrencestedet afsættes et egnet område for trænerne, hvor de kan følge konkurrencen.  
*Bemærkning: Trænere som i øvrigt overholder reglerne 230.10 og 240 må kommunikere med deres atleter*
  - Medicinsk undersøgelse/behandling og/eller nødvendig fysioterapi på konkurrenceområdet for at gøre udøveren i stand til at deltage eller fortsætte deltagelsen jf. regel 144.1
  - Alt personlig beskyttelse (f.eks. bind, tape, bælte, støtte, håndledsafkøler, vejtrækningshjælp (inhalatorer) osv.) for beskyttelse og/eller af medicinske årsager. Øvelseslederen i samarbejde med den medicinske ansvarlige har myndighed til at kontrollere enhver sag, han finder ønskelig. (se også reglerne 187.4 og regel 187.5).
  - Udstyr båret personligt af udøveren under en konkurrence (såsom pulstæller, løbeure eller tilsvarende eller skridtsensorer) under forudsætning af, at sådant udstyr ikke kan bruges til at kommunikere med nogen anden person.
  - Udøvere i tekniske øvelser må kikke på optagelser af tidligere forsøg optaget på deres vegne af personer, der ikke er placeret i konkurrenceområdet. (se Bemærkning til regel 144.1).  
Optageudstyr eller billeder optaget med det, må ikke bringes ind på konkurrenceområdet.
  - Hovedbeklædning, handsker, sko, tøjstykker tilbudt atleter ved de officielle poster langs en rute, eller i andre tilfælde hvis det er godkendt af den pågældende øvelsesleder.

Regel 144 har været genstand for konstante ændring i de senere år, for at afspejle den måde, hvorpå atletik udføres, for at respektere trænerens rolle, til styre innovation og nye produkter mv. IAAF vil fortsætte med reagere på nye produkter og tendenser, så snart de bliver almindelige under stævner og konkurrencer. Ændringer af disse regler er designet til at støtte op om atleternes deltagelse i konkurrencen så meget som muligt, og samtidigt reducere unødvendig konflikt mellem atleter/trænere og officials. Hver af disse regler bør fortolkes i lyset af altid at sikre, at konkurrencen gennemføres retfærdigt for alle. Regel 144.3(e) gør det imidlertid tydeligt, at officials ikke bør hjælpe nogen atlet ud over hvad der kræves af deres rolle - og specifikt peger det eksempel, at officials ikke bør give detaljer om afsætssted i springøvelser, undtagen med det formål evt. at udpege et afsat mærke i voksplanken, i et ugyldigt længdespring.

**Regel 145 – Diskvalifikation****Diskvalifikation på baggrund af en brudt teknisk regel (andre end regel 125.5 og 162.5)**

- Hvis en udøver diskvalificeres i henhold til en teknisk regel (med undtagelse af regel 125.5 og 162.5), skal alle forsøg indtil diskvalifikationstidspunktet inden for samme runde, regnes som ikke gyldige. Imidlertid skal forsøg foretaget i tidligere runder forblive gyldige. En sådan diskvalifikation er ikke til hinder for, at deltageren kan deltage i andre øvelser i samme stævne

### Diskvalifikation på baggrund af udelukkelse jf. regel 125.5 (og 162.5)

2. Hvis en atlet bliver udelukket fra en konkurrence i henhold til regel 125.5 (for usportslig eller upassende opførsel), skal han diskvalificeres fra denne øvelse. Hvis en atlets anden advarsel kommer i en anden øvelse, skal han kun diskvalificeres fra denne øvelse. Alle resultater opnået indtil diskvalifikationstidspunktet i den pågældende øvelse inden for samme runde, anses for *ikke gyldige*. Imidlertid skal forsøg foretaget i tidligere runder eller eventuelt tidligere øvelser eller tidligere individuelle øvelser i en mangedkamp, regnes for gyldige. Diskvalifikation fra en øvelse på baggrund af usportslig eller upassende opførsel eller under regel 162.5, skal forhindre udøveren i at deltage i alle yderligere konkurrencer i samme stævne (inklusive individuelle øvelser i en mangedkamp eller øvelser vedkommende deltager i samtidigt, samt i stafetter).
3. Hvis forseelsen anses som grov, skal stævnelederen rapportere dette til forbundet, for overvejelser om videre disciplinære sanktioner.

### Regel 146 – Protester og appeller

1. Protester vedrørende en udøvers ret til at deltage i en konkurrence må nedlægges over for Teknisk delegeret før stævnet, eller hvis teknisk delegeret ikke er udnævnt, til stævnelederen. Teknisk delegeret/stævneleders afgørelse kan appelleres til juryen. Hvis sagen ikke kan løses tilfredsstillende før stævnet, skal udøveren tillades at starte ”under protest”, og sagen oversendes til DAF.
2. Protester, som knytter sig til resultatet eller gennemførelsen af en øvelse, skal ske inden 30 minutter efter den officielle offentliggørelse af resultaterne for vedkommende øvelse. Arrangøren er ansvarlig for, at tidspunktet for offentliggørelsen af resultater bliver noteret.
3. En protest skal først fremføres mundtligt over for øvelseslederen, enten af udøveren selv eller af en, som handler på udøverens vegne eller en officiel repræsentant for et hold. En sådan person eller hold kan kun protestere, hvis de konkurrerer i samme runde af øvelsen, som protesten eller følgende appel vedrører, eller deltager i en konkurrence, hvor der føres holdpoint.  
For at kunne træffe en rigtig afgørelse, bør øvelseslederen vurdere alle relevante tilgængelige oplysninger, han/hun finder nødvendige, som f.eks. en film eller et billede fra en film eller en videooptagelse. Øvelseslederen kan selv træffe afgørelse, eller han/hun kan overlade den til juryen. Hvis øvelseslederen foretager afgørelsen, kan sagen ankes til juryen. I tilfælde, hvor øvelseslederen ikke kan kontaktes, skal protesten rettes til ham/hende gennem stævnesekretariatet.
4. Løbeøvelser:
  - (a) Dersom en udøver i en løbeøvelse umiddelbart protesterer mundtligt på en tildelt tyvstart, kan løbslederen efter egen vurdering lade udøveren deltage under protest, sådan at resultatet vil kunne benyttes, dersom senere afgørelser skulle komme frem til, at udøverens start alligevel ikke var tyvstart. Imidlertid skal en sådan protest ikke godtages, hvis tyvstarten er registreret på et godkendt startkontrolapparat, med mindre at øvelseslederen fastslår, at de informationer som SIS systemet har givet er åbenbart upræcise.
  - (b) En protest kan baseres på, at starteren undlader at kalde en tyvstart tilbage eller under regel 162.5 afbryder en start. En sådan protest kan kun afgives af en udøver, som har fuldført løbet, eller på vegne af en udøver som har fuldført løbet. Hvis en sådan protest bliver godtaget, skal enhver udøver, som foretog tyvstarten eller hvis opførsel skulle have affødt afbrydelse af starten og som blev advaret eller diskvalificeret i henhold til reglerne 162.5, 162.7, 162.8 eller 200.8(c) advares eller diskvalificeres. Uanset om der har været en advarsel eller diskvalifikation, skal øvelseslederen have bemyndigelse til at erklære konkurrencen eller dele heraf for ugyldig, og at den eller dele heraf skal afholdes igen, dersom han mener, at retfærdigheden kræver det.  
*Bemærkning: Retten til protest og appel i regel 146.4(b) gælder uanset om der benyttes SIS startkontrolsystem eller ej.*
  - (c) Hvis en atlet er blevet uretmæssigt diskvalificeret pga. en tyvstart og efterfølgende får medhold i en modprotest, skal atleten tildeles en mulighed for at løbe alene og få en tid registreret, for deraf at kunne kvalificere sig videre i konkurrencen. Ingen bør gå videre til efterfølgende runder, uden at have deltaget i alle runder, med mindre øvelseslederen eller juryen beslutter andet i den enkelte sag f.eks. pga. for kort tid til næste runde på distancen (tid fra indledende til semi- eller finaleløb) eller pga. længden af løbet.  
*Bemærkning: Denne regel kan også anvendes af øvelseslederen eller juryen i andre tilfælde hvor det vurderes passende (se regel 163.2)*

Når Startdommeren vurderer en mundtlig protest indgivet på stedet af en atlet, fordi atleten er anklaget for at foretage en tyvstart, skal han overveje alle de tilgængelige oplysninger og i tilfælde af, at der bare er den mindste mulighed for at atletens protest kan være gyldig, bør han tillade atleten at konkurrere under protest. Efter løbet skal en endelig beslutning dog træffes af øvelseslederen. Beslutningen kan dog derefter appelleres videre til juryen. Øvelseslederen skal ikke tillade en atlet at konkurrere under protest, hvis tyvstarten er blevet



registreret af et SIS, Start Information System, som ser ud til at fungere ordentligt, eller i tilfælde hvor det visuelt observeret var meget klart, at atleten har tyvstartet og der derfor ikke er en gyldig grund til at tillade protesten.

Disse regler gælder ikke kun, hvor en Starter ikke har tilbagekaldt tyvstart, men også hvor en starter ikke afbrød en unfair start. I begge tilfælde skal øvelseslederen overveje alle de faktorer der er involveret i den konkrete sag, og skal afgøre, om løbet (eller en del af det) skal løbes om.

Her følger to eksempler på ekstreme situationer i relation til reglen: Det vil ikke være logisk eller nødvendigt at løbe et maratonløb om, i et tilfælde hvor en atlet som gennemfører løbet var ansvarlige for en ikke-tilbagekaldt tyvstart. Det samme vil dog sandsynligvis ikke være tilfældet i en sprintøvelse, hvor en atlet er ansvarlig for en ikke-tilbagekaldt tyvstart, da dette kan have påvirket starten og det efterfølgende løb for andre atleter. På den anden side kan man også sige, at hvis for eksempel et indledende heat ved et stævne, eller måske tydeligere i et løb i en mangelkamp, at kun én eller nogle få atleter blev dårligere stillet, via en manglende tilbagekaldelse af en tyvstart, eller ved en manglende afbrydelse af en start der kunne kræve det, da kan øvelseslederen beslutte, at kun de atleter der blev dårligere stillet, skal gives mulighed for at løbe igen - og hvis, da også under hvilke betingelser omløbet skal foregå. Regel 146.4 (c) dækker den situation, hvor en atlet fejlagtigt er dømt for en tyvstart, og er diskvalificeret fra et løb via et rødt/sort kort

5. Såfremt en udøver i tekniske øvelser umiddelbart protesterer mundtligt mod, at et forsøg dømmes ugyldigt, kan øvelseslederen hvis han er den mindste smule i tvivl, forlange forsøget målt og noteret, sådan at resultatet vil kunne benyttes, dersom senere afgørelser skulle komme frem til, at forsøget *var* gyldigt.

Såfremt protesten:

- (a) Nedlægges i løbet af konkurrencens tre første runder i en teknisk øvelse (bortset fra højde- og stangspring), og der er mere end 8 udøvere som konkurrerer, og udøveren kun vil gå videre til finalerunderne, hvis protesten gives medhold, kan øvelseslederen tillade, at udøveren må deltage i finalerunderne under protest, for at udøverens rettigheder skal være varetaget.
- (b) Nedlægges i en højde- eller stangspringsøvelse, og hvor udøveren vil kunne fortsætte konkurrencen på en højere højde, dersom han får medhold, kan øvelseslederen tillade udøveren at fortsætte under protest, for at udøverens rettigheder skal være varetaget.

Det forsøg, som protesten drejer sig om og alle senere forsøg foretaget af den samme udøver, bliver først gyldigt, hvis protesten endeligt bliver godtaget af øvelseslederen eller af juryen.

I tilfælde hvor øvelseslederen er sikker på, at en afgørelse er korrekt, især via egne observationer eller informationer modtaget fra en video-dommer, bør en udøver ikke få lov til at fortsætte.

Hvis man som øvelsesleder overvejer, om man skal foretage opmåling af et forsøg, som er genstand for en øjeblikkelig mundtlig protest, skal man som øvelsesleder:

- (a) Ikke opmåle forsøget, i tilfælde hvor der var et klart brud på reglerne, f.eks. et klart mærke lavet i voksen i længdespring, eller i en kasteøvelse, hvor redskabet klart er landet udenfor sektoren
- (b) Opmåle forsøget (uden for megen tøven, for ikke at forsinke konkurrencen) i tilfælde hvor der er tvivl.

Den gode måde at forvalte denne regel på betyder, at dommeren i sektoren eller sandgraven altid skal markere landingspunktet (undtagen i kasteøvelser, hvor redskabet tydeligt lander uden for sektoren), selv når der ses et rødt flag. Bortset fra muligheden for, at atleten kan lave en umiddelbar mundtlig protest, er det også muligt, at dommeren med flagene ved et uheld er kommet til at vise det forkerte flag.

6. Et resultat opnået i et forsøg hvortil der er knyttet en protest, samt alle andre resultater opnået af udøveren mens han konkurrerede "under protest", bliver først gyldige hvis en efterfølgende beslutning giver udøveren medhold, uanset om det er øvelseslederen eller juryen der foretager beslutningen.

Regel 146.6 gælder for alle øvelser, ikke kun de tekniske. Men i de tekniske øvelser, hvor der som følge af at en atlet konkurrerer "under protest", er en anden atlet der har fået lov til at fortsætte i konkurrencen, hvor han ellers ikke ville have gjort det, da vil denne atlets placeringer og eventuelle resultater forblive gyldige, uanset om atleten der konkurrerer "under protest" via en umiddelbar mundtlig protest, får medhold eller ej.

7. En anke til juryen skal indleveres inden 30 minutter
- (a) efter offentliggørelsen af det ændrede resultat af en øvelse, som følge af øvelseslederens afgørelse, eller
  - (b) efter adviseringen til de som protesterer, hvor protesten ikke medfører nogen ændring af noget resultat.
- Protesten skal være skriftlig, underskrevet af udøveren eller af en, som handler på udøverens vegne eller en officiel holdrepræsentant. Protesten skal vedlægges et depositum på USD 100 (eller tilsvarende beløb i anden valuta). Det deponerede beløb betales ikke tilbage, hvis protesten ikke bliver taget til følge. En udøver eller hold kan kun protestere, hvis de konkurrerer i samme runde af øvelsen, som protesten vedrører, eller deltager i en konkurrence, hvor et holds pointscore er blevet ført.

**Bemærkning:** *Den relevante øvelsesleder skal, når han/hun har taget sin beslutning om en protest, øjeblikkeligt informere stævnesekretariatet (TIC) om tidspunktet for beslutningen. Dersom øvelseslederen ikke har mulighed for mundtligt at kommunikere sin afgørelse til det/de relevante team(s)/udøver(e) vil den officielle tid for oplysningen om det ændrede resultat eller afgørelse, regnes fra det tidspunkt, hvor det slås op i stævnesekretariatet (TIC).*

**Kommentar:** *I nationale stævner er depositum sat til at være kr. 500,- (2018 - FM: 19.4.1).*

8. Juryen skal rådføre sig med alle for sagen relevante personer, herunder den relevante øvelsesleder (på nær hvor øvelseslederens beslutning bliver bakket fuldt op af juryens beslutning). Dersom juryen er i tvivl, kan andet tilgængeligt bevismateriale vurderes. Såfremt juryens vurderinger af dette materiale, inkluderet tilgængeligt videomateriale, ikke klarlægger situationen, skal afgørelsen fra øvelseslederen eller hoveddommeren i kapgang opretholdes.
9. En jury kan genåbne en sag, dersom nye relevante oplysninger eller materiale foreligger i sagen, og såfremt en ny beslutning vil kunne finde anvendelse. Normalt vil sådan en genovervejelse kun blive foretaget inden en medaljeoverrækkelse er afviklet, med mindre en relevant overordnet myndighed beslutter at omstændigheder retfærdiggør andet.  
Under særlige omstændigheder kan dommere (regel 126.2), øvelsesledere (regel 125.6) og juryen (regel 146.9) hver især genoverveje en beslutning taget af dem - hvis det stadig er relevant og praktisk at gøre det.
10. Beslutninger på punkter, som ikke dækkes af reglerne, skal efterfølgende meldes af juryens formand til øverste dommermyndighed der repræsenterer relevant forbund. (i Danmark, DAF-Tekniske Komité / Lovudvalg)
11. Juryens/overdommerens (i fravær af udnævnt jury/overdommer) øvelseslederens afgørelse, skal være endelig. Der skal ikke være yderligere ret til at appellere, herunder inkluderet til CAS.

## Regel 147 – Blandede konkurrencer for mænd og kvinder

1. Universelle konkurrencer såsom stafetløb eller andre holdkonkurrencer, hvor mænd og kvinder konkurrerer sammen, eller konkurrencer hvor mænd og kvinder konkurrerer om en enkelt klassificering, er tilladt i overensstemmelse med gældende regler fastlagt af den aktuelt relevante overordnede myndighed for konkurrencen.
2. Undtagen for konkurrencer afholdt i henhold til regel 147.1, skal blandede konkurrencer med deltagelse af mænd og kvinder som i sin helhed holdes inde på stadion, normalt ikke tillades.  
Imidlertid kan sådanne blandede konkurrencer tillades i tekniske øvelser og i løb som er 5000 m eller længere, udtagen i konkurrencer, som hører ind under IAAF's regel 1.1.a, b, c, d, e, f, g og h.  
I konkurrencer, som hører ind under IAAF's regel 1.1 (i) og (j) kan sådanne blandede konkurrencer i tekniske øvelser og i løb som er 5000 m eller længere tillades, dersom vedkommende kontinentalforbund eller medlemsforbund tillader det.

**Bemærkning (I):** *For blandede konkurrencer i tekniske øvelser, skal der benyttes separate resultatlistor, og resultater angives for hvert køn. I løb skal kønnet oplyses på resultatlisten på hver udøver.*

**Bemærkning (II):** *Blandede konkurrencer i løbeøvelser – som tilladt under denne regel - kan afholdes, hvor der ikke er et tilstrækkeligt antal udøvere af det ene eller andet køn til at afholde konkurrencer med separate løb.*

**Bemærkning (III):** *Blandede konkurrencer i løbeøvelser må ikke under nogen omstændigheder afholdes, så det tillader udøvere af et køn at blive pacet eller hjulpet af udøvere af det andet køn.*

### National regel:

Det er ved danske stævner tilladt at afvikle blandede konkurrencer - også i løbeøvelser for distancer kortere end 5000 m, dog undtaget danske seniormesterskaber samt stævner, der har international status. Det skal for løbeøvelsernes vedkommende i resultatlisten angives, hvis der har været løbet i blandet konkurrence. Resultaterne opnået i blandede konkurrencer kan således godkendes til nationale ranglister mv., såfremt de øvrige regler for øvelsernes afvikling har været overholdt.

Formålet med regel 147.2 er at støtte op om afviklingen af tekniske øvelser og løb på 5000m eller længere, eller når kun et lille antal atleter af hvert eller begge køn er tilmeldt et stævne af længere varighed (f.eks. i 10.000 m kapgang på bane), og hvor omstændigheder for stævneafviklingen derfor gør det svært at programsætte særskilte løb i tidsskemaet. Reglens hensigt er derfor *ikke* at give mulighed for kvinder til at konkurrere i løb mod mænd, for at opnå potentielt bedre præstationsmuligheder.

Blandet konkurrence i tekniske øvelser og i løb på 5000 m eller længere er:

- (a) Tilladt i alle nationale konkurrencer, alene underlagt reglerne i det pågældende nationale forbund.  
[Ingen yderligere tilladelse er påkrævet]
- (b) Tilladt i konkurrencer afholdt i henhold til regel 1.1, nr. i) og j), hvis specifikt tilladt af det pågældende nationale forbund eller områdeforbund.
- (c) Ikke tilladt i en konkurrence afholdt i henhold til regel 1.1, litra (a) til (h).

I tilfælde af blandet konkurrence i højde- og stangspring, skal reglerne 181 til 183 nøje overholdes - herunder at overligggeren skal hæves i overensstemmelse med de aftalte intervaller for hævnning af overligggeren, for hele konkurrencen.

Der er også restriktioner for anerkendelse af verdensrekord sat i blandet konkurrencer - se Regel 260.1 (med henvisning til løb på 5000m og længere) og 261 (med henvisning til løb på landevej for kvinder). Regel 261 - Bemærkning (ii) giver vejledning om, hvordan afviklingen af et løb alene for kvinder kan foregå (på en måde der gør det muligt, at sætte en rekord for kvinder, i et løb kun afviklet for kvinder) i en situation hvor både mænd og kvinder kan deltage/deltager. [Se også Regler 132.2 og 132.3]

## Regel 148 – Kontrol af afstande og opmålinger

1. Nøjagtigheden af optegning og installation af atletikfaciliteter under regel 140 og regel 149.2 skal kontrolleres af en tilstrækkelig kvalificeret landmåler, som skal levere passende certifikater, indeholdende alle foretagne kontrolopmålinger til den relevante myndighed / forbund eller/og til ejeren eller driftsansvarlige for faciliteten. Landmåleren skal gives fuld adgang til stadiontegninger og seneste opmålingsrapport, med det formål at verificere disse.
2. I internationale mesterskaber skal alle mål foretages med målebånd eller målestok af stål eller et godkendt teknisk måleinstrument. Sådanne måleinstrumenter skal være fremstillet og kalibreret i henhold til internationale standarder.  
I andre stævner end internationale mesterskaber kan der bruges målebånd af glasfiber. Målenøjagtigheden for alt måleudstyr, som bliver benyttet, skal være certificeret af godkendt kontrolinstans.  
*Bemærkning: For forhold, som gælder godkendelse af rekorder, se regel 260.17 (a).*

## Regel 149 – Resultaters gyldighed

1. Ingen præstation er gyldig, medmindre den er udført under en officiel konkurrence arrangeret i overensstemmelse med reglerne.
2. Resultater opnået i discipliner der normalt udføres på stadion, men i visse situationer bliver lavet uden for traditionelle atletikfaciliteter (som dem der holdes på bytorve, andre sportsfaciliteter, strande osv.) eller midlertidigt faciliteter bygget på et stadion, skal være gyldige og kunne anerkendes til alle formål, hvis de er underlagt alle følgende betingelser:
  - (a) Den relevante overordnede myndighed (forbund) har som foreskrevet i regel 1 til 3 givet tilladelse til konkurrencen;
  - (b) En tilstrækkelig kvalificeret gruppe dommere skal være udpeget til at afvikle konkurrencen. I internationale konkurrencer skal der være National Technical Officials udpeget;
  - (c) Godkendt udstyr og redskaber i overensstemmelse med reglerne bliver anvendt; og
  - (d) Øvelsen bliver afviklet på et konkurrenceområde eller en facilitet der er i overensstemmelse med regel 148 på konkurrencedagen.

*Bemærkning: De gældende standardformularer der skal bruges til rapportering af, om konkurrenceområde eller facilitetens overensstemmelse med reglerne, er tilgængelige fra IAAF's kontor, eller kan downloades fra IAAFs hjemmeside.*

Hvis en konkurrence beskrevet i regel 149.2 afvikles over mere end en dag, skal kontrollen af faciliteten foretages på dagen for afviklingen den første øvelse. Hvis kontrollanten på tilfredsstillende vis kan få sikkerhed for, at der ikke vil blive flyttet om på eller ændret ved de kontrollerede faciliteter, så kan kontrollen være afsluttet op til to dage før dagen for den første øvelse.

3. Resultater foretaget i henhold til disse regler i indledende runder, i omspring i højde- og stangspring, under alle konkurrencer eller dele af konkurrencer, der efterfølgende bliver erklæret ugyldig under bestemmelser i regel 125.7, 146.4 (b), 163.2 eller 180.20 eller i individuelle øvelser i mangekamps konkurrencer, uanset om atleten ikke fuldfører hele mangekampen, vil normalt blive betragtet som gyldige til formål som statistik, rekorder, ranglister og opnåelse af kvalifikationskrav.

IAAF har undtagelsesvis bestemt, udelukkende til formål at afgøre, om en atlet har opnået kvalifikationskrav til en mangekamp:

"Betingelserne skal være opfyldt i hver enkelt af de individuelle øvelser, bortset fra i øvelser hvor der måles vind, hvor mindste en af følgende betingelser skal være opfyldt:

- (a) Vindhastigheden i en enkelt øvelse må ikke overskride + 4 meter pr. sekund.
- (b) Den gennemsnitlige vindhastighed (beregnet som summen af vindhastigheder, målt i hver enkelt disciplin, divideret med antallet af sådanne discipliner) må ikke overskride + 2 meter pr. sekund. "

## Regel 150 – Video

I konkurrencer i henhold til regel 1.1 litra (a), (b) og (c), og hvis muligt i andre konkurrencer, skal der laves en tilfredsstillende officiel videooptagelse af alle discipliner, til den teknisk delegerede. Det bør være passende kvalitet til at understøtte en videodommers rolle, og til i andre situationer at vise den præcise præstation og enhver overtrædelse af reglerne.

Specifikke oplysninger findes i IAAF Video Recording og Video Referee Retningslinjer, som kan downloades fra IAAFs hjemmeside.

Anvendes en videodommer til et stævne, vil det på mange områder kunne få stor indflydelse på det praktiske overblik, med mange aspekter af disse konkurrencer, hvor tilstrækkelig videoindsamlings- og afspilningssystemer er tilgængelige.

Video-dommeren vil generelt kunne handle proaktivt med hensyn til løbeøvelserne (fx ved starten, overtrædelse af kurvelinjer, skubben og obstruktion, indløb fra baner for tidligt, stafetskifter). Hvis mængden af kameraer og udstyr er tilstrækkeligt i nogle eller alle tekniske discipliner, kan videodommeren komme til at spille en lignende rolle, men normalt på en mere reaktiv måde, når markeringsdommeren eller øvelseslederen ønsker yderligere undersøgelse eller gennemgang af en bestemt hændelse.

I tilfælde af løbediscipliner vil videodommeren observere løbene på en eller flere skærme i videorummet og efterfølgende baseret på enten hans egne observationer eller efter henvisning fra en øvelsesleder eller overdommer i konkurrence området, undersøge et eller flere særlige spørgsmål, ved at kigge alle tilgængelige optagelser. Hvis det, som følge af gennemsyn af video er klart, at der er sket en overtrædelse af reglerne, så skal han tage de nødvendige beslutninger og formidle det til løbslederen og chefen for fotofinish-dommerne. På tilsvarende måde kan han undersøge løb på baggrund af rapporter fra en bane- eller løbsdommer om en potentiel regelovertrædelse. Desuden vil officielle videooptagelser som tidligere fortsætte med at blive brugt til hjælp med at håndtere protester og appeller. Det er blevet almindeligt for erfarne specialister/virksomheder, at levere en eksisterende videoservice til stævner, i stedet for at arrangører selv opretter deres egne. Imidlertid kan begge muligheder benyttes.

*Bemærkning: Videodommere benyttes ikke ved danske atletikstævner.*

## Regel 151 – Pointberegning

I konkurrencer, hvor resultatet bliver afgjort med point, skal pointberegningen være godkendt af alle deltagende hold, før konkurrencen starter.

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 3 – LØBEØVELSER

Regel 163.2, 163.6 (udtagen i henhold til regel 230.12 og 240.09), 164.14, 164.2, 165 og 167,1 gælder også for Kapitel VII, VIII og IX.

### Regel 160 – Måling af løbebaner

1. Løbebanen skal være 400 m og bestå af 2 parallelle langsider og 2 sving med samme radius. Banens inderside skal være markeret med en sarg af passende materiale, som skal være malet hvid med en højde på 50 - 65 mm og en bredde på 50 – 250 mm. Sargen på den lige del af langsiden kan udelades og erstattes af en hvid streg på 50 mm.

Hvis en del af sargen fjernes i et sving pga. afvikling af tekniske øvelser, skal indersiden i stedet markeres med en 50mm bred hvid streg samtidig med, at der på strengen placeres flag eller plastkegler, mindst 20 cm høje, og placeret med maksimum 4 meters mellemrum.

Kegler eller flag skal placeres, sådan at de dækker strengen til venstre i banen med kanten af keglen helt ud til kanten af banen. Dette skal også anvendes i den kurvede del af forhindringsbanen, hvor udøverne forlader hovedbanen for at passere vandgraven, og den ydre halvdel af banen i tilfælde af starter iflg. regel 162.10 og – valgfrit - til langsiderne, i dette sidste tilfælde i intervaller på max. 10 m. (Ved brug af flag sættes disse på strengen på samme måde som kegler og have en hældning i forhold til underlaget på 60 grader, pegende væk fra løbebanen).

**Bemærkning:** Stedet hvor sarg-/banelinjen, overgår fra en kurvet linje til en ret linje - eller fra en ret linje til en kurvet linje, skal markeres på den hvide linje med en tydelig farvet markering 50mmx50mm, og en kegle skal placeres ved disse punkter, når der afvikles løb.

2. Længdemåling af banen skal ske 30 cm fra sargens yderkant, eller hvor der ikke er sarg, 20 cm fra sargens yderkant, eller hvor der ikke er sarg, 20 cm fra yderkanten af strengen, som markerer indersiden af de øvrige baner.

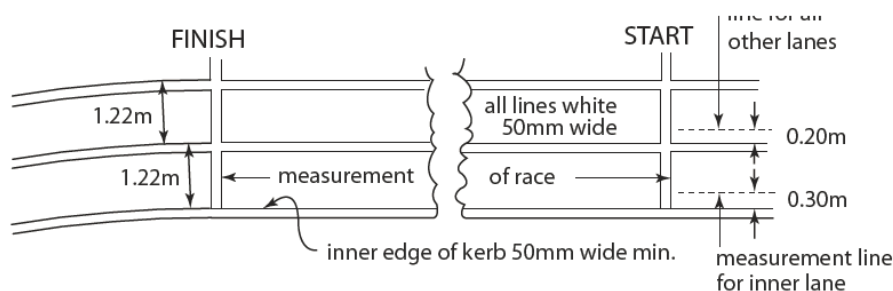


Figure 160 - Track measurements (infield view)

3. Distance måles fra den kant af startstrengen, som er længst fra mål, til den kant af målstrengen, som er nærmest start.
4. I alle løb op til og inklusive 400 m skal hver udøver have sin egen bane med en maksimum bredde på 1,22+/- 0,01 m, afmærket med 5 cm brede streger. Alle baner skal have samme bredde. Inderste bane måles som beskrevet ovenfor i pkt. 2, mens de øvrige baner skal måles 20 cm fra stregernes yderkant.

**Bemærkning:** Løbebaner (til alle løb) der er konstrueret før 1. januar 2004, må have en banebredde på max. 1,25 m. Når sådanne baner renoveres med ny belægning, skal de etableres i henhold til gældende regler. (Banebredde på max. 1,22 m +/- 0,01 m)

5. Ved internationale mesterskaber jf. regel 1.1 (a), (b), (c) og (f) skal der være mindst 8 rundbaner.
6. Den størst tilladte hældning på tværs af løbebanen er 1:100 (1%), medmindre specielle omstændigheder retfærdiggør, at IAAF tillader en undtagelse, og hældningen i løberetningen må ikke overstige 1:1000 (0,1%).
7. For at få en fuldstændig information om en arenas konstruktion, plan og afmærkning henvises til "IAAF Track and Field Facilities Manual". Denne regel indeholder kun de grundlæggende principper, som må følges.

Farveskema til brug for banemarkeringer findes i den "Track Marking Plan" der er en del af IAAF Track and Field Facilities Manual.

DAF har en tilsvarende oversigt der også indeholder de nationale distancer og hækafstende, samt markeringer for børne- og masters discipliner. Denne oversigt findes på DAF's hjemmeside.

## Regel 161 – Startblokke

1. Startblokke skal bruges i alle løb op til og med 400 m (inkluderet første etape af 4x 200 m, medley stafet, 4x400 m og 1000 m stafet) og skal ikke bruges på nogen anden distance. Når de er placeret på banen, må ingen del af startblokken overskride startlinjen eller komme ind på en anden løbebane, med den undtagelse, at en startbloks bageste del godt må overskride den ydre banelinje, så længe den ikke generer andre atleter.

**National regel:** *I børnestævner (aldersgrupper indtil 11 år) og i rene mastersheat kan det tillades at starte uden startblokke. Disse udøvere kan da benytte stående start også på distancer op til og med 400 m. For mastersudøvere er det også tilladt at benytte startblokken som støtte for den ene fod.*

2. Startblokkene skal være i overensstemmelse med følgende generelle specifikationer:
  - (a) Startblokken skal bestå af to fodplader hvorimod atleten presser sine fødder, når han indtager startpositionen, og som skal være fastgjort til en ufleksibel ramme. Fodpladerne skal være konstrueret helt ufleksible, og må ikke kunne give atleten nogen form for unfair hjælp. Rammen må på ingen måde kunne komme i vejen for atletens fødder, når disse forlader blokkene i starten.
  - (b) Fodpladerne skal være skrå/hældende, så de passer med atletens startposition - og de må være flade eller lettere konkave. Overfladen af fodpladerne skal kunne bruges med pigsko, enten via riller/fordybninger eller ved at overfladen er dækket med et passende materiale der tillader brugen af pigsko.
  - (c) Fastgørelsen af fodpladerne til startblokkens ramme, skal være justerbar, men må ikke kunne flytte sig under en start. I alle tilfælde skal fodpladerne kunne justeres såvel frem som tilbage i forhold til hinanden. Indstillingen skal sikres via faste klemmer, eller en låsemekanisme der let og hurtigt kan håndteres af atleterne.
  - (d) Startblokkene skal kunne sættes fast på løbebanen via en række pinde eller pigge, placeret således at de gør mindst mulig skade på banen. De skal ligeledes sikre at startblokkene hurtigt og nemt kan flyttes. Antallet og dimensionerne af piggene afhænger af banelægningen. Forankringen skal ikke tillade nogen form for bevægelse af startblokken under en start.
  - (e) Når en atlet bruger sin egen startblok, skal disse opfylde disse regler, men må i øvrige være af et hvilket som helst design og konstruktion, så længe det ikke vurderes at genere andre atleter.
3. I internationale mesterskaber og for ethvert resultat, som sendes ind for godkendelse som verdensrekord jf. regel 216 og 263, skal startblokkene have været koblet til et startkontrolsystem (SIS) godkendt af IAAF. Et sådant startkontrolsystem anbefales stærkt også for alle andre konkurrencer.

**Bemærkning:** *Tilmed kan der benyttes et automatisk tilbagekaldessystem, som tilfredsstiller reglerne.*

**Dansk bemærkning:** *Starteren og/eller recall-starteren bør bære hovedtelefoner for bedre at kunne høre lydsignalet som sendes, når systemet registrerer en tyvstart. (Det vil sige, hvis en udøver har en reaktionstid mindre end 1/100 sek.). Hvis starteren eller den udpegede recall-starter hører lydsignalet, og skuddet er affyret, skal feltet kaldes tilbage. Starteren skal afgøre hvilke(n) udøver(e), som har ansvaret for tyvstarten efter at have undersøgt reaktionstiderne fra startkontrolapparatet.*

4. I internationale mesterskaber, cup's og landskampe skal udøverne bruge arrangørens startblokke. I andre konkurrencer, på baner med kunststofbelægning, kan arrangøren forlange at kun arrangørens startblokke benyttes.

Denne regel skal også fortolkes således, at:

- (a) Ingen del af rammen eller fodpladerne må række ind over en startlinje.
- (b) Kun rammen (men ikke nogen del af fodpladen) kan strække sig ind i ydre baner, forudsat at det ikke genere. Dette afspejler den stående praksis, at atleter ved starten af løb der foregår i sving (200, 400 samt forskellige stafetter) placerer deres blokke vinklet i forhold til baneløbet, for at få den mest direkte løbelinje efter starten.

Brug af lysglimt ved starten, er tilladt og betragtes ikke som hjælp for døve eller hørehæmmede atleter. Det skal dog være atleten eller hans holds forpligtelse, at betale og tilbyde et sådant udstyr og dets kompatibilitet med det anvendte startsystemet i brug ved specielle stævner, medmindre der er udpeget en teknisk partner til stævnet, som kan tilbyde det.

## Regel 162 – Starten

1. Startstedet i løb skal markeres med en 5 cm bred streg. I alle løb uden inddelte baner skal startstregen være buet, sådan at løberne løber samme distance. Startpositionerne skal nummereres fra venstre mod højre set i løberetningen.

*Bemærkning (I): I tilfælde af, at en øvelse starter uden for stadion, kan startlinjen være op til 30 cm bred og måske af en helt anden farve for at være en tydelig kontrast til overfladen på startområdet.*

*Bemærkning (II): 1500m startlinjen eller enhver anden buet startlinje, må forlænges ud over den yderste bane, hvis dette område er belagt med den samme syntetiske overflade som løbebanen.*

Det forventes, for effektivt at kunne afvikle startprocedurerne, og for større stævner til på en ordentlig måde at kunne præsentere deltagerne i et løb, at atleterne når de er samlet ved startstregen, skal stå vendt i løberetningen.

2. Ved alle internationale stævner, med undtagelse som angivet i nedenstående bemærkning, skal starterens kommandoer udtales enten på starterens modersmål, på engelsk eller fransk.
  - (a) I alle løb op til og med 400 m (inkluderet 4x200 m, medley stafet som beskrevet i regel 170.1 og 4x400 m samt 1000 m stafet) er startkommandoerne: ”PÅ PLADSERNE” .... og... ”SET” (udtales ”sæt”),
  - (b) I løb længere end 400 m (undtaget 4x200 m, medley stafet, 4x400 m og 1000 m stafet, som defineret i regel 170.1) er startkommandoen kun... ”PÅ PLADSERNE”.
  - (c) Hvis starteren i alle løb under regel 162.5, ikke finder at alle er klar til startproceduren, eller til at fortsætte startproceduren hvis den er igangsat og atleterne er i ”PÅ PLADSERNE” position, skal han afbryde startproceduren med kommandoen ”OMSTART”/Rejs jer op”.

Alle løb skal normalt startes med en startpistol affyret op i luften.

*Bemærkning: I konkurrencer under IAAF regel 1.1(a),(b),(c),(e), og (i), skal starterens kommandoer kun gives på engelsk (se IAAF’s håndbog 162.3 for nærmere beskrivelse).*

Starteren må ikke igangsætte startprocedurerne, før han er sikker på, at tidtagerteamet er klar, såvel som dommerne mållinjen, og i løb op til og med 200m, vindmåleroperatøren. Kommunikationsprocessen mellem start- og målområdet, tidtagningsteamet mm. varierer afhængigt af niveauet på stævnet. Ved stævner organiseret i henhold til regel 1.1 (a)–(f), og mange andre højtrangerede stævner, er der altid en servicefunktion der er ansvarlig for den elektroniske tidtagning og Start Information System. I disse tilfælde vil der være teknikere, der er ansvarlige for kommunikationen. I andre stævner anvendes en række forskellige kommunikationssystemer og metoder, såsom walkie-talkies, telefoner eller ved hjælp af flag eller blinkende lys.

3. I alle løb op til og med 400 m (inkluderet første tur på 4x200 m, medley stafet, 4x400 m og 1000 m stafet) kan der kun tillades liggende start - og brug af startblokke er obligatorisk (*se dog national regel under 161.1*). Efter kommandoen ”PÅ PLADSERNE” skal udøveren nærme sig startstregen og indtage en position helt inden for sin tildelte bane og bag startstregen. En udøver må ikke berøre startstregen eller området foran startstregen, hverken med hænder eller fødder, når han er klar til start. Begge hænder og mindst et knæ skal berøre banen, og begge fødder skal have kontakt med startblokken. Efter kommandoen ”SET” skal løberne straks rejse sig til klarstilling og beholde hændernes berøring med banen, samt føddernes kontakt med startblokken. Når starteren er tilfreds med, at alle løberne er rolige i ”SET”-positionen, kan pistolen affyres.

I alle løb med liggende start, skal starteren, så snart løberne er stabile i deres blokke, hæve den hånd hvori han holder pistolen, - derefter skal han give kommandoen ”SET”. Han skal så afvente at alle løberne skal være stabile og rolige i deres ”færdige-position” - og skal derefter affyre pistolen. Starteren må ikke hæve armen for tidligt, især når manuel tidtagning anvendes. Han rådes til først at hæve armen, når han fornemmer at han er ved at skulle afgive kommandoen ”SET”. Der er ingen regel, der bestemmer den tid der skal gå mellem kommandoerne ”PÅ PLADSERNE” og ”SET” samt mellem kommandoen ”SET” og startskuddet. Starteren skal lade atleterne løbe, når de alle er ubevægelige i deres individuelt rigtige start position. Det betyder, at han måske, for visse starter, kan affyre pistolen ganske hurtigt, mens han andre gange måske må vente lidt længere, for at sikre, at alle løberne er stabile og rolige i deres startposition.

4. I løb længere end 400 m (undtaget 4x200 m, medley stafet, 4x400 m og 1000 m stafet) skal alle starter foregå fra stående position. Efter kommandoen ”PÅ PLADSERNE” skal udøveren nærme sig startstregen og indtage en position bag startlinjen (helt i den tildelte bane i løb, som startes i baner). En udøver må ikke berøre startstregen eller området foran startstregen, hverken med hånd, hænder eller fødder,

når han/hun er på pladserne. Når starteren er tilfreds med, at alle løberne er rolige i den korrekte position, kan pistolen affyres.

5. Efter kommandoerne ”PÅ PLADSERNE” eller ”SET”, hvor dette benyttes, skal løberne umiddelbart og uden forsinkelse indtage den endelige startstilling.

Hvis starteren af en eller anden grund finder, at ikke alle er klar til start efter, at løberne har indtaget deres pladser, skal han bede løberne om at rejse sig, og startermedhjælperen samle dem igen. (Se også regel 130).

Dersom en udøver efter starterens opfattelse:

- (a) Efter at startkommandoerne ”PÅ PLADSERNE” eller ”SET” er givet, og før skuddet er affyret, afbryder starten f.eks. ved at hæve armen og/eller rejser sig op, uden at der foreligger noget grundlag for det (et sådant grundlag skal vurderes af leder for løb); eller
- (b) Ikke efterkommer startkommandoerne ”PÅ PLADSERNE” eller ”SET”, eller indtager den endelige startstilling efter en rimelig tid; eller
- (c) Efter kommandoerne ”PÅ PLADSERNE” eller ”SET” forstyrrer medkonkurrenterne ved lyde, bevægelser eller på anden måde,

skal starteren afbryde startproceduren.

Løbslederen kan i sådanne tilfælde give advarsel for upassende eller usportslig opførsel (inkluderet diskvalifikation, dersom vedkommende tidligere i stævnet allerede har fået en advarsel grundet upassende eller usportslig opførsel) i henhold til regel 125.5 og regel 145.2. Løbslederen skal da *ikke* vise et grønt kort. I tilfælde, hvor udenfor liggende årsager bliver vurderet som årsag til, at starten blev afbrudt, eller at løbslederen ikke er enig i starterens afgørelse, skal hele feltet vises et grønt kort for at sandsynliggøre, at ingen udøver var skyldig i nogen tyvstart.

Opdeling af reglerne for starten, i forskellige disciplinære forhold (regel 162.5) og tyvstarter (Regler 162.7 og 162.8) sikrer, at hele feltet blev ikke straffet for handlinger begået af en enkelt atlet. Det er vigtigt for at opretholde hensigten med denne opdeling, at startere og øvelsesledere ser efter anvendelse for regel 162.5, lige så meget som i at have øje for tyvstarter.

En sådan adfærd, om forsætlig eller måske utilsigtet pga. nervøsitet, bør medføre at regel 162.5 anvendes, dog med opmærksomhed på, at hvis starteren er af den opfattelse, at det var utilsigtet, da vil anvendelsen af regel 162.2 (c) kun være passende. Omvendt vil der være tilfælde, hvor en atlet har ret til at anmode om en udsættelse af starten af legitime grunde. Det er derfor vigtigt, at startdommeren (i særdeleshed) lægger vægt på omgivelserne og forhold omkring starten, især i forhold til faktorer som starteren måske ikke er opmærksom på, fordi han fokuserer på at forberede sig til selve starter og/eller er iført hovedtelefoner og derfor ikke kan høre og opfatte forstyrrende lyde og generel uro. I alle sådanne tilfælde skal starteren og øvelseslederen handle med rimelighed, samt effektivt og tydeligt angive deres beslutninger. Hvis nødvendigt og muligt, kan grundene for beslutninger meddeles til atleterne i løbet og hvis muligt eller ønskeligt også til speakere, TV-team mv. gerne gennem stævnets kommunikationsnetværk. Et grønt kort skal på intet tidspunkt vises, når der gives et gul eller rødt kort. Undgå signalforvirring!

### **Tyvstart**

6. Når et IAAF godkendt startkontrolsystem (SIS) anvendes, skal starteren og/eller den udpegede recall-starter bære hovedtelefoner, for helt klart at kunne høre det akustiske signal som udsendes, når apparatet angiver en mulig tyvstart (dvs. hvis reaktionstiden er mindre end 0.100 sekund).

Så snart starteren og/eller recall-starteren hører det akustiske signal, og hvis pistolen er affyret, skal der foretages et recall, og starteren skal øjeblikkeligt undersøge reaktionstiderne på startkontrolapparatet for at bekræfte hvilken/hvilke udøver(e), der er ansvarlig for recallet.

*Bemærkning:* Et IAAF SIS skal fremover indgå som en del af relevant information til at afsige korrekte afgørelser om tyvstarter.

7. En udøver skal, efter at han har indtaget endelig startstilling, ikke påbegynde sin startbevægelse før efter startsignalet fra startpistolen. Dersom udøveren efter starterens eller en af recall-starternes opfattelse ikke har ventet til efter startsignalet, skal det bedømmes som tyvstart.

*Bemærkning (i):* Hvis en udøver foretager en bevægelse, som ikke inkluderer eller resulterer i, at udøverens fod/fødder mister kontakt med fodpladen/fodpladerne på startblokken, eller en udøvers hånd/hænder mister kontakt med jorden, anses det ikke for at være begyndelsen på udøverens start. Sådanne tilfælde kan, hvis det er anvendeligt, blive genstand for en disciplinær advarsel eller diskvalifikation.

Hvis starteren dog vurderer, at atleten igangsatte en startbevægelse der ikke blev afbrudt igen, men fortsatte over i den endelige startbevægelse, inden han hørte startskuddet, så skal der tildeles en tyvstart.

*Bemærkning (ii):* Udøvere, som starter løb i en stående position, er mere tilbøjelige til overbalance. Hvis en sådan bevægelse bedømmes til at være et uheld, skal starten anses for at være



*”uroelig”. Hvis en udøver skubbes eller puffes over startlinjen før starten, skal udøveren ikke straffes. Enhver udøver, som dog er årsag til en sådan hændelse, kan blive genstand for en disciplinær advarsel eller diskvalifikation.*

Generelt skal der ikke dømmes tyvstart, hvis ikke atleten har mistet kontakt med enten jorden eller fodpladerne på startblokken. Det bør ikke resultere i en tyvstart, hvis en atlet i ”SET” positionen f.eks. bevæger sine hofter op, men så flytter dem ned igen, uden at hans hænder eller fødder, på noget tidspunkt, taber kontakt med jorden eller fodpladerne. Det kan dog være en grund til at advare atleten for ukorrekt adfærd, i henhold til regel 162.5 (eller diskvalificere, hvis der har været en tidligere advarsel).

I tilfælde af en "rullende start", hvor starteren (eller Recall-starter) er af den opfattelse, at en atlet bevidst har rykket i starten, via en del mindre bevægelser, uden dog at bevæge sine hænder eller fødder før pistolen lød, skal løbet skydes af og genstartes. Dette kan gøres ved af starteren selv eller Recall-starteren, men det vil være starter, der er i den bedste position til at dømme i en sådan sag, da kun han kender fingerens position på pistolens aftrækker i forhold til hvornår atleten begyndte sin bevægelse. I de tilfælde hvor starteren er sikker på, at atletens bevægelse begyndte før startskuddet, skal der dømmes tyvstart.

Med hensyn til bemærkning (ii) skal starter og løbsleder undgå at være over ivrige i anvendelsen af regel 162.7 ved de øvelser der starter fra stående stilling. Sådanne tilfælde er sjældne og forekommer normalt utilsigtet, da det er lettere at få overbalance fra stående start end fra liggende. Det er ikke hensigten at disse starter skal straffes uforholdsmæssigt. Hvis en sådan bevægelse blev betragtet som utilsigtet, opfordres starter og løbsleder til først at overveje at kalde starten "ubevidst", og fortsætte startproceduren i henhold til regel 162.2 (c). Gentager praksis sig dog, kan det give starter og/eller løbslederen ret til at overveje at anvende enten tyvstart eller disciplinære procedurer, som det bedst kan passe sig i situationen.

8. Med undtagelse af i manglekamp skal enhver udøver, som tyvstarter, diskvalificeres af starteren.  
Ang. Manglekamp, se regel 200.8 (c).

**National regel:** *For børn og ungdom indtil 16 år, samt i rene masterskonkurrencer skal en udøver, som er ansvarlig for to tyvstarter, diskvalificeres.*

**Bemærkning:** Når en eller flere atleter tyvstarter, er andre tilbøjelige til at følge med, og strengt taget har alle der løber tidligere end startskuddet foretaget en tyvstart, uanset årsagen. Starteren skal kun advare eller diskvalificere den eller de atleter, der efter hans mening er ansvarlig tyvstarten. Dette kan resultere i at mere end én atlet bliver advaret eller diskvalificeret. Hvis tyvstarten ikke skyldes nogen bestemt atlet eller atleter, skal der ikke gives advarsler. Et grønt kort skal da vises til alle atleterne.

9. I tilfælde af tyvstart skal startermedhjælperen følge følgende procedure:

Med undtagelse af i manglekamp skal udøvere, som blev bedømt til at være ansvarlig for tyvstarten, diskvalificeres. Et rødt/sort kort (diagonalt halveret) skal vises for pågældende udøvere, og tilsvarende indikation skal vises på deres banemarkør.

I manglekamp skal udøvere, som blev bedømt til at være ansvarlig for første tyvstart i et felt, gives en advarsel, og et gult/sort kort (diagonalt halveret) skal vises for pågældende udøvere, og tilsvarende indikation skal vises på deres banemarkør. Samtidig skal hele startfeltet vises et gult/sort kort for at varsle om, at enhver udøver, som i næste startforsøg bliver anset for at være ansvarlig for tyvstart, diskvalificeres. Et rødt/sort kort (diagonalt halveret) skal vises for pågældende udøvere, og tilsvarende indikation skal vises på deres banemarkør.

Det anbefales, at størrelsen på de diagonalt halverede kort er A5 og at de er dobbeltsidet. Bemærk, at den tilsvarende angivelse på evt. baneskilte kan forblive gul og rød som tidligere, for at undgå unødvendige omkostninger ved at ændre på eksisterende udstyr.

10. Hvis starteren eller en recall-starter mener, at starten ikke er korrekt og retfærdig, skal løberne kaldes tilbage med et skud.

Henvisningen til en retfærdig start vedrører ikke kun tyvstarter. Denne regel skal også gælde i andre situationer som f.eks. startblokke der glider, et fremmedlegeme (papirstykke, plasticpose, lyde mm.) der forstyrrer en eller flere atleter under en start osv.

**National Bemærkning:** *Ved nationale stævner kan starter eller recall-starter kalde løberne tilbage med et fløjtesignal.*

**1.000m, 2.000m, 3.000m, 5.000m og 10.000 m.**

11. Når der er mere end 12 løbere i et løb, kan disse deles i to grupper. Gruppe 1, som skal bestå af ca. 65 % af løberne, starter fra den ordinære buede startlinje. Gruppe 2, som skal bestå af de resterende løbere, starter fra en buet startlinje, som trækkes over den ydre part af løbebanen. Disse skal løbe i banens ydre halvpart ud af første sving, som skal markeres med kegler, som beskrevet i regel 160.1.

Den ekstra startlinje skal måles og afmærkes sådan, at alle løbere får samme distance til mål.

Den buede linje efter slutningen på første sving på 800 m, sådan som den er beskrevet i regel 163.5, viser, hvor løberne fra den ydre gruppe på 2.000 m og 10.000 m kan blande sig med løberne, som er startet fra den ordinære startstreg. Banen skal afmærkes ved indgangen til opløbssiden for gruppestart på 1.000 m, 3.000 m og 5.000 m for at vise, hvor løberne fra den ydre gruppe kan blande sig med løberne, som er startet fra den normale startstreg. Dette mærke bør være et 5x5 cm mærke på linjen mellem 4. og 5. bane (mellem 3. og 4. bane på 6 baners anlæg), hvor der placeres et flag eller kegle indtil de to grupper har passeret.

**National Kommentar:**

*Dette betyder, at på et 6 baners anlæg markeres startstregen for ydre gruppe fra bane 4 og udover. For 8 baners anlæg fra bane 5 og udover. Banestregen for ydre gruppe bør markeres med flag eller kegler på samme måde, som hvor der ikke er sarg. Flag eller kegler skal stå på venstre side af stregen set i løberetningen og flagets eller keglens fod skal dække stregen.*

**Regel 163 – Løbet**

1. Der skal løbes eller gås med venstre side mod sargen. Banerne skal nummereres med inderbanen som bane 1.

Hvor forholdene tillader det, og banerne er korrekt opmålt, kan sprintløb på ligeud-baner også løbes i modsat retning og på modsat opløbsside med sarg på højre side.

**Skub, mas og puffen... kamp om placeringer?**

2. Hvis en udøver under en konkurrence bliver skubbet eller vejen spærret for at hindre udøverens fremdrift, kan følgende ske:

- (a) Hvis skubberiet eller spærringen anses for ikke at være sket med vilje eller forårsaget på anden vis af en udøver, kan løbslederen, hvis han/hun mener, at en udøver (eller dennes hold) blev alvorligt generet af det, i overensstemmelse med regel 125.7 eller regel 146.4 beordre omløb for den/de berørte udøvere (eller hold), eller tillade at de berørte kan konkurrere i en efterfølgende runde af konkurrencen.
- (b) Hvis løbslederen anser en anden udøver for at være ansvarlig for skubberiet eller spærringen, kan denne udøver (eller dennes team) blive udsat for diskvalifikation fra denne konkurrence. Løbslederen kan, hvis han/hun mener, at en udøver (eller dennes hold) blev alvorligt generet af det, i overensstemmelse med regel 125.7 eller regel 146.4 beordre omløb for den/de berørte udøvere (eller hold), eller tillade at de berørte kan konkurrere i en efterfølgende runde af konkurrencen.

*Bemærkning: I sager der vurderes alvorlige nok, kan regel 125.5 og 145.2 også finde anvendelse.*

I begge tilfælde, regel 163.2 (a) og (b) skulle sådanne udøvere (eller team) normalt have afsluttet konkurrencen i en reel kamp efter gældende regler.

**Løb udenfor linjerne**

3. (a) I løb på inddelte baner, skal hver udøver holde sig til sin tildelte bane, gennem hele løbet. Dette gælder også for de løb, som delvis foregår på inddelte baner.
- (b) I alle løb, eller dele af løb, som ikke løbes på inddelte baner, inkluderet ved gruppestart, sådan som beskrevet i regel 163.5(b) eller den markerede forhindringsbane, hvor denne afviger fra den normale bane, skal ingen løber træde eller løbe på sargen, eller inden for den eller banemarkeringen, (indersiden af banen, den ydre halvdel af banen, eller adskillelsen fra banen til vandgraven i forhindringsløbet).

Med undtagelse som nævnt i regel 163.4, skal løbslederen vurdere eventuelle meldinger fra banedommerne om udøvere, som ikke har holdt sin tildelte bane, og hvis han er enig, diskvalificere de aktuelle udøvere.

4. En udøver skal ikke diskvalificeres dersom han/hun:

- (a) Bliver skubbet eller på anden måde bliver tvunget til at løbe uden for sin bane, eller inden for sargen eller anden banemarkering, eller
- (b) Træder eller løber uden for sin bane på langsiderne eller nogen del af banen, hvor den deler sig til forhindringsbanens vandgrav, eller løber uden for den ydre linje af sin bane i svingene, og der ikke opnås væsentlig fordel ved dette, og ingen andre løbere bliver generet. Hvis atleten vinder væsentlig fordel ved at forlade sin bane, skal atleten diskvalificeres.

**Bemærkning:**

*Væsentlig fordel omfatter, på enhver måde at forbedre sin position i løbet, inklusive at komme fri af en "indelåst" position i løbet, ved at træde på eller løbe inden for kanten af banen.*

Denne bemærkning omhandler udtrykkeligt den praksis, hvor en atlet forsøger at forbedre sin position i løbet ved at løbe på indersiden af sargen (enten med vilje eller efter at være skubbet eller puffet derind af en anden løber) for derved at komme fri af en ”indelåst” position. Mens det normalt ikke vil føre til obligatorisk diskvalifikation, at løbe på indersiden af bane 1 på de lige dele af banen (til forskel fra at gøre det i svingene) har løbslederen nu beføjelse til at diskvalificere løberen, hvis han vurderer at løberen har draget fordel det, selvom den oprindelige årsag til at være der, var et resultat af skub eller puf i kampens hede. I sådanne tilfælde bør atleten øjeblikkeligt forsøge at vende tilbage til banen, uden at forsøge at vinde nogen fordel.

5. I konkurrencer under reglerne 1.1 og hvor det findes passende i andre stævner også:

- (a) Skal 800 m løbes på inddelte baner, indtil de er forbi den buede streg efter slutningen af første sving, hvor udøverne kan forlade deres baner.

Stregen, hvor udøverne kan forlade deres baner, trækkes som en buet streg, som er 5 cm bred.

For at tydeliggøre den buede linje for løberne, skal små kegler (eller prizmer) på 5x5 cm og ikke over 15 cm høje, og helst af en anden farve end den buede streg, placeres umiddelbart foran, hvor den buede streg krydser banestregene.

*Bemærkning: I konkurrencer under 1.1 (d) og (h) kan lande være enige om ikke at benytte inddelte baner.*

- (b) 1.000m, 2.000m, 3.000m, 5.000m og 10.000 m.

Når der er mere end 12 løbere i et løb, kan disse deles i to grupper. Gruppe 1, som skal bestå af ca. 65 % af løberne, starter fra den ordinære buede startlinje. Gruppe 2, som skal bestå af de resterende løbere, starter fra en buet startlinje, som trækkes over den ydre del af løbebanen. Gruppe 2 skal løbe i banens ydre halvdel ud af første sving, der skal markeres med kegler som beskrevet i regel 160.1.

Den ekstra startlinje skal måles og afmærkes sådan, at alle løbere får samme distance til mål.

Den buede linje efter slutningen på første sving på 800 m, sådan som den er beskrevet i regel 163.5 (a) viser, hvor løberne fra den ydre gruppe på 2.000 m og 10.000 m kan blande sig med løberne, som er startet fra den ordinære startstreg. Banen skal afmærkes ved indgangen til opløbssiden for gruppestart på 1.000 m, 3.000 m og 5.000 m for at vise, hvor løberne fra den ydre gruppe kan blande sig med løberne, som er startet fra den normale startstreg. Dette mærke bør være et 5x5 cm mærke på linjen mellem 4. og 5. bane (mellem 3. og 4. bane på 6 baners anlæg), hvor der placeres et flag eller kegle indtil de to grupper har passeret.

*Kommentar: Dette betyder, at på et 6 baners anlæg markeres startstregen for ydre gruppe fra bane 4 og udover. For 8 baners anlæg fra bane 5 og udover. Banestregen for ydre gruppe bør markeres med flag eller kegler, på samme måde som hvor der ikke er sarg. Flag eller kegler skal stå på venstre side af stregen set i løberetningen, og flagets eller keglens fod skal dække stregen.*

- (c) Hvis en udøver ikke følger denne regel, skal vedkommende eller i tilfælde af stafet vedkommendes hold, diskvalificeres.

#### **At forlade banen**

6. En udøver, som frivilligt forlader løbebanen, skal ikke tillades at fortsætte løbekonkurrencen og skal noteres som ikke afsluttende konkurrencen. Skulle udøveren forsøge at genindtræde i løbekonkurrencen, skal løbslederen diskvalificere vedkommende.

#### **Kontrolmærker**

7. Undtaget som beskrevet i regel 170.4, hvor hele stafetten eller første del af den løbes på inddelte baner, må løberne ikke hjælpe sig selv ved at lave tjekmærker eller placere genstande på eller ved siden af løbebanen. Løbsdommeren skal bede løberen rette sin evt. markering så den opfylder reglen. Gør løberen ikke dette, skal dommeren selv fjerne markeringen.

*Bemærkning: Reglerne 125.5 og 145.2 kan komme i spil ved alvorlige overtrædelser af denne regel.*

#### **Vindmåling**

8. Alt udstyr til vindmåling skal være fremstillet og kalibreret i henhold til internationale standarder. De anvendte vindmålere skal være godkendt af en behørig organisation, akkrediteret af det nationale akkrediteringsorgan, i Danmark, DANAK.

9. Ikke-mekaniske vindmålere skal anvendes i alle internationale konkurrencer under 1.1 (a) til (h) og skal være anvendt ved ethvert opnået resultat der søger godkendelse som verdensrekord.

En mekanisk vindmåler skal være tilstrækkeligt afskærmet for sidevind. Hvor der benyttes rør som afskærmning, skal dette rør på begge sider af måleinstrumentet, mindst have en længde som er det dobbelte af rørets diameter.

10. Løbslederen skal sikre sig, at vindmåleren i løbeøvelser er placeret på langsiden nær bane 1,50m før målstregen. Måleren skal stå i højden 1,22 m og ikke være mere end 2 m fra løbebanen.
11. Vindmåleren kan startes og stoppes enten manuelt eller automatisk og fjernstyret, og aflæsningen overføres direkte til konkurrencens anvendte datasystem.
12. Vindstyrken skal måles i følgende perioder, fra glimt/røgdudslaget fra pistolen eller andet godkendt startapparat:
 

100 m løb	10 sek.
100 m hæk	13 sek.
110 m hæk	13 sek.
200 m løb	10 sek. .... som begynder når første løber kommer ind på langsiden.
13. Vindstyrken skal måles i m/sek., afrundet til næste højere 1/10 af m/sek. målt i \*positiv retning.  
**\*positiv retning** betyder: En aflæsning på +2,03 m/sek. skal noteres som +2,1 m/sek. En aflæsning på -2,03 m/sek. skal noteres som -2,0 m/sek. Digitalmålere med aflæsning i 1/10 m/sek. skal være produceret så de efterkommer denne regel.

### Visning af mellemtider

14. Mellemtider og foreløbige vindertider må speakes officielt og/eller vises på officielle tidsdisplays. Ellers må disse tider ikke kommunikeres til udøverne af personer i konkurrenceområdet, uden at disse først er godkendt af løbslederen. Denne tilladelse skal kun gives, hvor der ikke forefindes et tidsdisplay synligt for udøverne på det relevante sted, og kun hvis tiderne vil blive offentliggjort for alle løbets deltagere.  
 Udøvere som modtager mellemtider, der er kommunikeret i modstrid med denne regel, skal bedømmes til at have modtaget assistance og skal dømmes efter bestemmelserne i regel 144.2.  
*Bemærkning: Konkurrenceområdet, som normalt omkranses af en fysisk barriere, er i denne henseende defineret som det område, hvor konkurrencen finder sted, og som kun har adgang for de konkurrerende udøvere og autoriserede personer, i overensstemmelse med de relevante regler og reguleringer for stævnet.*

### Drikke/svampe

15. (a) I baneløb på 5000 m og længere, kan arrangørerne tilbyde vand og svampe til udøverne, hvis vejrforholdene berettiger hertil.
- (b) I baneløb længere end 10.000 m skal der være forfrisknings-, vand- og svampestationer. Forfriskninger kan tilbydes enten af arrangøren eller udøveren selv, og de skal placeres, så de er nemme at få fat på, eller kan udleveres i hånden til udøverne af autoriserede personer.  
 Forfriskninger fra udøverne selv, skal holdes under opsyn af officials udpeget af arrangøren fra det tidspunkt, hvor forfriskningerne afleveres af udøverne eller deres repræsentanter. Disse officials skal sikre, at forfriskningerne ikke ændres eller forvanskes på nogen måde.
- (c) Hvis en atlet der modtager eller selv tager forfriskninger eller vand fra andre steder end de officielle stationer, bortset fra hvor der af løbsofficials af medicinske årsager tilbydes, eller hvis en atlet modtager forfriskninger fra en anden atlet, bør denne ved første givne lejlighed, tildeles en advarsel, ved normalt at vise et gult kort. Hvis regelbruddet gentages, skal dommeren diskvalificere atleten, normalt ved at vise et rødt kort. Atleten skal derefter straks forlade løbet og ruten.  
*Bemærkning: En atlet kan modtage eller videregive forfriskninger, vand eller svampe, fra en anden atlet, forudsat at disse blev båret fra start af løbet eller er indsamlet/modtaget på en officiel væskestation. Imidlertid, vil enhver gentagende (løbende) hjælp fra en atlet til en eller flere andre kunne betragtes som ulovlig hjælp, og advarsler og/eller diskvalifikationer som beskrevet ovenfor kan anvendes.*

### Regel 164 – Mål

1. Mål i løb skal markeres med en 5 cm bred streg.  
*Bemærkning: I tilfælde af, at en øvelse starter uden for stadion, kan mållinjen være op til 30 cm bred og måske af en helt anden farve, for at være en tydelig kontrast til overfladen på målområdet.*
2. I mål skal løberne rangeres i den rækkefølge kroppen (dvs. ”torsoen”, ikke hoved, hals, arme, ben hænder eller fødder) når vertikalplanet på den nærmeste kant af målstregen.
3. I løb, hvor tilbagelagt distance på en bestemt tid, f.eks. én times løb, er afgørende, skal starteren affyre et skud nøjagtigt et minut før tiden løber ud, for at varsle deltagerne og dommerne om, at løbet nærmer sig afslutningen. Nøjagtigt når tiden er gået, skal dette markeres med et nyt skud. Idet skuddet lyder for afslutning af løbet, skal de dommere, som er afsat til formålet, afmærke nøjagtigt, hvor hver enkelt løber berørte banen sidste gang

før/eller samtidigt med at skuddet lød. Den tilbagelagte distance måles til nærmeste hele meter bag løberens sidste fodmærke. Før starten skal der udnævnes mindst en dommer for hver løber, til at markere den tilbagelagte distance.

Guidelines for afvikling af ”En times løb” kan downloades fra IAAF’s hjemmeside.

## Regel 165 – Tidtagning

1. Tre metoder for tidtagning kan godtages som officielle:
  - (a) Manuel tidtagning,
  - (b) Helautomatisk elektronisk tidtagning,
  - (c) Tidtagning med transponder, som kun må anvendes i løb, i henhold til regel 230 (løb afviklet uden for bane), 240, 250, 251 og 252.
2. Manuelle og helautomatiske tider skal tages, i det øjeblik nogen del af løberens krop, dvs. torsoen (altså ikke hoved, hals, arme, ben, hænder eller fødder) når det lodrette plan, på den del af målstregen nærmest startstregen.
3. Tid skal registreres for alle løbere, som fuldfører distancen. Desuden skal, hvis det er muligt, alle omgangstider for alle løb, som er 800 m eller længere registreres. Dog kun for hver hele 1000 m på distancer, som er 3000 m eller mere.

**Bemærkning:** *I nationale konkurrencer er det ikke et krav, at der registreres omgangstider eller km-tider, men det anbefales dog ved mesterskaber, at deltagerne som minimum informeres om deres km-tider undervejs i løbet.*

### Manuel tidtagning

4. Tidtagerne skal placeres på linje med målstregen og helst på ydersiden af løbebanen. For at få god oversigt over målstregen, bør de om muligt placeres 5 m fra løbebanen på en trappe.
5. Tidtagerne skal benytte manuelt betjent digitalt tidtagersystem. Alle sådanne tidtagersystemer skal betragtes som ”ure” i forhold til reglerne.
6. Rundetider og andre mellemtider i henhold til regel 165.3 skal fastsættes af udpegede medlemmer af tidtagerteamet ved brug af ure, som registrerer mere end én tid, eller af ekstra udnævnte tidtagere.
7. Tiden, som skal registreres, er fra det tidspunkt glimtet/røgen ses fra pistolen.
8. Tre officielle tidtagere (hvoraf en skal være cheftidtager) og en eller to reservetidtagere, skal tage tiden på vinderen i hvert løb og for enhver anden præstation med rekordformål (for mangekamp, se regel 200.8.b). Tiden taget af reservetidtagerne skal ikke benyttes, medmindre et eller flere af de officielle ure svigter. I så fald træder reservetidtagerne ind i den rækkefølge, som er aftalt på forhånd, sådan at der i alle løb bliver tre ure, som registrerer vindertiden.
9. Hver tidtager skal optræde uafhængigt og skal skrive tiden ned på et personligt tidtagerkort, uden at vise sit ur til andre eller diskutere tiden med andre. Tidtagerne underskriver kortet og leverer det til tidtagerchefen (løbslederen), som desuden skal kunne kontrollere den opgivne tid med uret.
10. For alle løb, hvor der benyttes manuel tidtagning,
  - (a) skal tiderne for løb på bane noteres i næste højere 1/10 sek., hvis tiden ikke er på hel tiendedel.
  - (b) skal tiderne for løb, som foregår på helt eller delvis uden for bane, forhøjes til nærmeste hele sekund, hvis tiden ikke er på helt sekund. Det vil for maraton sige: 2:09:44,3 skal opgives til 2:09:45.
 Alle tider, som ikke ender på 0 i anden decimal, rundes op til næste hele 1/10 sek. Det vil sige, at 10,11 sek. rundes op til 10,2 sek.
11. Hvis to af tre ure viser samme tid, og den tredje afviger, skal tiden for de to gælde som officiel tid. Hvis alle tre ure viser forskellig tid, skal den mellemste tid gælde som den officielle. Hvis kun to ure fungerer, og disse viser forskellige tider, skal den dårligste tid være den officielle.
12. Løbslederen skal så fastsætte den officielle tid for hver enkelt deltager i overensstemmelse med reglerne ovenfor, og sørge for at tiderne bliver annonceret.

### Helautomatisk elektronisk tidtagning

13. Helautomatisk elektronisk tidtagningsudstyr og fotofinish system i overensstemmelse med IAAF’s regler bør benyttes ved alle konkurrencer.

### Tidtagersystemet

14. For at blive godkendt af IAAF skal et system have været testet og have et nøjagtighedscertifikat, som ikke er ældre end 4 år, og det skal indeholde:
  - (a) Systemet skal optage afslutningen gennem et kamera, som står på forlængelsen af mållinjen, og som frembringer et sammensat billede.
    - (i) I konkurrencer under regel 1.1 skal det sammensatte billede bestå af mindst 1000 billeder pr. sekund.
    - (ii) I andre konkurrencer skal det sammensatte billede bestå af mindst 100 billeder pr. sekund.
 I alle tilfælde skal billedet synkroniseres med en ensartet afmærket tidsskala, graderet i 0.01 sekunder.
  - (b) Systemet skal startes automatisk af starterens signal, således at forsinkelsen mellem knaldet fra munden eller det tilsvarende visuelle tegn og starten af tidtagningssystemet, er konstant og lig med eller mindre end 0.001 sekund.

15. For at sikre at opstillingen af tidtagningsudstyret er korrekt, samt hjælpe med aflæsningen af målfoto's, skal firkanten, hvor mållinjen og banestregerne mødes, males sort i et hensigtsmæssigt mønster. Et sådant mønster skal ikke gå ud over selve den omtalte firkant og ikke være bredere end 20 mm, gældende fra den afgørende kant af mållinjen. Lignende sorte mærker kan placeres på hver side af krydset mellem en behørig banelinje og målstregen, for at gøre aflæsningen lettere.
16. Placeringen af udøverne skal udlæses fra billedet ved hjælp af en cursor, hvor aflæsningslinjen med garanti står lodret på tidsskalaen.
17. Tidtagningssystemet skal automatisk afgøre og optage sluttiden på udøverne og være i stand til at producere et printet billede, som viser tiden på hver udøver. I tillæg hertil skal systemet lave en tabulær oversigt, som viser tiden eller andet resultat for hver udøver. Senere skift af automatisk bestemte værdier og manuelle input af værdier (såsom starttid og sluttid) skal angives automatisk af systemet på tidsskalaen af det printede billede og den tabulære oversigt.
18. Tidtagningsudstyr, som virker automatisk enten ved start eller mål, men ikke begge steder, skal ikke betragtes som hverken manuelt eller elektronisk system og skal derfor ikke benyttes til officielle tider. I et sådant tilfælde kan tiderne, som fremkommer, ikke under nogen omstændigheder anses for officielle, men billederne kan bruges som en hjælp til at afgøre placeringer og til at justere tidsintervallet mellem løbere.  
*Bemærkning: Dersom tidsregistreringssystemet ikke er startet af starterens pistol, skal dette automatisk fremgå af tidsaksen på billederne.*

#### **Arbejds måde og betjening:**

19. Leder for elektronisk tidtagning er ansvarlig for, at det elektroniske tidtagersystem fungerer tilfredsstillende. Før stævnet skal lederen for elektronisk tidtagning møde systemets operatører og gøre sig bekendt med udstyret og tjekke den anvendte opsætning. Leder for elektronisk tidtagning skal, i samarbejde med løbsleder og starter, før stævnets start iværksætte en kontrol for at forsikre sig om, at tidtagerudstyret startes automatisk af starterens pistol og inden for grænserne gengivet i regel 165.14 (b), (dvs. lig med eller mindre end 0.001 sek.). Lederen skal overvære testningen af udstyret og sikre sig, at kameraet (kameraerne) er sat korrekt op på linje.  
*Dansk bemærkning: Testen af pistol gennemføres i praksis ved, at pistolen placeres, sådan at røg/flamme fra pistolen krydser kameraets mållinje. Det fremkomne billede på aflæsningsudstyret vil vise røgen/flammen, og ved aflæsning af dette tidspunkt, skal uret vise 0. (Billedet vil oftest blive klarere, hvis man bruger en mørk baggrund for røgen/flammen).*
20. Hvis det er muligt, bør der bruges mindst to tidtagningssystemer, et på hver side af løbebanen. Tidtagningssystemerne bør teknisk set være separate. De bør have separat el-tilførsel og kunne sende startsignalet fra starterens pistol eller startapparat via separate kabler til hvert tidtagningsudstyr.  
*Bemærkning: Når der benyttes to eller flere automatiske tidtagningssystemer, skal stævnelederen før stævnet bestemme, hvilket udstyr der skal være det officielle. Tider og placeringer fra de andre enheder skal kun bruges, når der er grund til at betvivle nøjagtigheden af det officielle udstyr, eller hvis det er nødvendigt med supplerende billeder for at afklare rækkefølgen (hvis løbere helt eller delvis er skjult på det officielle billede).*
21. Lederen for elektronisk tidtagning skal i samarbejde med to dommere bestemme placering og tid for de respektive løbere. Han/hun skal notere officiel placering og forsikre sig om, at de er kommet korrekt ind i det resultatsystem, som anvendes, og overbringe det til stævnesekretæren.

Ved større stævner, hvor teknologien er tilgængelig, vises målfoto ofte straks på storskærme, eller offentliggøres på internettet. Det er blevet normal praksis at give atleter, eller personer der overvejer at protestere eller appellerer på deres på vegne, muligheden for se billedet, for at undgå at bruge tid på unødige protester eller appeller.

22. Tider, som er registreret elektronisk, skal betragtes som officielle, med mindre lederen af el-tidtagningen af en eller anden grund mener, at tiden åbenbart må være forkert. I så fald skal manuelle tider om muligt sammenholdes med tidsintervaller aflæst fra målfotoet. De manuelle tider skal da regnes for at være de officielle. Backup-tidtagere skal derfor anvendes, hvis findes bare den mindste mulighed for, at et tidtagersystem kan fejle.  
*Bemærkning: Backup-tiderne afrundes efter reglerne for manuel tidtagning og bliver regnet som manuelle.*
23. Tider skal fastsættes fra målfotoet på følgende måde:
  - (a) I alle baneløb op til og med 10.000 m skal tiden læses af fra tidtagningsudstyret i 1/100 sek. og registreres i 1/100 sek. Hvis tiden ikke er nøjagtigt på en hel 1/100 sek., så skal den afrundes til næste højere 1/100 sek. (26:17.533 skal registreres som 26:17.54)
  - (b) Ved alle baneløb længere end 10.000 m skal tider, som ikke ender på 0, forhøjes til næste dårligere 1/10 sek. og registreres i 1/10 sek. (Dvs. at for 20.000 m skal 59:26.322 min. noteres som 59:26.4 min.)
  - (c) I alle løb, som foregår helt eller delvis uden for stadion, skal tiden læses med 1/100 sek. nøjagtighed.

Alle tider, som ikke ender på .000, forhøjes til nærmeste højere hele sekund. (Dvs. at for maraton skal en aflæst tid 2:09:44,322 time registreres som 2:09:45 time).

### **Transpondersystem**

24. Brug af transpondersystemer godkendt af IAAF til tidtagning i løb i henhold til regel 230 (løb afviklet delvis uden for stadion), 240, 250, 251 og 252 er tilladt, såfremt det er muligt at:
- Udstyret, som benyttes ved start, ude på løberuten og ved mål, ikke udgør nogen væsentlig hindring for løberne.
  - Vægten af transponderen og nødvendig indfatning er ubetydelig.
  - Systemet startes af startpistolen eller er synkroniseret med et andet startsignal.
  - Systemet ikke fordrer nogen aktiv medvirken af løberen hverken under løbet eller i forbindelse med afslutningen af løbet.
  - I alle løb skal tiden aflæses med en nøjagtighed på 1/10 sek. og registreres til næste hele sekund. Alle aflæste tider, som ikke slutter på nul, skal konverteres og registreres til det næste hele sekund, f.eks. 2:09:44,3 time bliver registreret som 2:09:45 time.  
*Bemærkning: Den officielle tid er den tid, som går mellem at startskuddet affyres, og udøveren når frem til mållinjen. Imidlertid kan tiden, som går mellem det øjeblik udøveren krydser startlinjen til det øjeblik mållinjen krydses, bekendtgøres for udøveren, men skal ikke regnes som officiel tid.*
  - Selv om fastsættelse af tider og rækkefølge anses som endelig, skal regel 164.2 og 165.2 anvendes for at opnå korrekt rækkefølge.  
*Bemærkning: Det anbefales, at der også anvendes måldommere og/eller videoudstyr for at hjælpe med den korrekte rækkefølge og identifikation af løbere.*

Det er vigtigt, at løbsarrangører der gør brug af transponder systemer, anvender sammen med et back-up-systemer, især for at respektere Regel 165.24 (f). Back-up tidtagere og måske endnu vigtigere, måldommere til at afgøre tætte opløb (som måske ikke differentieres af chip timing) anbefales stærkt.

25. Hoveddommeren for Transponder timing-systemet er ansvarlig for, at systemet fungerer tilfredsstillende. Før stævnet skal hoveddommeren for Transponder timing-systemet møde systemets operatører og gøre sig bekendt med udstyret. Hoveddommeren skal overvåge testen af udstyret og sikre sig, at passagen af transponderen over mållinjen vil registrere udøverens sluttid. I samarbejde med løbslederen skal hoveddommeren sikre sig, at der er sørget for anvendelse af regel 164.25 (f), hvis nødvendigt.

## **Regel 166 – Seedning, lodtrækning og kvalifikation i baneløb**

### **Indledende runder/heats**

- Kvalifikationsrunder skal afholdes i løb, hvor deltagertallet er for stort til, at konkurrencen kan afvikles tilfredsstillende i en omgang (finale). Hvis kvalifikationsrunde afholdes, må alle udøvere deltage i, og kvalificere sig gennem sådanne kvalifikationsrunder, undtaget, at der på foranledning af stævnelederen, kan afholdes en prækvalifikationsrunde udelukkende for de udøvere, som ikke har klaret startkravene til konkurrencen.  
*Bemærkning: Se også regel 146.6 (c).*
- Indledende heats, kvartfinaler og semifinaler skal sammensættes af teknisk delegat eller den, han/hun har givet fuldmagt til. Er der ikke udnævnt en teknisk delegat, påhviler det stævnearrangøren og den, som arrangøren måtte udnævne.
  - Reglerne for hver konkurrence bør indeholde tabeller, såfremt der ikke foreligger ekstraordinære omstændigheder, som skal benyttes for at afgøre, hvilket antal runder og antallet af heats i hver runde, der skal afholdes, samt kvalifikationsproceduren for at afgøre, hvem der går videre på placering (P) og tid (T) for hver runde. Hvis ikke andet er aftalt eller arrangøren har bestemt anderledes, kan der anvendes tabeller offentligtgjort på IAAFs hjemmeside.  
*Dansk Bemærkning: Dansk regel for heat inddelinger og avancement, anvender forslag oplyst i 2016-17 reglementet, og som indarbejdet i Forbundsmappens børne- ungdoms- og seniorbestemmelser. Se DAF's hjemmeside.*
  - Hvis det er muligt, skal repræsentanter fra hver nation eller hold, samt udøverne med de bedste resultater placeres i forskellige heats i alle indledende runder af konkurrencen. For at anvende denne regel efter første runde, skal ombytning af udøvere mellem heatene normalt kun foretages, hvor udøveres resultater er sammenlignelige jf. regel 166.4 (b).

- (c) Når heats sammensættes anbefales det, at så mange informationer om den enkelte udøver som muligt er tilgængelige, således at heatene kan sammensættes, så de normalt bedste udøvere kommer til finalen.

Kvalifikationsrunderne skal på bedst mulig måde afgøre hvilke atleter, der kommer videre til næste runde, og til sidst i finalen. Det indbefatter bedst mulig seedning for de bedste atleter (afgjort ud fra præstationer i kvalifikationsperioden, men også under hensyntagen til specielle aktuelle forhold, som f.eks. enestående resultater opnået umiddelbart inden en konkurrence). I samme heats bør også undgås atleter fra samme klub eller hold. I det mindste for større konkurrencer, skal seedningen baseres på bedste tider opnået af hver atlet under gyldige forhold, i den forudbestemte kvalifikationsperiode. Denne periode vil normalt være angivet i de tekniske manualer eller vedr. kvalifikationskrav for konkurrencen. Hvor der ikke foreligger specifikationer, kan den teknisk delegerede eller arrangørerne afgøre, på hvilket grundlag seedningen skal foretages. Resultater opnået under træning eller test, eller forestillinger om, hvad en atlet måske kan præstere, men aldrig har opnået, bør ikke tages i betragtning ved seedning. Reglernes krav i forhold til "de bedst atleter" kan dog kræve en vis afvigelse fra den strenge protokol, der er beskrevet ovenfor. F.eks. hvis en atlet, der normalt kan seedes højt, ikke har resultater, eller kun ringere gyldige resultater i kvalifikationsperioden (pga. skade, sygdom, manglende mulighed for konkurrencer, eller ved indendørsstævner kun udendørsresultater). Hvor en sådan atlet normalt ville blive placeret lavere, eller i bunden af seedningslisten, skal tilpasning overvejes af den teknisk delegerede/stævnearrangør. Lignende principper bør anvendes, for at undgå at atleter der må anses for at være favoritter til at blive placeret højt i et stævne eller mesterskab, placeres i samme heat. Samtidigt skal der også tages højde for, om muligt, at atleter fra samme nation eller hold, placeres i forskellige heats. I alle sådanne tilfælde, skal justeringer laves efter inddelingen til heats er foretaget jf. de forud fastsatte principper, men inden der trækkes lod om banefordeling. Ved anvendelse af disse principper, bør flytning af atleter mellem heats foretages:

- (a) I første runde, mellem atleter med en nogenlunde ens rangering jf. bedste gyldige resultater i pre.kval.perioden; og  
 (b) I efterfølgende runder mellem atleter seedet i samme "gruppe af baner" i henhold til regel 166.4 (b).

At følge disse principper, er vigtigere i konkurrencer, hvor antallet af runder er blevet reduceret - hvilket gør en præcis og velovervejet seedning afgørende, for at opnå både et retfærdigt og sportsligt tiltalende resultat. For mindre stævner kan den teknisk delegerede eller arrangørerne overveje, at bruge andre principper for at opnå et tilsvarende resultat.

### **Rangering og sammensætning af heats**

3. (a) I første runde af indledende heats, skal udøverne rangeres normalt ud fra udøverens forventede præstationsniveau, før de placeres i de forskellige heats. De skal placeres i de forskellige heat efter en siksakmetode.  
 (b) Efter første runde skal udøverne placeres i heats i overensstemmelse med følgende procedure:  
 i. I løb fra 100 m til 400 m og i stafetter op til og med 4x400 m stafet (1000 m stafet inkluderet) skal der foretages seedning baseret på placeringer og tider fra den foregående runde.  
 For at opnå dette skal udøverne rangeres som følger:  
 ○ Heatvinder med bedste resultat  
 ○ Heatvinder med næstbedste resultat  
 ○ Heatvinder med trediebedste resultat o.s.v.  
 ○ Bedste andenplads  
 ○ Næstbedste andenplads  
 ○ Trediebedste andenplads o.s.v.  
 Kompletteret med:  
 ○ Bedste kvalificeringstid  
 ○ Næstbedste kvalificeringstid  
 ○ Trediebedste kvalificeringstid o.s.v.  
 ii. I de andre løb skal tilmeldingsresultaterne anvendes ved seedning, og kan kun ændres ved forbedring af resultater opnået i foregående runder.  
 (c) Derefter skal udøverne placeres i heats efter siksakmetoden. Eksempelvis vil tre heats efter denne seedning blive:  
 Heat A: 1 6 7 12 13 18 19 24  
 Heat B: 2 5 8 11 14 17 20 23  
 Heat C: 3 4 9 10 15 16 21 22  
 Rækkefølgen af heatene A, B og C sker ved lodtrækning.  
 (d) Rækkefølgen af heatene A, B og C sker ved lodtrækning.



For at reducere antallet af heats i indledende runder, accepteres det at gøre brug af eventuelt ledige baner, f.eks. bane 9, i løb op til og med 400 m, samt at have mere end en løber på en bane, i starten af 800 m.

Den tilfældigt trukne rækkefølge af hvordan a,b,c osv. heats skal løbes, anses for det mest retfærdige. I mellem- og langdistanceløb kender atleterne i sidste heat dog til tiderne, der vil give kvalificering på tid videre i konkurrencen. Selv i de kortere løb er der et retfærdighedsaspekt, idet f.eks. vejrforhold kan ændre sig (pludselig regn eller ændring i vindforhold). Det anses for mest retfærdigt, at rækkefølgen bestemmes ved lodtrækning.

### **Lodtrækning om baner**

4. I løb op til og med 800 m og for stafetter op til og med 4x400 m stafet (inclusive 1000 m stafet), hvor Der skal afvikles flere runder, skal banerne fordeles på følgende måde:
- I første runde og andre indledende kvalifikationsrunder som regel 166.1 foreskriver, skal banefordelingen foretages ved lodtrækning.
  - I de følgende runder skal udøverne rangeres efter hver runde i henhold til proceduren, som fremgår af regel 166.3.a eller for 800 m regel 166.3.b.  
Der skal så foretages tre lodtrækninger:
    - De fire højst rangerede udøvere eller hold skal trække lod om banerne 3, 4, 5 og 6.
    - De to næste rangerede udøvere eller hold skal trække lod om banerne 7 og 8.
    - De sidste to rangerede udøvere skal trække lod om banerne 1 og 2.

*Bemærkning (I): Dersom der er færre end 8 baner tilgængelig skal det samme system bruges med de nødvendige modifikationer, som følger af antallet af baner.*

*Bemærkning (II): I konkurrencer under regel 1.1 (d) til (j) (Internationale stævner) kan 800 m løbes med en eller to udøvere placeret i samme bane eller med gruppestart med alle løberne bag en buet linie.*

*I internationale mesterskaber og cup'er (regel 1.1 (a), (b), (c), og (f) skal dette normalt kun forekomme i første runde, medmindre der foreligger delte placeringer, eller løbslederen af andre grunde har bestemt, at flere udøvere end forventet skal være med i næste runde.*

*Bemærkning (III): I alle 800m løb, incl. en finale, hvor der af en eller anden grund er flere udøvere end baner, skal den (de) Teknisk Delegerede afgøre, på hvilke baner der skal løbe mere end en løber.*

*Bemærkning (IV): Hvis der er flere baner end udøvere, skal inderbanen (inderbanerne) altid holdes fri.*

Med hensyn til bemærkning (III) er der ikke nogen præcis specifikation for hvordan Tekniske delegerede handle, idet der kan være skiftende hensyn fra sag til sag. Men da disse beslutninger kun påvirker løbet i det første sving, er det ikke så vigtigt som tildelingen af baner i de kortere løb. Teknisk delegeret rådes til at placere ekstra løbere i banen, hvor det vil forårsage færrest problemer - normalt de ydre baner, således at atleterne ikke løber et skarpere sving sammen. Hvad angår bemærkning (IV), hvor et stadion har mere end otte baner til rådighed, skal den teknisk delegerede (eller hvis ingen, da arrangørerne) beslutte på forhånd, hvilke baner der skal bruges til dette formål. F.eks. i tilfælde hvor der 9 rundbaner, da vil bane 1 ikke blive brugt, i tilfælde hvor mindre end 9 atleter deltager i et løb. Som konsekvens heraf vil bane 2 betragtes som bane 1 osv. ved brug af regel 166.4.

### **Enkle runder**

- I konkurrencer under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f) for øvelser længere end 800m, stafetter længere end 4x400m og enhver øvelse, hvor der kun kræves en enkelt runde (finalerunden) skal baner og startpositioner afgøres ved lodtrækning.
- Hvor det er besluttet at afholde en serie af løb i en øvelse, frem for runder og finalerunde, skal reglerne for konkurrencen indeholde alle relevante overvejelser, incl. seedning og lodtrækning og måden hvorpå finaleresultatet vil blive afgjort.
- En udøver skal ikke tillades at konkurrere i et andet heat end det, vedkommende er opført i, medmindre løbslederen eller teknisk delegeret mener, at dette efter omstændighederne er berettiget.

### **Progression**

- I alle indledende runder, undtaget andet bestemt af alternative tabeller under regel 166.2, skal mindst første og anden pladsen i hvert heat gå videre til næste runde, og det anbefales, om muligt, at tre fra hvert heat går videre. Der hvor regel 167 ikke anvendes, skal øvrig kvalificering bestemmes enten i henhold til placering, opnåede tid i foregående runde i henhold til regel 166.2, konkurrencens tekniske reglement eller som teknisk delegeret bestemmer. Hvis tiderne benyttes, må kun ét tidtagnings system være brugt.

Hvor retningslinjer er indskrevet i konkurrencereglerne, er det almindeligt at princippet i regel 166.8 bliver fulgt. Hvor disse ikke er indskrevet, bør de tekniske delegerede eller arrangørerne følge samme princip ved fastlæggelse af, hvordan man går videre til efterfølgende runder. Der vil dog være tilfælde, hvor regel 167 kan forårsage forskydninger for at kunne anvendes, især hvor der er dødt løb på den sidst kvalificerende plads videre. I sådanne tilfælde kan det være nødvendigt, at tage et færre antal løbere med, på tid. I tilfælde hvor der er tilstrækkelig ekstra baner tilgængelige, eller i tilfælde af 800m (hvor en bane i starten, kan bruges af mere end en atlet) eller et løb med samlet start, kan den tekniske delegerede beslutte, at lade yderligere atleter komme med videre i konkurrencen. På grund af bestemmelsen i regel 166.8 hvor det gælder, at for tidskvalifikation må kun ét tidtagningssystem anvendes, er det vigtigt at have et backup tidtagningssystem til rådighed, i tilfælde af at det primære system fejler. I tilfælde af, at der kun findes tider fra to forskellige tidtagningssystemer, fra to forskellige heats, så må den teknisk delegerede, sammen med løbslederen finde den mest retfærdige måde at afgøre på, hvilke atleter der skal videre til næste runde. Hvor der findes flere baner, anbefales det at først at overveje muligheden for at flere løbere kan gå videre.

### **Endags stævner**

9. I konkurrencer afviklet under Regel 1.1(e), (i) og (j) kan atleter seedes, inddeles eller tildeles baner i overensstemmelse med gældende regler for konkurrencen, eller via anden metode bestemt af arrangørerne, men helst meddelt til atleterne og deres repræsentanter på forhånd.

Ved endags stævner, hvor der kun er en runde, men med mere end et løb, skal løbene arrangeres i overensstemmelse med almindelige regler for stævneafvikling, eller evt. den række stævner som stævnet er en del af. Almindelige regler betyder i denne henseende at atleterne fordeles til de forskellige løb af arrangøren ved lodtrækning, eller evt. via tilmeldingstider hvis sådanne er opgivet ved tilmeldingen.

Lignende overvejelser gælder for hvordan den endelige placering af deltagerne skal være. Ved nogle stævner betragtes andre løb end ”hovedløbet” som selvstændige konkurrencer, og ved andre (nok de fleste) kan deltagere fra sekundære heats vinde den overordnede konkurrence via hurtige tider. Det er tilrådeligt at arrangørerne sikre sig, at løberne er bekendt med konditionerne for konkurrencen på forhånd, da det kan påvirke præmier og andre taktiske overvejelser for hvordan løbet tænkes gennemført.

### **Minimumtid mellem runder**

10. Om muligt bør der være følgende minimumstider mellem sidste heat i en runde og første heat i følgende runde eller finalen.
- op til og med 200 m : 45 min.
  - over 200 m op til og med 1000 m : 90 min.
  - over 1000 m : ikke samme dag

### **Regel 167 – Dødt løb / Lige resultater**

1. Såfremt tidtagerne ikke kan placere to eller flere løbere i rækkefølge i henhold til regel 164.2, 165.18, 165.21 eller 165.24, skal de dømmes til samme placering.

#### **Dødt løb om placering (i henhold til regel 166.3(b))**

2. For at afgøre, om der bliver delt placering mellem løbere, som ikke løber i samme heat i henhold til regel 166.3 (b) skal fotofinishdommeren overveje tider ned til 1/1000 sek., og hvis det fortsat ikke kan skille løberne ad, så skal der dømmes dødt løb, og der skal trækkes lod om placeringerne.

#### **Dødt løb om videre kvalificering ud fra placering**

3. Hvis der efter anvendelsen af regel 167.1 er dødt løb om en videre kvalificering ud fra placering, så skal løberne med ens resultat, såfremt der er baner nok eller pladser ledige (herunder også delt startbane på 800 m) begge videre til næste runde.  
Hvis ikke der er ekstra baner eller pladser ledige, så skal det ved lodtrækning afgøres hvem af løberne der går videre til næste runde.
4. Hvor kvalificering til den næste runde afgøres på placering og tid (f.eks. de første tre løbere i hvert af to heats, plus de næste to hurtigste), og der er kamp om den sidste kvalificerende plads afgjort på placering, så vil begge disse løbere blive kvalificeret på placering, men samtidigt medføre, at antallet af udøvere kvalificeret på tid, reduceres.

#### **Dødt løb om videre kvalificering ud fra tid**

5. Hvis der er dødt løb, om en videre kvalificering ud fra tid, skal fotofinishdommeren overveje tider ned til 1/1000 sek., og hvis det fortsat ikke kan skille løberne ad, så skal der dømmes dødt løb. Såfremt der er baner nok eller pladser ledige (herunder også delt startbane på 800 m) skal begge løbere videre til næste runde.  
Hvis ikke der er ekstra baner eller pladser ledige, så skal det ved lodtrækning afgøres hvem af løberne der går videre til næste runde

## Regel 168 – Hækkeløb

### 1. Standarddistancer er:

Mænd, U20 mænd og U18 drenge	110 m og 400 m
Kvinder, U20 kvinder og U18 piger	100 m og 400 m

I hver bane skal der være 10 hække, placeret i overensstemmelse med følgende tabel:

#### Mænd, U20 mænd og U18 drenge:

Distance	Afstand fra start til 1. hæk	Afstand mellem hækkene	Afstand fra sidste hæk til mål
110 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
400 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m

#### Kvinder, U20 kvinder og U18 piger:

Distance	Afstand fra start til 1. hæk	Afstand mellem hækkene	Afstand fra sidste hæk til mål
100 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
400 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m

#### Bemærkning:

*I tillæg til ovenstående internationale standard-hækkeløb findes der nationalt en række hækkeløbsdistancer og hækkehøjder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAF's hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.*

Alle hækkene skal placeres sådan, at hækkens ben peger imod løberetningen. Hækken skal placeres sådan, at kanten af overliggeren, som vender mod den ankommende løber, falder sammen med banemærkets kant mod løberen.

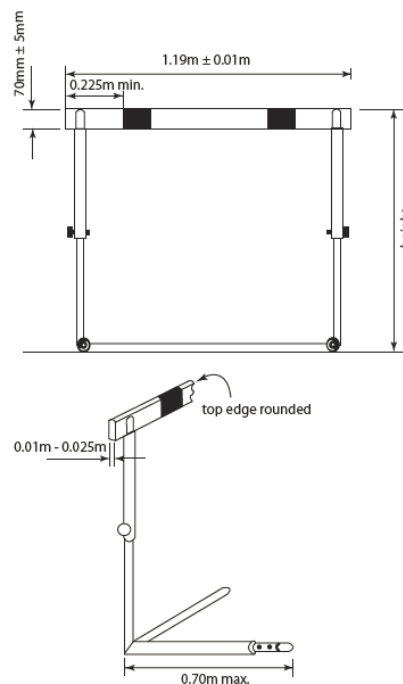


Figure 168 - Example of a hurdle

## Konstruktion

- Hækkene skal være lavet af metal eller andet passende materiale med en overligger af træ eller andet ikke-metallisk passende materiale. Hækkene skal bestå af to fodstykker og to sidestolper med en rektangulær ramme, som er forstærket med et eller flere krydsstæg. Sidestolperne skal være fastgjort helt på enden af hvert sit fodstykke. Hækkene skal være sådan konstrueret, at der kræves en vægt tilsvarende 3,6 kg horisontalt fæstet til midten af overliggeren for at vælte den. Hækkene kan være justerbare i højden for de forskellige øvelser. Modvægtene skal kunne reguleres sådan, at der kræves minimum 3,6 kg og maksimum 4,0 kg for at vælte hækken. Overliggerens maksimale afbøjning (inclusive hvad resten af konstruktionen bidrager med), når den

udsættes for en kraft af 10 kg midt på overliggeren, må ikke overstige 35 mm.

3. Mål: Hækkenes standardhøjder skal være:

Distance	Mænd	M-U20	M-U18	Kvinder	K-20	K-18
100/100m	1.067 m	0.991 m	0.914 m	0.838 m	0.762 m	0.762 m
400 m	0.914 m	0.914 m	0.838 m	0.762 m	0.762 m	0.762 m

*Hække op til 1.000 m er tilladt for M-U20 110 m hæk*

**Bemærkning:** *I tillæg til ovenstående internationale standard-hækkeløb findes der nationalt en række hækkeløbsdistancer og hækkeshøjder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAF's hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.*

Hækkens maksimumsbredde skal være fra 1,18 m til 1,20 m.

Fodstykernes længde skal være 70 cm.

Totalvægten på en hæk skal være mindst 10 kg.

For højdemålene tillades af produktionsgrunde en tolerance på plus/minus 3 mm.

4. Overliggeren skal være 7 cm bred +/- 5 mm, 1 til 2,5 cm tyk, og den øvre kant bør være afrundet. Den skal være godt fæstet til sidestolperne.
5. Overliggeren skal være delt i sorte og hvide felter, eller andre stærke kontrastfarver, på en sådan måde, at de lyseste felter, som skal være mindst 22,5 cm brede, kommer yderst. Der skal også tages hensyn til, at farverne er i kontrast i forhold til omgivelserne, og også synlige for de fleste farveblinde.
6. Alle hækkeløb skal foregå i inddelte baner, og hver udøver skal holde sig til og udelukkende løbe over hækken i vedkommendes egen bane, undtaget som angivet i regel 163.4. Med mindre det er til gene eller forhindring for en anden atlet og regel 168.7 (a) ikke er overtrådt, så skal en udøver også diskvalificeres, hvis vedkommende direkte eller indirekte vælter eller synligt omplacerer en hæk i en anden bane.

Kravet om at passere over hver hæk, bør ikke læses som krav om at atleten skal over hver hæk i hans egen bane - forudsat at intentionen med regler 163.3 og 163.4 følges. Men hvis en atlet vælter eller forskyder en hæk i en anden bane og derved påvirker løbet for en anden atlet, bør han diskvalificeres. Situationer, hvor en atlet vælter eller forskyder en hæk i en anden bane, skal fortolkes på en logisk måde. For eksempel skal en atlet som vælter eller forskyder en hæk i en anden løbers banen, hvor denne allerede har passeret hækken, ikke nødvendigvis diskvalificeres, medmindre han ellers overtræder reglerne, f.eks. ved at løbe ind på banen indenfor i et sving. Formålet med reglen er at tydeliggøre, at en atlet der foretager en sådan handling, og derved påvirker en anden atlet, bør overvejes at blive diskvalificeret.

Løbsleder og banedommere skal uanset ovenstående være opmærksomme og sikre på, at hver atlet har holdt sin egen bane. Derudover er det almindeligt i hækkeløb, at atleter svinger armene bredt ud, når de passerer over hække, og derved rammer eller hæmmer løberen i banen ved siden af. Dette kan bedst observeres af dommere stående, eller et videokamera placeret for enden af banen. I den forbindelse kan regel 163, stk. 2, anvendes.

7. Alle udøverne skal løbe over alle hækkenes. Såfremt dette ikke er tilfældet skal løberen diskvalificeres.

Yderligere skal løberen diskvalificeres, såfremt:

- (a) han/hun ved hækpassagen fører foden eller benet ved siden af hækken (på begge sider), under horisontalplanet for overkanten af overliggeren på enhver hæk
- (b) han/hun efter løbslederens skøn med vilje slår en hæk ned.

**Bemærkning:** *Såfremt denne regel i øvrigt er overholdt, og hække ikke rykkes eller deres højde på nogen måde, herunder vippet i nogen retning, sænkes, så må en løber passere over hækken på alle måder.*

Regel 168.7 (a) gælder for begge løberens ben. At vælte en hæk, medfører i sig selv ikke i diskvalifikation. Mange atleter vælter hække ved at ramme toppen af tværstolpen, når de trækker deres afsætsben frem over hækken. At man bevidst vælter en hæk med hænderne (f.eks. når en løber kommer for tæt på en hæk) er et regelbrud. Løbslederen skal vurdere, at løberens handling med at vælte hækken var bevidst, og på den måde undgå at løbe over alle hække som foreskrevet i det centrale krav i regel 168.7. Det mest oplagte eksempel er hvor løberen bruger sin hånd. I andre tilfælde, hvor det er foden, eller lårets underside har væltet hækken, skal løbslederen være meget sikker i sin bedømmelse, for at kunne sige at det var i strid med reglerne. Et eksempel hvor en løber ikke løfter sit forreste ben tilstrækkeligt højt for at passere en hæk og hvor hække vælter kunne være et sådant grænsetilfælde. I relation til bemærkningen, vil det hovedsagelig være relevant for konkurrencer på en lavere niveau, men det gælder alligevel for alle. Det væsentlige er, at det tillades en løber, ofte en, der er faldet eller som har tabt løbertymen helt, f.eks. at lægge hænderne på hækken og "klatre over".

8. Bortset fra bestemmelserne i regel 168.6 og 168.7, skal væltning af hække ikke foranledige diskvalifikation og er ikke til hinder for, at en rekord ikke kan godkendes.

### Regel 169 – Forhinderingsløb

1. Standarddistancerne skal være 2000 m og 3000 m.

**Bemærkning:** 1500 m bruges som ungdoms- og veteranøvelse i Danmark.

2. På 3000 m skal der være 28 forhindreder og 7 passager over vandgrav og på 2000 m 18 forhindreder og 5 passager over vandgrav.

**Bemærkning:** På 1500 m skal der være 12 forhindreder og 3 passager over vandgrav.

3. I forhinderingsløb skal der være 5 forhindreder for hver fulde runde, efter at mållinjen er passeret for første gang, og vandgraven skal være fjerde forhindring. Forhinderingerne skal fordeles jævnt, dvs. at distancen mellem forhinderingerne skal være ca. 1/5 af den normale længde på en omgang.

**Bemærkning (I):** Det kan være nødvendigt at justere afstanden mellem bommene for at opretholde en sikker afstand fra en forhindring/startlinjen til den næste forhindring før og efter mållinjen, som det vises i IAAF Track and Fields Facilities Manual.

**Bemærkning(II):** På 2000 m – hvis vandgraven er på indersiden af banen – skal mållinjen passeres 2 gange før den første omgang med 5 passager.

4. På 3000 m skal distancen fra start til første målpassage ikke inkludere nogen forhindring. Forhinderingerne mellem start og målstregen sættes på plads, når løberne har passeret første gang. På 2000 m er første forhindring den tredje forhindring i en normal runde. Forhinderingerne frem til den tredje forhindring sættes på plads, når løberne har passeret første gang.

**Bemærkning:** På 2000 m er passagen af vandgraven anden forhindring i første hele runde. På 1500 m skal ingen forhindring eller vandgrav passeres før målstregen er passeret første gang.

5. Forhinderingerne skal være 91,4 cm høje for mænd og 76,2 cm for kvinder (+/- 0,3 cm for begge) og skal være 3,94 m lange. Tværsnittet for topplanken på forhinderingerne, også den ved vandgraven, skal være 12,7x12,7 cm. Vandgravsforhinderingen skal være 3,66 m langt og skal være fastgjort sådan, at ingen horisontal bevægelse er mulig.

Topplanken skal være malet i sorte og hvide felter, eller andre stærke farver, på en sådan måde, at de lyseste felter, som skal være mindst 22,5 cm kommer yderst. Der skal også tages hensyn til, at farverne er i kontrast til omgivelserne.

Hver forhindring skal veje mellem 80 og 100 kg. Forhinderingerne skal hvile på fødder, som er mellem 1,2 og 1,4 m lange. (fig. 169a)

Forhinderingerne skal placeres på banen, sådan at 30 cm af topplanken går inden for inderbanen.

**Bemærkning:** Det anbefales, at den første forhindring, som skal passeres, er mindst 5 m lang.

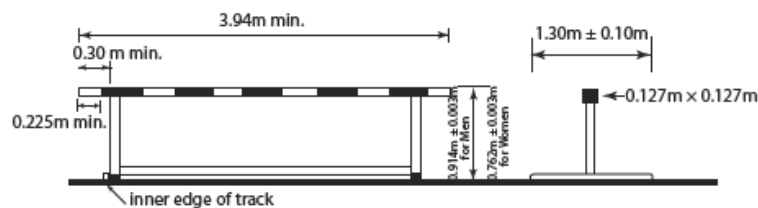


Figure 169a - Example of a steeplechase hurdle

6. Vandgraven inkluderet forhindringen skal være 3,66 m lang (+/- 0,02 m) og 3,66 m bred (+/- 0,02 m). Bunden i vandgraven skal dækkes af en syntetisk belægning eller andet materiale af tilstrækkelig tykkelse for at dæmpe løberens landing og for at give et tilstrækkeligt greb for pigsko.

Ved løbets start skal vandfladen være i niveau med løbebanen med en margin på højst 2 cm. Vanddybden skal være 70 cm ved forhindringen og 30 cm frem, herfra skal bunden stige jævnt opover til banens niveau ved vandgravens ende.

**Bemærkning:** Vanddybden kan reduceres fra 0,70 m til 0,50 m. Bundens hældningsvinkel skal imidlertid være uforandret. Det anbefales, at alle nye vandgrave konstrueres med denne reducerede vanddybde.

**Kommentar:** Med undtagelse af højden på forhindringen er vandgraven for mænd og kvinder den samme.

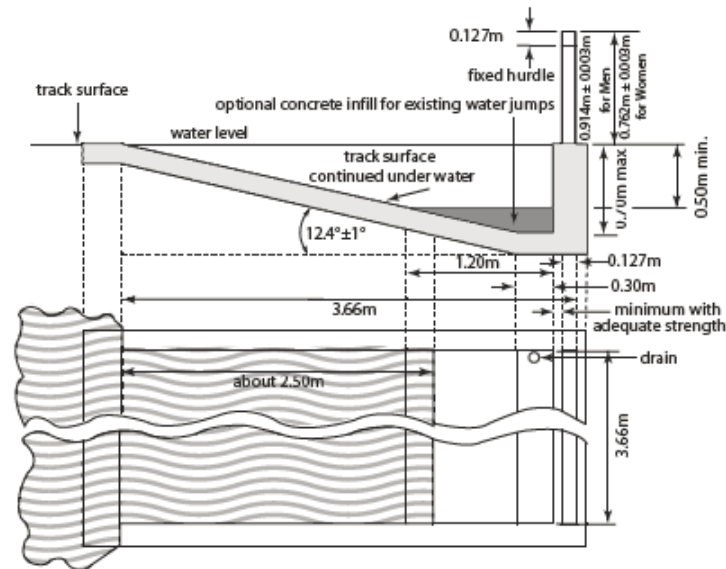


Figure 169b - Water jump

7. Hver løber skal løbe over alle forhindringerne og passere over eller gennem vandet. Såfremt en løber ikke følger dette, skal han/hun diskvalificeres.  
Tillige skal udøverer diskvalificeres såfremt han/hun:
- træder på siden af vandgraven
  - fører fod eller ben uden for forhindringen og under horisontalplanet for oversiden af topplanken ved passage.
- Såfremt denne regel overholdes, kan forhindringerne passeres på en hvilken som helst måde.

## Regel 170 – Stafetløb

- Standarddistancerne er: 4x100m, 4x200m, 100m-200m-300m-400m medley (medleystafet = 1000m stafet), 4x400m, 4x800m, 1200m-400m-800m-1600m medley stafet (lang medley stafet), 4x1500m.  
*Bemærkning: Medleystafetten kan løbes med distancerne i en anderledes rækkefølge, og i det tilfælde skal passende justeringer foretages af reglerne 170.14, 170.18, 170.19 og 170.20.*
- 5 cm brede streger skal trækkes tværs over banen, for at markere etapernes længde og midtpunktet i skiftefeltet.
- I 4 x 100 m og 4 x 200 m stafetløb, samt for første og andet skifte i Medley-stafet, skal hver skiftezone være 30 m lang, og hvor scratsline (midterlinjen i skiftefeltet) er 20 m fra starten af skiftezone. I 3. skifte i Medley-stafet samt i 4 x 400 m og længere stafetløb, er hver skiftezone 20 m lang, og scratsline (midterlinjen i skiftefeltet) er placeret i midten. Ved hvert skifte skal en official sikre sig, at udøverne er korrekt placeret i deres skiftefelt. Den udpegede official skal også sikre, at regel 170.4 er overholdt.

Skiftedommere skal sikre, at hver løber fra hvert hold, står rigtigt placeret inden starten. Startmedhjælperen skal være ansvarlig for placeringen af de første løbere, og samt at alle hold har en depeche. De kan også være tildelt en opgave med at hjælpe i skiftezone ved startlinjen. Chefskiftedommeren for hver skiftezone, er ansvarlig for at give besked til løbslederen, når alle løbere ved hans skifte er klar til start. Dette gøres via det aftalte kommunikationssystem, der ved større stævner normalt til være radio/walkie-talkies eller ved mindre stævner signalflag.

Skiftedommerne skal også sikre sig, at løbernes fødder ved alle dele af skiftet er helt inde i zonen. Modtagelsen må på intet tidspunkt ske udenfor zonen.

- Kontrolmærker: Når et stafetløb eller starten af et stafetløb foregår på inddelte baner, må en løber sætte et kontrolmærke på holdets bane, på maksimalt 5x40 cm, med selvklæbende tape og med en farve, som tydeligt afviger fra den permanente afmærkning. Andre kontrolmærker er ikke tilladt. Hvis andre markeringer anvendes, skal dommeren give besked om, at disse skal fjernes eller justeres så de opfylder reglerne. Hvis dette følges, skal dommeren fjerne dem.  
*Bemærkning: Alvorlige tilfælde af overtrædelse kan behandles via regel 125.5 og 145.2.*
- Depechen skal være en glat hul cylinder lavet i et stykke af træ, metal eller andet passende materiale. Længden skal være 28-30 cm, den udvendige diameter 40mm (+/- 2mm), og den skal veje mindst 50 gram. Den skal være farvet, sådan at den er let at følge under løbet.
- (a) I alle stafetløb afholdt på et stadion skal der anvendes en depeche, og den skal bæres i hånden under hele løbet. Ikke mindst i konkurrencer afholdt under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f) skal hver depeche være forsynet med et nummer og i forskellige farver, samt kan være forsynet med en tidtagingschip.

*Bemærkning: Hvis muligt, skal tildelingen af depechens farve på hver bane eller i startordenen fremgå af startlisten.*

- (b) Det er ikke tilladt at benytte handsker eller en substans på hænderne for at opnå et bedre greb om depechen, andet end det tilladte i regel 144.4(c).
  - (c) Hvis depechen tabes, må den samles op af den løber, som har tabt den. Løberen kan forlade sin bane for at hente depechen, forudsat at distancen ved dette ikke bliver forkortet. Hvis ingen andre løbere bliver hindret, skal det at tage depechen ikke resultere i diskvalifikation. I tillæg hertil, hvis depechen tabes på en sådan måde, at den bevæger sig sidelæns eller fremad i løberetningen (inklusive bag mållinjen), skal den løber, som tabte den, returnere til mindst det punkt, hvor den sidst var i løberens hånd, før løbet fortsættes. Forudsat at denne procedure er fulgt, og ingen andre løbere er generet, vil tabet af en depeche ikke resultere i diskvalifikation. Hvis en løber ikke følger denne regel, bliver hele holdet diskvalificeret.
7. I alle stafetter skal depechen afleveres inde i skiftefeltet. Skiftet begynder, når modtageren første gang berører depechen og er fuldført, når depechen alene er i hånden på modtageren. Med hensyn til skiftefeltet er det alene depechens position, som er afgørende og ikke, hvor løbernes kroppe befinder sig. Hvis depechen afleveres uden for skiftefeltet vil holdet blive diskvalificeret.

Ved bestemmelse af depechens placering, er det hele depechen der tænkes på. Skifedommere skal være meget opmærksomme for at sikre hvor depechen er placeret, såvel ved start som slut af skiftezone. Specielt i 4x400 m og længere stafetløb, skal man være opmærksom på, at løberen der modtager depechen ikke får depechen inden stiftezone starter, samt at depechen kun er i den modtagende løbers hånd, når den forlader skiftezone.

- 8. Løberne skal før de modtager og/eller efter, at de har afleveret depechen, holde sig i deres bane eller placering, indtil banen er klar for ikke at hindre andre løbere. Regel 163.3 og 163.4 gælder ikke i forbindelse med stafetskitter. Hvis en løber med vilje hindrer en løber på et andet hold, ved at løbe ud af den bane, vedkommende havde ved slutningen af sin etape, skal regel 163.2 tages i anvendelse.
- 9. Hvis en udøver under løbet tager eller samler en depeche op fra et andet hold, skal vedkommendes hold diskvalificeres. Det andet hold skal ikke straffes, medmindre det opnår en fordel.
- 10. Hver deltager på et stafehold må kun løbe én etape. Alle 4 udøvere – blandt dem der er tilmeldt konkurrencen (stævnet), enten i stafet eller i andre øvelser - kan bruges på stafeholdet, i en hvilken som helst runde. Når et stafehold først er startet i en konkurrence, kan der kun indsættes 2 nye løbere på holdet. Hvis et hold ikke følger denne regel, skal holdet diskvalificeres.

*Bemærkning: I nationale stævner er det ikke nødvendigt, at indbyttede løbere er tilmeldt i nogen øvelse.*

- 11. Hold sammensætning skal meddeles ikke senere end 1 time før den tid, hvor løberne skal møde i callroom. Hold sammensætningen kan herefter kun ændres efter godkendelse af stævnelæge udpeget af LOC - og kan kun foretages frem til det tidspunkt, for det pågældende heat, hvor løberne er sat til at skulle forlade callroom. Holdet skal konkurrere som anmeldt og i den anmeldte rækkefølge. Overtrædes denne regel, skal holdet diskvalificeres.
- 12. 4x100m løbes udelukkende på inddelte baner.
- 13. 4x200m kan løbes på én af følgende måder:
  - (a) Hvis muligt, udelukkende på inddelte baner (4 sving på inddelte baner)
  - (b) På inddelte baner i de to første sving såvel som en del af tredje sving op til den nærmeste kant af indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor løberne må forlade deres respektive baner (3 sving på inddelte baner).
  - (c) På inddelte baner i første sving op til indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor løbere må forlade deres respektive baner (1. sving på inddelte baner).

*Bemærkning: Hvor der ikke er flere end 4 deltagende hold, anbefales mulighed (c). I dette tilfælde vil startstregernes placering være ændret, ligesom der bliver fælles skiftefelt for løberne ved første skifte.*

- 14. I medleystafetten - 1000 m stafet - løbes de to første etaper på inddelt bane (2 sving). Løberen på tredje etape må, når han er løbet ud af skiftefeltet og har passeret den buede streg (indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor udøvere må forlade deres baner (to sving på baner), løbe ind på inderbanen resten af etappen.
- 15. 4x400m kan løbes på en af flg. måder:
  - (a) På inddelte baner i første sving op til nærmeste kant af indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor løberne må forlade deres respektive baner (3 sving på inddelte baner)
  - (b) På inddelte baner i første sving op til nærmeste kant af indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor løberne må forlade deres respektive baner (1 sving på inddelte baner)

*Bemærkning: Hvor der ikke er flere end 4 deltagende hold, anbefales mulighed (b).*

- 16. 4x800m kan løbes på en af flg. måder:

- (a) På inddelte baner i første sving op til nærmeste kant af indløbslinjen beskrevet i regel 163.5, hvor løberne må forlade deres respektive baner (1 sving på inddelte baner)
- (b) Uden brug af inddelte baner.

- 17. Hvis en atlet ikke følger regel 170.13, 170.14, 170.15 eller 170.16 (a) skal hans hold diskvalificeres.
- 18. Distance medley stafetten og 4x1500m løbes uden brug af inddelte baner.
- 19. Ved alle skifter, er det ikke tilladt at løberne begynde at løbe udenfor deres skiftezone. Hvis en atlet ikke følger denne regel, skal hans hold diskvalificeres.

**National regel:** *På stafetløbsdistancer kortere end 4x100 m anvendes ikke indløbszone.*

- 19. For den sidste modtager på 1000m stafet og på 4x400m, 4x800m, distance medley stafet og 4x1500m er det ikke tilladt for løberne at begynde deres løb uden for skiftezone, og de skal begynde inde i zonen. Hvis en løber ikke følger denne regel, bliver løberens hold diskvalificeret.
- 20. I medley stafet skal løberen der løber sidste etape, og på 4x400 m løberne der løber 3. og 4. etape, under vejledning af en udpeget skiftedommer, placere sig i skiftetfeltet i samme rækkefølge (fra bane 1 og uester), som deres respektive passerer 200 m på den foregående etape. Når løberen på foregående etape har passeret dette punkt (200 m mærket), skal de ventende løbere indtage tilsvarende rækkefølgeplacering i skiftetfeltet og må ikke bytte plads, selv om deres holds placering i løbet ændres ind mod skiftet. Hvis en løber ikke følger denne regel, bliver løberens hold diskvalificeret.

**Bemærkning:** *Hvis 4x200 m ikke løbes på inddelte baner på hele distancen, skal løberne på fjerde etape line op i startlistens rækkefølge (indefra og ud).*

- 21. I ethvert løb, hvor der ikke løbes på inddelte baner, inklusive hvis ikke inddelte baner anvendes, i 4x200m, medley stafet, og 4x400 m, kan ventende løbere rykke ind på banen, efterhånden som de indkommende hold skifter, forudsat at de ikke skubber eller spærrer for andre løbere og derved forhindrer deres løb. På 4x200m, medley stafet, og 4x400m hvor der løbes på inddelte baner, skal ventende løbere beholde rækkefølgen i henhold til regel 170.20. Hvis en løber ikke følger denne regel, bliver løberens hold diskvalificeret.

Chefskiftedommeren og øvrige skiftedommere skal forblive i den zone som de er blevet tildelt. Når atleterne er korrekt placeret i deres baner og løbet er startet, skal chefskiftedommeren melde de regelovertrædelser de har observeret, samt evt. andre overtrædelser, især de i henhold til regel 163.



## ATLETIKREGLEMENT - DEL 4 - TEKNISKE ØVELSER

### Regel 180 – Generelle regler

#### **Prøveforsøg i konkurrenceområdet**

1. Før en konkurrence påbegyndes, kan deltagerne foretage prøveforsøg i konkurrenceområdet. I kasteøvelser skal sådanne forsøg være i konkurrencerækkefølgen og under opsyn af en dommer.  
Mens der tidligere stod specifikt i reglerne, at der skulle være 2 prøveforsøg til hver atlet i kastekonkurrencer, er der i de nuværende regler ikke sådanne specifikationer. Regel 180.1 skal forstås sådan, at der kan tillades lige så mange opvarmningsforsøg, som tiden tillader. Mens der i større konkurrencer fortsat er to forsøg som standard, skal dette anses som et minimum, og skulle tiden tillade det og nogle eller alle atleter beder om yderligere prøveforsøg, kan dette tillades.
2. Når konkurrencen er begyndt, er det ikke tilladt for deltagerne at bruge konkurrenceområdet til yderligere prøveforsøg, opvarmning eller træning. Dette omfatter:
  - (a) Alle tilløbsbaner og afsætsområder,
  - (b) Stangspringstænger,
  - (c) Redskaber
  - (d) Kasteringe og kastesektorer, med eller uden redskaber.
 Anvendelsen af denne regel skal ikke afholde en atlet fra at røre, forberede eller tape sin stangspringstang eller sit udvalgte redskab for at være klar til sit forsøg, forudsat at det ikke skader, forsinker eller ødelægger det for en anden atlet eller en anden person. Det er særlig vigtigt, at dommerne anvender denne regel fornuftigt for at sikre, at konkurrencen fortsætter på en effektiv måde, og at atleten er i stand til at tage sit forsøg straks vedkommendes tid begynder, hvis han/hun vælger det.

#### **Kontrolmærker**

3. (a) I alle tekniske øvelser hvor der anvendes tilløb, skal eventuelle kontrolmærker placeres langs tilløbet, med undtagelse af højdespring, hvor de kan placeres på tilløbsbanen. En udøver kan placere et eller to kontrolmærker (udleveret eller godkendt af arrangøren) til hjælp i tilløbet og afsættet. Hvis sådanne mærker ikke er uddelt, kan udøverne bruge selvklæbende tape, men ikke kridt eller lignende og heller ikke noget, som efterlader permanente mærker.
- (b) I alle kastene fra ring må udøveren kun bruge ét kontrolmærke. Dette kontrolmærke kan placeres på området umiddelbart bag eller ind til ringen. Det må kun være midlertidigt og kun være placeret under udøverens eget kasteforsøg og må ikke hindre dommerens udsyn. Ingen kontrolmærker (andre end dem som er specificeret i regel 187.21) kan placeres i eller ved siden af kastesektoren.  
*Bemærkning: Hvert mærke må kun være lavet af et enkelt stykke.*
- (c) I stangspring skal stævnekomiteen placere passende og sikre afstandsmærker ved siden af tilløbsbanen for hver 0,5 m mellem punkterne 2,5 m til 5 m fra "0"-linien, og for hver 1,0 m fra 5 m-punktet til 18 m-punktet.
- (d) Dommeren skal bede den relevante atlet om at tilpasse eller fjerne markeringer, som ikke følger denne regel. Hvis atleten ikke gør det, skal dommeren fjerne dem.  
*Bemærkning: Alvorlige sager kan blive behandlet under regel 145.2*

Hvis underlaget er vådt, kan selvklæbende tape fastgøres til underlaget med tegnestifter i mange farver. Kravet til hvert mærke om at være et enkelt stykke skal fortolkes fornuftigt af overdommeren. Hvis f.eks. fabrikanten har brugt to stykker sammenhængende for at lave en enkelt struktur, som det er meningen at bruge sådan, er det tilladt. På samme måde hvis en atlet vælger at placere begge sine mærker på samme sted, eller i tilfældet højdespring, hvis en atlet river det stykke tape, vedkommende har fået, i et eller flere stykker for at lave et anderledes mærke, som fremstår mere tydeligt, kan dette også accepteres.

Regel 180.3 (c) er skabt for at hjælpe atleterne og deres trænere i at finde startpunktet og det videre forløb på tilløbsbanen. Der er ikke nogen bestemt måde, det skal være sat på eller se ud – med arrangørens og overdommerens tilbageholdenhed i udlægningen af, hvad der er acceptabelt og fair iflg. meningen med reglen i de enkelte særlige konkurrenceomgivelser.

#### **Konkurrencemærker og vindposer**

4. (a) Et tydeligt flag eller mærke kan anvendes for at vise den eksisterende verdensrekord og, hvis det er passende, den eksisterende rekord i verdensdelen, den nationale rekord eller stævnerrekorden.
- (b) En eller flere vindposer bør placeres i en passende position i alle springøvelser, diskoskast og spydkast for at vise udøverne den omtrentlige vindretning og styrke.

**Startrækkefølgen**

5. Atleten skal konkurrere i en rækkefølge givet ved lodtrækning, med mindre regel 180.6 anvendes. Hvis atleten selv beslutter sig for at tage et forsøg i en anden rækkefølge end forud bestemt, skal regel 125.5 og 145.2 anvendes, men resultatet af forsøget (gyldigt eller ugyldigt) vil blive noteret og anvendt i tilfælde af en advarsel. Hvis der er kvalifikationskonkurrencer skal der foretages fornyet lodtrækning til finalen.
6. I alle tekniske øvelser, med undtagelse af højde- og stangspring, hvor der er flere end 8 udøvere, skal alle have hver 3 forsøg, med mindre en for den pågældende konkurrence anvendt regel om færre runder, foreskriver andet. De 8 bedste deltagere med gyldige forsøg skal have yderligere 3 forsøg. Med undtagelse af højde- og stangspring, kan ingen udøver få registreret mere end et forsøg i hver omgang af konkurrencen. Såfremt der er flere, som har identiske resultater på den sidste kvalificerende plads, skal pkt. 22 (ens resultater) anvendes for at afgøre rækkefølgen. Hvis der er 8 udøvere eller færre, skal alle have 6 forsøg, med mindre en for den pågældende konkurrence anvendt regel om færre runder, foreskriver andet. Skulle mere end en udøver ikke have noget gyldigt resultat efter de tre første forsøg, skal disse placeres først i den videre konkurrence i den samme relative rækkefølge som i de første forsøg.

I alle tilfælde skal

- (a) Konkurrencerækkefølgen i de tre sidste runder af konkurrencen skal være i modsat rækkefølge i forhold til resultatrækkefølgen efter de tre første runder, med mindre en for den pågældende konkurrence anvendt regel foreskriver andet.
- (b) Når konkurrencerækkefølgen ændres, og en eller flere deltagere har identiske resultater, så skal disse deltagere placeres i samme relative rækkefølge som i den oprindelige trækning.

*Bemærkning (I): For højde- og stangspring, se regel 181.2.*

*Bemærkning (II): Såfremt en udøver har fået tilladelse af øvelseslederen til at konkurrere under protest i henhold til regel 146.5, skal denne udøver i alle følgende runder foretage sine forsøg før øvrige udøvere, som er med i konkurrencen. Såfremt dette gælder for mere end en udøver, så skal disse konkurrere i den samme relative rækkefølge som tidligere i konkurrencen.*

*Bemærkning (III): Det er tilladt for en relevant overordnet myndighed (stævneledelse/forbund) at fastsætte antallet af forsøg (forudsat at det ikke er flere end 6) og antallet af deltagere der skal gå videre til efterfølgende runder, efter det 3. forsøg.*

**Registrering af forsøg**

7. Med undtagelse af højde- og stangspring skal et godkendt forsøg angives med det målte resultat. Standardforkortelser og symboler, som skal anvendes, se af regel 132.4

**Afslutningstidspunkt for et forsøg**

8. Dommeren skal ikke vise hvidt flag for at indikere et gyldigt forsøg, før det er afsluttet. En dommer må genoverveje og ændre en beslutning, hvis han mener at han er kommet til at dømme forkert, ved at hæve det forkerte flag.

Afslutningen af et gyldigt forsøg bestemmes som følger:

- (a) I højde- og stangspring når dommeren har fastslået, at der ikke foreligger brud på reglerne 182.2, 183.2 eller 183.4.
- (b) I længde- og trespring når udøveren forlader landingsområdet i henhold til regel 185.1
- (c) I kastene når udøveren forlader ringen eller tilløbsbanen i henhold til regel 187.17.

**Kvalifikationskonkurrence (Indledende runde)**

9. Der skal afholdes kvalifikationskonkurrence i tekniske øvelser, såfremt antallet af udøvere er for stort til, at konkurrencen kan afvikles tilfredsstillende i en runde (finale). Når der afholdes kvalifikationskonkurrence, skal alle udøvere deltage i denne og kvalificere sig gennem den. En arrangør eller overordnet myndighed/forbund kan bestemme, at der for enkelte øvelser ved et stævne, skal fastsættes yderligere kvalifikationsrunder ud fra andre kriterier hvor ikke alle udøvere behøver deltage, men kan indgå i konkurrencen i en senere runde. Sådanne afvigende regler og retningslinjer, skal specificeres tydeligt og fremgå af regelsættet for hver enkelt disciplin
- Resultater opnået i kvalifikationskonkurrencen tæller ikke som resultat i finalen.
10. Deltagerne i en kvalifikationskonkurrence kan deles i to eller flere tilfældige grupper, men hvor det er muligt skal deltagere fra samme nation eller hold placeres i forskellige grupper. Medmindre det er muligt for grupperne at konkurrere samtidigt og under samme forhold, skal en ny gruppe begynde sine opvarmningsforsøg, så hurtigt som muligt efter den foregående gruppe.

11. I arrangementer, som varer mere end tre dage, anbefales det, at der i højde- og stangspring indlægges en hviledag mellem kvalifikationsrunden og finalen.
12. Grundlaget for kvalificering, kvalifikationskrav og antal udøvere i finalen bestemmes af den/de teknisk delegerede. Såfremt der ikke er udnævnt nogen teknisk delegerede, skal konditionerne besluttes af arrangøren. For konkurrencer under regel 1.1 (a), (b), (c), og (f) skal der være mindst 12 udøvere i finalen. Medmindre andet er angivet i reglerne for konkurrencen.
- Kommentar:** *For danske mesterskaber henvises til Forbundsmappen, hvor retningslinjer for danske mesterskaber står anført.*
13. I en kvalifikationskonkurrence, undtaget i højde- og stangspring, kan hver udøver have tre forsøg. Når kvalifikationskravet er opnået, skal udøveren ikke fortsætte i kvalifikationskonkurrencen.
14. I kvalifikationskonkurrencer i højde- og stangspring skal udøvere, som ikke er slået ud efter tre på hinanden følgende ugyldige forsøg, fortsætte konkurrencen i henhold til regel 181.2 (inklusive at stå et forsøg over) indtil sidste forsøg på den kvalifikationshøjde, som er fastsat, medmindre det ønskede antal udøvere er nået, sådan som det er defineret i 180.12. Når det først er afgjort, at en udøver kan deltage i finalen, skal vedkommende ikke fortsætte i kvalifikationskonkurrencen.
15. Såfremt ingen udøver eller et mindre antal end det, der er fastsat, klarer kvalifikationskravet, skal antallet af deltagere udvides til det antal, der er bestemt på forhånd ved at anvende resultaterne fra kvalifikationskonkurrencen. Identiske resultater på den sidste kvalificerende plads skal afgøres sådan som det er bestemt i pkt. 19 nedenfor eller regel 181.8 for højde- og stangspringskonkurrencer. Såfremt udøvere derefter fortsat har identiske resultater, skal alle gå videre til finalekonkurrencen.
16. Når kvalificering i højde- og stangspring afvikles i to forskellige grupper, anbefales det, at overliggeren flyttes til ny højde på samme tid i hver gruppe. Det anbefales også, at deltagerne fordeles i de to grupper, sådan at de bliver nogenlunde lige gode.

Det er vigtigt, når man seeder til kvalifikationsgrupper til højde- og stangspring at kravene i regel 180.10 og 180.16 overholdes. Den teknisk delegerede og ITO/Dommer skal nøje følge forløbet af kvalifikationsrundene i højde- og stangspring for at sørge for, at atleterne på den ene side springer, så længe de er ikke elimineret i henhold til regel 181.2, eller indtil den kval.kravet er nået (medmindre antallet af atleter til finalen er nået som defineret i regel 180.12) og på den anden side, at alle sager hvor springere står med samme resultat i den to grupper, bliver løst i henhold til regel 181.8. Der skal ligeledes være opmærksomhed på anvendelsen af regel 180.14, for at sikre at atleter ikke unødigt fortsætter i konkurrencen, når det er sikkert, at de vil være i finalen uanset hvad der måtte ske for øvrige atleter, der fortsætter med at konkurrere i kvalifikationsrunden.

#### **Tilladt tid til forsøg**

17. Den ansvarlige official (øvelseslederen) skal vise atleten at alt er klar til at et forsøg kan begyndes, og at den tilladte tid til afvikling af forsøget startes fra dette øjeblik.
- I stangspring skal tiden for afvikling af et forsøg startes, så snart overliggeren er placeret korrekt jvf. atletens afgivne ønsker. Ingen yderligere tid skal tillades, hvis indstillingen af overliggeren ønskes justeret. Hvis den tilladte tid udløber efter en atlet har påbegyndt sit forsøg, så vil forsøget godkendes. Hvis en atlet, efter at den tilladte tid er sat i gang, vælger at afstå fra at foretage forsøget, da skal det betragtes som et ugyldigt forsøg, når den tilladte tid til det pågældende forsøg er udløbet. De tilladte tider må ikke overskrides. Hvis tiden for et forsøg bliver overskredet, skal forsøget registreres som et fejlforsøg, med mindre der er foretaget en dommerbeslutning i henhold til regel 180.18. Følgende tider, skal normalt ikke overskrides:

Individuelle konkurrencer	Højde	Stang	Andre
Flere end 3 deltagere	30 sek.	1 min	30 sek.
2 eller 3 deltagere	1½ min	2 min	1 min
1 deltager	3 min	5 min	
Umiddelbart følgende forsøg	2 min	3 min	2 min

Mangekamp	Højde	Stang	Andre
Flere end 3 deltagere	30 sek.	1 min	30 sek.
2 eller 3 deltagere	1½ min	2 min	1 min
1 deltager/fortløbende forsøg	2 min	3 min	2 min

- Bemærkning (I):* Et ur, som viser den tilbageværende tid til forsøget, skal være synligt for udøveren. Desuden skal en funktionær vise et gult flag eller på anden måde markere, at der er 15 sekunder tilbage af den tilmålte tid.
- Bemærkning (II):* I højde- og stangspring skal den tid, udøveren har til sin rådighed, ikke ændres, før overliggerne er flyttet til en ny højde, med undtagelse af, at tidsperioden for to på hinanden følgende forsøg af samme udøver altid gælder. I andre tekniske øvelser, med undtagelse af når tidsperioden for to på hinanden følgende forsøg af samme udøver gælder, ændres de tilladte tider for forsøg ikke.
- Bemærkning (III):* Den tid en udøver har til sin disposition før sit første forsøg i en konkurrence, skal være et minut.
- Bemærkning (IV):* Når man bestemmer antallet af udøvere, som er tilbage i en konkurrence, så skal alle udøvere, der kan blive involveret i omspring, også tælles med.

Dommerne bør altid bruge et system, som meddeler eller kalder den næste atlet, som skal tage sit forsøg plus den, som følger efter, så er dette helt fundamentalt, når den tilladte tid til at tage sit forsøg er 30 sek. eller 1 minut. Dommerne skal også sikre sig, at konkurrenceområdet er helt klar til det næste forsøg, før de kalder på atleten og starter uret. Dommerne og især overdommeren skal være helt klar på konkurrenceomgivelserne, når de beslutter at starte uret, eller dømmer "tiden er gået" ("time out") og kalder det en fejl.

Særlige omstændigheder, som skal tages med i betragtning, er tilgængeligheden på tilløbsbanen ved en atlets forsøg i højdespring og spydkast (når tekniske øvelser afvikles samtidigt i det samme konkurrenceområde), og afstanden en atlet skal gå til og gennem kasteburet for at nå frem til cirklen for at tage sit forsøg i diskos- eller hammerkast.

For at gøre det helt klart, tidsgrænsen skifter ikke i finalerunden ved nogle af de horisontale tekniske øvelser, selv om der kun er 2 eller 3 atleter tilbage til at tage deres forsøg. 1 minuts-grænsen gælder kun i horisontale tekniske øvelser, hvis der kun er 2 eller 3 deltagere på den oprindelige startliste (undtaget for det allerførste forsøg for hver enkelt deltager).

### **Erstatningsforsøg**

18. Hvis en atlet af en eller anden grund er forhindret i at foretage sit forsøg, - er ude af stand til at afvikle sit forsøg af grunde udenfor hans kontrol - eller at forsøget ikke kan opmåles korrekt, da skal dommeren have beføjelser til at tildele erstatningsforsøg eller helt eller delvist genstarte den tilladte tid for gennemførelse af et forsøg. Der skal i den forbindelse ikke tillades ændringer i spring-/kasterækkefølgen. Der skal tillades en rimelig erstatningstid ved tildeling af erstatningsforsøg, som tager hensyn til de særlige omstændigheder. I tilfælde hvor konkurrencen er fortsat før et erstatningsforsøg tildeles, så bør erstatningsforsøget tages inden ethvert andet efterfølgende forsøg i konkurrencen tages. Der er mange situationer, hvor det vil være passende at give en atlet et ekstra forsøg, inklusive hvor det er et forsøg, der ikke bliver målt pga. procedurefejl eller tekniske fejl, og hvor det ikke er muligt at lave en nøjagtigt gen-opmåling. Mens dette helst skulle undgås vha. gode systemer og back-ups med teknologi, som bliver brugt mere og mere, så er det nødvendigt med bestemmelser for, hvad der skal ske, når tingene går galt. Da der ikke må ske ændringer i konkurrencerækkefølgen (medmindre problemet ikke bliver opdaget lige med det samme, og konkurrencen er fortsat), så må overdommeren beslutte, hvor langt der skal gås, før det ekstra forsøg skal tages i betragtning af de specielle omstændigheder i hvert enkelt tilfælde.

### **Fravær under konkurrence**

19. En atlet må ikke under konkurrencen forlade det umiddelbare konkurrenceområde for en øvelse, med mindre han har fået tilladelse af en official, og ledsages ud af en official. Hvis muligt bør der først tildeles atleten en advarsel, mens der ved gentagne tilfælde, eller ved alvorlig overtrædelse af reglen, bør tildeles en diskvalifikation.

### **Flytning af konkurrencested eller tidspunkt**

20. Vedkommende øvelsesleder kan flytte spring- eller kasteøvelsen til et andet sted eller andet tidspunkt, hvis han/hun mener, at forholdene gør det nødvendigt. En sådan flytning skal først foretages, når en runde er fuldført.

*Bemærkning:* Hverken vindstyrke eller skiftende vindretning er tilstrækkelig grund til at flytte sted eller tidspunkt for en konkurrence.

Udtrykket "forsøgsrunder" i stedet for "runder" er opfundet for at sikre en klar forskel mellem "forsøgsrunder" i konkurrencer i tekniske øvelser og en "konkurrencerunde" (dvs. en kvalifikationsrunde eller en finale).

Hvis forholdene gør det umuligt at afslutte en forsøgsrunde, før der skiftes sted eller tidspunkt, skal den Teknisk Delegerede (gennem overdommer) eller overdommeren normalt annullere de forsøg, som allerede er afsluttet i

denne forsøgsrunde (afhænger altid af forholdene og resultaterne i forsøgsrunden frem til tidspunktet for afbrydelsen og genoptagelsen af konkurrencen i begyndelsen af denne forsøgsrunde. Se også regel 149.3.

### **Resultater**

21. Hver udøver skal krediteres med sit bedste resultat, inkluderet resultatet opnået i omspring, for at afgøre placering.

### **Ens/samme/identiske resultater**

22. I tekniske øvelser, med undtagelse af højde- og stangspring, skal udøvernes næstbedste resultat tælle for at fastsætte rækkefølgen. Såfremt det fremdeles er ens, skal tredjebedste resultat benyttes. Dette fortsætter med 4., 5. og 6. resultat. Er det fortsat ens jf. regel 182.22, skal udøverne dele placering.

I højde- og stangspring, afgøres placeringen ved ens springhøjder via regel 181.8 og 181.9.

*Bemærkning: For vertikale spring, se regel 181.8 og 181.9*

## Regel 181 – Vertikale spring – Generelle regler

1. Før konkurrencen begynder, skal dommeren orientere udøverne om starthøjden og de følgende højder, som overliggeren vil blive sat op til ved hver afsluttet forsøgsrunde, indtil der kun er en udøver tilbage, og vedkommende har vundet konkurrencen, eller det står lige i kampen om førstepladsen.  
(For mangekamp, se regel 220.8 (d)).

### Forsøg

2. En udøver kan begynde at springe på hvilken som helst af de fastsatte højder og kan efter eget valg springe på hvilken som helst af de efterfølgende højder. Tre efter hinanden følgende mislykkede forsøg, uanset hvilken højde disse er foretaget på, udelukker videre forsøg, undtaget når det gælder omspring om førstepladsen. Efter denne regel kan en udøver afstå fra sit andet eller tredje forsøg på en højde (efter at have mislykkedes første eller anden gang) og fortsætte med at springe på en af de følgende højder.  
Hvis en udøver står over et forsøg på en højde, kan han ikke senere springe på samme højde, undtaget når det gælder omspring om førstepladsen.  
Højde- og stangspring: Hvis en springer ikke er til stede, når alle andre springere til stede har afsluttet konkurrencen, skal øvelseslederen anse det som, at den (eller de) springere har forladt konkurrencen, da tiden for endnu et forsøg er overskredet.
3. Efter at konkurrenterne er gået ud, har vinderen ret til at fortsætte med at springe, indtil han taber sin ret til at fortsætte.
4. Medmindre der blot er én deltager tilbage i konkurrencen og vedkommende har vundet, skal:
  - (a) Overliggeren aldrig hæves mindre end 2 cm i højde og 5 cm i stang efter hver forsøgsrunde
  - (b) Intervallerne mellem hver højde aldrig øges
 Denne regel 181.4 (a) og (b) gælder ikke, såfremt de tilbageværende udøvere er enige om at hæve overliggeren til Danmarks- eller verdensrekordhøjde direkte.  
Når en deltager har vundet konkurrencen, skal højden fastsættes efter udøverens ønske i samarbejde med øvelsesleder eller overdommer.  
*Bemærkning: Denne regel gælder ikke for mangekamp.*

### Opmåling

5. I højde- og stangspring skal alle målinger foretages i hele cm, lodret fra underlaget til overkanten af overliggeren, hvor denne er lavest.
6. Enhver måling af ny højde skal ske, før udøverne forsøger at springe på højden. Ved alle forsøg på en rekordhøjde, skal højden måles før hvert spring, såfremt overliggeren har været berørt siden sidste måling.

### Overliggeren

7. Overliggeren skal være af glasfiber eller andet passende materiale, dog ikke metal, og være cirkelformet i tværsnit, med undtagelse af endestykkerne. Overliggeren skal være farvet således at den er synlig for alle springere.  
Længden skal være 4,00m ( $\pm 2$ cm) for højde og 4,50m ( $\pm 2$ cm) for stang. Vægten skal max. være 2,0 kg for højde og 2,25 kg for stang. Diameteren af overliggerens cirkelformede del skal være 30mm ( $\pm 1$ mm).  
Overliggeren skal bestå af tre dele, den cirkelformede overligger og to endestykker, hver 30-35mm brede og 15-20 cm lange med det formål at ligge på stativets udliggere.  
Endestykkerne skal være halvcirkelformede med en klart defineret anlægsflade, som skal hvile på udliggerne. Denne anlægsflade må ikke ligge højere end centret i tværsnittet af overliggeren. De skal være hårde og glatte. De må ikke være belagt med gummi eller andet materiale, som har til hensigt at øge friktionen mellem endestykkerne og udliggerne.  
Overliggeren må ikke have nogen form for skævhed og må ikke have en højdeforskel (svaj) på mere end 2 cm i højde og 3 cm i stang, når den ligger på udliggerne.  
Kontrol: ved en belastning på 3kg på overliggerens midtpunkt skal den ikke hænge mere end 7 cm i forhold til endestykkerne i højde og 11 cm i stang.

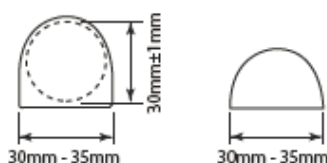


Figure 181 - Alternative ends for crossbar

### Placeringer

8. Hvis to eller flere udøvere klarer samme finalehøjde, er proceduren for at afgøre placeringerne følgende:
- Den udøver, som har færrest antal forsøg på den højde, som blev klaret sidst, skal have den bedste placering.
  - Hvis udøverne står lige, skal - ifølge regel 181. (a) - den udøver, som har færrest antal mislykkede forsøg gennem hele konkurrencen til og med sidst klarede højde have den bedste placering.
  - Hvis det fortsat er ens, - ifølge regel 181. (b) - skal udøverne dele placeringen med undtagelse af, hvis det gælder førstepladsen.
  - Gælder det førstepladsen, skal der arrangeres omspring i henhold til regel 181. 9, medmindre andet er bestemt enten på forhånd i henhold til de tekniske reguleringer, som det fremgår af konkurrencens bestemmelser eller om det bestemmes undervejs, men før stævnestart af teknisk delegeret, eller af en overdommer, såfremt der ikke er udnævnt en teknisk delegeret. Hvis der ikke arrangeres omspring, inkluderet at de aktuelle udøvere bestemmer sig for ikke at springe videre, skal udøverne dele førstepladsen.

*Bemærkning: Denne regel 181.8 (d) gælder ikke for mangelkamp.*

Der er et antal måder, hvorpå en omspringskonkurrence kan afsluttes:

- Ved forhåndsbestemmelser for konkurrencen indskrevet i reglerne
- Ved afgørelse under konkurrencen af den Teknisk Delegerede (eller overdommeren, hvis der ikke er nogen Teknisk Delegeret)
- Ved en afgørelse af atleterne om ikke at springe videre hverken før eller på noget tidspunkt af omspringskonkurrencen.

Mens en afgørelse af den Teknisk Delegerede eller overdommeren om ikke at dømme omspring skal foretages før starten af konkurrencen, så kan der være forhold, hvor dette ikke er muligt, og hvor forholdene på konkurrencestedet gør det umuligt eller uønskeligt at begynde eller fortsætte omspring. Overdommeren kan bruge sine beføjelser under reglerne 125 eller 180 for at håndtere situationen.

### Omspring

9. (a) De udøvere, der skal deltage i omspringskonkurrencen, skal springe på alle højder til en afgørelse er nået, eller til samtlige udøvere bestemmer sig for ikke at springe videre.
- (b) Hver udøver har ét spring på hver højde.
- (c) Omspring begynder på næste forhåndsbestemte højde, efter den højde de involverede udøvere klarede.
- (d) Såfremt der ikke blev opnået en afgørelse, skal overliggeren hæves hvis mere end én udøver klarede højden, eller sænkes hvis de ikke klarede højden. Overliggeren skal hæves/sænkes med 2 cm i højde og 5 cm i stang.
- (e) Hvis en udøver vælger ikke at springe på en højde, har han/hun automatisk frasagt sig retten til en højere placering. Såfremt blot en udøver er tilbage, skal han/hun erklæres for vinder, uanset om han/hun klarede højden eller ej.

### Eksempel - højdespring:

*De højder, som er benyttet, er annonceret af dommerne før konkurrencen:*

1,75m; 1,80m; 1,84m; 1,88m; 1,91m; 1,94m; 1,97m; 1,99m.....

Udøver	Højde							Fejl	Omspring			Plac.
	1,75	1,80	1,84	1,88	1,91	1,94	1,97		1,91	1,89	1,91	
A	o	xo	o	xo	x-	xx		2	x	o	x	2
B	-	xo	-	xo	-	-	xxx	2	x	o	o	1
C	-	o	xo	xo	-	xxx		2	x	x		3
D	-	xo	xo	xo	xxx			3				4

O = klaret

X = mislykket

- = sprang ikke/stod over

A, B, C og D klarede alle 1,88 m.

Regel 181.8 og 181.9 kommer nu i anvendelse; Dommeren lægger for hver springer det totale antal mislykkede forsøg sammen, inkl. den sidst klarede højde.

"D" har flere mislykkede forsøg end "A", "B" og "C", og placeres derfor på 4.pladsen. "A", "B" og "C" er stadigvæk lige, og da det drejer sig om 1.pladsen, skal de springe om på 1,91 m, som er den næste højde, efter den sidst klarede af de tre involverede.

Da ingen af udøverne klarer denne højde, sænkes overliggeren til 1,89 m til nye omspring. Da så kun "C" mislykkes på 1,89 m, skal de to resterende udøvere ("A" og "B") have et tredje omspring på 1,91m, som så kun "B" klarer og derfor udråbes som vinder.

Hvis en atlet ensidigt beslutter sig for at trække sig fra omspring, vil den anden atlet (hvis kun en er tilbage) blive erklæret for vinder i henhold til regel 181.9 (e). Det er ikke nødvendigt for denne atlet at forsøge sig på den gældende højde. Hvis der er mere end en atlet tilbage i omspringskonkurrencen, fortsætter denne med de tilbageværende atleter, med den atlet, som trak sig, placeret i henhold til vedkommendes slutplads. Vedkommende fortabte retten til en højere placering, inklusive førstepladsen.

#### **Uvedkommende påvirkning.**

10. Når det er klart, at overliggeren er faldet ned under påvirkning af noget, som ikke kan forbindes med udøveren (f.eks. et vindstød).
  - (a) Såfremt overliggeren falder ned, efter at udøveren er kommet over uden at berøre den, så skal det anses for et gyldigt spring.
  - (b) Under alle andre forhold skal udøveren have mulighed for et nyt forsøg.

### Regel 182 – Højdespring

1. Springerne skal sætte af med én fod.
2. Det er mislykket forsøg, når:
  - (a) Overliggeren rives ned af udøveren under springet
  - (b) Udøveren, uden at klare højden, berører området (inkluderet måtten) bag det vertikale plan begrænset af stativets nærmeste kant mod springeren med nogen del af kroppen. Hvis han under springet berører måtten med foden, og han efter dommerens mening ikke har haft nogen fordel af dette, skal springet ikke anses for mislykket.
 

*Bemærkning: Til hjælp for dommeren i en sådan afgørelse, skal planet mærkes af på baneunderlaget med en hvid streg, som skal være 50 mm bred mellem punkter 3m uden for hvert af stativerne. Stregens nærmeste kant skal falde sammen med det vertikale plan gennem den nærmeste kant af stativet.*
- (c) Udøveren rører overliggeren eller de lodrette dele af springstøtterne, når vedkommende tager tilløb uden at springe.

#### **Tilløb og afsætsområde**

3. Minimumbredden på tilløbsbanen skal være mindst 16 m og minimumlængden mindst 15 m undtaget i konkurrencer under regel 1.1 (a), (b), (c), (e) og (f), hvor minimumlængden skal være 25 m.
4. Hældningen på de sidste 15 m af tilløbs- og afsætsområdet må ikke på noget sted være over 1:250 (0,4%) målt langs enhver radius med center midtvejs mellem stativerne og med en længde, som angivet i regel 182.3. Måtten bør placeres sådan, at udøvernes tilløb bliver henover denne hældning.
5. Afsætsområdet skal være plant, eller hældningen skal være i overensstemmelse med 182.4 og "IAAF Track and Field Facilities Manual".

#### **Anlæg og tilbehør**

6. Enhver type af standere eller stolper kan bruges, forudsat de er stive. De skal have udliggere, som er sat godt fast og som overliggeren kan lægges på. De skal være så høje, at de er mindst 10 cm højere, end den højeste højde der skal springes på. Afstanden mellem standerne skal være mellem 4,00 og 4,04 m.
7. Standerne må ikke flyttes under konkurrencen, medmindre øvelseslederen finder, at afsætsområdet eller måtten ikke kan bruges. Såfremt standeren skal flyttes, kan det kun ske efter en fuldført omgang.
8. Udliggerne skal have en flad og rektangulær overflade på 4x6 cm. De skal være solidt fastgjort til standeren under springningen og vende mod hinanden. Enderne på overliggeren skal hvile på udliggerne sådan, at overliggeren let falder ned til den ene eller anden side, hvis den berøres af en springer. Overfladen på udliggerne skal være glat. Udliggerne må ikke være belagt med gummi eller andet materiale, som øger friktionen mellem overliggerne og udliggerens flader. De må heller ikke have nogen form for fjeder. Anlægsfladerne for overliggeren skal have samme højde over afsætsområdet i begge ender af overliggeren.



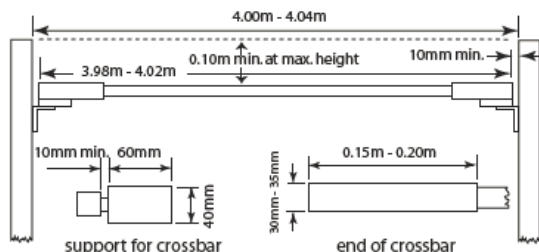


Figure 182 - High Jump uprights and crossbar

9. Der skal være en afstand på mindst 1 cm mellem enderne på overliggeren og standerne.

### Landingsområde

10. I konkurrencer under reglerne 1.1 (a), (b), (c), (e) og (f) skal landingsarealet mindst være 6 m langt og 4 m bredt og 0,7 m højt, bag det vertikale plan fra overliggeren.

*Bemærkning:* Standerne og måtten skal være opstillet på en sådan måde, at der er en klar afstand på mindst 0,1m mellem dem, når de er i brug, for at forhindre at overliggeren rives ned pga. kontakt mellem måtte og stander.

For andre konkurrencer bør landingsområdet måle mindst 5m i længden, 3m i bredden og 0,7 m i højden.

### Officialsteam:

Til en højdespringskonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials på følgende måde:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen og godkende målingerne. Vedkommende er udstyret med to flag – hvidt til at vise, at forsøget er godkendt og rødt til at vise, at der er fejl. Vedkommende skal placere sig, så han kan klare to ting:
  - (a) Hyppigt sker det, at overliggeren ligger og vibrerer på udliggerne efter at være blevet rørt af en atlet. Hoveddommeren skal afgøre, afhængigt af overliggerens position, om vibrationen af overliggeren skal stoppes og det passende flag vises – især de specielle situationer, som er beskrevet i 181.10
  - (b) Hvis atleten ikke rører overliggeren, den lodrette sektion af støtterne eller området bag det lodrette plan af nærmeste kant af overliggeren, er det vigtigt at holde øje med positionen af atletens fødder i situationer, hvor atleten beslutter ikke at afslutte sit forsøg og løber til siden eller går ”under” overliggeren.
- (2) Dommerne (1) og (2) på hver side af landingsområdet og stående lidt tilbage og ansvarlige for at lægge overliggeren op igen, hvis den falder, og assistere hoveddommeren i anvendelsen af ovenstående regler.
- (3) Dommer – der fører resultatlisten og kalder hver atlet frem (og den der kommer bagefter)
- (4) Dommer – ansvarlig for scoreboardet/resultattavlen (forsøg – nummer – resultat).
- (5) Dommer – ansvarlig for uret, som viser atleterne, at de har en bestemt tid til at tage deres forsøg.
- (6) Dommer – ansvarlig for atleterne

*Note (I):* Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials. I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker i sådanne tilfælde skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.

*Note (II):* Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.

*Note (III):* Et område skal reserveres til en vindpose for at vise både vindretning og -styrke.

## Regel 183 – Stangspring

### Konkurrencen

1. Udøverne kan kun få overliggeren flyttet i retning mod landingsarealet, sådan at kanten af overliggeren nærmest udøveren kan placeres på et hvilket som helst punkt derfra direkte over bagenden af boksen og til et punkt 80 cm i retning af landingsarealet.

Før konkurrencen begynder, skal udøverne informere dommerne om, i hvilken position de ønsker standerne placeret, når de foretager deres første forsøg, og disse positioner skal skrives på dommerlisten.

Ønsker udøverne senere at ændre dette, må vedkommende straks give den ansvarlige dommer besked, før standerne er sat på plads efter de tidligere noterede ønsker. Meldes det ikke tidsnok, må en flytning ske inden for udøverens tildelte tid til at udføre forsøget.

*Bemærkning:* En streg, 10 mm bred og i en særlig synlig farve, skal trækkes i en ret vinkel på tilløbets akse, på linje med bagenden af boksen (”0”-linien). En lignende streg, op til 50mm bred, skal være synlig på overfladen af landingsarealet og forlænget til ydersiden af

*standerne. Kanten af stregen nærmest til den springende udøver falder sammen med bagenden af boksen.*

2. Det er et mislykket forsøg, når:
- Overliggeren ikke bliver liggende på udliggerne, pga. af udøverens berøring under springet.
  - Udøveren berører området eller måtten bag det vertikale plan på isætningskassens bagerste indre kant med nogen del af kroppen eller stangen, uden først at have klaret højden.
  - Udøveren, efter at have sat af, flytter den nederste hånd op forbi den øverste eller flytter øverste hånd højere op på stangen.
  - Udøveren under springet stabiliserer overliggeren eller lægger den tilbage, mens den er ved at falde ned.
- Bemærkning(I): At udøveren på noget sted løber på ydersiden af de hvide streger, som markerer tilløbet, er ikke grund til at dømme det til et ugyldigt forsøg.*
- Bemærkning (II): Det er ikke et ugyldigt forsøg, hvis stangen skulle berøre madrassen under forsøget, efter at stangen er korrekt placeret i isætningskassen.*

Det følgende skal ses som en tilføjelse til og forståelse af regel 183.2:

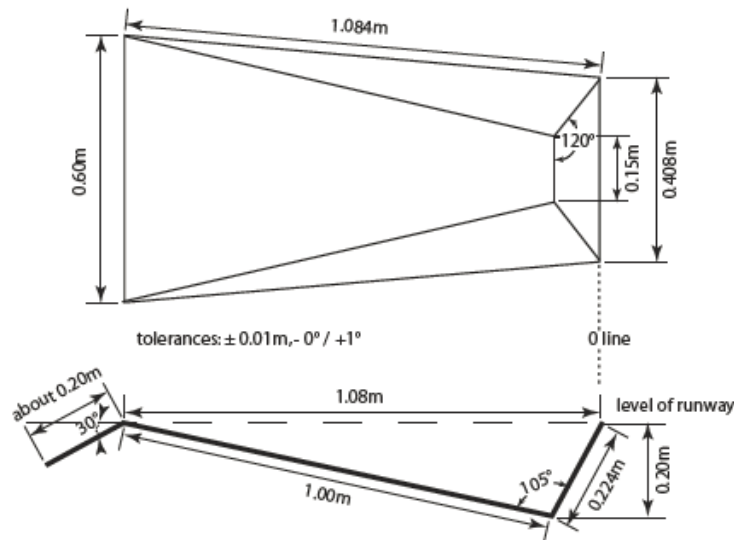
- Overliggeren skal frigøres pga. atletens handling, mens han springer over. Sådan, at hvis atleten på korrekt vis henter sin stang (uden at krænke regel 183.4) og så kommer til at ramme overliggeren eller standerne med stangspringsstangen, sådan at overliggeren bliver frigjort, så tæller det ikke som en fejl, da det ikke var pga. atletens handling, mens han sprang over, medmindre overdommeren endnu ikke har vist det hvide flag.
  - At tage hensyn til Note (II), da der vil være mange tilfælde, hvor stangen under bøjningen vil røre landingsområdet bagved 0-linien.
  - Muligheden for, at atleten kan sætte af på en sådan måde, at enten hans krop eller bøjningen af stangen vil bryde det lodrette plan gennem 0-linien, men så han kommer tilbage til tilløbsbanen uden at forsøge at komme over overliggeren. Hvis han fortsat har tid tilbage til sit forsøg, og han ikke rørte underlaget bagved 0-linien, kan han fortsætte sit forsøg.
  - Dommere skal lægge særlig mærke til, om der har været handlinger, som er forbudte iflg. regel 183.2(d). Den relevante dommer skal ikke kun holde øje med springeren under hele springet, men han skal også afgøre, om en sådan handling ikke bare var en hændelig berøring, da atleten kom over overliggeren. For at anvende (d) skal der almindeligvis være tale om en vis direkte handling fra atletens side til at holde overliggeren eller lægge den på plads.
3. For at opnå et bedre greb kan udøveren bruge et stof på hænderne eller på stangen under konkurrencen. Det er tilladt at bruge handsker.  
Mens der ikke er noget forbud mod at anvende handsker eller brugen af tilladt substans på handskerne, så skal denne praksis overvåges af dommere i tilfælde af, at praksis er årsag til bekymring og rejser mulige spørgsmål om unfair konkurrence.
4. Ingen, heller ikke udøveren, må røre stangen, medmindre den falder væk fra overliggeren eller støtterne. Hvis stangen rører og øvelseslederen mener, at den ville have revet overliggeren, hvis den ikke var rørt, skal springet ikke godkendes.  
Dette er en af de få regler, hvor en handling fra en official kan resultere i en fejl til atleten. Det er derfor vigtigt, at dommerne ved standerne er omhyggelige med at sikre, at de ikke rører eller griber stangen, medmindre den helt tydeligt falder væk fra overliggerne og/eller standerne.
5. Hvis stangen brækker under springet, regnes dette ikke for et mislykket forsøg. Udøveren får i dette tilfælde et nyt forsøg.

### **Tilløbsbanen**

6. Minimumlængden på tilløbsbanen, målt fra "0"-linien, skal være 40m, og hvor forholdene tillader det 45m. Den skal have en bredde på 1,22 m ± 0,01m og skal være afmærket på hver side med hvide streger, 50mm brede.  
*Bemærkning: For alle baner, som er anlagt før 1. januar 2004, kan tilløbet have en maximal bredde på 1,25 m. Når en sådan bane renoveres med ny kunststofbelægning, skal den efterfølgende opfylde gældende regler.*
7. Den størst tilladte hældning på tværs af tilløbet skal være 1:100 (1%), medmindre særlige omstændigheder foreligger og som retfærdiggør, at IAAF laver en undtagelse og, på de sidste 40 m af tilløbet må hældningen nedover i løberetningen ikke på noget sted overstige 1:1000 (0,1%).

**Anlæg og tilbehør**

8. Isætskasse. "Afsættet" i stangsring skal ske fra en kasse, som skal være lavet af et passende materiale med afrundede og bløde øvre kanter, og den skal være nedfældet i plan med banen. Kassen skal være 1 m lang, målt langs indersiden af kassens bund, 60 cm målt på forkanten og skal smalne af til 15 cm bredde målt i bunden af stopbrættet som skal hælde 105°.



**Figure 183a - Pole Vault box (top and side view)**

Kassens bund skal hælde fra banens plan i forkanten til en dybde på 20 cm under banen, der hvor bunden møder stopbrættet. Kassen skal udformes sådan, at dens sidevægge hælder udad i en vinkel på ca. 120° målt nærmest stopbrættet.

**Bemærkning:**

*En udøver må placere en belægning (polstring) rundt om isætningsboksen for yderligere beskyttelse under ethvert af vedkommendes forsøg. Anbringelse af sådant udstyr skal foretages af udøveren inden for den tilladte tid til forsøget og skal fjernes af udøveren straks efter, at forsøget er afsluttet.*

*I konkurrencer under 1.1 (a), (b), (c), (e) og (f) skal det stilles til rådighed af arrangøren.*

9. Enhver type af støtter eller stolper kan bruges, forudsat at de er stive. Det anbefales, at støtternes "fødder" tildækkes, sådan at udøveren eller udøverens stang ikke skades i landingen.
10. Overliggeren skal ligge på horisontale udliggere, og såfremt den bliver berørt af udøveren eller stangen skal den let kunne falde ned mod jorden i retning af landingsområdet. Udliggjerne skal være fri for indsnit eller hakker og i hele deres længde have samme tykkelse, ikke over 13 mm i diameter eller bredde. De må ikke rage længere ud end 55 mm fra støttearmene, som skal være glatte. De vertikale støttetapper (peg backings), som også skal være glatte og konstrueret på en måde, så overliggeren ikke kan hvile på toppen af dem, må være 35-40 mm over tappene.

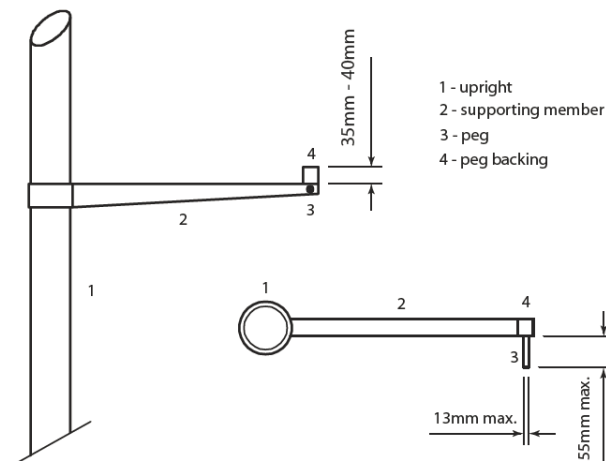


Figure 183b - Pole Vault crossbar support (view from landing area and top view)

Afstanden mellem udliggerne eller mellem støtternes forlængelser (støttearmene), skal være mellem 4,30m og 4,37 m. Udliggerne må ikke være belagt med gummi eller andet materiale, som øger friktionen mellem dem og overliggerens overflade, og ikke på nogen måde være fjedrende.

*Bemærkning: For at reducere risikoen for at en udøver kan komme til skade ved at falde på støtterne, kan udliggerne sættes på forlængede arme, som er fastgjort permanent til støtterne. Disse kan på den måde sidde længere fra hinanden uden at øge længden af overliggeren.*

### Stangen

11. Udøverne kan bruge deres egne stænger. Ingen af udøverne kan bruge andres stænger uden ejernes tilladelse. Stangen kan være af et hvilket som helst materiale eller sammensætning af materialer og af en hvilken som helst længde og diameter, men overfladen skal være glat. Stangen kan have et lag af tape ved grebet (for at beskytte hånden) eller ved stangens nedre ende (for at beskytte stangen). Enhver tapening ved grebet skal være ensartet undtagen tilfældige overlapninger og må ikke resultere i pludselige ændringer af diameteren, såsom at kreere en "ring" på stangen.

Kun ensartet tapening i overensstemmelse med reglen er tilladt i gribeenden af stangen – ringe, løkker og lignende er ikke tilladt. Der er ingen restriktioner på, hvor langt oppe eller nede på stangen en sådan tapening må være, men det skal være med den hensigt, som det er tænkt – at beskytte hånden.

Der er ingen restriktioner i den nedre del af stangen, og i almindelighed er enhver form for tapening eller beskyttelse tilladt – under forudsætning af, at det ikke giver atleten en fordel.

### Landingsmåtten

12. For konkurrencer under Regler 1.1 (a), (b), (c), (e) og (f), skal landingsmåtten ikke være mindre end 6 m lang (målt fra 0-linjen og uden de forreste sidestykker) 6 m bred og 0,8 m høj. For andre konkurrencer bør landingsområdet måle mindst 5 m (målt fra 0-linjen og uden de forreste sidestykker) og være 5 m bred. De forreste sidestykker skal være mindst 2 m lange. Siderne af landingsmåtten nærmest isætskassen skal placeres 0,1 m – 0,15 m fra isætskassen og skal have en hældning væk fra isætskassen i en vinkel på 45° (se figur 183c). Ved internationale mesterskaber skal måtten være mindst 6x6x0,8m og frontstykkerne skal være mindst 2 m lange.

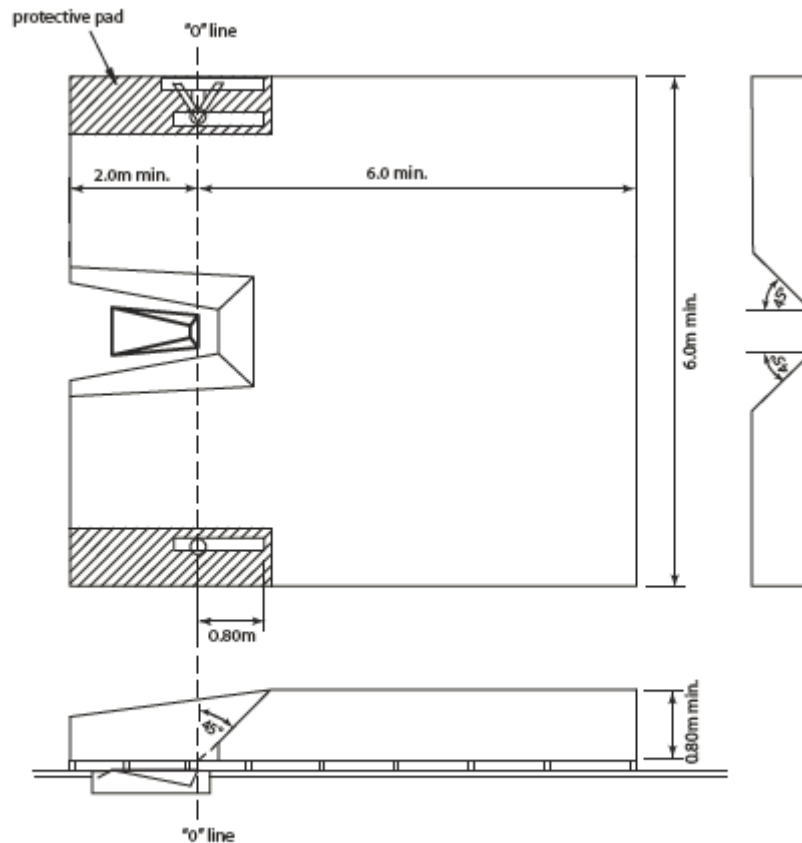


Figure 183c - Pole Vault landing area (top and side views)

### Officialsteam:

Til en stangspringskonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen og godkende målingerne. Vedkommende er udstyret med to flag – hvidt til at vise, at forsøget er godkendt og rødt til at vise, at der er fejl. Vedkommende skal placere sig, så han kan klare to ting:
  - (a) Hyppigt sker det, at overliggeren ligger og vibrerer på udliggerne efter at være blevet rørt af en atlet. Hoveddommeren skal afgøre, afhængigt af overliggerens position, om vibrationen af overliggeren skal stoppes og det passende flag vises – især de specielle situationer, som er beskrevet i 181.10 og 183.4.
  - (b) Da atleten før sit afsæt ikke må røre underlaget bag det lodrette plan gennem bagenden af isætningskassen, skal dommeren placere sig på en sådan måde, at han kan afgøre dette.
- (2) Dommer (1) og (2) på hver side af linjen gennem bagenden af isætningskassen, med den hensigt at lægge overliggeren op igen, hvis den falder ned og assistere hoveddommeren i anvendelsen af ovenstående regel. De er også ansvarlige for at anbringe overliggeren i den rette position, som noteret hos skriveren i henhold til atletens ønsker.
- (3) Dommer – en skriver, som noterer standernes positioner som anmodet af atleterne og fører resultatlisterne og kalder ud – både overliggerens position og den enkelte atlet (og den næste).
- (4) Dommer – med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- (5) Dommer - med ansvar for uret, som viser atleterne, at de har en bestemt tid til deres forsøg.
- (6) Dommer – med ansvar for atleterne.

*Bemærkning (I): Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials. I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker i sådanne tilfælde skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.*

*Bemærkning (II): Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.*

*Bemærkning (III): Et område skal reserveres til en vindpose for at vise både vindretning og -styrke*

## Regel 184 – Horisontale spring – Generelle regler

### Tilløbsbanen

- Minimumslængden på tilløbet målt fra den relevante afsætslinje skal være 40 m, og hvor forholdene tillader det 45m. Det skal have en bredde på  $1,22 \text{ m} \pm 0,01 \text{ m}$  og skal markeres med 50mm brede streger på hver side.  
*Bemærkning:* På alle baner anlagt før 1. januar 2004 kan tilløbet have en maksimal bredde på 1,25 m. Når en sådan bane renoveres med ny kunststofbelægning, skal den efterfølgende opfylde gældende regler.
- Den størst tilladte hældning på tværs af tilløbsbanen er 1:100 (1%) undtaget hvis specielle omstændigheder gør, at IAAF kan tillade en undtagelse, og på de sidste 40 m af tilløbsbanen må den totale hældning i løberetningen ikke overstige 1:1000 (0,1%).

### Afsætsplanken

- Afsætsstedet skal markeres med en planke nedfældet i plan med tilløbsbanen og overfladen på springgraven. Kanten af planken nærmest springgraven kaldes afsætslinjen. Umiddelbart bag afsætslinjen skal der placeres et markeringsbræt med plastmasse (voksplanke) eller andet passende materiale til hjælp for dommerne.
- Afsætsplanken skal være rektangulær og lavet af træ eller andet passende materiale, og lavet på en sådan måde, at udøverens pigsko får greb og ikke skrider, skal være  $1,22 \pm 0,01 \text{ m}$  lang,  $0,20 \text{ m} (\pm 0,002 \text{ m})$  bred og ikke mere end  $0,10 \text{ m}$  dyb. Den skal være hvid.
- Markeringsbrættet (voksplanke) skal bestå af et stift bræt,  $0,10 \text{ m} (\pm 0,002 \text{ m})$  bred og  $1,22 \pm 0,01 \text{ m}$  lang af træ eller andet passende materiale, og skal have en kontrastfarve i forhold til afsætsplanken. Såfremt det er muligt, skal plastmassen være i en kontrastfarve til begge de andre farver. Brættet skal monteres i en fordybning eller udskæring bag ved afsætsplanken på den side, som er nærmest springgraven. Brættet med plastmassen skal konstrueres sådan, at den går fra afsætsplankens niveau til en højde af  $7 \text{ mm} \pm 1 \text{ mm}$ . Kanten skal enten skråne i en vinkel på  $45^\circ$  med kanten nærmest til tilløbsbanen dækket af plastmasse langs den længde  $1 \text{ mm}$  tykt eller skal skæres væk, sådan at fordybningen fyldt med plastmasse skal skråne i en vinkel på  $45^\circ$ . (Se fig. 184a).

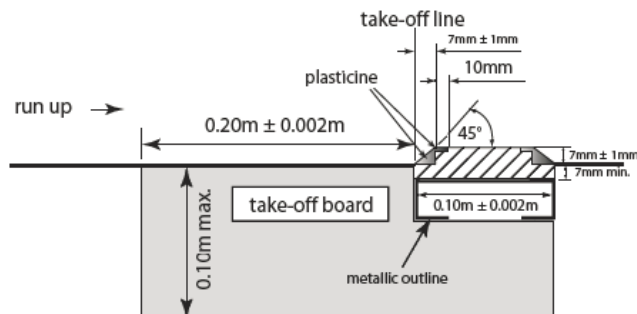


Figure 184a- Take-off board and plasticine indicator board

Den øvre del af afsætsbrættet skal altså dækkes af for det første 10 mm omtrentligt og langs hele længden af plastmasse. Når den er placeret i fordybningen, skal hele konstruktionen være tilstrækkelig stiv til at kunne tåle trykket af afsætsfoden. Overfladen på brættet foran plastmassen skal være af et sådan materiale, at piggene i skoene kan få greb, og at skoene ikke skrider. Plastmassen kan glattes ud ved hjælp af en rulle eller en passende murerske eller skraber for at fjerne fodaftryk.

*Bemærkning:* Det anbefales, at have ekstra bræt med plastmasse klar, sådan at øvelsen ikke forsinkes af at fjerne fodaftryk efter overtrådte forsøg.

### Springgraven

- Springgraven skal være min. 2,75m og max. 3 m bred, og tilløbet skal om muligt placeres sådan, at centerlinjen i tilløbet falder sammen med centerlinjen i springgraven.  
*Bemærkning:* Når centerlinjen af tilløbsbanen ikke falder sammen med centerlinjen i springgraven, skal gravens bredde markeres med bånd eller tape, sådan at den ovenfor nævnte bredde opfyldes. (se fig. 184b)

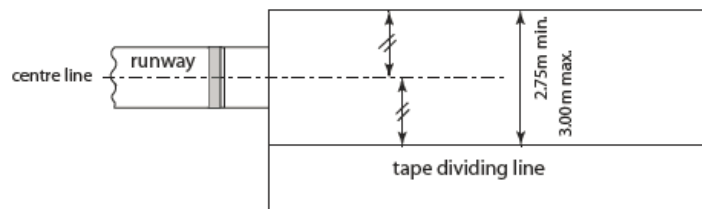


Figure 184b - Centralised Long Jump / Triple Jump landing area

Der hvor der udvikles nye faciliteter, og hvor det påtænkes, at synshandicappede atleter skal konkurrere, bør mindst den ene springgrav anlægges med en udvidet bredde, som det anbefales af IPC (3,50m i.st.f. max. 3m som i IAAF-reglerne).

7. Graven skal fyldes med blødt, fugtigt sand, og overfladen på sandet skal være i niveau med afsætsplanken.  
*Bemærkning: Det anbefales at sandet er vasket strandsand, uden organisk materiale, max kornstørrelse 2 mm, hvoraf ikke mere end 5% af vægten må være kornstørrelse mindre end 0,2 mm.*

### Opmåling

8. Opmålingen af hvert resultat skal foretages straks efter hvert gyldigt forsøg (eller efter en øjeblikkelig mundtlig protest foretaget under regel 146.5). Alle forsøg måles fra det nærmeste mærke i springgraven lavet af nogen del af kroppen eller noget fastgjort til kroppen, på det tidspunkt hvor mærke blev lavet, til afsætslinjen eller dennes forlængelse. Opmålingen foretages vinkelret på afsætslinjen eller dennes forlængelse.
9. I horisontale spring skal et resultat altid registreres med nærmeste hele cm (0.01m) under det målte resultat, såfremt målingen ikke viser hele cm.  
 Så længe der ikke har været begået en fejl, skal hvert forsøg måles, uanset den opnåede længde. Dette skal gøres fordi opmåling af alle forsøg, kan blive afgørende for endelige placeringer, eller om hvorvidt en atlet vil gå videre til efterfølgende runder.  
 Undtaget hvor regel 146.5 er taget i anvendelse, skal et forsøg under normale omstændigheder ikke opmåles, når der er begået fejl. Dommere skal være omhyggelige i deres skøn, når der anvendes en anden praksis end sædvanligt og især i specielle tilfælde.  
 Undtaget hvor der anvendes videoopmåling, skal der ved ethvert gyldigt forsøg placeres en markør (sædvanligvis af metal) i lodret position på det sted, hvor aftrykket lavet af atleten i landingsområdet nærmest afsætslinjen, er. Markøren går igennem løkken i enden af det inddelte metalmålebånd, således at 0-mærket er på mærket. Målebåndet skal trækkes horisontalt ud og må ikke røre nogen forhøjning i underlaget.

### Vindmåling

10. Vindstyrken måles over en periode på 5 sek., regnet fra det tidspunkt udøveren passerer et mærke, som er placeret ved siden af tilløbsbanen, i længde 40 m og i trespring 35 m fra afsætsplanken. Hvis udøveren har kortere tilløb end 40 respektive 35 m, skal det måles fra det tidspunkt udøveren begynder tilløbet.
11. Den relevante dommer for tekniske øvelser skal sikre sig, at vindmåleren er placeret 20 m fra afsætslinjen. Den skal stå i en højde af 1,22m og ikke mere end 2 m fra tilløbsbanen.
12. Vindmåleren skal aflæses sådan som det er beskrevet i regel 163.11. Den skal betjenes og opereres som beskrevet i reglerne 163.12 og 163.10.

## Regel 185 – Længdespring

### Konkurrencen

1. Det skal regnes som et ugyldigt forsøg, hvis en udøver:
- I forbindelse med afsættet berører området (herunder enhver del af voksplanken) bag ved afsætslinjen med nogen del af kroppen, uanset om det sker i forbindelse med udførelsen af et spring, eller i forbindelse med et tilløb, der ikke afsluttes med et spring.
  - Sætter af uden for planken på en af dennes sider, enten før eller efter den forlængede afsætslinje
  - Benytter en eller anden form for saltomortale.
  - Efter afsættet, men før den første kontakt med springgraven rører tilløbsbanen, området uden for tilløbsbanen eller uden for springgraven.
  - Idet udøveren lander, berører området uden for springgraven nærmere afsætsstedet end nærmeste mærke efter springet i graven.
  - Forlader springgraven på andre måder end beskrevet i regel 185.2.

2. Når udøveren forlader springgraven, skal udøverens første kontakt til fods med afgrænsningen eller området uden for springgraven være længere væk fra afsætslinjen end det nærmeste mærke i sandet (som kan være ethvert mærke lavet efter total overbalance i springgraven, eller når udøveren går tilbage tættere på afsætslinjen end det afsatte mærke

*Bemærkning:* Den første kontakt regnes for at forlade springgraven.

3. Det skal ikke regnes for ugyldigt forsøg, hvis en udøver:
- På noget sted løber på ydersiden af de hvide linjer, som markerer tilløbsbanen.
  - Sætter af før planken, bortset fra det, som er nævnt i punkt 185.1 (b).
  - Under regel 185.1 (b) hvis bare en del af udøverens sko eller fod berører området ved siden af planken før afsætslinjen.
  - Hvis en udøver i landingsfasen berører området uden for springgraven, medmindre denne berøring er første berøring, eller er i strid med regel 185.1 (d) eller (e).
  - Hvis udøveren går tilbage gennem springgraven efter først at have forladt denne på måden, som er beskrevet i regel 185.2.

### **Afsætslinjen**

- Afstanden mellem afsætslinjen og den fjerne ende af springgraven skal være mindst 10m.
- Afsætslinjen skal være placeret mellem 1m og 3m fra den nærmeste ende af springgraven.

### **Officialteam:**

Til en længde-eller trespringskonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen.
- En dommer, som tjekker, om afsættet har været korrekt og måler forsøget. Han skal være udstyret med to flag - et hvidt for at vise, at forsøget er gyldigt og et rødt ved fejl. Når forsøget er målt, anbefales det, at dommeren står foran afsætsplanken visende rødt flag, mens landingsområdet rives og nivelleres, og hvis det er relevant, mens voksbrættet kommer på plads. Der kan anvendes en kegle i stedet for eller sammen med (i nogle konkurrencer bliver denne position indtaget af hoveddommeren for konkurrencen).
- Dommer ved landingsstedet afgør, hvor positionen i landingsområdet er for det punkt, som er nærmest afsætslinjen, og vedkommende sætter et spyd/prisme der og så, hvis der anvendes målebånd, holder målebåndet på 0. Hvis der anvendes videoopmåling, vil det normalt ikke være nødvendigt med en dommer her til det formål. Hvis der anvendes et optisk opmålingssystem, er der behov for to dommere på landingsstedet, en til at placere markøren i sandet og en til at læse resultatet på det optiske apparat.
- Dommer – en skriver, der fører resultatlisterne og kalder hver atlet frem (og den følgende).
- Dommer med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- Dommer med ansvar for vindmåleren, som står 20m fra afsætslinjen.
- En eller flere dommere eller hjælpere til at nivellere landingsområdet efter hvert forsøg.
- Dommer eller hjælper med ansvar for voksbrættet (bytte om/fylde hul ud/jævne).
- Dommer med ansvar for uret, der viser atleterne, at de har en vis tid til at tage deres forsøg.
- Dommer med ansvar for atleterne.

*Bemærkning (I):* Dette er det traditionelle set-up for bemanding og placering af officials.

*I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker i sådanne tilfælde, skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.*

*Bemærkning (II):* Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.

*Bemærkning (III):* Et område skal reserveres til en vindpose for at vise både vindretning og -styrke.

## **Regel 185 A – Længdespring med afsætszone (National regel)**

For aldersklasserne til og med 13 år (dreng og piger) benyttes afsætszone.

Afsætszonen skal være i banens fulde bredde (1,22 m) og 1,00 m lang.

Afsætszonen placeres i en afstand fra springgraven, som passer til aldersgruppens forventede springlængder.

Afsætszonen markeres med tape, kridt eller spray og kan tydeliggøres via kegler placeret i hjørnerne. Det anbefales, at zonen lægges sådan, at en evt. markeret afsætslinje er midt i zonen på 1 m. Hvis en planke er placeret midt i zonen, bør markeringsbrættet være af fast gummi eller et lignende fast materiale - og ligge helt i plan med afsætsplanke og tilløbsbane. Springlængden måles fra det nærmeste mærke i sandgraven, lavet af nogen del af kroppen eller lemmerne, og ind til den forreste del af afsætsfodens mærke, afsat af springerens fod i afsætszonen eller markeret af springdommeren umiddelbart efter hvert spring. Springlængden måles altid vinkelret på afsætslinjen. Hvis udøveren sætter af før afsætszonen (før han når frem til afsætszonen) dømmes springet stadig som gyldigt, men springlængden



aflæses fra afsætzonens begyndelse (dvs. den kant, som er længst væk fra sandgraven). Overtrædes springzonen helt, bedømmes springet som mislykket/overtrådt, ligesom ellers ved længdespring.

I øvrigt gælder bestemmelserne i regel 185.

## Regel 186 – Trespring

Reglerne 184 og 185 gælder også i trespring med følgende forskelle:

### **Konkurrencen**

1. Trespring skal bestå af et hink, et skridt og et spring i denne rækkefølge.
2. Hinket skal udføres sådan, at udøveren lander på samme fod, som han/hun brugte i afsættet. Derefter skal han/hun lande på den anden fod (skridtet) og så springe ud i graven. Det skal ikke regnes for et ugyldigt forsøg, såfremt springeren under springet berører jorden med den ”hvilende” fod.

*Bemærkning: Regel 185(d) anvendes ikke til normale landinger fra hink- og skridt-faserne.*

Læg mærke til, at det ikke er fejl (i sig selv), hvis atleten:

- (a) Rører de hvide linjer eller underlaget mellem afsætslinjen og sandgraven; eller
- (b) Lander i graven i skridtfasen, uden selv at begå fejl (f.eks. hvis dommeren fejlagtigt har anvist en forkert afsætsplanke), og i et sådan tilfælde vil øvelseslederen normalt tilbyde atleten et erstatningsforsøg. Det er en fejl, hvis landingen i springet ikke foregår i sandgraven.

### **Afsætsplanken**

3. Afstanden mellem afsætsplanken og enden af graven må ikke være mindre end 21 m.
4. I internationale konkurrencer anbefales det, at afstanden mellem afsætsplanken og graven skal være mindst 13 m for mænd og 11 m for kvinder. Ved andre stævner skal afstanden mellem afsætsplanken og graven tilpasses efter deltagernes niveau.
5. Mellem planken og graven skal der være et jævnt baneunderlag med minimumbredde på  $1,22 \text{ m} \pm 0,01 \text{ m}$  for at sikre springerens fod en god kontakt med underlaget.

*Bemærkning: For alle baner, som er anlagt før 1. januar 2004, kan tilløbsbanen have en bredde på 1,25 m. Når en sådan bane renoveres med ny kunststofbelægning, skal den efterfølgende opfylde gældende regler.*

## Regel 186 A – Trespring med afsætzzone (National regel)

For trespring med afsætzzone gælder samme regler som for længdespring med afsætzzone (se regel 185 A).

I øvrigt gælder bestemmelserne i regel 186.

## Regel 187 – Kasteøvelser – Generelle regler

### Officielle redskaber

1. I alle internationale konkurrencer skal de redskaber, som anvendes, være i overensstemmelse med IAAF's specifikationer. Kun redskaber som er forsynet med et gyldigt IAAF-certifikat må anvendes. Følgende tabel viser kasteredskabernes vægt fordelt på aldersgrupper:

Redskab	Piger U18	Kvinder, U20 og senior	Drenge U16	Mænd U20	Mænd senior
Kugle	3,000 kg	4,000 kg	5.000kg	6,000 kg	7,260 kg
Diskos	1,000 kg	1,000 kg	1.500kg	1,750 kg	2,000 kg
Hammer	3,000 kg	4,000 kg	5.000kg	6,000 kg	7,260 kg
Spyd	500 g	600 g	700g	800 g	800 g

**Bemærkning:** *Det nuværende standardskema, som kræves anvendt til certificering og fornyelse af ansøgning, såvel som proceduren i certifikationssystemet kan fås fra IAAFs kontor eller downloades fra IAAFs hjemmeside.*

**Kommentar:** *Tabellen ovenfor gælder for internationale konkurrencer. I tillæg til ovenstående internationale standarder findes der også vægte, som gælder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAFs hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.*

2. Undtaget som forudsat nedenfor skal alle sådanne redskaber stilles til rådighed af arrangøren. Den (de) teknisk delegerede kan, baseret på det relevante tekniske reglement for hver konkurrence, tillade udøvere at bruge deres egne redskaber eller dem, som er stillet til rådighed af en leverandør, forudsat at disse redskaber er IAAF-certificerede, kontrolleret og mærket "godkendt" af arrangøren før konkurrencen og stillet til rådighed for alle udøvere. Sådanne redskaber vil ikke blive accepteret, såfremt de allerede findes på arrangørens liste over de redskaber, der stilles til rådighed.

**Bemærkning:** *IAAF certificerede redskaber kan være ældre modeller som tidligere havde certifikatet, men som ikke produceres længere.*

Det er blevet mere og mere almindeligt for arrangører, at tilbyde et mindre omfang af rekvisitter end tidligere (hovedsagelig pga. indkøbsomkostningerne). Det giver den teknisk delegerede og hans hjælpere et større ansvar for omhyggeligt at tjekke alle personlige redskaber til konkurrencerne – for at sikre sig, at de følger reglerne og er på IAAF's liste over certificerede produkter. Rekvisitter, som ikke har et nuværende, men tidligere havde et IAAF-certifikat, kan accepteres til konkurrencerne, såfremt de følger reglerne.

3. Der må ikke foretages ændringer eller modifikationer på redskaberne under konkurrencen.

### Assistance

4. Det følgende anses for assistance og er derfor ikke tilladt:
- At tape to eller flere fingre sammen på en sådan måde, at de ikke kan bevæge sig individuelt. En sådan tapening skal forevises øvelseslederen, før øvelsen begynder.
  - Brugen af nogen hjælpemidler af nogen art, inklusive vægte fæstet til kroppen – som på nogen måde kan tjene til hjælp under forsøget.
  - Brugen af handsker undtaget i hammerkast. I hammerkast skal handsker være glatte både foran og bagpå. Fingerspidserne skal være blottede bortset fra tommelfingeren.
  - En udøver må ikke spraye eller udsprede nogen substans i kasteringen eller på sine sko eller gøre kasteringens overflade mere ru.

**Bemærkning:** *Hvis dommerne bliver opmærksomme på at reglerne overtrædes/udfordres, skal de bede enhver udøver der ikke lever op til reglerne, om at rette ind efter forskrifterne. Hvis atlet ikke gør det, skal forsøget dømmes ugyldigt. Hvis et forsøg er afsluttet inden dommeren bliver opmærksom på at en regel er overtrådt, så skal dommeren tage beslutning om hvilken sanktion der skal anvendes. I alle sager der anses for alvorlige, kan regler 125.5 og 145,2 anvendes.*

5. Det følgende anses ikke for assistance og er derfor tilladt:
- For at opnå bedre greb, er det tilladt for udøverne at bruge et egnet stof, men kun på hænderne. I hammerkast kan et egnet stof også bruges på handskerne. I kuglestød kan der bruges et egnet stof på halsen.

- (b) I kuglestød og diskoskast kan udøverne desuden have talkum eller lignende på kasteredskabet, men det skal let kunne fjernes helt fra redskabet, ved hjælp af et vådt klæde. Hvis et anvendt stof ikke let kan fjernes, skal bemærkningen til regel 187.4 anvendes.
- (c) Brugen af tapening på hænder og fingre som ikke er i modstrid med regel 187.4 (a).

### Kasteringen

6. Ringen skal være lavet af båndjern, stål eller andet passende materiale, og overkanten skal lægges i niveau med området udenfor. Fladen uden for ringen skal være af beton, syntetisk materiale, asfalt, træ eller andet passende materiale.

Fladen inden for ringen kan være af beton, asfalt eller andet fast, men ikke glat materiale.

Overfladen inden i ringen skal være plan og 20 mm (+ 6 mm) lavere end toppen af ringen. I kuglestød kan en flytbar ring, som tilfredsstillere ovennævnte krav, benyttes.

7. Ringens indre diameter skal være 2,135 m ( $\pm 0.005$  m) for kuglestød og hammerkast og 2,50 m ( $\pm 0.005$  m) for diskoskast.

Hammerkast kan kastes fra en diskosring, forudsat at diameteren på ringen er reduceret fra 2,50m til 2,135 m med en cirkelrund ring inde i diskosringen.

*Bemærkning: Denne "løse", cirkelrunde ring skal helst have en anden farve end hvid, sådan at de hvide streger i henhold til regel 187.8 kommer tydeligt frem.*

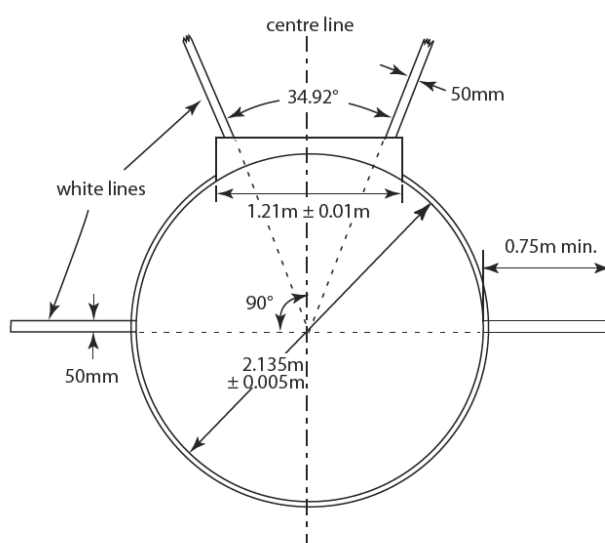


Figure 187a - Layout of Shot Put circle

8. En hvid streg, 50 mm bred, skal trækkes fra kanten af ringen, mindst 0.75 m ud til begge sider. Stregen kan males eller laves af træ eller andet passende materiale. Stregens kant længst væk fra kastesektoren skal være forlængelse af en tænkt linje, som går gennem ringens centrum og som er retvinklet på kastesektorens centerlinje.

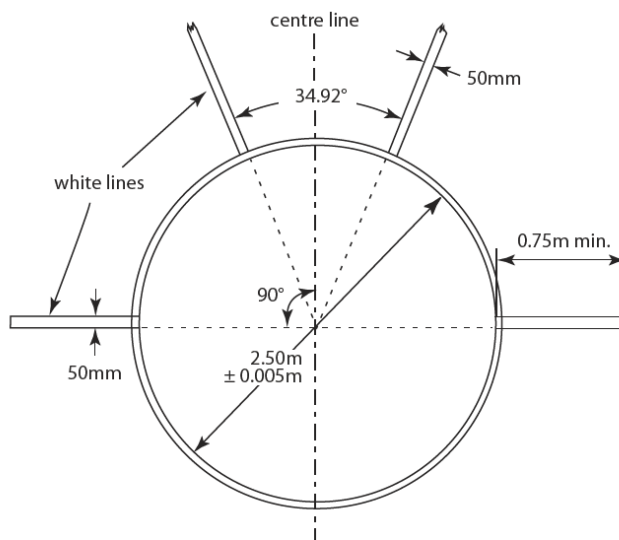
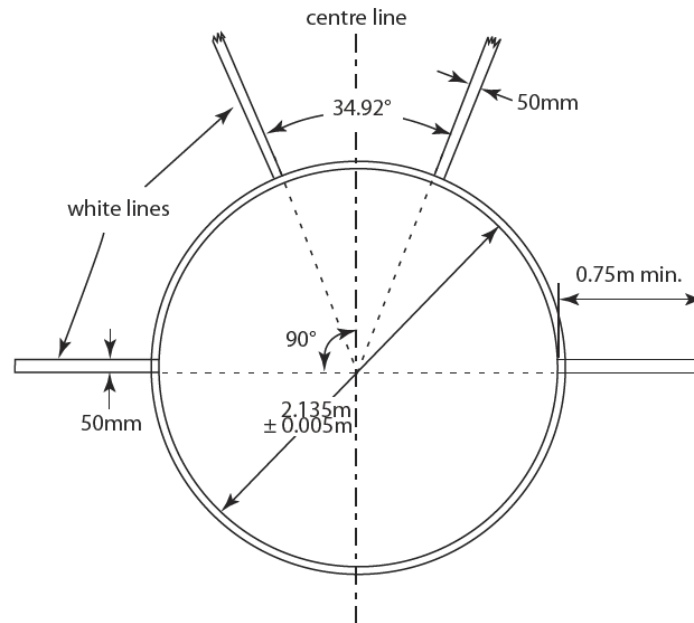
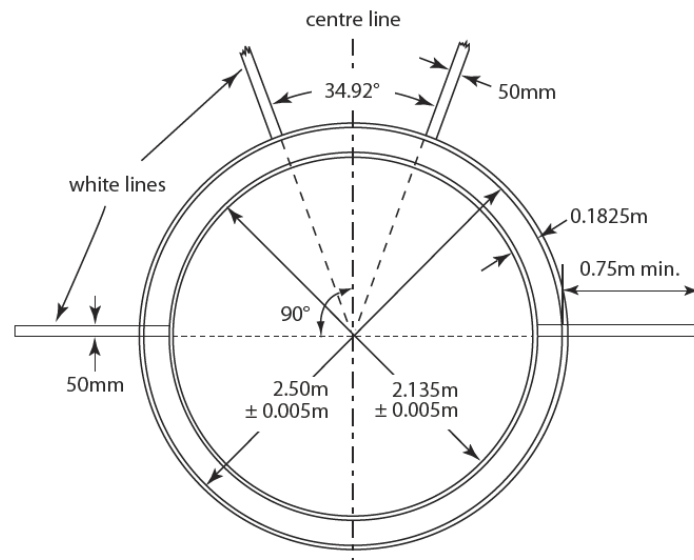


Figure 187b - Layout of Discus Throw circle



**Figure 187c - Layout of Hammer Throw circle**



**Figure 187d - Layout of concentric circles  
for Discus and Hammer Throw circle**

### ***Tilløbsbanen i spydkast***

9. Minimumlængden på tilløbsbanen skal være 30 m undtaget i konkurrencer under reglerne 1.1 (a), (b), (c), (e) og (f), hvor minimumlængden skal være 33,50 m. Hvor forholdene tillader det, kan minimumlængden være 36,50m. Tilløbsbanen skal mærkes med to parallelle streger, 50 mm brede og i en indbyrdes afstand af 4 m. Kastet skal foretages bag en cirkelbue med radius 8 m. Denne bue skal være malet eller lavet i træ eller et passende ikke-rustende materiale som plastic og være 70mm bred. Buen skal være hvid og ligge i niveau med arealet. Der skal trækkes streger, 70 mm brede og 75 cm lange fra begge ender af buen, retvinklet på de parallelle streger, som markerer tilløbsbanen. Den største tilladte hældning på tværs af tilløbsbanen må være 1:100 (1%) medmindre specielle omstændigheder gør, at IAAF kan tillade en undtagelse og på de sidste 20 m af tilløbet i længderetningen må hældningen ikke overstige 1:1000 (0,1%).

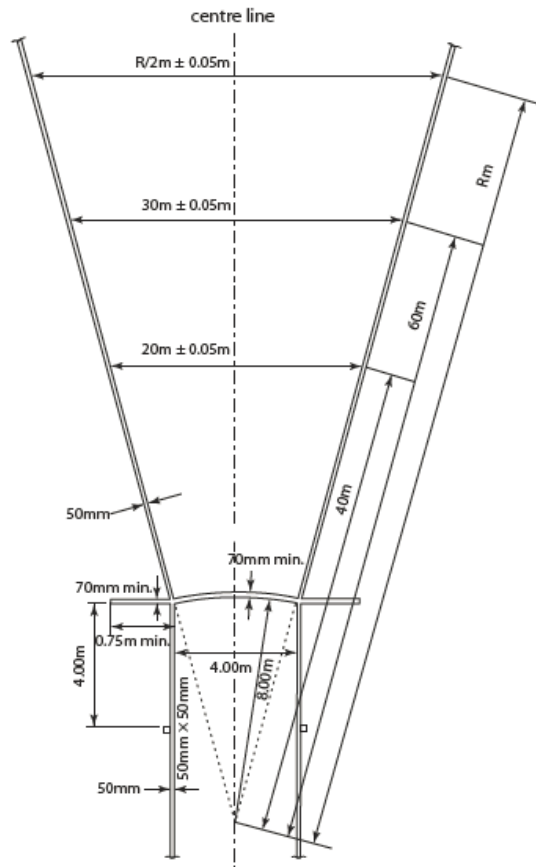


Figure 187e - Javelin Throw runway and landing sector (not to scale)

### Kastesektor/Landingsområde

10. Kastesektoren skal være belagt med cinders, græs eller andet passende materiale, hvor kasteredskabet kan sætte mærke.
11. Hældningen udad i kasteretningen må ikke på noget sted i sektoren overstige 1:1000.
12. (a) Med undtagelse af i spydkast skal kastesektoren markeres med hvide streger, 5 cm brede på hver side i en vinkel på  $34,92^\circ$ , sådan at indersiden af stregerne, hvis de forlænges, vil gå gennem ringens centrum.  
*Bemærkning: En  $34,92^\circ$  sektor kan laves nøjagtig ved at måle afstanden mellem 2 punkter på sektorlinjen 20 m fra centrum af ringen. Afstanden mellem punkterne skal da være 12,00 m ( $20 \times 0,60$ m). For hver meter fra ringens centrum øges afstanden mellem 2 punkter med 60 cm.*  
*Kommentar: Stregerne er ikke en del af sektoren.*
- (b) I spydkast skal kastesektoren markeres med hvide streger, 5 cm brede, sådan at indersiden af stregerne, hvis de forlænges, vil gå gennem de to skæringspunkter for cirkelbuen og de parallelle streger og videre gennem centret for buen. Sektoren er således ca.  $29^\circ$ .

Kastesektoren skal have en jævn overflade, blød nok til at sikre, at stedet for nedslaget af redskabet tydeligt kan påvises af dommerne. Overfladen må ikke gøre det muligt, at redskaberne "hopper" baglæns og derved giver mulighed for, at målepunktet forsvinder / bliver svært at aflæse.

### Konkurrencen

13. Kuglestød, diskos- og hammerkast udføres fra en kastering, mens spydkast udføres på en tilløbsbane. Såfremt kastet udføres fra en ring, skal udøveren begynde fra en stillestående udgangsstilling. En udøver kan berøre indersiden af ringen. I kuglestød er det også tilladt at berøre indersiden af stopbrættet, som beskrevet i regel 188.2.  
Der er ingen regler for, hvordan eller fra hvilken retning en atlet må træde ind i cirklen. Det relevante krav er, at når først atleten er inde i ringen, skal han indtage en stationær position, før han påbegynder sit forsøg.
14. Det er ugyldigt forsøg, hvis udøveren:
  - (a) Slipper kuglen eller spyddet på anden måde end tilladt under regel 188.1 og 193.1.
  - (b) Efter at han er gået ind i ringen og har påbegyndt forsøget, med nogen del af kroppen berører overkanten, overkanten af jernbåndet eller området på ydersiden af ringen.

*Bemærkning:* Det vil ikke blive vurderet som en fejl, hvis berøringen foretages uden at give nogen fremdrift og sker under den første del af rotationen, på et sted i den bageste del af ringen, helt bag den (hvide) midterlinje, der teoretisk set løber gennem cirkelns midte, fra sidemarkering til sidemarkering

- (c) I kuglestød berører oversiden af stopplanken med nogen del af kroppen. (øverste kant af stopplanken betragtes som hørende til oversiden af stopplanken).
- (d) I spydkast berører stregerne, som markerer tilløbsbanen eller arealet på ydersiden af disse med nogen del af kroppen.

*Bemærkning:* Det anses ikke for ugyldigt forsøg, hvis diskossen eller hammeren berører kasteburet, såfremt ingen andre regler er brudt.

Det er fastlagt, at de indre kanter af cirkelns kant og stopbrættet anses for at være en del af henholdsvis toppen af kanten og toppen af stopbrættet. Det betyder, at hvis atleten har kontakt med toppen af indersidekanten af cirkelns kant eller stopbrættet, har han begået en fejl. Bemærkningen til regel 187.14 (b) angår rotationsteknik anvendt af atleter i kuglestød, diskos- eller hammerkast. Det skal forstås sådan, at en "utilsigtet" berøring af toppen af kanten på cirklen, eller underlaget udenfor, i den bagerste halvdel af cirklen og under den første rotation, ikke i sig selv skal anses for at være en fejl. Men det er også klart, at enhver teknik, som på den måde får en fordel ved acceleration eller fremdrift, må anses for en fejl.

15. Under forudsætning af, at reglerne ovenfor ikke er brudt, kan en udøver afbryde et påbegyndt forsøg. Udøveren kan lægge kasteredskabet ned inden for eller uden for ringen eller tilløbsbanen og må forlade den.

*Bemærkning:* Alle bevægelser, som tillades i henhold til denne regel, skal udføres inden for den tildelte tid til forsøget, sådan som det er angivet i regel 180.17.

Under disse omstændigheder er der ingen regler for, hvordan eller fra hvilken retning atleten forlader cirklen eller tilløbsbanen, hvis han vælger at gøre det. Det relevante krav er, at ingen andre regler bliver eller er blevet overtrådt.

16. Forsøget er ugyldigt, hvis kuglens, diskossens, hammerhovedets eller spyddets hoveds første berøring med jorden er på sektorlinjen, jorden uden for sektorlinjerne eller nogen genstand bortset fra kasteburet som beskrevet i bemærkningen til regel 187.14.

Hensigten med denne regel er, at positionen af hammerstrengen eller håndtaget ikke er relevant. F.eks. er det OK at strengen lander eller ligger uden for sektorlinjen, forudsat at hovedet er landet korrekt. Det samme gælder, når det skal afgøres, fra hvilket punkt opmålingen foretages i henhold til regel 187.20 (a).

17. Udøveren må ikke forlade ringen eller tilløbsbanen, før kasteredskabet har ramt jorden.
- (a) For øvelser, som udføres fra ring, skal udøveren, når ringen forlades, have den første kontakt med overkanten af jernringen eller området udenfor, helt bag stregen, som er trukket på ydersiden af ringen, og som kan trækkes gennem ringens centrum.  
*Bemærkning:* Første berøring af ringen eller arealet udenfor ringen anses som at forlade ringen.
  - (b) I spydkast skal udøveren, når tilløbsbanen forlades, have den første kontakt med de parallelle streger eller arealet udenfor tilløbsbanen helt bag ved de streger, som går ud fra buen, retvinklet på parallelstregerne. Når spyddet er landet, vil udøveren blive anset for at have forladt tilløbsbanen, såfremt han/hun berører tilløbsbanens grænser eller arealet udenfor, eller berører eller overskrider en linje (malet, teoretisk eller markeret med markører) tværs over tilløbsbanen 4 m bag endepunkterne af kastebuen. Såfremt udøveren er bag denne linje, men inde på tilløbsbanen når spyddet lander, anses han for at have forladt tilløbsbanen.

Anden og tredje sætning i regel 187.17 (b) er udformet for at speede dommerprocessen op, og ikke en ekstra måde at idømme en fejl til atleten. Formålet med "4 m mærket" er alene, at gøre dommerne i stand til at hæve det hvide flag og begynde opmålingen, efter at atleten er gået tilbage bag dette punkt (på samme måde som de ville gøre, hvis han havde forladt tilløbsbanen korrekt på anden vis). Det eneste krav er, at der ikke er andre grunde til at kalde det en fejl, eller at redskabet har rørt jorden, før det hvide flag hæves.

18. Kasteredskabet skal bæres tilbage til ringen eller tilløbsbanen, aldrig kastes tilbage.

### **Opmåling**

19. I alle kast skal resultaterne fastsættes til nærmeste hele centimeter under udmålt længde, såfremt den udmålte længde ikke er nøjagtig på en hel centimeter.
20. Opmålingen af hvert kast skal ske umiddelbart efter hvert gyldigt forsøg (eller efter en øjeblikkelig mundtlig protest afgivet under regel 146.5).

- Fra det nærmeste nedslagsmærke til indersiden af ringens jernbånd, langs en linje fra mærket til ringens centrum.
- I spydkast fra der, hvor spyddets hoved først berørte jorden og til inderkanten af buen, langs en linje gennem centret for den cirkel, som buen er en del af.

**Bemærkning:** Målebåndet trækkes fra nedslagsmærket, hen over kastebuen og gennem 8 m mærket på tilløbsbanen, der markerer center i den cirkel som kastebuen er en del af. Kastets længde aflæses på målebåndet, ved indersiden af kastebuen.

Så længe der ikke har været begået en fejl, skal hvert forsøg måles, uanset den opnåede længde. Dette skal gøres fordi opmåling af alle forsøg, kan blive afgørende for endelige placeringer, eller om hvorvidt en atlet vil gå videre til efterfølgende runder.

Undtaget hvor regel 146.5 er taget i anvendelse, skal et forsøg under normale omstændigheder ikke opmåles, når der er begået fejl. Dommere skal være omhyggelige i deres skøn, når der anvendes en anden praksis end sædvanligt og især i specielle tilfælde.

Undtaget hvor der anvendes videoopmåling, skal der ved ethvert gyldigt forsøg placeres en markør (sædvanligvis af metal) i lodret position på det sted, hvor aftrykket fra redskabet er lavet i landingsområdet nærmest kastebuen. Markøren går igennem løkken for enden af målebåndet, således at 0-mærket er på mærket. Målebåndet skal trækkes horisontalt ud og må ikke røre nogen forhøjning i underlaget.

## Regel 188 – Kuglestød

### Konkurrencen

- Kuglen skal stødes fra skulderen med én hånd. På det tidspunkt, hvor udøveren stiller sig ind i ringen for at begynde stødet, skal kuglen være i berøring med eller tæt ved halsen eller hagen, og hånden må ikke sænkes under denne stilling, når stødet udføres. Kuglen må ikke føres bag en linje trukket i skuldrenes forlængelse.

**Bemærkning:** *Teknikker, hvor udøveren slår vejrmølle, er ikke tilladt.*

### Stopplanke

- Konstruktion. Planken skal være hvidt og af træ eller andet passende materiale og være buet, sådan at indersiden falder sammen med ringens inderkant, være lodret i forhold til jorden og skal placeres symmetrisk i forhold til sektorens centerlinje.

Stopplanken skal kunne fastgøres godt til underlaget.

**Bemærkning:** *Stopplanke med 1983/84-specifikationerne er fortsat gyldige.*

- Planken skal være 0,112 m til 0,30 m bredt med en korde på 1,21 m ( $\pm 0,01$  m) for en bue med samme radius som cirklen og  $0,10 \text{ m} \pm 0,008 \text{ m}$  høj, i forhold til niveauet på indersiden af ringen nærmest stopplanken.

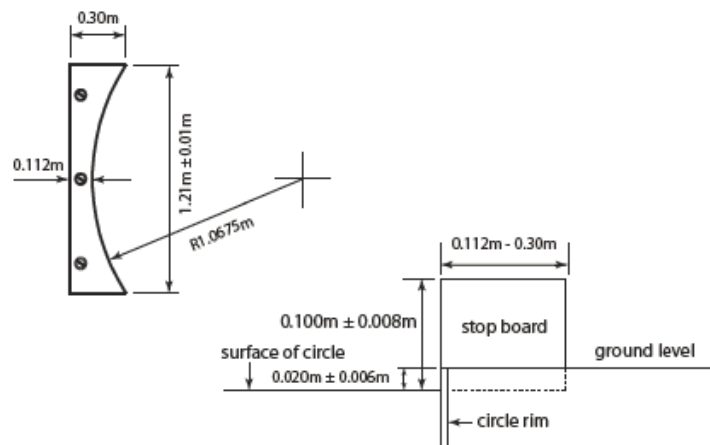


Figure 188 - Shot Put stop board (top and side view)

### Kuglen

- Konstruktion. Kuglen skal være lavet af massivt jern, messing eller andet metal, som ikke er blødere end messing, eller den skal have en skal af sådan metal, som er fyldt med bly eller andet materiale. Den skal have kugleform, og overfladen skal være glat.

**Information til fabrikanter:** *At være glat skal overfladen have en gennemsnitlig højde, som er mindre end  $1,6\mu\text{m}$ , det vil sige, at ruhedsfaktoren skal være N7 eller mindre.*

5. Kuglen skal være i overensstemmelse med følgende specifikationer:

Minimumsvægt for brug i konkurrence og for godkendelse af rekord	7,260 kg	6,000 kg	5,000 kg	4,000 kg	3.000 kg
Minimumsdiameter	110 mm	105 mm	100 mm	95 mm	85 mm
Maksimumsdiameter	130 mm	125 mm	120 mm	110 mm	110 mm

**Kommentar:** Tabellen ovenfor gælder for internationale konkurrencer. I tillæg til ovenstående internationale standarder findes der også vægte, som gælder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAFs hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.

#### Officialteam:

Til en kuglestøds konkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen.
- (2) To dommere, som tjekker, om stødet er blevet udført korrekt og måler forsøget. Den ene skal være udstyret med to flag - et hvidt for at vise, at forsøget er gyldigt og et rødt ved fejl. Når forsøget er målt, foreskrives det, at dommeren står i cirklen visende rødt flag, mens rekvisitterne returneres og landingsområdet klargøres. DAF anbefaler dog at der anvendes en kegle i stedet for eller sammen med (i nogle konkurrencer bliver denne position indtaget af hoveddommeren for konkurrencen). Hvis der ikke anvendes EDM (elektronisk data opmåling), skal en anden dommer trække og holde målebåndet på en sådan måde, at det går gennem centrum på cirklen.
- (3) Dommer, der straks efter stødet, placerer en markør, som viser det sted, hvorfra opmålingen skal foretages.
- (4) Dommer, som sætter et spyd/prisme, hvor markøren står, og så, hvis der anvendes målebånd, holder målebåndet på 0-mærket.
- (5) Dommer med ansvar for at modtage rekvisitterne og returnere dem til rekvisitområdet eller returapparatet.
- (6) Dommer – en skriver, der fører resultatlisterne og kalder hver atlet frem (og den følgende).
- (7) Dommer med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- (8) Dommer med ansvar for uret, der viser atleterne, at de har en vis tid til at tage deres forsøg.
- (9) Dommer med ansvar for atleterne.
- (10) Dommer med ansvar for området med rekvisitter.

**Bemærkning (I):** Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials. I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker i sådanne tilfælde skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.

**Bemærkning (II):** Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.

## Regel 189 – Diskoskast

### Diskossen

1. Diskossen kan være massiv eller hul og skal være lavet af træ eller andet passende materiale, med en metalkant (ring) i yderkanten, som skal være cirkelrund. Tværprofilen af metalkanten skal være afrundet i en halvcirkel med radius på 6 mm. Den skal have metalplader indfældet i siderne i plan med disse. Alternativt kan en diskos være uden metalplader, forudsat at de tilsvarende flader er plane, og at mål og vægt ellers er i overensstemmelse med specifikationerne.

Begge sider af diskossen skal have samme form og være fri for ujævnheder og skarpe kanter. Siderne skal tiltage jævnt i tykkelse fra metalringens kurve til kanten på den plane flade, der har en radius på 25-28,5 mm fra diskossens centrum.

Diskossens profil skal konstrueres sådan, at fra kanten af kurven skal tykkelsen tiltage jævnt op til den maksimale tykkelse. Denne maksimale tykkelse skal nå mellem 25 til 28,5 mm fra diskossens akse (centrum). Fra dette punkt til akse (centrum) skal diskossens tykkelse være konstant. Over- og underside på diskossen skal være identisk.

Diskossen skal også være symmetrisk, når den roterer rundt om akse (centrum). Diskossen inkl. dens overflade må ikke have nogen ujævnheder, og overfladen skal være jævn (se regel 188.4) og ensartet over hele fladen.



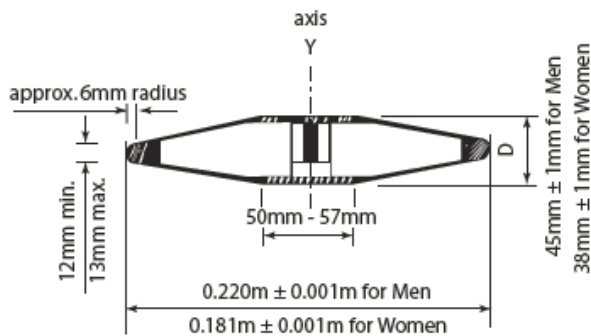


Figure 189 – Discus

2. Diskossen skal være i overensstemmelse med følgende specifikationer:

Minimumsvægt for brug i konkurrencer og for godkendelse af rekord	2,000 kg	1,750 kg	1,500 kg	1,000 kg
Udvendig diameter af metalringen:				
Minimum	219 mm	210 mm	200 mm	180 mm
Maksimum	221 mm	212 mm	202 mm	182 mm
Diameter af metalpladen/det flade centrum:				
Minimum	50 mm	50 mm	50 mm	50 mm
Maksimum	57 mm	57 mm	57 mm	57 mm
Tykkelsen af metalpladen/det flade centrum:				
Minimum	44 mm	41 mm	38 mm	37 mm
Maksimum	46 mm	43 mm	40 mm	39 mm
Tykkelsen af metalringen 6 mm fra kanten:				
Minimum	12 mm	12 mm	12 mm	12 mm
Maksimum	13 mm	13 mm	13 mm	13 mm

**Kommentar:** Tabellen ovenfor gælder for internationale konkurrencer. I tillæg til ovenstående internationale standarder findes der også vægte, som gælder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAFs hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.

#### Officialteam:

Til en diskoskastkonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen.
- (2) To dommere, som tjekker, om kastet er blevet udført korrekt og måler forsøget. Den ene skal være udstyret med to flag - et hvidt for at vise, at forsøget er gyldigt og et rødt ved fejl. Når forsøget er målt, foreskrives det, at dommeren står i åbningen af buret visende rødt flag, mens rekvisitterne returneres og landingsområdet klargøres. DAF anbefaler at anvendes en kegle i stedet for eller sammen med (i nogle konkurrencer bliver denne position indtaget af hoveddommeren for konkurrencen). Hvis der ikke anvendes EDM (elektronisk data opmåling), skal den anden dommer trække og holde målebåndet på en sådan måde, at det går gennem centrum på cirklen.
- (3) Dommer, der straks efter kastet placerer en markør, hvorfra opmålingen skal foretages.
- (4) Hvis diskossen lander uden for sektoren, skal enten dommeren eller personen med spyddet/prismen (den der er tættest på linjen) vise det ved at holde armen strakt ud. Ved et gyldigt forsøg er det ikke nødvendigt med et tegn.
- (5) Dommer, som sætter et spyd/prisme, hvor markøren står, og hvis der anvendes målebånd, holder målebåndet på 0.
- (6) En eller flere dommere eller hjælpere med ansvar for at hente rekvisitterne og returnere dem til rekvisitområdet eller returenheden. Hvis der anvendes målebånd, skal en af disse dommere eller hjælpere sikre sig, at målebåndet er strakt for at sikre en korrekt opmåling.
- (7) Dommer – en skriver, der fører resultatlisterne og kalder hver atlet frem (samt adviserer den følgende).
- (8) Dommer med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- (9) Dommer med ansvar for uret, der viser atleterne, at de har en vis tid til at tage deres forsøg.
- (10) Dommer med ansvar for atleterne.
- (11) Dommer med ansvar for området med rekvisitter.

**Bemærkning (I):** Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials. I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.

**Bemærkning (II):** Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.

## Regel 190 – Diskosbur

1. Diskoskast skal foregå fra en indhegning eller et bur af hensyn til sikkerheden for tilskuere, dommere og øvrige udøvere. Det bur, som er specificeret i denne regel, er beregnet til brug på et stadion, hvor andre øvelser foregår samtidig eller uden for et stadion med tilskuere til stede. Hvis det ikke er tilfældet, specielt på træningsbaner, kan en enklere konstruktion være tilstrækkelig.

*Det er muligt at få råd og vejledning til spørgsmål hos nationalt forbund eller IAAF's kontor.*

**Bemærkning:** *Det hammerkastbur, som er beskrevet i regel 192, kan også benyttes til diskoskast, enten ved at lave en diskosring med en "løs" hammerring indeni, eller ved at bruge et forlænget bur med diskosringen foran hammerkastringen.*

2. Buret skal konstrueres, fremstilles og vedligeholdes sådan, at det kan standse en 2 kg tung diskos, som bevæger sig med en hastighed af 25m/sek. Konstruktionen skal være sådan, at der ikke er nogen fare for, at diskossen kastes tilbage mod kasteren eller går over buret. Såfremt buret tilfredsstiller de krav, som er stillet i denne regel, kan hvilken som helst udformning eller konstruktion af bur benyttes.

3. Buret skal være U-formet som vist på figur 190. Bredden på åbningen skal være 6m, målt 7 m foran kasteringens centrum. Bredden på 6 m måles mellem indersiderne af burets net. Mindste højde på netpanelerne skal være 4 m, og det bør være mindst 6 m på de yderste 3 meter tættest på fronten af kasteburet. (*Gælder fra 2020*) Buret skal konstrueres sådan, at en diskos bliver forhindret i at trænge igennem samlinger i buret, nettet eller under buret.

**Bemærkning (I):** *Konstruktionen af burets bagerste del er mindre vigtig forudsat at nettet er mindst 3 m væk fra ringens centrum.*

**Bemærkning (II):** *Innovative (anderledes) konstruktioner, som giver samme grad af beskyttelse og ikke øger farezonerne sammenlignet med konventionelle konstruktioner, kan også certificeres af IAAF.*

**Bemærkning (III):** *Den side af buret, som er langs nærmeste langs side af løbebanen, kan forlænges og/eller forhøjes for bedre beskyttelse af andre udøvere under en diskoskonkurrence.*

Nettet skal fastgøres således, at åbningens bredde er den samme i hele nettets højde. Dette gælder også for panelerne, når de er indstillet i henhold til regel 192.4 Bemærkning (II).

4. Nettet til buret kan laves af passende natur- eller fibertråd, alternativt en ekstra strækbar ståltråd. Maksimum maskevidde skal være 50 mm for ståltråd og 44 mm for fibertråd.

**Bemærkning:** *Yderligere specifikationer for net og sikkerhedsinspektion finder man i "The IAAF Track and Field Facilities Manual".*

5. Den maximale farezone for diskoskast fra dette bur er ca. 69°, når det bruges af både højre- og venstrehåandede kastere i den samme konkurrence (udregnet ved at antage, at diskossen sendes af sted fra en afgrænset cirkel med 1,5m radius). Positionen og justeringen af buret på konkurrencestedet er derfor afgørende for dets sikre brug.

**Bemærkning:** *Måden at afgøre farezonen på er vist på figur 190.*

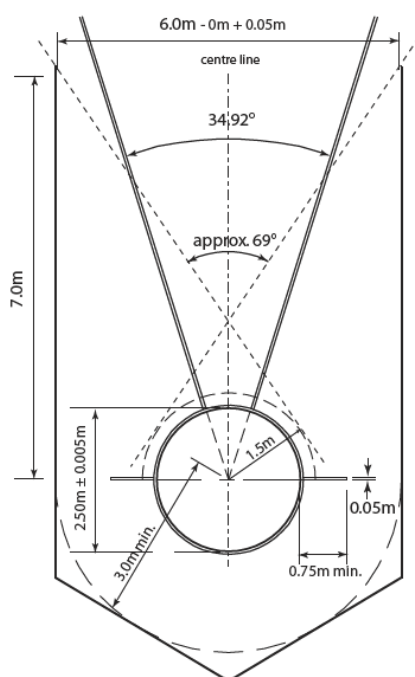


Figure 190 - Cage for Discus Throw only  
(with cage dimensions to netting)

## Regel 191 – Hammerkast

### Konkurrencen

1. I udgangsstillingen, før de indledende rotationer, er det tilladt at placere hammerhovedet på jorden, både inde i og uden for ringen.
2. Det regnes ikke for fejl, såfremt hammerhovedet berører jorden eller toppen af jernringen under rotationen. Udøveren kan standse og begynde på ny, såfremt ingen andre regler er blevet brudt.
3. Hvis hammeren går i stykker under kastet, skal kastet ikke regnes for ugyldigt. Forudsætningen er, at forsøget var udført i overensstemmelse med reglerne. Det skal heller ikke regnes for et ugyldigt kast, såfremt udøveren på grund af dette mister balancen og træder ud af ringen, og vedkommende tildeles et nyt forsøg.

### Hammeren

4. Konstruktion. Hammeren skal bestå af tre dele: Hoved, streng og håndtag.
5. Hovedet skal være lavet af massivt jern eller andet metal, ikke blødere end messing, eller en skal af sådan materiale, som er fyldt med bly eller andet massivt materiale.  
Hvis hovedet er en fyldt skal, skal fyldmaterialet være indstøbt sådan, at det ikke kan bevæge sig, og at tyngdepunktet ikke er mere end 6 mm fra kuglehovedets centrum. Tyngdepunktet må ikke være mere end 6 mm fra hovedets centrum. Det vil sige, at hovedet uden streng og håndtag skal kunne balancere på en horisontal, skarpkantet ring, som er 12 mm i diameter. (Se fig. 21).

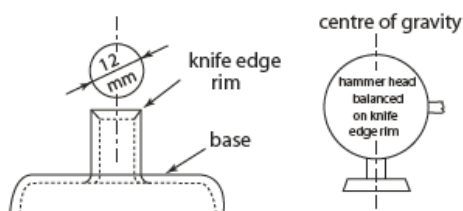


Figure 191a - Suggested apparatus for testing centre of gravity of hammer head

6. Strengen skal være af en enkelt ubrudt tråd af springstål med mindst 3 mm i diameter. Den må ikke kunne strække sig mærkbart under kastet. Til fastgørelse kan strengen have en løkke i den ene eller begge ender. Strengen skal være fastgjort til hovedet ved hjælp af en drejetap, med eller uden kuglelejer.
7. Håndtaget skal være stift uden hængslede samlinger af nogen slags. Den største tilladte formændring af et håndtag er 3 mm ved en belastning på 3,8kN. Det skal være fastgjort til strengen på en sådan måde, at det ikke kan sno sig i strengens løkke, sådan at hammerens totale længde øges. Håndtaget skal fastgøres til strengen med en løkke, uden drejetap. Håndtaget skal have en symmetrisk udformning, og grebet kan være lige eller buetformet og have en maksimal indre længde på 110 mm.  
Håndtaget skal have en minimum brudstyrke på 8kN.

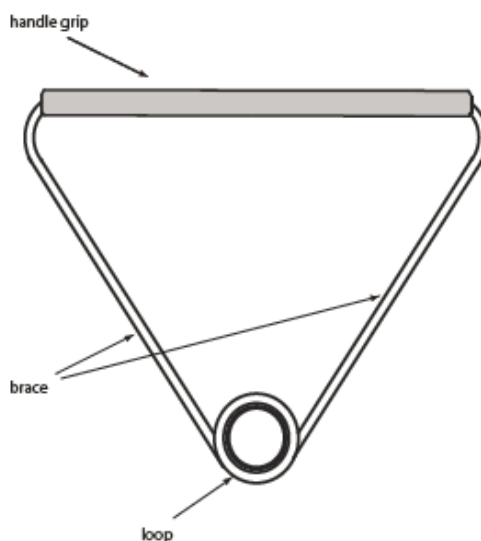


Figure 191b - Generic hammer handle

Bemærkning:

Andre designs der opfylder specifikationerne accepteres.

## 8. Hammeren skal være i overensstemmelse med følgende specifikationer:

Minimumsvægt for brug i konkurrencer og for godkendelse af rekord	7,260 kg	6,000 kg	5,000 kg	4,000 kg	3.000 kg
Hammerens længde målt fra indersiden af håndtaget: Maksimum	1215 mm	1215 mm	1200 mm	1195 mm	1195 mm
Diameter på hammerens hoved: Minimum:	110 mm	105 mm	100 mm	95 mm	85 mm
Maximum:	130 mm	125 mm	120 mm	110 mm	100 mm

**Bemærkning:** *Vægten på redskabet inkluderer den totale vægt af hammerhoved, streng og håndtag.*

**Kommentar:** *Tabellen ovenfor gælder for internationale konkurrencer. I tillæg til ovenstående internationale standarder findes der også vægte, som gælder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAF's hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.*

**Officialteam:**

Til en hammerkastkonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen.
- (12) To dommere, som tjekker, om kastet er blevet udført korrekt og måler forsøget. Den ene skal være udstyret med to flag - et hvidt for at vise, at forsøget er gyldigt og et rødt ved fejl. Når forsøget er målt, foreskrives det, at dommeren står i åbningen af buret visende rødt flag, mens rekvisitterne returneres og landingsområdet klargøres. DAF anbefaler at anvendes en kegle i stedet for eller sammen med (i nogle konkurrencer bliver denne position indtaget af hoveddommeren for konkurrencen). Hvis der ikke anvendes EDM (elektronisk data opmåling), skal den anden dommer trække og holde målebåndet på en sådan måde, at det går gennem centrum på cirklen.
- (2) Dommer, der straks efter kastet placerer en markør, som viser det sted, hvorfra opmålingen skal foretages. Hvis hammeren lander uden for sektoren skal enten dommeren eller personen med spyddet/prismen (den der er tættest på linjen) vise det ved at holde armen strakt ud. Ved et gyldigt forsøg er det ikke nødvendigt med et tegn.
- (3) Dommer, som sætter et spyd/prisme, hvor markøren står, og anvendes målebånd, holder målebåndet på 0.
- (4) En eller flere dommere eller hjælpere med ansvar for at hente rekvisitterne og returnere dem til rekvisitområdet eller returenheden. Hvis der anvendes målebånd, skal en af disse dommere eller hjælpere sikre sig, at målebåndet er strakt for at sikre en korrekt opmåling.
- (5) Dommer – en skriver, der fører resultatlisterne og kalder hver atlet frem (og den følgende).
- (6) Dommer med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- (7) Dommer med ansvar for uret, der viser atleterne, at de har en vis tid til at tage deres forsøg.
- (8) Dommer med ansvar for atleterne.
- (9) Dommer med ansvar for området med rekvisitter.

**Bemærkning (I):** *Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials.*

*I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.*

**Bemærkning (II):** *Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.*

**Regel 192 – Hammerkastbur**

1. Hammerkast skal foregå fra en indhegning eller et bur af hensyn til sikkerheden for tilskuere, dommere og øvrige udøvere. Det bur, som er specificeret i denne regel, er beregnet til brug på et stadion, hvor andre øvelser foregår samtidig eller uden for et stadion med tilskuere til stede. Hvis det ikke er tilfældet, specielt på træningsbaner, kan en enklere konstruktion være tilstrækkelig.  
*Det er muligt at få råd og vejledning til spørgsmål hos nationalt forbund eller IAAF's kontor.*
2. Buret skal fremstilles og vedligeholdes sådan, at det kan standse en hammer på 7,26 kg, som bevæger sig med en hastighed af 32 m/sek. Konstruktionen skal være sådan, at der ikke er nogen fare for, at hammeren kastes eller slynges tilbage mod kasteren eller over kanten af buret. Forudsat at det tilfredsstillende alle krav til sikkerhed efter denne bestemmelse, kan enhver udformning eller konstruktion benyttes.
3. Buret bør være U-formet. Bredden på åbningen skal være 6 m, målt 7 m foran kasteringens centrum. Bredden på 6 m måles mellem indersiderne på burets net. **(tilføjet dansk tekst: målt på lodlinjen fra den del af nettet der er tættest på centerlinjen)** Mindstehøjden på netpanelerne skal være 7 m for burets bagerste dele og mindst 10 m de sidste 2,80 m frem til de bevægelige netpaneler ved burets åbning.

Buret skal laves sådan, at hammeren forhindres i at gå igennem nogen dele af burets netsamlinger og heller ikke langs jorden under nettet.

Nettet skal fastgøres således, at åbningens bredde er den samme i hele nettets højde. Dette gælder også for panelerne, når de er indstillet i henhold til regel 192.4 Bemærkning (II).

*Bemærkning:* Konstruktionen af burets bagerste del er mindre vigtig forudsat, at nettet er mindst 3,5 m væk fra ringens centrum.

4. To bevægelige, 2m brede og 10 m høje netpaneler, skal fastgøres i forkanten af buret. Kun et af dem skal bruges ad gangen.

*Bemærkning (I):* Disse to paneler bruges alternativt, venstre panel til højrehåndskastere og højre panel til venstrehåndskastere. Da det er nødvendigt at skifte fra det ene panel til det andet under konkurrencen, er det vigtigt, at skiftet er meget lidt arbejdskrævende og kan udføres på kort tid.

*Bemærkning (II):* Det er kun venstre panel, der er vist på tegningen (Figur 192a), sådan som det skal stå under et højrehåndskast. Placeringen af højre panel (også i lukket stilling) er markeret på tegningen med en stiplede linje.

*Bemærkning (III), (IV) og (V) er danske præciseringer, for at sikre korrekt hæng af nettet.*

*Bemærkning (III):* Når panelet er lukket, så skal afstanden til centerlinjen være 1,12 meter, mens den skal være parallel med sektorlinjen, når den er åben, målt på lodlinjen fra den del af nettet der er tættest på sektorlinjen.

*Bemærkning (IV):* Nettet på de to forreste paneler i hver side skal fastgøres sådan, at nettet så vidt muligt bliver fastholdt i en lodret position, og ikke blæser ind i kasteretningen ved blæst.

*Bemærkning (V):* Er nettet ikke fastgjort, og det hænger som et sejl ind i kastesektoren, og bliver ramt af en hammer i udkastet, så kan dommeren give et omkast, hvis det vurderes at det har haft negativ betydning for kastelængden.

*Bemærkning (VI):* Når det er i brug, skal det bevægelige panel stå nøjagtigt i den viste stilling. Man skal derfor sørge for, at udformningen af de bevægelige paneler er sådan, at de kan låses i lukket stilling. Det anbefales, at panelernes position afmærkes på underlaget permanent eller midlertidigt.

*Bemærkning (VII):* Udformningen og brugen af de bevægelige paneler afhænger af konstruktionen på buret, og om de er hængslet vertikalt eller horisontalt, så de kan bevæges på en aksel, som kan afmonteres. Hensigten med panelerne er, at de skal kunne opfange hammeren. Det skal også kontrolleres, at hammeren ikke kan passere mellem de bevægelige paneler og selve hammerburet.

*Bemærkning (VIII):* Innovative (anderledes) konstruktioner, som giver samme grad af beskyttelse og ikke øger farezonerne sammenlignet med konventionelle konstruktioner, kan også certificeres af IAAF.

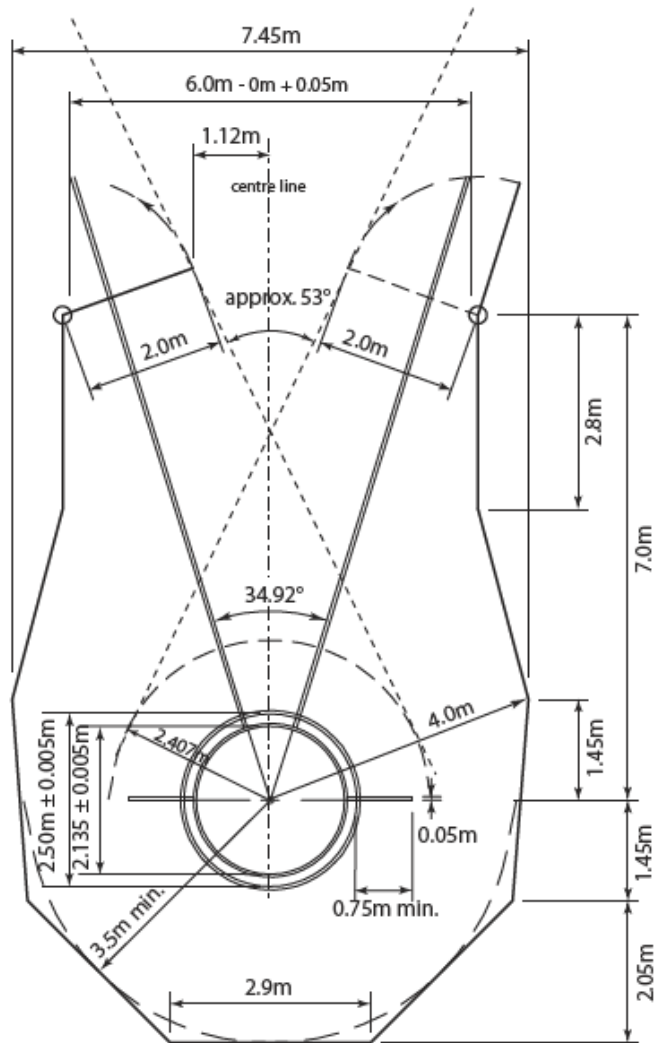


Figure 192a - Cage for Hammer and Discus Throw with concentric circles  
(Hammer Throw configuration, with cage dimensions to netting)

5. Nettet til buret kan laves af passende natur- eller fibertråd, alternativt en ekstra strækbar ståltråd. Maksimum maskevidde skal være 50 mm for ståltråd og 44 mm for fibertråd.  
*Bemærkning:* *Yderligere specifikationer for net og sikkerhedsinspektion finder man i "The IAAF Track and Field Facilities Manual".*
6. Hvis det er ønskeligt at bruge det bur, som er til diskos, kan dette kombineres på to måder. Det enkleste er at bruge en fast diskosring på 2,5 m i diameter og indeni den lægge en løs hammerring på 2,135 m i diameter, tilpasset med de nødvendige afstandsstykker. Dette indebærer, at den samme ringoverflade benyttes til begge kast. Burets bevægelige netpaneler skal ikke anvendes i diskos.  
Hvis det er ønskeligt at have separate ringe til hammer og diskos, skal de to ringe lægges efter hinanden med en centerafstand på 2,37 m og på linje med sektorens centerlinje. Diskosringen skal ligge længst fremme. Burets bevægelige netpaneler skal også anvendes i diskos, når ringene lægges på denne måde.  
*Bemærkning:* *Konstruktionen af burets bagerste del er mindre vigtig forudsat, at nettet er mindst 3,5 m væk fra kombinationsringens centrum eller 3 m fra diskosringens centrum (se også regel 192.4).*

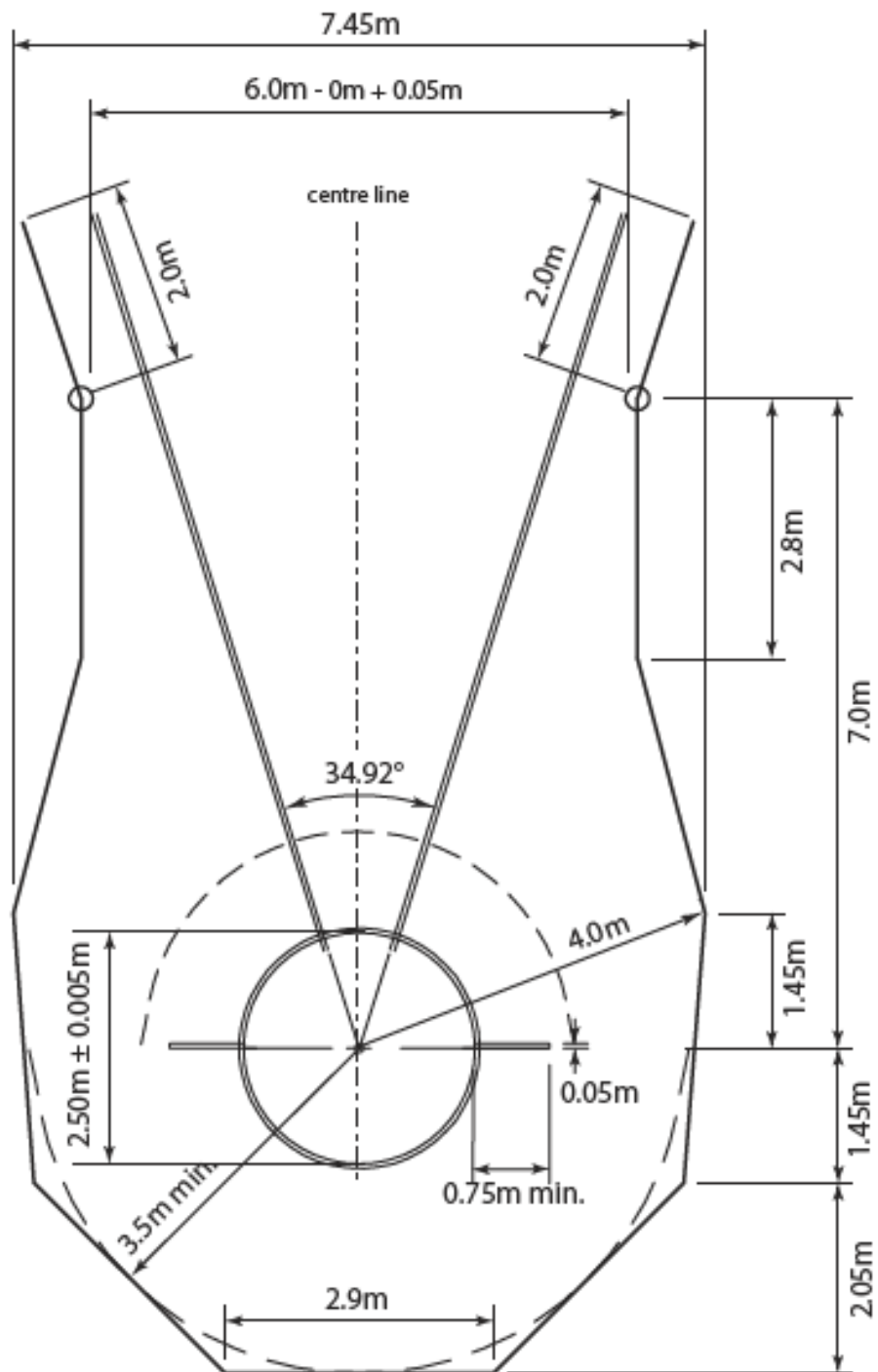


Figure 192b - Cage for Hammer and Discus Throw with concentric circles  
(Discus Throw configuration, with cage dimensions to netting)

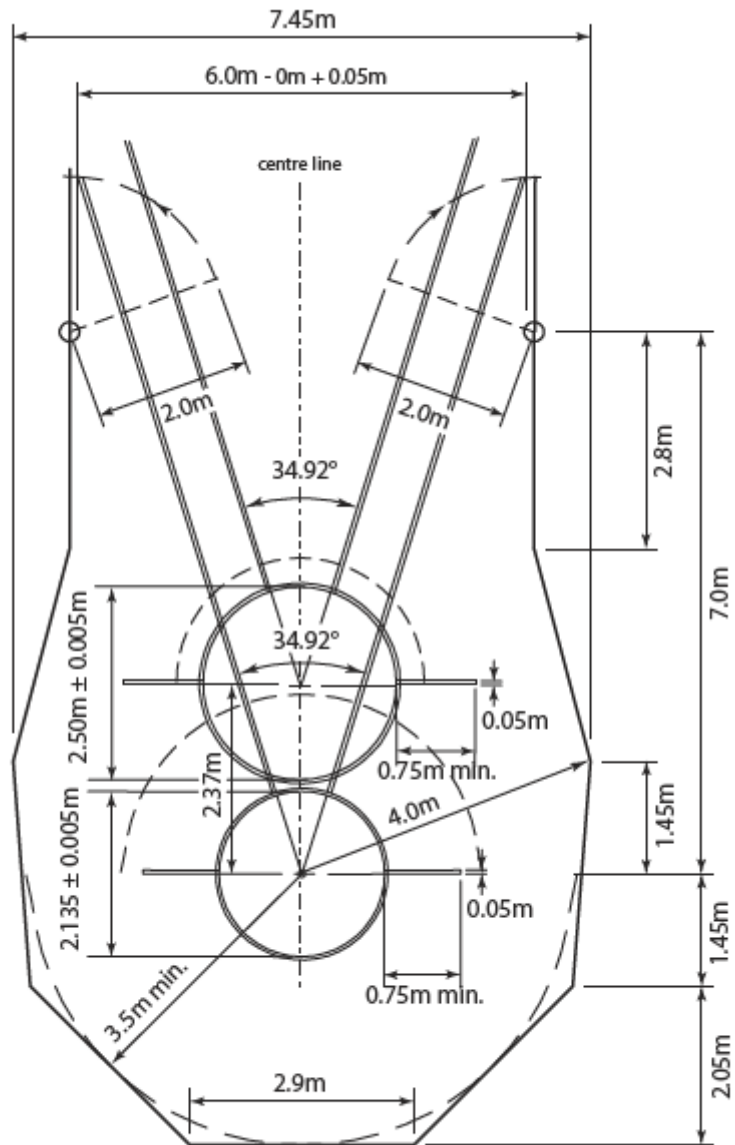


Figure 192c - Cage for Hammer and Discus Throw with separate circles  
(with cage dimensions to netting)

7. Farezonen for hammerkast ved dette bur er ca.  $53^\circ$  for både højre- og venstrehåndskastere. Opstillingen og placeringen på anlægget er derfor afgørende for, hvilken sikkerhed buret yder. Farezonen er beregnet ved at antage, at hammerhovedet afleveres i en ca. afstand fra cirkelcentrum på 2,407 m. Placeringen og justeringen af buret er derfor kritisk for korrekt og sikker brug.  
*Bemærkning: Metoden til bestemmelse af farezonen er illustreret i Figur 192a.*



## Regel 193 – Spydkast

### Konkurrencen

1. (a) Spyddet skal holdes om beviklingen med kun en hånd. Det skal kastes over skulderen eller øvre del af kastearmen og må ikke slynges ud. Uortodokse stilarter er ikke tilladt.
- (b) Et kast er kun gyldigt, såfremt spidsen af metalhovedet rammer jorden før nogen anden del af spyddet.
- (c) Fra udgangsstillingen og til spyddet er kastet, må kasteren ikke dreje sig helt rundt, så ryggen er vendt mod sektoren eller buen.

Tidligere henvisninger i reglerne til ”spidsen” på spyddet er blevet fjernet og erstattet af en generel henvisning til ”hovedets”. Denne ændring anerkender, at udformningen af hovedet på spyddet varierer meget, hvilket gør det svært helt at definere spidsen. Det betyder, at dommerne, når de skal afgøre, om spyddet er landet korrekt i henhold til regel 180.16 og denne regel 193.1 (b) og referencepunktet for opmåling i henhold til regel 187.20 (b), nu har et større område at vurdere ud fra. Men principperne forbliver som før, og der skal være en vis vinkel i landingen, ganske vist lille, for at kastet er gyldigt. Flade eller ”hale-først” landinger skal fortsat have rødt flag.

2. Hvis spyddet brækker under udførelsen af kastet, eller mens det er i luften, anses det ikke for et ugyldigt forsøg, under forudsætning af at kastet i øvrigt blev udført efter reglerne. Hvis kasteren derved mister balancen og derved bryder reglerne, skal det heller ikke anses for et ugyldigt forsøg. Udøveren skal i dette tilfælde tildeles et nyt forsøg.

### Spyddet

3. Konstruktion. Spyddet skal bestå af tre dele: Hoved, skaft og greb (bevikling).
4. Skaftet skal være massivt eller hult og skal være lavet af metal eller af et andet egnet homogent materiale, sådan at det fremstår som en enhed. Overfladen på skaftet skal være fri for ujævnheder (se regel 188.4), og overfladen skal være jævn og glat over det hele.
5. På skaftet skal der være fastgjort et metalhoved, som skal ende i en skarp spids. Hovedet skal bestå helt af metal. Hovedet kan være konstrueret sådan, at det har en forstærket spids svejset på enden af hovedet, såfremt hele hovedets overflade er glat og jævn (se regel 188.4). Vinklen på spidsen må ikke overstige 40 °
6. Grebet (beviklingen), som skal dække tyngdepunktet, må ikke overskride diameteren på skaftet med mere end 8 mm. Det kan have en jævn og ru mønstret overflade uden snore, riller eller indhak af nogen slags. Beviklingen skal have en jævn tykkelse.
7. Alle tværsnit i hele spyddets længde skal være cirkelformet (se bemærkning (I)). Den største diameter på skaftet skal være lige foran beviklingen. Den midterste del af skaftet, inklusive delen under beviklingen, skal være cylindrisk eller gradvist smalle mod den bagerste del, men ikke noget steds fra forsiden af beviklingen til bagsiden må reduktionen af diameteren overstige 0,25 mm. Fra beviklingen skal skaftet smalle jævnt begge veje. Den langsgående profil fra beviklingen til spidsen og til enden skal være lige eller svagt konveks (se bemærkning (II)), og der må ikke noget sted være en brat forandring i diameteren i hele spyddets længde undtagen lige bag hovedet og foran og bagved beviklingen. På bagenden af hovedet må reduktionen i diameteren ikke overstige 2,5 mm, og denne afvigelse fra kravet til den langsgående profil må ikke gå længere end 300 mm bag hovedet.

*Bemærkning (I): På tværsnittets cirkulære form er den størst tilladelige difference på 2 % mellem største og mindste tværmål. Gennemsnittet for disse to tværmål skal svare til specifikationerne for et cirkulært spyd som i den nedenstående tabel.*

*Bemærkning (II): Formen på den langsgående profil kan kontrolleres hurtigt og let med kanten af en stiv metallineal mindst 500 mm lang og med to følere, 0,20 mm og 1,25 mm tykke. For svagt konvekse dele af profilen vil linealen vippe, mens den blot er i kontakt med en lille del af spyddet. Hvis man holder linealen fast ind til de lige dele af spyddet, skal det være umuligt at indføre 0,20 mm føleren mellem spyddet og linealen noget sted langs kontaktfladen. Dette gælder ikke i overgangen mellem hovedet og skaftet, men her skal det ikke være muligt at indføre 1,25 mm føleren.*

## 8. Spyddet skal være i overensstemmelse med følgende specifikationer:

Minimumsvægt (inkl. grebet) for brug i konkurrencer og for godkendelse af rekord	800 g	700 g	600 g	500 g
Total længde: (L0)				
Minimum	2600 mm	2300 mm	2200 mm	2000 mm
Maksimum	2700 mm	2400 mm	2300 mm	2100 mm
Afstand fra spids af hovedet til tyngdepunkt: (L1)				
Minimum	900 mm	860 mm	800 mm	780 mm
Maksimum	1060 mm	1000 mm	920 mm	880 mm
Afstand fra enden af spyd til tyngdepunkt: (L2)				
Minimum	1.540 mm	1.300 mm	1.280 mm	1.120 mm
Maksimum	1.800 mm	1.540 mm	1.500 mm	1.320 mm
Metalhovedets længde: (L3)				
Minimum	250 mm	250 mm	250 mm	220 mm
Maksimum	330 mm	330 mm	330 mm	270 mm
Grebet længde: (L4)				
Minimum	150 mm	150 mm	140 mm	135 mm
Maksimum	160 mm	160 mm	150 mm	145 mm
Største diameter på skaftet foran greb: (D0)				
Minimum	25 mm	23 mm	20 mm	20 mm
Maksimum	30 mm	28 mm	25 mm	24 mm

**Kommentar:** Tabellen ovenfor gælder for internationale konkurrencer. I tillæg til ovenstående internationale standarder findes der også vægte, som gælder for danske aldersbestemte klasser. Disse findes på DAFs hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.

- 9 Spyddet må ikke have nogen bevægelige dele eller andre indretninger, som på nogen måde kan flytte tyngdepunktet under kastet eller ændre spyddets kastekarakter.
- 10 Afsmalningen af spyddet til spidsen af metalhovedet skal være sådan, at vinklen på spidsen ikke skal være mere end  $40^\circ$ . Diameteren ved et punkt 0,15 m fra spidsen må ikke overstige 80 % af den største diameter på skaftet. Midt mellem tyngdepunktet og spidsen på metalhovedet må diameteren ikke overstige 90 % af den største diameter på skaftet.
- 11 Afsmalningen af spyddet mod enden skal være sådan, at diameteren i midtpunktet mellem tyngdepunktet og enden ikke er mere end 90 % af skaftets største diameter. 150 mm fra halespidsen skal diameteren ikke være mindre end 40 % af skaftets største diameter. Diameteren på halespidsen må ikke være mindre end 3,5 mm.

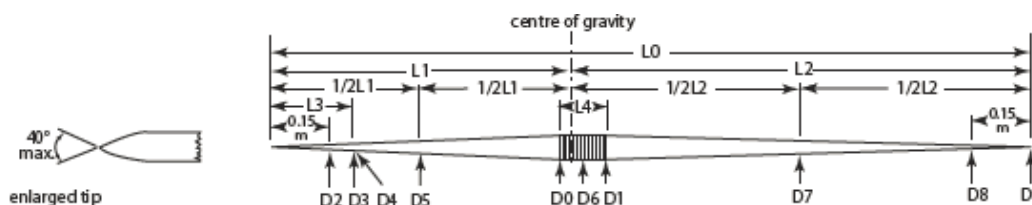


Figure 193 - International Javelin

Lengths		Diameters		Maximum	Minimum
L0	Overall	D0	In front of grip	–	–
L1	Tip to C of G	D1	At rear of grip	D0	D0-0.25mm
1/2L1	Half L1	D2	150mm from tip	0.8 D0	–
L2	Tail to C of G	D3	At rear of head	–	–
1/2L2	Half L2	D4	Immediately behind head	–	D3-2.5mm
L3	Head	D5	Half way tip to C of G	0.9 D0	–
L4	Grip	D6	Over grip	D0+8mm	–
		D7	Half way tail to C of G	–	0.9 D0
		D8	150mm from tail	–	0.4 D0
C of G	Centre of Gravity	D9	At tail	–	3.5mm

*Note: All measurements of diameters must be to at least 0.1 mm.*

**Officialteam:**

Til en spydkastkonkurrence anbefales det at placere de tilstedeværende officials som følger:

- (1) Hoveddommeren skal overvåge hele konkurrencen.
- (2) To dommere, som tjekker, om kastet er blevet udført korrekt og måler forsøget. Den ene skal være udstyret med to flag - et hvidt for at vise, at forsøget er gyldigt og et rødt ved fejl. Når forsøget er målt, foreskrives det, at dommeren står i åbningen af buret visende rødt flag, mens rekvisitterne returneres og landingsområdet klargøres. DAF anbefaler at anvendes en kegle i stedet for eller sammen med (i nogle konkurrencer bliver denne position indtaget af hoveddommeren for konkurrencen). Hvis der ikke anvendes EDM (elektronisk data opmåling), skal den anden dommer trække igennem og holde målebåndet på en sådan måde, at det går gennem 8m-mærket på tilløbsbanen.
- (3) En eller to dommere, der straks efter kastet placerer en markør, som viser det sted, hvorfra forsøget skal måles. Hvis spyddet lander uden for sektoren, skal enten dommeren eller personen med markeringsspinden/prismen (den der er tættest på linjen) vise det ved at holde armen strakt ud. Der skal også vises et passende tegn, hvis dommerne afgør, at spyddet ikke landede med "hovedet" først. Det anbefales, at der anvendes andre signaler end flag til det formål. Ved et gyldigt forsøg er det ikke nødvendigt med et tegn.
- (4) Dommer, som sætter et spyd/prisme, hvor markøren står, og så, hvis der anvendes målebånd, holder målebåndet på 0.
- (5) En eller flere dommere eller hjælpere med ansvar for at hente rekvisitterne og returnere dem til rekvisitområdet eller returenheden. Hvis der anvendes målebånd, skal en af disse dommere eller hjælpere sikre sig, at målebåndet er strakt for at sikre en korrekt opmåling.
- (6) Dommer – en skriver, der fører resultatlisterne og kalder hver atlet frem (og den følgende).
- (7) Dommer med ansvar for scoreboard/resultattavle (forsøg – nummer – resultat).
- (8) Dommer med ansvar for uret, der viser atleterne, at de har en vis tid til at tage deres forsøg.
- (9) Dommer med ansvar for atleterne.
- (10) Dommer med ansvar for området med rekvisitter.

*Bemærkning (I): Dette er det traditionelle set-up for påsætning af officials. I større konkurrencer, hvor et datasystem og elektroniske scoreboards er i brug, er der brug for specialiserede personer. For at være sikker i sådanne tilfælde skal både progressionen i øvelsen og resultaterne i tekniske øvelser noteres af både en person og af datasystemet.*

*Bemærkning (II): Officials og udstyr skal placeres på en sådan måde, at det hverken generer atleten eller tager udsynet for tilskuerne.*

*Bemærkning (III): Et område skal reserveres til en vindpose for at vise både vindretning og -styrke.*

**Regel 194 – Boldkast – (National regel)**

Boldkast skal foregå fra tilløbsbane og kastebue som for spydkast, og kastesektor, tilløb og opmåling foregår på samme måde som for spydkast.

**Kastebolden**

Til boldkast anvendes en kastebold, som skal være kuglerund og udført af gummi, plast eller lignende materiale. Vægten på bolden skal være 145 g eller 250 g med en tolerance på  $\pm 5$  g.

*Se i øvrigt Ungdomsbestemmelserne på DAF's hjemmeside.*

**Regel 195 – Vægtkast – (National regel)****Udøveren**

Samme regel som hammerkast, 187.4 (a), (b), (c).

**Konkurrencen**

1. Kastet udføres fra en hammerkastring og fra et kastebur (se reglerne 191 og 192).
2. Vægten skal kastes med begge hænder og sådan, at begge hænder slipper vægten samtidig i udkastet.

**Vægten**

3. Konstruktion. Vægten skal bestå af tre dele: Metallhoved (konstrueret som for hammerkast), en metallænke og et håndtag. Mellem metallænken og hovedet skal der være en drejetap (svirvel). Den skal ikke kunne strække sig mærkbart under kastet. Totallængden måles på samme måde som for hammerkast.
4. Håndtag. Der kan benyttes hammerkasthåndtag eller et håndtag formet som en triangel lavet af en rund metalstang maksimalt 12,7 mm i diameter. Siderne skal minimum være 100 mm og maksimalt 190 mm lange.

5. Vægten skal være i overensstemmelse med følgende specifikationer:

Minimumsvægt for brug i konkurrencer og for godkendelse af rekord	15,88 kg	12,50 kg*	11,34 kg	9,08 kg	7,26 kg	5,45 kg
Vægtens længde målt fra indersiden af håndtaget: Maksimum	410 mm	500 mm	410 mm	410 mm	410 mm	410 mm
Vægthovedets diameter: Minimum Maksimum	145 mm 165 mm	135 mm 135 mm	130 mm 150 mm	120 mm 140 mm	110 mm 130 mm	100 mm 120 mm

**Kommentar:**

*I tillæg til ovenstående standarder findes der også vægte, som gælder for aldersbestemte klasser. Disse findes på DAF's hjemmeside under Ungdomsbestemmelser og Mastersbestemmelser.*

*\*Vægten på 12,50 kg er "kun" et nationalt redskab*

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 5 - MANGEKAMP

### Regel 200 – Mangekampskonkurrencer

#### *U18 Drengene, U20 mænd og senior mænd (femkamp og tikamp – penthalon og decathlon)*

1. **Femkamp:** Femkamp består af fem øvelser, som skal arrangeres på en dag og afvikles i følgende rækkefølge:  
Længde, spyd, 200 m, diskos og 1500 m.
2. **10-kamp:** U18 drenge og senior mænds tikamp består af ti øvelser, som skal arrangeres over to på hinanden følgende dage i følgende rækkefølge:
  1. dag: 100 m, længde, kugle, højde og 400 m.
  2. dag: 110 m hæk, diskos, stang, spyd og 1500 m.**Bemærkning:** (Se under DAF's mastersbestemmelser for evt. nationale masters-undtagelser)

#### *U20 og senior kvinder (syvkamp og tikamp – hepthalon og decathlon)*

3. **7-kamp:** Syvkamp består af syv øvelser, som skal arrangeres over to på hinanden følgende dage i følgende rækkefølge:
  1. dag: 100 m hæk, højde, kugle og 200 m.
  2. dag: længde, spyd og 800 m.
4. **10-kamp:** Kvindernes tikamp består af ti øvelser, som arrangeres over to på hinanden følgende dage i rækkefølge som angiver i regel 200.2:
  1. dag: 100m, diskos, stang, spyd og 400 m.
  2. dag: 100 m hæk, længde, kugle, højde og 1500 m.**Bemærkning:** (Se under DAF's mastersbestemmelser for evt. nationale masters-undtagelser)

#### *U18 piger (syvkamp - hepthalon)*

5. **7-kamp:** Ungdom pigers syvkamp består af syv øvelser, som skal arrangeres på to på hinanden følgende dage med følgende rækkefølge:
  1. dag: 100 m, højde, kugle og 200 m.
  2. dag: længde, spyd og 800 m.**Bemærkning:** (Se under DAF's ungdomsbestemmelser for nationale undtagelser)

#### **Generelt:**

6. Øvelseslederen skal, når det er muligt, påse, at hver enkelt udøver får et ophold på mindst 30 minutter mellem afslutningen for sidste øvelse, og før den næste begynder. Hvis det er muligt, skal tiden mellem afslutningen for sidste øvelse på førstedagen og starten på første øvelse på andendagen være mindst 10 timer.

Minimumsperioden på 30 minutter skal beregnes som værende den faktiske tid mellem slutningen af sidste løb eller forsøg af en atlet i foregående øvelse, til starten af det første heat eller forsøg i den næste øvelse. Det er derfor muligt, og ikke ualmindeligt for atleter, at gå direkte fra afslutningen af en øvelse til opvarmning til den næste, således at de 30 minutter faktisk bliver brugt på at flytte sig fra et øvelsessted til det næste, og få overstået indløb af tilløb eller anden opvarmning. Ændringer i antal dage over hvilke en mangekamp må foregå er ikke tilladt, undtagen særlige tilfælde (for eksempel usædvanlige vejrforhold). Sådanne beslutninger tager tekniske delegater og/eller øvelsesledere/stævnearrangører, under de særlige omstændigheder hver sag må have. Men hvis konkurrencen af en eller anden grund afvikles over en længere periode end i henhold til Regler 200 eller 223, så kan en rekord i mangekamp (det samlede antal point) ikke godkendes.

7. I alle øvelser, med undtagelse af den sidste i en mangekamp, skal heatsammensætning og grupper sammensættes af teknisk delegat eller øvelsesleder, sådan at den indeholder udøvere med omtrent samme styrke i øvelsen.  
Opsætningen skal laves, sådan at der fortrinsvis er fem eller flere udøvere, og aldrig færre end tre, som konkurrerer i hvert heat eller gruppe. Skulle det ikke være muligt at opnå dette på grund af manglende tid på tidsskemaet, så skal næste øvelses heat og grupper bestå af udøvere, som har færdiggjort foregående øvelse. I sidste øvelse i mangekampskonkurrencen bør heatene arrangeres sådan, at de udøvere, som er bedst efter næstsidste øvelse, løber i samme heat.  
Teknisk delegat eller mangekampslederen kan lave om på enhver gruppering, dersom dette efter hans/hendes mening er ønskeligt.
8. IAAF's regler for de enkelte øvelser gælder med følgende undtagelser:
  - (a) I længde og alle kast skal hver udøver kun have tre forsøg.
  - (b) Hvis el-tid ikke anvendes, skal tiden på hver udøver tages af tre tidtagere, uafhængige af hinanden.

- (c) I løbeøvelserne er kun én tyvstart for hele feltet tilladt. Enhver udøver, som er ansvarlig for yderligere tyvstarter skal diskvalificeres. (Se regel 162.7)
  - (d) I højde- og stangspring skal hævnningen af overliggeren være konstant gennem hele konkurrencen: 3 cm i højdespring og 10 cm i stangspring.
9. Kun et tidtagersystem skal benyttes til hver enkelt løbeøvelse. Af hensyn til eventuelle rekorder, skal elektronisk tagne tider imidlertid registreres, selv om sådanne tider ikke foreligger for alle øvrige deltagere.

To systemer til tidtagning er godkendt til mangekamp, se regel 165.1 (a) og (b). Hvis der f.eks. er en fejl mht. målfoto der så kun bruges til nogle, men ikke alle heats, vil det være umuligt at sammenligne præstationerne udfra hhv. manuel tid og el-tid. I henhold til regel 200.9 kan kun ét tidtagningssystem anvendes i løbet af enhver enkelt øvelse i en mangekamp. Hvis el-tiden fejler i et heat, så skal alle atleter have deres point på grundlag af deres manuelle tider, ved hjælp af den specifikke pointtabel for manuel tid. Fungerer el-tiden i andre discipliner så kan der gives point på baggrund af pointtabellen for el-tid i disse øvelser.

10. En udøver, som ikke starter eller undlader at tage forsøg i en af øvelserne, må ikke deltage i de efterfølgende øvelser og skal derved anses for at have forladt mangekampskonkurrencen. Udøveren skal af den grund ikke opføres i den endelige rækkefølge. En udøver, som bestemmer sig for at trække sig fra mangekampskonkurrencen, skal omgående meddele lederen af mangekampskonkurrencen sin beslutning.
11. Pointsummen i enkeltøvelserne og sammenlagt, beregnet som gældende efter IAAF-pointtabeller skal bekendtgøres for udøverne efter hver øvelse. Vinder er den udøver, som har opnået den højeste pointsum.

De samme scoringstabeller bruges til hver disciplin, selvom en yngre aldersgruppe f.eks. har andre specifikationer for hækhøjder/afstande eller vægte på kasterredskaber i forhold til dem som senior bruger. Resultatet for enhver præstation i enten en løbe- eller teknisk øvelse kan findes i den relevante tabel. I mange tilfælde, er ikke alle tider eller længder angivet i tabellen. I sådanne tilfælde er det scoren for nærmeste dårligere resultat der skal anvendes. Eksempel: For kvindernes spydkast er der ingen pointscore for et kast på 45.82 m. Den nærmere kortere afstand, der er angivet i tabellen, er 45,78m, hvor der er en score på 779 point. Det er så den pointsum der tæller til mangekampen.

#### **Placeringer**

12. Hvis to eller flere udøvere opnår det samme antal point i konkurrencen, skal de deles om placeringen.

#### **Regel 200 A – Kastemangekamp - (National regel)**

Kastemangekamp er ikke en international disciplin. Derfor findes oplysninger under DAF's seniorbestemmelser, ungdomsbestemmelser og mastersbestemmelser, hvorfor der henvises hertil.

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 6 – INDENDØRS ATLETIK

### Regel 210 – Indendørs atletik

#### **Anvendelse af udendørs regler til indendørs konkurrencer**

Reglerne for udendørs konkurrencer i kapitlerne I til V gælder også for indendørs konkurrencer med undtagelserne i dette kapitel VI og undtagelserne i kravet om vindmåling som beskrevet i regel 163 og 184.

### Regel 211 – Indendørs anlæg

1. Anlægget skal være fuldstændig indelukket. Lys, opvarmning og ventilation skal tilpasses for at få tilfredsstillende forhold for konkurrencen.
2. Anlægget skal have en rundbane, en ligeudbane til sprint og hækkeløb, samt tilløb og landingsområde til højde-, stang-, længde- og trespring. Ligeledes skal der være en ring og et nedslagsområde til kuglestød, enten permanent eller flytbart. Alle konkurrenceområder skal være i overensstemmelse med specifikationerne i ”IAAF Track and Field Facilities Manual”.
3. Alle baner skal være dækket af syntetisk dække eller med trægulv. Den syntetiske overflade bør tillade brug af 6 mm pigge. Andre tykkelser på belægningen kan benyttes, men så skal deltagerne varsles om tilladt piglængde. (6.1.2.10). Internationale mesterskaber, som afholdes under IAAF’s kontrol, skal kun holdes på arenaer, som har IAAF’s certifikat. Det anbefales også, at hvis en sådan arena er tilgængelig, skal andre internationale stævner afholdes på arenaer med samme certifikat.
4. Så vidt det er teknisk muligt, skal alle tilløb have samme elasticitet over hele området. For spring-tilløbene skal dette kontrolleres før hver konkurrence.

*Bemærkning (i):* ”The IAAF Track and Field Facilities Manual” indeholder flere detaljerede og nøjere definerede specifikationer for planlægning og konstruktion af indendørsarenaer.

*Bemærkning (ii):* Standardskema for certificering af indendørsbaner og opmålingsrapport er tilgængelig hos IAAF.

Mangel på egnet belysning er et almindeligt problem for indendørs konkurrencer. En indendørs atletikhal (overdækket stadion) skal have en belysning, der muliggør en korrekt og retfærdig afvikling af øvelserne, og hvis der er tv-dækning kan kravet til LUX-niveauet være endnu højere. Målområdet kan kræve yderligere belysning for at der kan anvendes Fuldautomatisk tidtagning og gengives brugbare målfotos.

### Regel 212 – Sprintbanen

1. Hældningen på tværs af løbebanen skal ikke overstige 1:100 (1%), og hældningen nedover i løberetningen skal ikke overstige 1:250 (0.4%) på noget punkt og ikke over 1:1000 (0.1%) på hele strækningen.

#### **Baner**

2. Der skal minimum være 6 og maksimum 8 baner adskilt med 50 mm brede streger. Alle banerne skal være minimum 1,22 m ( $\pm 0,01$  m) inklusive stregen på højre side af hver bane.

*Bemærkning:* Alle baner bygget før 1. jan. 2004 må have en bredde på max. 1.25m. Dog skal disse baner når de på et tidspunkt skal have ny overfladebelægning, leve op til gældende regler.

#### **Start og mål**

3. Der skal være et felt på mindst 3 m foran startstregen, som er fri for alle hindringer, og et felt på 10 m efter målstregen, som også er fri for hindringer, med tilstrækkelig mulighed for løberne til at standse uden at pådrage sig skader.

*Bemærk:* Det anbefales kraftigt, at den frie afstand efter mål er mindst 15 m.

### Regel 213 – Rundbanen

1. Længden af rundbanen skal helst være 200 m. Den skal have to parallelle langsider og to sving, som helst skal være hældende, og hvis radier skal være ens.

Inderkanten af banen kan enten begrænses af en sarg af passende materiale ca. 5 cm høj og bred eller af en hvid 5 cm bred linje. Yderkanten af sargen eller stregen er inderkanten af bane 1. Inderkanten af sargen eller stregen skal være horisontal over hele banens længde med største hældning på 1:1000. (0.1%).

Sargen på de lige sider kan udelades og erstattes af en hvid linje 50mm bred.

*Bemærkning:* Alle kontrolopmålinger skal laves jf. regel 160.2.

#### **Baner**

2. Løbebanen skal have minimum 4 baner og maksimum 6 baner. Alle baner skal have samme bredde, minimum 0,90 m og maksimum 1,10 m brede inkluderet banestregen i højre side. Alle baner skal have den samme bredde med en tolerance på  $\pm 0,01$ m til den valgte bredde. Banerne skal skilles med 5 cm brede streger.

#### **Hældning**

3. Hældningsvinklen for alle banerne i kurven, og den lige langside, hver for sig, skal være det samme i ethvert tværsnit af banen.

Langsiden kan være flad eller have en max. lateral hældning på 1:100 (1%) mod den indvendige bane. For at lette overgangen fra den flade langside til det hældende sving kan overgangen laves med en jævn horisontal overgang, som kan strække sig ind på langsiden. I tillæg hertil skal der også være en vertikal overgang.

### Markering af svingene

4. Der hvor inderkanten af banen er afmærket med en hvid streg, skal den ydermere være afmærket med kegler eller flag. Keglerne skal være mindst 20 cm høje. Flagene skal være ca. 25x20 cm store og være mindst 45 cm høje og placeret i en vinkel på 60 grader i forhold til banens overflade vendende bort fra løbebanen. Keglerne eller flagene skal placeres på banen, sådan at den ydre del af kegle eller flagstang falder sammen med den ydre kant af den hvide streg, som begrænser løbebanen. Keglerne eller flagene skal placeres med maksimum 1,5 m's afstand i svingene og 10 m på langsiderne.

*Bemærk: I alle internationale konkurrencer under IAAF anbefales det kraftigt, at der bruges sarg.*

En indendørs rundbane kan være længere end 200 meter, men eventuelle rekorder for 200 m eller længere løb, vil ikke blive godkendt. En 200 m bane er derfor mere fordelagtig at få anlagt, end baner med en kortere omgangslængde. At organisere konkurrencer på højeste niveau, vil kræve at der er 6 baner rundt. Det ideelle bredde af banerne på en indendørs rundbane er 1 m.

Kegler skal ikke kun placeres i svingene, men langs hele banen, hvis ikke der forefindes en sarg.

### Regel 214 – Afmærkning af start og mål på rundbanen

1. Teknisk information vedrørende konstruktion og afmærkning af indendørsbaner findes i ”IAAF Track and Field Facilities Manual”. De grundlæggende principper som skal følges gengives i dette afsnit.

#### Grundlæggende principper

- Start og mål af en distance skal markeres med 5 cm hvide streger, retvinklet på banelinjerne på banens langsider og buet i svingene.
- Kravet til placering af målstregen er, at der om muligt kun skal være én målstreg på banen uanset distance, og at den skal befinde sig på en langside, og at den placeres sådan, at mest muligt af langsiden kommer før målstregen.
- Det absolutte krav til alle startstregerne, det være sig rette eller buede er, at distancen deltagerne skal tilbagelægge, skal være den samme.
- Så vidt det er muligt, bør startstregerne (og skiftezoner i stafetløbene) ikke lægges i den stejleste hældning.

#### Afviklingen af løb

- Løb op til og med 300 m skal løbes på inddelte baner i hele sin længde.
- Løb over 300m og kortere end 800 m skal løbes i inddelte baner indtil udgangen af andet sving.
- På 800 m kan udøverne få tildelt egen bane, eller op til to atleter pr. bane, eller der kan benyttes gruppestart. Benyttes gruppestart bør man placere en gruppe i bane 1 og en i bane 4. I disse tilfælde må deltagerne kun forlade deres bane, eller de der løber i den ydre gruppe må kun løbe sammen med den indre gruppe efter indløbslinjen ved udgangen af første sving, eller hvis løbet løbes på bane i to sving, så først ved udgangen af andet sving.
- Løb længere end 800 m skal løbes uden inddelte baner, og starten skal foregå fra en buet startstreg eller gruppestart. Hvis der benyttes gruppestart skal indløbslinjen være ved udgangen af enten første eller andet sving.  
Hvis en udøver ikke følger denne regel, skal vedkommende diskvalificeres.  
Indløbslinjen skal være en buet linje efter hvert sving, 50mm bredt, tværs over alle baner på nær bane 1. For at løberne bedre kan se indløbslinjen, kan der placeres små toppe eller prizmer, 50mm x50mm og ikke højere end 0.15m og helst i en anden farve end indløbslinjen og banerne på banelinjerne lige før skæringen af banelinjerne og indløbslinjen.

*Bemærkning (i): I andre konkurrencer end internationale mesterskaber eller cup's, kan arrangøren bestemme, at starten skal foregå fra en buet startstreg i 800m.*

*Bemærkning (ii): På anlæg med færre end 6 baner kan der benyttes en gruppestart som i regel 162.10 for at tillade 6 deltagere at konkurrere.*

#### Start- og målstreger for 200 m bane

7. Startstregen på bane 1 skal være på langsiden. Den skal lægges sådan, at startstregen (i 400 m løb) i den alleryderste bane ikke ligger i et område med en hældning større end 12 grader. Målstregen for alle løb på rundbanen skal være i forlængelse af startstregen på bane 1, og den skal trækkes retvinklet på banestregerne tværs over hele banen.



## Regel 215 – Seedning, lodtrækning og kvalifikation i løbekonkurrencer

### Lodtrækning om baner

- For alle løb som starter i baner, med undtagelse af 800 m, og hvor der løbes mere end 1 runde, skal lodtrækningen om baner foretages efter disse retningslinjer:
  - De to yderste baner trækkes mellem de to højst rangerende deltagere eller hold.
  - De to næste baner trækkes mellem deltagere eller hold, der er rangeret som nr. 3 og 4.
  - Hvis der er flere baner, trækkes disse mellem øvrige deltagere eller hold.
 Rangplaceringen, som der ovenstående henvises til, skal fastsættes på denne måde:
  - I den indledende runde foretages lodtrækningen efter en relevant liste over tidligere resultater.
  - I alle følgende runder skal proceduren i regel 166.3 (b)(i) følges eller i tilfælde af 800 m 166.4 (b)(ii).
- I alle andre løb skal der foretages lodtrækning som beskrevet i regel 166.4 og 166.5.

Hvor indendørsanlæg har en anden konfiguration af baner, så bør en tabeloversigt over hvordan lodtrækning og banefordeling arrangeres, tilføjes enten i de specifikke tekniske forskrifter for konkurrencen, eller udarbejdet og formidlet til deltagerne af den teknisk delegerede eller arrangørerne.

## Regel 216 – Beklædning, sko og startnumre

Den del af piggene, der stikker ud af sålen eller hælen må ikke overstige 6 mm (eller som forlangt af arrangøren) og altid underlagt de maximale krav sat via regel 143.4.

## Regel 217 – Hækkeløb

- Hækkeløb skal arrangeres over 50 m eller 60 m på ligeudbane.
- Hækhøjder og placeringer:

	U18 Dreng	U20 Mænd	Mænd	U18 Piger	U20 Kvinder og Kvinder
Hækhøjde	0.914m	0.991m	1.067m	0.762m	0.838m
Distance	50m/60m				
Antal hække	4/5				
Afstand til 1. hæk	13.72m			13.00m	
Afstand mellem hækkene	9.14m			8.50m	
Afstand til mål fra sidste hæk	8,86 m/9,72 m			11,50 m/13,00 m	

## Regel 218 – Stafetter

### Gennemførelse af konkurrencen

- På 4x200 m stafet skal hele første etape og første sving af 2. etape (3 sving) løbes på inddelte baner. Der skal trækkes en 5 cm bred streg tværs over hele banen, hvor løberne kan løbe ind mod den inderste bane, som beskrevet i regel 214.6 Hver skiftezone skal være 20 meter lang, og løberne der skal løbe 2., 3. og 4. etape skal starte indenfor denne zone.

*Bemærk: Indløbszone tillades ikke indendørs.*

- 4x400 m stafet skal løbes i henhold til regel 214.6 (b).
- 4x800 m stafet skal løbes i henhold til regel 214.6 (c).
- De ventende deltagere på tredje og fjerde etape på 4x200m, på anden, tredje og fjerde etape på 4x400m og 4x800m skal under ledelse af en dertil udnævnte official placere sig i deres vente-position i samme rækkefølge (indefra og ud), som deres respektive holdmedlemmer går ind i sidste kurve med. Når først de løbende deltagere har passeret dette punkt, skal de ventende deltagere opretholde deres rækkefølge og må ikke skifte position i begyndelsen af skifte-zonen. Såfremt en deltager ikke følger denne regel, skal holdet diskvalificeres.

*Bemærk: På grund af smalle baner, er indendørs stafetter mere udsat for kollisioner og ufrivillige hindringer end udendørsstafetter. Det anbefales derfor, hvis det er muligt, at en bane står ledig imellem hvert hold.*

## Regel 219 – Højdespring

### Tilløb og afsætsområde

- Hvis løse tilløbsmætter benyttes, skal overfladen på disse løse måtter følge kravene i reglerne til banedækket .
- En deltager kan starte sit tilløb i hældningen for løbebanen, forudsat at de sidste 15 m af tilløbet er plant, jf. reglerne 182.3, 182.4 og 182.5.

## Regel 220 – Stangspring

### Tilløb

1. En deltager kan starte sit tilløb i hældningen af løbebanen, når de sidste 40 m af tilløbet er plant, jf. reglerne 183.6 og 183.7.

## Regel 221 – Længde- og trespring

### Tilløb

1. En deltager kan starte sit tilløb i hældningen af løbebanen, dersom de sidste 40 m af tilløbet er plant, jf. reglerne 184.1 og 184.2.

## Regel 222 – Kuglestød

### Kastesektoren

1. Sektoren skal have et passende dække, hvor kuglen vil sætte aftryk, men som giver kuglen mindst mulig opspring.  
*Bemærk:* *I nationale stævner kan der bruges kridt på kuglen, så den afsætter mærke. I haller hvor kridt ikke er tilladt, sker opmålingen fra et punkt afgjort ved et skøn af dommeren. I dette tilfælde må det fremgå af stævnerapporten, at skøn er benyttet.*
2. Sektoren skal af sikkerhedsmæssige grunde være afgrænset med en stopanordning i den bageste ende og på siderne og et beskyttende net placeret så tæt på ringen som muligt. Den anbefalede højde på nettet skal være 4m og i stand til at stoppe en kugle, hvad enten den er i luften eller springer op fra landingsoverfladen.
3. Grundet begrænset plads indendørs kan området, som begrænses af stopanordningen, ikke blive stort nok til at give plads til en 34,92 graders sektor. Hvis sådanne begrænsninger bliver nødvendig, kan følgende tilpasses:
  - (a) Stopanordningen for enden af landingssektoren skal mindst være 50 cm længere fra ringen end gældende verdensrekord for mænd eller kvinder.  
*Bemærk:* *I nationale stævner kan afstanden til stopanordningen være mindre.*
  - (b) Sektorstregerne på begge sider må være symmetriske i forhold til centerlinjen i 34,92 graders sektoren.
  - (c) Sektorstregerne skal, når de ikke danner en 34,92 graders vinkel, enten gå ud radiale fra ringens centrum i en mindre vinkel, eller de kan være parallelle med centerlinjen for sektoren i en indbyrdes afstand på mindst 9 m.

Det anbefales, at barrieren/beskyttelsesnet på begge sider bør forlænges frem mod kasteringen, så den begynder indenfor ca. 8 m fra ringen. Sidenettet bør da være mindst 5 m. (beskrivelsen passer til internationale konkurrencer på højt niveau. Mindre krav kan gælde for de fleste nationale konkurrencer.

### Kuglens konstruktion

4. Afhængigt af underlaget i landingssektoren skal kuglen være af metal eller metalkappe, eller alternativt blød plast eller gummi med passende fyldmateriale. Begge typer kan ikke benyttes i samme konkurrence.

### Kugle af metal eller med metalkappe

5. Kuglen skal stemme overens med regel 188.4 og 188.5.

### Kugle af plast eller gummi

6. Kuglen skal være lavet med en blød plast- eller gummikappe med passende fyldmateriale, således at der ikke opstår skade i landingssektoren eller omliggende gulv. Den skal have en kugleformet overflade og være glat.  
*Information til producenter: For at være glat må overfladens gennemsnitlige højde være mindre end 1,6µm dvs. en ruhed nummer N7 eller mindre.*
7. Kuglen skal være i henhold til følgende specifikationer:

Min. vægt for brug i konkurrence og godkendelse af rekord					
	3.000 kg	4.000 kg	5.000 kg	6.000 kg	7.260 kg
<b>Diameter:</b>					
Minimum	85mm	95mm	100mm	105mm	110mm
Maksimum	120mm	130mm	135mm	140mm	145mm

## Regel 223 – Mangekamp

### U18 Dreng, U20 mænd og Senior Mænd – Pentathlon (femkamp):

1. Femkamp består af 5 øvelser, som skal arrangeres på én dag i denne rækkefølge:  
60 m hæk, længdespring, kuglestød, højdespring og 1000 m.

### U18 Dreng, U20 mænd og Senior Mænd – Heptathlon (syvkamp):

2. Syvkamp består af 7 øvelser, som skal arrangeres over 2 dage i denne rækkefølge:  
Første dag: 60 m, længdespring, kuglestød og højdespring  
Anden dag: 60 m hæk, stangspring og 1000 m.

***U18 Piger, U20 kvinder og Senior Kvinder – Penthalon (femkamp):***

3. Femkamp består af 5 øvelser, som skal arrangeres på én dag i denne rækkefølge:  
60 m hæk, højdespring, kuglestød, længdespring og 800 m,

***Heats og grupper***

4. Konkurrencen skal tilrettelægges sådan, at der fortrinsvis er fire eller flere deltagere og aldrig færre end tre, der konkurrerer i hvert heat eller gruppe.

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 7 – KAPGANG

### Regel 230 – Kapgang

#### **Distancer**

1. Standarddistancer indendørs: 3000m, 5000m  
Standarddistancer udendørs: 5000m, 10 km, 10.000m, 20 km, 20.000m, 50 km, 50.000m.

#### **Definition på kapgang**

2. Kapgang er en række skridt, der tages på en sådan måde, at kapgængereren holder kontakt med underlaget, forstået på den måde at intet synligt (set med det menneskelige øje) tab af kontakt finder sted. Det fremadførte ben skal være strakt (dvs. ikke bøjet i knæet) fra første kontakt med underlaget, og indtil benet er i lodret position.

#### **Bedømmelse**

3. (a) Konkurrencens kapgangsdommere skal vælge en overdommer, hvis der ikke er udnævnt en på forhånd.  
(b) Hver dommer skal selvstændigt bedømme ud fra sine synsindtryk.  
(c) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), skal alle dommere være internationale kapgangsdommere under IAAF. I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (b), (c), (e), (f), (g) og (j), skal alle dommere være internationale kapgangsdommere, enten under IAAF eller under en af verdensdelenes forbund.  
(d) I landevejskonkurrencer skal der normalt være mindst 6 og højst 9 dommere, inkl. overdommeren.  
(e) I banekonkurrencer skal der normalt være 6 dommere, inkl. overdommeren.  
(f) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), kan der fra samme land højst være én dommer (excl. overdommeren)

*Bemærkning: Medlemmernes tilknytning til hver dommer er korrekt angivet på de nuværende lister over område og International Kapgangs Dommere.*

#### **Overdommeren**

4. (a) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c), (d) og (f), har overdommeren bemyndigelse til at diskvalificere en deltager på de sidste 100 meter, hvis det er åbenlyst, at bevægelsesmåden ikke overholder regel 230.1, uanset om deltageren tidligere i konkurrencen er tilkendt røde kort eller ej. En deltager, som under disse omstændigheder diskvalificeres af overdommeren, skal have lov til at fuldføre konkurrencen. Deltageren skal hurtigst muligt efter målgang have besked om sin diskvalifikation, ved at overdommeren eller en overdommerassistent viser ham et rødt skilt.  
(b) Overdommeren skal optræde som tilsynsførende official og skal kun bedømme i det særlige tilfælde beskrevet i regel 230.3 (a). I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f), skal der være mindst to overdommerassistenter. En overdommerassistents eneste opgave er at assistere med at give deltagere besked om deres diskvalifikation.  
(c) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f), skal der være en overdommersekretær og en official med ansvar for meddelellestavle(r).

#### **Gult skilt**

5. Når en dommer ikke er helt overbevist om, at en deltager fuldt ud overholder regel 230.1, skal dommeren, hvis det er muligt, vise deltageren et gult skilt med et symbol for forseelsen.  
[Dvs. dommeren skal enten benytte et gult skilt med et symbol for manglende kontakt med underlaget (~) eller et andet gult skilt med et symbol for manglende knæstræk (<)].  
Dommeren kan kun vise deltageren det samme gule skilt én gang. Når en dommer har forevist et gult skilt til en deltager, skal det meddeles til overdommeren efter konkurrencen.

#### **Rødt kort**

6. Når en dommer observerer, at en deltager i løbet af konkurrencen ikke lever op til regel 230.1, enten ved synligt at miste kontakten med underlaget eller ved at have bøjet knæ i første del af støtrefasen, skal dommeren notere deltageren på et rødt kort, som sendes til overdommeren.

#### **Diskvalifikation**

7. (a) Undtaget som bestemt i regel 230.7 (c), når der er sendt tre røde kort fra tre forskellige dommere til overdommeren om den samme deltager, er deltageren diskvalificeret. Deltageren skal have besked om det, ved at overdommeren eller en overdommerassistent viser deltageren et rødt skilt. Diskvalifikationen er også gældende, hvis der skulle opstå et tilfælde, hvor der ikke bliver givet besked til deltageren.

- (b) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c) og (e), skal røde kort fra to dommere af samme nationalitet til den samme deltager under ingen omstændigheder begge tælle med i en diskvalifikation af deltageren.
- (c) En pit-lane (straffeboks) skal bruges til ethvert løb, hvor de gældende forskrifter for konkurrencen er tilvejebragt, og denne bane kan bruges til andre løb som besluttet af den relevante styrelse eller stævnearrangør. I sådanne tilfælde bliver deltageren bedt om at gå ind på pit-lane (i straffeboks) og blive der i den gældende tid (som foreskrevet i reglerne eller beslutning fra stævnearrangøren), når vedkommende først har modtaget tre røde kort og bliver anvist det af overdommeren eller en af overdommeren udpeget delegeret. Hvis deltageren på noget tidspunkt modtager yderligere et rødt kort af en dommer ud over en af de tre dommere, som tidligere har sendt et rødt kort, skal deltageren diskvalificeres. En deltager, som ikke går ind på pit-lane (i straffeboks), når vedkommende bliver bedt om det eller bliver der i den gældende tid, skal diskvalificeres af overdommeren.

**National regel:**

*Reglen (230 7.(c)) anvendes ikke i danske konkurrencer. Dog er der tidstillæg til og med 13 år, undtagen i mesterskabsstævner:*

*1 rød seddel giver 10 sek. straf, som lægges til sluttiden.*

*2 røde sedler giver 20 sek. straf, som lægges til sluttiden.*

*3 røde sedler giver 1 min. straf, som lægges til sluttiden.*

*Overdommeren kan på opløbssiden give 1 min. straf ved direkte løb, som lægges til sluttiden.*

- (d) I banekoncurrencer skal en diskvalificeret deltager straks forlade banen. I landevejskonkurrencer skal en diskvalificeret deltager straks forlade konkurrenceruten og fjerne sine deltagernumre. Enhver diskvalificeret deltager, som ikke straks forlader banen eller ruten eller retter sig efter anvisninger givet under regel 230 (c) om at gå ind på pit-lane (i straffeboks) i den krævede tid, kan tildeles yderligere disciplinære handlinger jf. regel 145.2.
- (e) Der skal placeres en eller flere meddelelsetavler på ruten og nær målet for at holde deltagerne informeret om det antal røde kort, der er indberettet til overdommeren for hver deltager. På tavlen bør det angives med symboler, hvilken forseelse, der ligger til grund for hvert røde kort.
- (f) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), skal der benyttes håndholdte computere med sendere, hvormed der sendes besked om røde kort til meddelelsetavle(r) og til overdommerens sekretær. I andre konkurrencer, hvor sådan et system ikke anvendes, skal overdommeren straks efter konkurrencen indberette alle røde kort og diskvalifikationer under reglerne 230.4 (a), 230.7 (a) eller 230.7 (c) med angivelse af deltagernummer, tidspunkt og forseelse til stævnechefen; det samme skal ske med alle de deltagere, der modtog rødt kort.

**National bemærkning:**

*Når meddelelser om røde kort ikke formidles elektronisk, vil en official - almindeligvis på cykel ved landevejskonkurrencer - gennem hele konkurrencen indsamle røde kort fra konkurrencens dommere og aflevere de røde kort hurtigst muligt til overdommeren. Overdommeren skal dels sikre, at hvert røde kort hurtigst muligt noteres ud for det rigtige deltagernummer på meddelelsetavlen, dels sørge for at give en diskvalificeret deltager besked ved hurtigst muligt at vise deltageren et rødt kort.*

**Starten**

8. Konkurrencen skal startes ved at affyre en startpistol. Kommandoen for distancer længere end 400 meter skal benyttes (som beskrevet i regel 162.2 (b)). I konkurrencer med mange deltagere skal der gives varsel fem, tre og ét minut før start. Ved kommandoen ”På pladserne” / ”On your marks” skal deltagerne samles på startstregen på den måde, som arrangøren har bestemt. Starteren skal sikre sig, at ingen deltager med sin fod (eller anden kropssdel) berører startlinjen eller underlaget foran den, og skal så starte løbet.

**Sikkerhed**

9. Arrangøren af kapgangsstævner skal sørge for sikkerheden for deltagere og officials. I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f), skal arrangøren sikre, at der fra alle retninger er afspærret for motoriseret trafik.

**Drikke-/svampe- og forplejningsstationer ved landevejskonkurrencer**

10. (a) Vand og anden passende forplejning skal være til rådighed ved start og mål i alle konkurrencer.  
 (b) Ved konkurrencer fra og med 5 km til og med 10 km skal der med passende mellemrum, hvis vejret kræver det, være drikke-/svampestationer, hvor der kun er vand.  
**Bemærk:** *Under særlige forhold må der også opsættes vandforstøvere, som deltagerne kan gå under.*

- (c) Ved konkurrencer over 10 km skal der være forplejningsstationer for hver omgang. Desuden skal drikke-/svampestationer, hvor der kun er vand, placeres omtrent midtvejs mellem forplejningsstationerne eller oftere, hvis vejret kræver det.
- (d) Forplejning, som enten er stillet til rådighed af arrangøren, eller som deltageren har medbragt, skal anbringes sådan, at deltageren let kan tage den selv eller få den rakt i hånden af en officiel hjælper. Personlige forfriskninger skal holdes under opsyn af officials udpeget af LOC, fra det øjeblik forfriskningerne bliver overdraget af atleten eller dennes repræsentanter.
- (e) En sådan officiel hjælper må ikke gå ind på ruten eller på anden måde være til hinder for nogen deltager. Ved overrækkelse af forplejning til en deltager, skal hjælperen enten befinde sig bag forplejningsbordet eller højst en meter ved siden af det.
- (f) I konkurrencer, som hører under regel 1.1 (a), (b), (c) og (f), må der højst være to officials ad gangen ved hvert lands forplejningsbord. Ingen official må løbe ved siden af en deltager, som får forplejning eller vand.

*Bemærkning: I en konkurrence, hvor et land har flere end tre deltagere, kan de tekniske regler tillade flere officials ved bordene med forplejninger.*

- (g) En deltager må til hver en tid bære vand eller forplejninger i hånden eller fastgjort til kroppen, forudsat at det bliver båret fra starten af eller samlet op eller modtaget på en officiel station.
- (h) En deltager som modtager eller samler forplejninger eller vand op andre steder end ved de officielle stationer, undtaget hvor det af medicinske grunde udleveres af - eller under ledelse af - en løbsofficial, eller tager en anden deltagers forplejninger, bliver ved en sådan første forseelse advaret af dommeren med normalt et gult kort. Ved forseelse nummer to skal dommeren diskvalificere deltageren med normalt et rødt kort. Deltageren skal så øjeblikkeligt forlade ruten.

*Bemærkning: En atlet må modtage eller videregive forfriskninger, vand eller svampe, såfremt dette var medbragt fra starten af løbet eller opsamlet/modtaget ved et officielt væskedepot. Dog vil en sådan løbende hjælp fra én atlet til en eller flere andre atleter blive betragtet som ulovlig assistance, hvorfor advarsler og/eller diskvalifikation som beskrevet kan blive tildelt.*

Generelt er der, hvor det er logisk og i overensstemmelse med praksis, ensartethed af bestemmelserne i regel 230, 240 og 250 vedrørende konkurrencer udenfor stadion. Det skal dog bemærkes, at regel 230.10 (e) ovenfor, med vilje er forskellig fra regel 240.8 (e) idet team officials ved kapgangsovelser ikke har adgang foran bordene.

### **Landevejsruter**

- 11. (a) Rundstrækningen må ikke være kortere end 1 km og ikke længere end 2 km. Ved konkurrencer, som har start og mål på stadion, skal rundstrækningen befinde sig så tæt på stadion som muligt.  
*National regel: Rundstrækningen må ikke være kortere end 800 m og ikke længere end 2 km.*
- (b) Landevejsruter skal opmåles som beskrevet i regel 240.3.

### **Gennemførelse af konkurrencen**

- 12. En kapgænger må gerne forlade ruten eller banen, med en officials tilladelse og opsyn, når blot distancen ikke bliver afkortet.
- 13. Stævnelederen skal diskvalificere en deltager, hvis stævnelederen kan godkende indberetningen fra en official om, at deltageren har afkortet distancen i forbindelse med, at deltageren forlod konkurrenceruten.

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 8 – GADELØB (landevejsløb)

### Regel 240 – Gadeløb (landevejsløb)

#### **Distancer.**

1. Standarddistance for mænd og kvinder skal være 5 km, 10 km, 15 km, 20 km, halvmaraton, 25 km, 30 km, maraton (42,195 km), 100 km og Landevejsstafet.

*Bemærkning:* *Det anbefales at landevejsstafetten bliver gennemført over maratondistancen, ideelt i en 5 km sløjfe med foreslåede etaper på 5 km, 10 km, 5 km, 10 km, 5 km og 7,915 km. For U20 stafetløb er anbefalet distance halvmaraton med etaper på 5 km, 5 km, 5 km og 6,098 km.*

#### **Ruten.**

2. Gadeløb skal foregå på fast vejbelægning, Når trafik eller andre forhold gør vejen uegnet kan ruten, som må være godt afmærket, lægges på cykle- eller gangstier, men ikke på blød bund såsom græs, vejkant og lignende. Start og mål kan lægges på et atletikanlæg.

*Bemærkning (I):* *I gadeløb på standarddistancer anbefales det, at start og mål, målt i luftlinje mellem dem, ikke skal være længere fra hinanden end 50 % af løbets distance.*

*Bemærkning (II):* *Det er acceptabelt at start, mål eller andre dele af en konkurrence foregår på græs eller andet blødt underlag. Disse dele må kun udgøre et minimum af ruten.*

3. I gadeløb skal ruten måles langs den kortest mulige vej, som en deltager kan følge inden for den del af vejen, hvor det er tilladt at løbe.

I internationale mesterskaber og cup'er skal målestregen afmærkes med en farve, som ikke kan forveksles med andre afmærkninger.

Længden af løbet må ikke være kortere end den officielle distance for øvelsen. I internationale mesterskaber og i løb, som er godkendt af IAAF, må målenøjagtigheden ikke afvige mere end 0,1 % (det vil sige 42 m for en maratonrute), og rutens længde skal være godkendt af IAAF.

*Bemærkning (I):* *Til måling skal metoden med kalibreret måleinstrument på cykel anvendes.*

*Bemærkning (II):* *For at sikre sig at ruten ikke bliver fundet for kort ved en senere måling, anbefales det, at man lægger en sikkerhedsfaktor ind, når man lægger ruten. For cykelmetoden bør denne faktor være 0,1 %, hvilket vil betyde, at hver km af ruten vil have en målt længde på 1001 m.*

*Bemærkning (III):* *Hvis det er planlagt, at ruten vil blive afspærret på løbsdagen ved brug af ikke permanent udstyr som f.eks. kegler eller andet afspærringsudstyr etc., må deres placering være klar senest ved målingen, og en beskrivelse af afspærringernes placering være vedlagt målerapporten.*

*Bemærkning (IV):* *Ved gadeløb over standarddistancerne anbefales det, at højdeforskellen mellem start og mål ikke overskrider en til tusind, dvs. 1 meter pr. kilometer.*

*Bemærkning (V):* *Et udstedt certifikat for en rute er gyldigt i 5 år. Efter dette skal ruten måles på ny, selv om der ikke forekommer nogen ændringer i den.*

4. Kilometeranvisninger skal placeres let synligt for deltagerne.
5. I gadestafetter skal 5 cm brede streger trækkes tværs over ruten for at markere afstandene for hver etape og for at afmærke midtpunktet i skiftefeltet. Tilsvarende streger skal trækkes 10 m før og 10 meter efter dette midtpunkt for at afmærke skiftefeltet. Alle skifteprocedurer skal, medmindre arrangørerne bekendtgør andre, indeholde en fysisk kontakt mellem den afleverende og den modtagende deltager inden for dette felt.

#### **Starten.**

6. Løb skal startes ved affyring af en startrevolver eller andet passende startsignal. Startkommandoen for løb længere end 400m skal benyttes (regel 162.2 (b)). I løb, hvor der er et stort antal startende, bør der gives et forvarsel 5, 3 og 1 minutter før start. På kommandoen "PÅ PLADSERNE" skal løberne gå frem til startstregen og placere sig i den orden som evt. er bestemt på forhånd af den løbsansvarlige, og starteren sikre sig, at ingen deltager med sin fod (eller nogen del af kroppen) berører startlinjen eller området foran den – og skal derefter starte løbet.

Som for mellem- og langdistance løb, anbefales det for konkurrencer afholdt uden for stadion, at startere og dommere skal undgå at være over-nidkære i deres anvendelse af tyvstartregler. At tilbagekalde en start i et gadeløb og andre nonstadia discipliner, kan være svært og forbundet med fare for løberne. Det kan under alle omstændigheder i store felter være upraktisk. Men hvor der er et klart og forsætligt brud, skal dommeren ikke tøve med at overveje en passende handling i forhold til en løber, enten under eller efter løbet. Men i større konkurrencer, hvor startmekanismen fejler og det er klart eller overvejende sandsynligt, at tidtagningssystemet måske ikke er startet, kan en afbrydelse af starten hvor det er praktisk muligt, være den bedste løsning.

**Sikkerhed**

7. Arrangøren af landevejssløb skal sørge for deltagernes og officials sikkerhed. I konkurrencer afholdt efter reglerne 1.1(a), (b), (c), og (f) skal arrangøren sikre, at ruten er afspærret for motoriseret færdsel i alle retninger.

**Svampe / drikke og forplejningsstationer.**

8. (a) Vand og andre passende forplejninger skal være tilgængelig ved start og mål i alle løb.  
 (b) I alle løb skal vand være til rådighed med passende intervaller på max. 5 km. I løb længere end 10 km kan andre forplejninger end vand være til rådighed på disse stationer.
- Bemærkning (I):* *Hvor forholdene berettiger til det – når man tager løbets natur i betragtning vejrforholdene og den fysiske tilstand hos størstedelen af deltagerne – kan vand og/eller andre forplejninger placeres med mere passende intervaller langs ruten.*
- Bemærkning (II):* *Stationer, som forstøver vand, som udøverne kan gå under, kan også sættes op, hvis klimatiske forhold kræver det.*
- (c) Forplejninger kan være drikke, energisuppleringer, fødevarer eller andre emner end vand. Arrangøren afgør, hvilke forplejninger den vil tilbyde under de fremherskende forhold.
- (d) Forplejninger vil normalt blive stillet til rådighed af arrangøren, men denne kan tillade en deltager at benytte sine egne, og i det tilfælde skal deltageren udpege, på hvilke stationer de skal være til rådighed for ham/hende. Egne forplejninger fra deltagerne skal holdes under opsyn af officials udpeget af arrangøren fra det øjeblik forplejningen afleveres af deltageren eller dennes repræsentanter. Disse officials skal sikre, at forplejningerne ikke bliver ombyttet eller pillet ved på nogen måde.
- (e) Arrangøren skal anvise vha. barrierer, borde eller markeringer på jorden, hvor forplejningerne kan modtages eller tages af deltageren selv. Dette bør ikke ske direkte på linjen på den opmålte rute. Forplejningerne skal anbringes på en sådan måde, at de nemt kan nås eller afleveres af autoriserede personer direkte i hånden på deltagerne. Disse personer skal forblive på indersiden af det anviste område og må ikke gå ud på ruten eller hindre nogen deltager. Under ingen omstændigheder må en official eller autoriseret person løbe ved siden af deltageren, mens denne tager forplejninger eller vand.
- (f) I konkurrencer afholdt under regel 1.1 (a), (b), (c), og (f) må max. 2 officials pr. land ad gangen være stationeret bag det område, som er udpeget til deres land.
- Bemærkning:* *I et løb, hvor et land kan have flere deltagere end tre, kan de tekniske regler tillade yderligere officials ved bordene med forplejninger.*
- (g) En deltager må til hver en tid bære forplejninger eller vand i hånden eller fastgjort på kroppen, såfremt det bliver båret fra starten eller taget eller modtaget på en station med forplejninger.
- (h) En deltager som modtager eller samler forplejninger eller vand op andre steder end ved de officielle stationer, undtaget hvor det af medicinske grunde udleveres af - eller under ledelse af - en løbsofficial, eller tager en anden deltagers forplejninger, bliver ved en sådan første forseelse advaret af dommeren med normalt et gult kort. Ved forseelse nummer to skal dommeren diskvalificere deltageren med normalt et rødt kort. Deltageren skal så øjeblikkeligt forlade ruten.
- Bemærkning:* *En atlet må modtage eller videregive forfriskninger, vand eller svampe, såfremt dette var medbragt fra starten af løbet eller opsamlet/modtaget ved et officielt væskedepot. Dog vil en sådan løbende hjælp fra én atlet til en eller flere andre atleter blive betragtet som ulovlig assistance, hvorfor advarsler og/eller diskvalifikation som beskrevet kan blive tildelt.*

**Gennemførelse af konkurrencen.**

9. I gadeløb kan en deltager forlade ruten med tilladelse fra og under opsyn af en dommer under den forudsætning, at løbedistancen ikke derved forkortes.
10. Dersom overdommeren godtager rapport/melding fra en rutedommer om, at en deltager har løbet uden for den afstukne rute og derved forkortet distancen, skal han/hun diskvalificeres.
11. Banedommere bør være placeret med passende intervaller langs ruten og på specielle nøglepositioner på ruten. Andre banedommere bør bevæge sig rundt på ruten og observere under løbet.

Det erkendes, at det vil være vanskeligt at implementere reglerne omkring først at give en advarsel for overtrædelse af aspekter af regel 240 og i givet fald regel 144.2 og 144.3 men hvor mulighed er der, bør dommeren gøre det. Det foreslås at muligheden kan være, at officials eller banedommere ved forfriskningsstationens udpeges som assisterende dommere, og at de er i kommunikation med løbslederen for at sikre en effektiv koordinering af advarsler og diskvalifikationer. Men der er stadig mulighed for, som følge af noten til regel 144.2, at der under visse omstændigheder kan gives en diskvalifikation uden at der først er givet en advarsel.

Når et Transponder Timing System ikke er i brug, eller hvor et ekstra back-up registreringssystem er ønsket, kan det anbefales at der anvendes et slusesystem, som det der er beskrevet for cross-country løb i bemærkningen til regel 250.



## ATLETIKREGLEMENT – DEL 9 – CROSS-CONTRY-LØB og BJERGLØB

### Regel 250 – Cross-Country - Løb

Der er meget stor forskel på de måder, som cross-country- løb og bjergløb gennemføres på rundt omkring i verden, og det er vanskeligt at lovgive internationale standarder i denne sport. Det må accepteres, at forskellen på meget succesfulde og mindre succesfulde arrangementer ofte ligger i de naturlige karakteristika for begivenheden og evnerne hos ruteplanlæggeren. De følgende regler er tænkt som en guide og som en opmuntring til landene til at udvikle cross-country-løb og bjergløb. Se også IAAF's "Distance Running Manual", hvor der findes detaljerede informationer om organisering af løb.

#### Distancer

1. Distancer ved IAAF Verdens Mesterskab i Cross-Country skal være ca.:

<b>Mænd</b>	10 km	<b>Kvinder</b>	10 km
<b>U20 mænd</b>	8 km	<b>U20 kvinder</b>	6 km
<b>U18 Dreng</b>	6 km	<b>U18 Piger</b>	4 km

Anbefalede distancer til U18 skal være ca.

Det anbefales, at lignende distancer bruges i andre internationale og nationale konkurrencer.

#### Ruten

2. (a) Ruten skal planlægges på et åbent område eller i et skovområde, og så vidt muligt dækket af græs og med naturlige forhindringer, som kan bruges af ruteplanlæggeren til at udforme en udfordrende og interessant løberute.
- (b) Området skal være stort nok til at kunne rumme ikke kun ruten, men også de nødvendige faciliteter.
3. Til Mesterskaber og internationale arrangementer og, hvor det er muligt, til andre konkurrencer:
  - (a) Ruten skal planlægges som en sløjfe, hvor sløjfen måler mellem 1500 m og 2000m. Hvis det er nødvendigt, kan der tilføjes en mindre sløjfe med det formål at nå den ønskede samlede distance på de forskellige distancer i konkurrencen, og i det tilfælde skal den lille sløjfe løbes tidligt på distancen. Det anbefales, at hver lang sløjfe indeholder mindst 10 højdemeter.
  - (b) Eksisterende naturlige forhindringer skal bruges, hvis det er muligt. Dog skal man undgå meget høje forhindringer eller dybe grøfter, farlige stigninger/nedstigninger, tyk underskov og, generelt, enhver forhindring, som er af en sværhedsgrad, som går ud over formålet med konkurrencen. Det kan anbefales, at der ikke benyttes kunstige forhindringer, men er det uundgåeligt, skal de laves, så de ligner naturlige forhindringer, som de ses i det åbne land. I løb, hvor der er mange deltagere, skal man undgå snævre åbninger eller andre hindringer de første 1500m, da det vil være til stor gene for deltagerne og hindre dem i at få et frit løb.
  - (c) Man skal så vidt muligt undgå korsveje eller makadamiserede overflader eller i det mindste holde det på et minimum. Hvis det ikke er muligt at undgå sådanne forhold på et eller flere steder på ruten, skal disse steder dækkes af græs, jord eller måtter.
  - (d) Bortset fra start- og målområdet må ruten ikke indeholde nogen anden lang lige strækning. En "naturlig" kuperet rute med bløde kurver og korte lige strækninger er det bedste.
4. (a) Ruten skal markeres tydeligt med bånd på begge sider. Det anbefales, at der langs med den ene side af ruten indrettes en 1m bred korridor – tydeligt indhegnet og afgrænset fra ydersiden af ruten – kun til brug for organisationens officials og medierne (obligatorisk ved Mesterskabsarrangementer). Meget vigtige områder skal indhegnes særdeles godt, i særdeleshed startområdet (inklusive opvarmningsområdet og Call Room) og målområdet (inklusive alle "Mixed zones"). Kun akkrediterede personer vil blive tilladt adgang til disse områder.
- (b) Publikum skal kun have mulighed for at krydse ruten i begyndelsen af løbet på velorganiserede overgangssteder med anvisning fra kontrollører.
- (c) Det anbefales, at ruten har en bredde på fem meter, inklusiv forhindringsområderne, bortset fra start- og målområdet.
5. Ved Cross-Country stafetter skal der med 20 m mellemrum etableres 5 cm brede, hvide linjer på tværs af ruten, for at markere skiftezone. Alle skifter skal, med mindre andet er specificeret af løbsarrangørerne, medføre/indeholde en fysisk kontakt mellem indkomne og udgående løber, og skal være afsluttet indenfor denne zone.

**Starten**

6. Løbet skal startes ved at affyre en pistol. Kommandoerne og proceduren for løb længere end 400m er dem, der skal anvendes (Regel 162.3).  
I internationale løb skal der gives 5 minutters, 3 minutters og 1 minuts varsel.  
Der skal være sørget for startbokse ved holdløb, og deltagerne på hvert hold skal stå linet op efter hinanden ved starten på løbet. I andre løb skal deltagerne lines op på den måde arrangørerne har bestemt.  
På kommandoen ”PÅ PLADSERNE” skal starteren sikre sig, at ingen af deltagerne med sin fod (eller nogen del af kroppen) berører startlinjen eller området foran den, og skal så starte løbet.

**Sikkerhed**

7. Arrangører af cross-country-løb skal sørge for sikkerheden for udøvere og officials.

**Drikke /svampe og forplejningsstationer**

8. Vand og andre passende forplejninger skal være til rådighed ved begyndelsen og afslutningen på alle løb. I alle konkurrencer skal der være en drikke / svampe station til rådighed for hver omgang, hvis vejrforholdene berettiger til en sådan forholdsregel.

*Bemærkning: Når forholdene taler for det og det vurderes at være passende i forhold til et løb, samt når vejrforholdene og den generelle træningstilstand for hovedparten af deltagerne taler for det, bør vand og svampe (forfriskninger) placeres med kortere afstande langs ruten.*

**Gennemførelse af konkurrencen.**

9. Stævnelederen skal diskvalificere en deltager, hvis stævnelederen kan godkende indberetningen fra en official om, at deltageren har afkortet distancen i forbindelse med, at deltageren forlod konkurrenceruten.

Målområdet skal være stort nok til, at flere løbere kan sprinte side om side og lang nok til at adskille dem i mål. Medmindre et Transponder Timing System bruges sammen med et backup-system (såsom en videooptagelse) for at kontrollere målgangen efterfølgende, bør et slusesystem opstilles omkring 8 til 10 meter efter målstregen, med en maksimal bredde på 0,70-0,80 m af hver slusekø. Når en løber først er kommet ind i en slusekø, må atleter ikke være i stand til at springe andre deltagere over. Atleterne vil i den rækkefølge de krydsede målstregen, blive ledt i en sluserække der skal være 35-40 m lang. I slutningen af hver sluse vil en official notere startnummer/navne og evt. indsamle løbernes transponder timing chips.

Sluserne skal have flytbare reb i slutningen, så når et slusespor er fuld, kan det næste reb trækkes over bag den sidste atlet, for at sætte den næste sluserække i gang og så løberne kommer ind i en ny kø, og så videre.

Dommere og tidtagere skal desuden placeres på begge sider af målstregen, og det anbefales, at for at kunne følge op med enhver protest i forhold til slutplaceringen og målgangen, skal en official placeres få meter efter målstregen med videooptagelsesudstyr (hvis muligt med et officielt løbsur i billedet også) for også at registrere den rækkefølge løberne kommer i mål..

**6. Løbsafvikling**

Hvis overdommeren godkender en melding fra en dommer eller official, eller på anden måde får officiel melding om, at en atlet har forladt den afmærkede rute og derved afkortet distancen der skal tilbagelægges, så skal han diskvalificere atleten.

**Regel 251 – Bjergløb****Typer af bjergløb**

1. (a) De fleste bjergløb løbes med samlet start, hvor alle atleter starter sammen eller opdelt i grupper efter køn eller/og alder.
- (b) Ved bjergløbsstafetter kan sammensætningen af rute og rutetype variere meget afhængigt af natur og geografi, samt løbsarrangørens planer for løbet.
- (c) Bjergløb med individuelle starttidspunkter og med forskellige startintervaller, betragtes som enkeltstart løb/løb mod uret. Resultaterne rangeres efter de individuelle sluttider.

**Ruten**

2. (a) Bjergløb finder sted i terræn og er hovedsagelig off-road, medmindre der er en tydelig stigning opad på ruten og i det tilfælde er en makadamiseret overflade acceptabel.
- (b) Enhver bjergløbs rute er unik og dikterer via natur og geografi den basale løberute. Eksisterende veje og spor foretrækkes benyttet. Arrangørerne er ansvarlige for at passe på natur og miljø.
- (c) Rutens længde kan variere fra 1 km til marathon distancen, respekterende nødvendige tekniske detaljer.

- (d) Ruterne kan lægges så det mest er løb op ad bakke, varieret løb eller ned ad bakke, eller et mix af dette.
- (e) Den gennemsnitlige stigning bør være mellem 5% (50 m pr. km) og ikke overstige 20% (200 pr. km). Den foretrukne gennemsnitlige stigning bør ligge omkring 10% (100 m pr. km) hvilket gør, at ruten forbliver mulig at løbe.
- (f) Ruter bør være tydeligt afmærket. Et detaljeret rutekort incl. en højdeprofil for ruten, bør være tilgængeligt.

#### **Starten**

- 3. Startkommandoen for løb længere end 400 m skal benyttes (Regel 162.2 (b)). I løb der omhandler et stort antal løbere skal der afgives varsel 5 minutter, 3 minutter og 1 minut før start, inden startskuddet afgives.

#### **Sikkerhed**

- 4. LOC af et bjergløb skal prioritere sikkerheden for såvel atleter som officials. Bestemte fokusområder, såsom højdeniveau i relation til aktuel vejrudsigt og vejrforhold iøvrigt, samt tilgængelig infrastruktur skal tages i betragtning og respekteres.

#### **Drikke- /svampe- og forplejningsstationer**

- 5. Vand og andre passende forfriskninger, skal være tilgængelige ved start og mål af alle løb. Yderligere drikke- og svampestationer bør stilles til rådighed passende steder langs ruten.

#### **Gennemførelse af konkurrencen**

- 6. Hvis overdommeren godkender en melding fra en dommer eller official, eller på anden måde får officiel melding om, at en atlet har forladt den afmærkede rute og derved afkortet distancen der skal tilbagelægges, så skal han diskvalificere atleten.

## Regel 252 – Trail løb

#### **Ruten**

- 1. (a) Trail løb finder sted i et meget forskelligt terræn (inklusive mudderveje, skovstier og enkeltsporede gangstier med naturlige omgivelser i åbent land (såsom bjerge, ørken, skove eller sletter) og er hovedsagelig off-road.
- (b) Dele med makadamiserede overflader eller beton er acceptabelt, men skal begrænses mest muligt og må ikke overstige 20% af den totale løbedistance. Der sættes ikke grænser for distancer eller højdemeter for op- og nedstigninger.
- (c) Arrangøren skal af hensyn til løbet annoncere distancen og den totale op- og nedstigning på ruten, som skal opmåles, og der skal fremstilles et kort og detaljerede profiler af ruten sammen med en beskrivelse af de tekniske vanskeligheder, som man møder under løbet.
- (d) Ruten skal vise den logiske opdagelse af en region.
- (e) Ruten skal afmærkes på en sådan måde, at deltagerne modtager tilstrækkelig information til at fuldføre den uden at fravige fra den.

#### **Udstyr**

- 2. (a) At løbe trail løb kræver ikke brug af særlig teknik eller særligt udstyr.
- (b) Arrangøren kan imidlertid pålægge eller anbefale obligatorisk sikkerhedsudstyr passende til de forventede betingelser eller tilfældige sammenbrud under løbet for at undgå en nødsituation eller i tilfælde af en ulykke at slå alarm og vente i sikkerhed til hjælp når frem.
- (c) Et overlevelsestæppe, fløjte, vand- og fødereserve er minimumelementer, som en deltager bør medbringe.
- (d) Hvis arrangøren har givet særlig tilladelse kan deltagerne bruge stave, såsom vandrestave.

#### **Starten**

- 3. Løbene skal startes ved at affyre en pistol. Kommandoer for løb længere end 400m skal bruges (regel 162.2(b)). I løb med et stort antal deltagere, skal der gives 5 minutter, 3 minutter og 1 minuts varsler, før løbet startes.

#### **Sikkerhed**

- 4. Arrangøren skal sørge for sikkerheden for deltagerne og officials og skal have en løbsspecifik plan for helbred (helse), sikkerhed og redning, inklusive måderne at yde assistance til deltagere eller andre i nød.

#### **Hjælpestationer**

- 5. Da trail løb er baseret på selvhjælp, skal hver deltager være autonom mellem hjælpestationerne i forhold til beklædning, kommunikation, føde- og drikkevarer. Derfor skal hjælpestationer være passende spredt ud både i forhold til arrangørens plan som til deltagerens autonomi, men tage hensyn til helbred og sikkerhed.

#### **Gennemførelse af løbet**

- 6. Hvis lederen er tilfreds med rapporten fra en dommer eller på anden måde, at en deltager har forladt den afmærkede rute og på den måde forkortet den afmålte rute, skal diskvalificeres.
- 7. Assistance må kun gives på hjælpestationer.
- 8. Arrangøren af hvert trail løb skal offentliggøre specifikke regler, som redegør for de omstændigheder, som kan resultere i straf eller diskvalifikation af en deltager.

## ATLETIKREGLEMENT – DEL 10 - VERDENSREKORDER

### Regel 260 – Verdensrekorder – generelle regler

Angående denne regel henvises til IAAF's håndbog

### Regel 261 – Øvelsesoversigt

#### **Øvelser, hvor der noteres verdensrekorder**

Angående denne regel henvises til IAAF's håndbog

### Regel 262 – Øvelsesoversigt – U20

#### **Øvelser, hvor der noteres verdensrekorder for U20**

Angående denne regel henvises til IAAF's håndbog

### Regel 263 – Øvelsesoversigt - indendørs

#### **Øvelser, hvor der noteres verdensrekorder indendørs**

Angående denne regel henvises til IAAF's håndbog

### Regel 264 – Øvelsesoversigt - indendørs

#### **Øvelser, hvor der noteres verdensrekorder indendørs for U20**

Angående denne regel henvises til IAAF's håndbog

**INDEX for TEKNISKE REGLER** (version 2016-17)

<b>Stikord</b>	<b>Regel nr.</b>
<b>A</b>	
Advarsel og diskvalifikation	
Assistance	144.2
Kapgang – se rødt skilt	
Dommer	125.5
Starten	162.7-8
Afslutning på løb	164.2
Afsætsplanke	183.3-4
Afsætsplanke –voks-indikator- specifikationer	184.5
Alderskategorier	
Masters	141.1
Minimumaldre	141.1 Bemærkning (II)
U18	141.1
U20	141.1
Assistance	
Cross-Country	250.8
Tekniske øvelser	
Bandage på håndledet	144.4 ( c)
Støttebælte	144.4 ( c)
Albuebeskytter	144.4 ( c)
Handsker	187.4 ( c)
Knæbeskytter	144.4 ( c)
Tapening af fingre og hænder	187.4 (a); 187.5 ( c)
Kastekonkurrencer	187.4-5
Brug af substanser	187.4(d); 187.5(a)
Vindpose	180.4(b)
Generelt	
Anordninger	144.3€
(redskaber, apparater)	144.3 ( c)
Kommunikation	144.4(a)
Medicinsk hjælp	144.1, 144.4(b)
Mekanisk hjælp	144.3(d)
Mobiltelefoner	144.3(b)
Personligt elektronisk udstyr	144.4 ( c)
Personlige sikkerhedsvagter	144.4(c)
Sko	143.2; 143.6
Tekniske apparater	144.3(a)
Kapgang	230.10
Gadeløb/Landevejsløb	240.8(b); 240.9
Løbebanekonkurrencer	
Drikke/svampe	163.15
Mellemtider	163.14
Pace	144.3(a)
Stafetløb	170.9
Deltageres startnumre	143.7-9
Perforeringer	143.8
Båret som udleveret	143.8
ATO – Area Technical Officials	
Udnævnelse	110
Pligter	115
<b>B</b>	
Bandage	144.4 ( c)
Baner	
Antal baner	160.5
Bredde	
Indendørs	212,2: 213.2
Udendørs	160.4
Brud på regler	163.3-5
At forlade banen eller ruten	163.6; 240.9
Omgangstider	165.3
Banekontrollør – Landinspektør - pligter	135

Baneopmåling	160
Certifikation	140
Hældning	160.6
Bedste resultat/ens resultater/uafgjorte/dødt løb	
Horisontale spring	180.22
Kasteøvelser	180.22
Løbebaneøvelser	167
Mangekamp	200.12
Vertikale spring	181.8-9
Beklædning	
Call Room tjeks	138
Generelle regler inkl. indendørs	143.1
Bjergløb	251
Ruten	251.1
Forplejningsstationer	251.5
Løbsledelse	251.6
Sikkerhed	251.4
Starten	251.3
Typer af løb	251.2
Blandede konkurrencer	147; 260.1
Blokke – se startblokke	
Bona Fide indsats – se også diskvalifikation (Gøre sit bedste)	163.2; 260.1
Buet linie (Indløbslinie)	
Dimensioner	163.5
For 800m og div. stafetløb	163.5; 170.13-16
Starten opdelt i to grupper	162.10
Indendørs bestemmelse	214.6
Brug af afmærkninger (cones) for at vise linien	163.5
<b>C</b>	
Call Room-overdommere – pligter	138
Call Room-dommere – pligter	125.2; 125.4-5; 138; 139
Certificering/Certifikat	
Udstyr	187.1-3
Gadeløb/Landevejsløb – ruter	240.3
Løbebanerne	140
Cross Country (Terrænløb)	250
Rute-design	250.3-4
Distancer	250.5
Forplejningsstationer	250.8
Sikkerhed	250.6
Transpondertidtagning	165.24
Lokalitet	250.1
<b>D</b>	
Deltagelse “under protest”	146.1; 146.4(a); 146.5
Depecher/stafetpinde	
Dimensioner	170.5
Tab af depechen	170.6
Position i forhold til skiftezone	170.7
Startermedhjælperens ansvar	130.3
Diskos	
Assistance	187.4-5
Kastebur	190
Kastering	187.6-8; 187.13
Forlade kasteringen	187.17(a)
Risikosektor	190.5
Fejl	187.14(b); 187.15-17
Generelle regler	187
Detaljer om udstyr	189.1-2
Landingssektor	187.10-12
Opmåling af forsøg	187.19-20

Diskvalifikation fra konkurrence		
Assistance		144.2
Cross-Country		250.8
Identifikation af brud på regler i resultaterne		142.4 ( c); 145
Gadeløb/Landevejsløb		240.8(h); 240.10
Kapgang		230.7; 230.10(h); 230.13
Løbebaneøvelser		
Bona Fide indsats (Gøre sit bedste)		142.4 ( c)
Tyvstart		130.5; 162.7
Hækkeløb		168.7
Baneovertrædelser		163.3
Hindring (obstruction)		163.2
Stafetløb		170.6-11; 170.18-21
Forhindingsløb		169.7
Mangekamp		200.8 ( c); 200.10
Usportslig eller upassende opførsel		125.5; 145.2; 162.5
Dommer		
Pligter		126
Call Room		125.2; 125.4-5; 138; 139
Mangekamp		125.1; 125.8
Tekniske øvelser – pligter		125.3-7
Uden for stadion		125.1
Protester – pligter		146.3
Kapgang		125.1
Baneløb – pligter		125.1-7; 163.2
Doping kontrol delegeret – pligter		110; 114
Drikke og forplejningsstationer		
Baneløbskonkurrencer		163.15
Cross –Country		250.7
Gadeløb/Landevejsløb		240.8
Kapgang		230.10
Dødt løb – se bedste resultat/ .....		
<b>E</b>		
Ens resultater - se bedste resultat .....		
Event Presentation Manager – pligter (Øvelses-præsentations-manager)		124
<b>F</b>		
Fast tid – løb		164.3
Fejl		
Spring		180.18
Højdespring		181.2; 182.1; 182.2
Længdespring		185.1
Stangspring		181.2; 183.2; 183.4
Trespring		185.1; 186.2
Kast		180.18
Diskos		187.14(b); 187.16-17
Hammer		187.14(b); 187.16-17
Spyd		187.14(a)(d); 187.16-17; 193.1-2
Kuglestød		187.14(a)(b) (c); 187.16-17
At deltage		142.4
Femkamp (Pentathlon)		200.1; 223.1; 223.3

Forhindringsløb	
Distancer	169.1; 169.4
Brud på regler	169.7
Specifikationer	
Forhindringer	169.2-3; 169.5; 169.5(Bemærkning)
Placering på banen	169.5
Vandgrav	169.2-3; 169.5-7
Forkortelser (på startlister, resultatlister).....	132.4
Forplejningsstationer - se drikke- og forplejningsstationer	
Forsinkelse mellem forsøgene	180.16
Forsøg	
– noterede (Tekniske øvelser)	180.6-7
Afslutning på forsøgene	180.8
Ekstra forsøg	180.17
Tid tilladt til forsøg	180.18
Fotofinish	
Opstilling af kamera	165.15
Nøjagtighed og certifikation	165.14-18
Leder af fotofinishdommerne – pligter	128.3; 165.19; 165.21; 167
Forbindelse med andre officials	165.19
Rolle i at løse tætte løb/dødt løb	167
International fotofinishdommer	110; 118; 165.20(Bemærkning)
Numre på benklæder	143.9
Antal kameraer	165.20
Officielle tider	165.22
Fotofinishdommere – pligter	128; 165.21-23
Aflæse og optage tider	
Løb op til 10.000m	165.23(a)
Løb over 10.000m	165.23(b)
Løb ud af stadions	165.23( c)
Krav til systemet	165.14-18; 165.20; 165.22
Nul-kontrol operation	165.19
Nul-kontrol test ved rekorder	260.7(c), 260.14(a)
Fravær under konkurrencen	180.19
<b>G</b>	
Gadeløb/landevejsløb	240
Ruteopmåling	240.3
Drikke- og forplejningsstationer	240.8
Rekorder	260.21
Sikkerhed	240.7
Standard distancer	240.1; 240.2 (Bemærkning(I))
Start	240.6
Transponder tidtagning	165.24
Gadestafetløb	
Distancer, etaper	240.1 (Bemærkning(I)); 260.21
Rekorder	260.21
Grønt kort	162.5;162.8 (Bemærkning)
Gult flag	
Teknisk øvelse – tilladt tid til forsøg	180.18 (Bemærkning (i))
Banekontrollør	127.3
Gult kort	125.5
Gult skilt – kapgang	230.5
Gøre sit bedste – se Bona Fide-indsats	
<b>H</b>	
Hammerkast	
Assistance	187.4-5
Kastebur	192
Kastering	187.6-8
Forlade kasteringen	187.17(a)
Risikosektor	192.17



	Fejl	187.14(b); 187.16-17; 191.2-3
	Generelle regler	187
	Handsker	187.4(c)
	Detaljer om redskab	191.4-9
	Landingssektor	187.10-12
	Opmåling af forsøg	187.19-20
Handsker		187.4
Heat, runder – se også lodtrækning		166.1-8
	Tidsinterval mellem runderne	166.9
Hindring (obstruction)		
	Stafet	170.10; 170.15
	Baneøvelser	163.2
Horisontale spring		184; 185; 186
Hvidt flag – dommer		126.3
Hækkeløb		
	Konstruktion	168.2; 168.5
	Kontravægte	168.2
	Dimensioner	168.3
	Diskvalifikation	168.7
	Distancer og specifikationer	168.1
	Indendørs	217
	Baneløb	168.6-7
	Indtage position på banen	168.1
	Verdensrekord	168.8-9
Hældning		
	Vinkel	213.3
	Mållinie i forhold til hældning	214.7
	Højdespringstilløb – hældning	219.2
	Horisontale springtilløb – hældning	221
	Stangspringtilløb – hældning	220
	Startposition i forhold til hældning	214.7
Højdespring		
	Specifikation på overliggeren	181.7; 182.9
	Støtter til overliggeren	182.8
	Kontrol af overliggerens elasticitet	181.7
	Endestykker	181.7
	Uvedkommende kræfter	181.10
	Fejl	182.2
	Højdeprogression	181.4
	Højdeprogression mangekamp	181.4
	Indendørs	219
	Landingsområde	182.10
	Opmåling af højden	181.5-6
	Antal forsøg	181.2-4
	Tilløbsbanen	
	Hældning	182.4
	Indendørs	219
	Længde	182.3
	Afsæt	181.8
	Lige/ens resultater	181.8
	Opstandere	182.6; 182.7
Håndstoppet tidtagning - se manuel tidtagning		
<b>I</b>		
Indendørs stadion		211
Indløbslinie – se buet linie		
International fotofinishdommere		
	Pligter	118; 165.20 (Bemærkning)
	Valg	110

Internationale kappgangsdommere		
Pligter		116
Valg		110;
Internationale officials til Cross-Country, Gadeløb/Landevejsløb, Bjergløb (KROs) og Trail løb (ICROS)		
Pligter		115
Valg		110
Internationale ruteopmålere		
Pligter		117
Valg		110
Internationale startere		
Pligter		118
Valg		110
International Tekniske Officials (ITOs)		
Pligter		115
Valg		110
<b>J</b>		
Jury		
Pligter		110; 146.1; 146.7-10
Antal medlemmer		119
Sekretariat for juryen		119
Valg		110
<b>K</b>		
Kalibreret cykel - påtænkt metode til opmåling af gade- og vejruter	240.3	(Bemærkning (i); (II))
Kapgang	230	
Overdommer	230.4	
Definition på kapgang	230.2	
Diskvalifikation	230.7	
Drikke- og forplejningsstationer	230.10	
At dømme:	230.3	
Pit-lane	230.7(c)	
Rødt kort	230.4(a); 230.6; 230.7	
Gult skilt	230.5	
Ruter	230.11	
Sikkerhed	230.8	
Transponder 3tidtagning	165.24	
For rekorder	260.14(e)	
Kastebure		
Diskos	190	
Hammer	192	
Fælles hammer og diskos	192.6	
Kasteøvelser - generelle regler	187	
Klokke	131.2	
Konkurrencerækkefølge - Tekniske øvelser		
Indledende rækkefølge	180.5	
Kvalifikationsrunde	180.5	
Rækkefølgen i de tre sidste forsøgsrunder	180.6	
Konkurrencested - skift af konkurrencested	180.20	
Kontrolmærker		
Udførelsen	180.4	
Tekniske øvelser	180.3	
Baneøvelser	162.8	
Stafetløb	170.4	
Kuglestød		
Assistance	187.4-5	
Vejrmølle teknik	188.1 (Bemærkning)	
Ring	187.6-8	
Forlade ringen	187.17(a)	
Fejl	187.14(a) (b) (c); 187.16-17	
Generelle regler	187	
Indendørs	222	

Detaljer om redskabet	188.4-5
Landingssektoren	187.10-12
Opmåling af forsøg	187.19-20
Stopbræt	188.2-3
Gyldige stød	188.1
Kvalifikationskonkurrencer - Tekniske øvelser	180.9-16
Kvalifikationsstandarder	180.12-15
Køns kategorier	141.3-6

**L**

Landevejsløb – se gadeløb/landevejsløb

Leder = Manager - se manager

**Lodtrækning**

Mangekamp	200.7
Tekniske øvelser	180.5-6
Indendørs	215.2-3
Udendørs	166.2-6; 166.5

**Længdespring**

Fejl	185.1
Indendørs	221
Landingsområde (springgrav)	184.6-7
At forlade landingsområdet (springgraven)	185.1(f); 185.2
Opmåling af spring	184.8-9
Tilløbsbanen	184.1-2
Afsætsplanken	184.3-4
Afsætslinien	185.3-4
Voksindikator på afsætsplanken	184.5
Vindmåling	184.10-12

**Løb på forudbestemte tider**

164.3

**M****Manager (Leder)**

Øvelsespræsentation (Event Presentation)

Pligter	124
Stævneleder - pligter	122
Teknisk leder - pligter	123

**Mangekamp**

Mangekamp	200
Konkurrencerækkefølge	200.7
Betingelser for rekord	260.8; 260.18
Tikamp - Øvelsesrækkefølge	
Dreng	200.2
Mænd	200.2
Kvinder	200.4
Forsinkelse mellem forsøgene	180.18
Fejl i forsøg på at starte	200.10
Tyvstart	130.5; 162.7; 200.8(c) ;
Højdeprogression	200.8(d)
Syvkamp - Øvelsesrækkefølge	
Indendørs	223.3
Udendørs	200.3; 200.5
Indendørs	223
Antal forsøg	200.8(a)
Femkamp - Øvelsesrækkefølge	
Indendørs	223.1; 223.3
Udendørs	200.1
Dommere	200.6-7; 200.10
Hvileinterval mellem øvelserne	200.6
Scoring	200.11

Lige resultater i det endelige resultat	200.12
Timing	200.8(b); 200.9
Manuel tidtagning	165.1-12
Markeringsbræt med voks – specifikationer	185.8
Marshal - pligter	133
Masters definition	141.1
Meddelellestavle	230.3(c); 230.6(d) (e)
Medicinsk delegeret	110; 113; 144.1(b)
Medicinsk undersøgelse	144.1; 144.4(b)
Medicinsk stab – se Officiel medicinsk stab	
Mundtlig protest	146.4
Mærker	
Konkurrencemærker	180.4
Tekniske øvelser	180.3
Bane	162.8
Mållinie	164.1-2
<b>N</b>	
Nedtællingsur – se Tidsur	
Nulkontrol-operation	165.19
Nulkontrol-test ved rekorder	260.7(c) ; 260.14 (a)
<b>O</b>	
Officiel medicinsk stab	144.1; 144.4(b)
Officielle redskaber	187.1-3
Officials ved konkurrencen	120
Officiel tid	
Cross-Country	165.24
Gadeløb/Landevejsløb	165.24
Baneløb	165.1; 165.8-9; 165.11-12; 165.22-23
Omgangstæller (redskab)	
Omgangsskift	131.2
Ringe med klokken	131.2
Omgangstæller (person)	
Pligter	131
Opmålinger	148; 181.5-6; 184.8-9; 187.19-20;
Opmålingsdommer	
Pligter	137
Opvarmningsforsøg på konkurrenceområdet	180.1-2
Opstandere	
Højdespring	182.6-7; 182.9; 182.10 (Bemærkning)
Stangspring	183.1 (Bemærkning); 183.9; 183.10 (Bemærkning)
Optager	230.4(c); 230.7(e) (f)
Opslagstavle	230.4(c); 230.7(e) (f)
Ordensmarshall- se Marshal	
Organisationsdelegater	
Pligter	110; 111
<b>P</b>	
Pigge – se sko	
Pointberegning	151
Protester og appeller	
Konkurrere ”under protest”	146.1; 146.4(a); 146.5
Pris for en appel (depositum)	146.7
Berettigelse til at konkurrere	146.1
Appeljury	110; 146.1; 146.7-10
Procedurer	146.2-6
Ret til appel	146.4; 146.10
Tidsbegrænsninger	146.2; 146.7
Prøveforsøg på konkurrenceområdet	180.1-2
<b>R</b>	
Reaktionstid	161.2

Recallstarter		
	Pligter	129.2; 129.4-6
Redskaber – se officielle redskaber		
Reklameregler		
	Reklamekommissær	139
	Udøvernes tasker	138
	Tjek i Call Room	139
Reklameregler og regulativer i IAAF		139
Rekorder		
	Verdensrekorder	260; 261
	Mangekamp	260.18
	Tekniske øvelser	260.17
	Indendørs	260.13; 263; 264
	U20	260.2(b)(d); 260.3(c); 262; 264
	Kapgang	260.14; 260.19; 260.20
	Stafetløb	260.3(d); 260.16
	Gadeløb/Landvejsløb	260.21
	Baneløb	260.12; 260.14
Resultater		
	Bedste resultat - se bedste resultat/ens resultat/uafgjorte/dødt løb	
	Offentliggørelse	134
	Tekniske øvelser	180.21
	Resultatlisten – underskrivning	115; 125.3
	System	132; 165.21
	Løbeøvelser	165.12; 165.21
Rundetæller – se Omgangstæller		
Rødt flag		126.3
Rødt kort – dommer		125.5
Rødt kort - kapgang		230.4 (a); 230.6-7
Rødt skilt - kapgang		230.4 (a); 230.7(a)
<b>S</b>		
Sarg		
	Indendørs	213.1; 213.4 (Bemærkning)
	Opmåling af banens længde	160.1-3
	Erstatning med kegler	160.1
Seedning i baneløb		
	Indendørs	215.1
	Udendørs	166.3
Sejrsceremoni		143.1
Skift af konkurrenceområde og –tid		180.20
Skift af konkurrenceområde i tekniske øvelser		180.20
Skiftezoner		127.4; 170.3; 170.7; 170.18-20; 214.5; 218.1; 218.4; 240.5
Sko		
	Konstruktion	143.2; 143.5-6
	Dimensioner på pigge	
	Indendørs	215
	Udendørs	143.4
	Antal pigge	143.3
	Skorem	143.2
Skriftlige rapporter		
	Teknisk delegat	112
	Banekontrollør	127.2
Slæbende fod (hvilende fod) – se Trespring		
Speaker		
	Pligter	134
	Sprog der skal anvendes	134
Spydcast		
	Assistance	187.4-5
	Fejl	187.14(a) (d); 187.16-17; 193.1-2
	Detaljer om redskabet	193.3-11
	Landingssektor	187.10-12
	Opmåling	187.19-20

	Tilløbsbanen	187.9
	At forlade tilløbsbanen	187.17(b)
	Uortodokse teknikker	193.1 (a)
	Gyldigt kast	193.1
Stangspring		183
	Assistance	183.10
	Fejl	183.2
	Isætningskasse (boks)	183.8
	Overligger	
	Bevægelse	183.1
	Specifikationer	181.7
	Afstandsmærker	180.3(c)
	Højdeprogression	181.4
	Mangekamp	181.4
	Indendørs	220
	Landingsområde	183.12
	Måling af højden	181.5-6
	Antal forsøg	181.2-4
	Stangen	
	Gå itu under springet	183.5
	Konstruktion	183.11
	Falde mod overligger	183.4
	Taping	183.11
	Beskyttelse mod skader	144.4 (c); 183.10 (Bemærkning)
	Tilløbsbane	
	Hældning	183.7
	Længde	183.6
	Standerne	183.9
	Brug af substanser	183.3
Stafetløb		
	Brud på regler	170.6-11; 170.18-21
	Depecher/stafetpinde	170.5-7
	Holdmedlem	170.10-11
	Indløbszone	170.18
	Indendørs stafetløb	218
	Mærker	170.4
	Skiftezone	127.4; 170.3; 170.7; 170.18-20; 214.5; 218.1; 218.4; 240.5
	Stafetrekorder	260.3(d); 260.16
Starten (Løb)		
	Afbrydelse	129.6; 162.5
	Cross-Country	250.5
	Gadeløb/Landevejsløb	240.6
	Kapgang	230.8
	Kommandoer	162.2
	Forsinkelse i at efterkomme kommandoer	162.5 (b)
	Sprog for kommandoer	162.2
	Protester	146.4
	Reaktionstid	161.2
	Split- start	162.10
	Startlinie	162.1
	Tyvstart	129.2; 130.5; 162.6-9
Starterkoordinator	Pligter	129.1
Startermedhjælper	Pligter	130; 162.5; 162.8
Starter og Recallstarter	Pligter	129.2-3; 129.5; 129.6-7; 162.3-5; 164.3
Starter (At stille til start)		
	Berettigelse	142
	Samtidige starter	142.3
Startblokke		
	Konstruktion	161.1
	Startkontrolapparat	161.2; 162.6 (Bemærkning)

Fodkontakt med blokkene		162.3
Placering inden for banen		161.1
Reaktionstid		161.2
Restriktioner om brug		161.1
Startnummer - se Udøveres startnummer		
Startpistol		162.2; 163.8; 165.14; 230.7; 240.6; 250.7
Statsborgerskab		260.24
Stopbræt		188.2-3
Stævnedirektør -Pligter		121; 145.2
Stævnefunktionærer		120
Stævneleder -Pligter		122
Stævneleder -Teknisk		120, 123, 135
Stævnesekretær –Pligter		125.3; 132; 136
Svampe		163.15; 230.10; 240.8, 250.7
Syvkamp		200.3; 200.5; 223.2
<b>T</b>		
Teknisk delegater -Pligter		112; 146.1; 165.20 (Bemærkning); 166.2; 180.12; 180.20; 181.8 (d); 200.7
Teknisk Informations Center (TIC)		132.5
Teknisk leder (Manager) -Pligter		123
Tid for konkurrence – skift af tid og sted		180.20
Tidtagere		
Pligter		128; 165.4-12; 165.22
Chef for tidtagerne		
Pligter		128.1; 165.8-9; 165.12
Udnævnelse		128.1
Mangekamp		200.8 (b)
Forbindelse med starter		129.1 (c)
Læse og optage tider		165.10; 165.11
Verdensrekorder		260.14 (a)
Tidsur (Nedtællingsur)		180.18 (Bemærkning (I))
Tikamp		200.2; 200.4
Trail løb		252
Hjælpestationer		252.5
Løbsledelse		252.6-8
Rute		252.1
Sikkerhed		252.4
Starten		252.3
Udstyr		252.2
Transponder -tidtagningssystem		165.24
Ved rekorder		260.14 (a)
Dommer		128; 165.25
Trespring		
Indendørs		221
Landingsområdet (springgrav)		184.6-7
At forlade landingsområdet (springgraven)		185.1 (f); 185.2
Opmåling af spring		184.8-9
Voks-indikator på afsætsplanken		184.5
Tilløbsbanen		184.1-2
Rækkefølgen af spring		186.1-2
Slæbende ("Hvilende") ben		186.2
Afsætsplanke		184.3-4
Afsætslinie		186.3-4
Vindmåling		184.10-12
Typen af løb		251.2
Tyvstart	-se Start	
Tøj/dragter	-se Beklædning	

Udøveres startnummer	230.6
Udøveres tasker	138
Ure            Definitioner	165.5
<b>V</b>	
Vand og svampe	163.15; 230.10; 240.8; 250.7
Vandgrav	
At klare vandgraven	169.7
Dimensioner	169.6
Diskvalifikation	169.7
Vejrmølleteknik-se Kuglestød	
Verdensrekorder	260; 261
Indendørs	260.3; 263; 264
U20	260.2(b)(d); 260.3; 262; 264
Veteraner     Se Masters	
Videoptagelse	146.3; 150
Vindmåler	
Certifikation	163.10
Horisontale spring	
Varighed af målingen	184.12
Position	184.11
Aflæste værdier	163.13
Mekanisk vindmåler	163.9
Løbebaneøvelser	
Varighed af målingen	162.12
Position	163.10
Aflæste værdier	163.13
Ultrasonisk (Overlyds) Vindmåler	163.9
Vindmåleroperatør	
Pligter	136
<b>Z</b>	
Zig-zag-fordeling i løbebaneheats	166.3
<b>Ø</b>	
Øvelses Præsentation Manager	
-se Event Presentation Manager	124