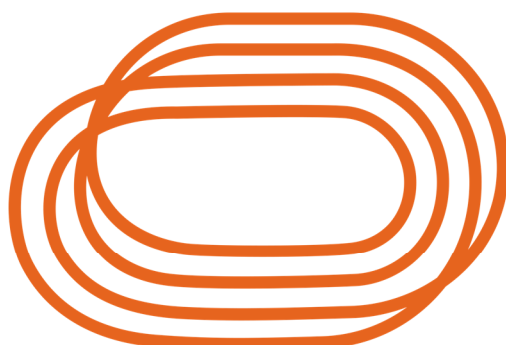


WEDSTRIJDENPROGRAMMERING

ZOMER 2017



**VLAAMSE
ATLETIEKLIGA**

DEEL 1 : BESCHERMDE MEETINGS

Binnen de VAL zijn er VIJF soorten beschermde meetings :

- IAAF-meetings (te bepalen door IAAF)
- EAA meetings (te bepalen door EAA)
- de Flanders Cup meetings;
- de **Athletic Classic Meetings**;
- de VAL-jongerentrofee.

Aangezien zij een zekere voorrang krijgen vanwege de VAL (voorrang op de kalender en bescherming) dienen ze aan bepaalde normen te voldoen op het gebied van kwaliteit (prestaties) en organisatie. Voor hun gewone meetings (jeugd- en open meetings) worden de organisatoren van bijzondere meetings gelijkgeschakeld met andere organisatoren.

A. Flanders Cup meetings

1. Formule

- Géén proeven voor jeugd toegelaten.
- Programma alleen onder formule “Alle Categorieën”. Men kan geen aparte nummers toevoegen voor Cad/Schol/JS. **“Alle Categorieën”: deelname van Cad, Sch, Jun, Sen en Masters met de bepalingen van de Senior-categorie.**
- Enkel de 8 beste atleten uit het hoofdprogramma krijgen 3 bijkomende pogingen.
- een vereniging kan slechts één Flanders Cup meeting aanvragen.
- FC organisator heeft de mogelijkheid om max. twee extra nummers toe te voegen aan het bestaande programma van zijn FC meeting.
- Atleten verplicht te lopen met VAL-startnummer
- De organisator kan kiezen om zelf startnummers te maken, mits een afkoopsom van €500,00. “CRELAN” dient steeds vermeld te worden op de startnummers. De organisator kan een andere sponsor op zijn startnummers vermelden door een afkoopsom van €1000,00 te betalen.

2. Verplichtingen van de organisator

- minimum prijzenbedrag: € 2500 aan podium of bonussen te vermelden op de website (geen naturaprijzen).
- Premies dienen uiterlijk binnen de drie weken na de wedstrijd uitbetaald te worden aan de atleet;
- hazen verplicht voor het hoofdprogramma, kenbaar door een rugnummer met de vermelding “Haas” of “Pace”; hazen door dezelfde atleet is toegelaten op meerdere reeksen van dezelfde discipline. (Zij mogen echter niet aankomen)
- voorinschrijving voor de hoofdreeks. Deze verplichting dient vermeld te worden in de wedstrijdenkalender.
- vermelding Flanders Cup, logo VAL en eventuele sponsors van de VAL op alle briefwisseling, uitnodigingen, affiches, flyers, spandoeken sponsor uithangen.
- organisatierecht: zie bijlage begroting VAL.
- Hoofdprogramma mag enkel A en/of B-finales omvatten. Een C-reeks kan bijgevoegd worden indien het aantal atleten van hoog niveau te groot is voor twee reeksen. De overige reeksen dienen in het voor- of naprogramma opgenomen te worden. (behalve de hordenummers) Tijdschema dient bij aanvraag gevoegd te worden.

- werp- en springnummers: maximum 15 atleten in hoofdprogramma. Anderen in naprogramma (maximum 3 pogingen). Alle pogingen dienen gemeten te worden.
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, degelijke micro-installatie met omroeper, scoreborden voor elektronische tijdopneming en kampnummers, afbakening afstanden voor werpnummers, affichering van reeksen en resultaten.
- Field Terminals
- Valse startdetectie.
- lokaal voor dopingcontrole.
- erkende hulppost (Rode Kruis of...);
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL).
- resultaten (live-results aanbevolen) ten laatste onmiddellijk na het beëindigen van de wedstrijd op de website van de vereniging plaatsen.
- Inschrijvingsgeld: **€5/nr.** (voorinschrijving) **€10/nr.** (daginschrijving)

Deze punten worden beoordeeld met een controleformulier.

3. Beoordeling prestatieniveau en organisatienormen

De prestaties worden beoordeeld volgens de Hongaarse tabel. De 40 beste prestaties worden daarvoor in aanmerking genomen rekening houdend met de volgende criteria of beperkingen:

- i) minimum 10 mannen
- ii) minimum 10 vrouwen
- iii) minimum 10 lopers
- iv) minimum 10 kampers
- v) maximum 5 per nummer
- vi) bij reeksen en finale: éénmalig meetellen.
- vii) Een prestatie mag maar éénmaal meetellen.

Om in aanmerking te komen moet de meeting minstens 39.800p (per organisatie) behaald hebben tijdens de laatste twee jaar (gemiddelde laatste 2 jaar).

Meetings vóór 20 juni en na 15 augustus dienen minstens 39.300 punten te behalen. Indien niet voldaan wordt aan het minimum van de punten, vervalt het Flanders Cup-label automatisch.

*Demonstratienummers tellen niet mee voor de puntentelling.

*Niet-homologeerbare prestaties ten gevolge van te veel wind tellen wél mee voor de puntenberekening voor een FC

Indien niet voldaan wordt aan de verplichtingen onder punt 2 zal per niet nagekomen verplichting 500 punten afgehouden worden van het totaal.

4. Kalender

Na het vastleggen van de federale kalender (kampioenschappen en bekercup van Vlaanderen) kunnen de Flanders Cup meetings aangevraagd worden.

De aanvraag dient te gebeuren met een aanvraagformulier (puntentelling van meeting laatste 2 jaar).

De aanvraag dient te gebeuren bij de VAL (t.a.v. josefien@atletiek.be)

De aanvraagprocedure en de deadline zullen bekend gemaakt worden via de officiële berichten.

5. Bescherming

- i) 1 per wedstrijddag en 1 per weekend (vrijdag tot zondag)
- ii) geen B-meeting tijdens hetzelfde weekend of drie dagen voorafgaand of volgend op de Flanders Cup meeting
- iii) geen open meeting/kampenmeeting binnen eigen provincie of eigen provinciaal kampioenschap.
- iv) geen open meeting/kampenmeeting binnen straal van 50 km (andere provincie)
- v) organisatoren van een Flanders Cup meeting mogen elkaar geen concurrentie aan doen. Geen open meeting dezelfde dag als een Flanders Cup meeting.
- vi) De organisatoren kunnen bij verdeling van gewone meetings niet benadeeld worden.

B. Athletic Classic Meeting

Het doel van deze meetings bestaat erin dat deze organisatie een of meerdere nummers in de kijker kan plaatsen en deze een voorkeursbehandeling kan geven.

1. Formule.

- voorprogramma jeugdmeeting (Pupillen en Miniemen)(max 3 nummers per cat.) is niet verplicht. Indien een voorprogramma met jeugd voorzien wordt dient dit wel voor de eigenlijke meeting plaats te vinden. Bij avondmeetings (zie jeugdmeetings) is dit niet toegelaten.
- programma voorziet maximum 10 nummers “AlleCategorieën”. De aparte nummers die toegevoegd worden gaan door voor Cad en/of Schol en of J/S. “**Alle Categorieën**”: **deelname van Cad, Sch, Jun, Sen en Masters met de bepalingen van de Senior-categorie.**
- een vereniging kan slechts één **Athletic Classic Meeting** aanvragen. Verenigingen die een Flanders Cup meeting hebben kunnen géén **Athletic Classic Meeting** aanvragen.
- Organisator van een **Athletic Classic Meeting** heeft de mogelijkheid om max. twee extra nummers toe te voegen aan het bestaande programma van zijn B-meeting.

2. Verplichtingen van de organisator.

- minimum prijzenbedrag: € 2000 aan podium of bonussen te vermelden op de website (geen naturaprijzen), (bonussen, prijzengeld, hazen, ...);
- Premies dienen uiterlijk binnen de drie weken na de wedstrijd uitbetaald te worden aan de atleet.
- hazen verplicht voor de nummers Alle Categorieën, kenbaar door een rugnummer met de vermelding Haas of Pace; hazen door dezelfde atleet is toegelaten op meerdere reeksen van dezelfde discipline. (Zij mogen echter niet aankomen)
- Inschrijvingsgeld: max. €2,00/nr. (voorinschrijving) max. €4,00/nr. (daginschrijving)
- organisatierecht: zie bijlage begroting VAL.
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, degelijke micro-installatie met omroeper, scoreborden voor elektronische tijdopneming en kampnummers, afbakening afstanden voor werpnummers, afficheren van reeksen en resultaten.

- werp- en springnummers: maximum 15 atleten in hoofdprogramma. Anderen in naprogramma (maximum 3 pogingen). Alle pogingen dienen gemeten te worden.
- lokaal voor dopingcontrole.
- erkende hulppost (Rode Kruis of...)
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL);
- resultaten (live-results aanbevolen) ten laatste onmiddellijk na het beëindigen van de wedstrijd op de website van de vereniging plaatsen.
- vermelding van VAL logo op alle briefwisseling, uitnodigingen, affiches, flyers.

Opm: Al deze punten worden beoordeeld met een controleformulier.

3. Beoordeling kwaliteitsniveau

Om in aanmerking te komen moet de meeting bij de 10 beste kandidaat-organisatoren voor **Athletic Classic Meeting** behoren met het meest aantal behaalde punten tijdens het voorbije jaar.

De prestaties worden beoordeeld volgens de Hongaarse tabel. De 40 beste prestaties worden daarvoor in aanmerking genomen rekening houdend met de volgende criteria of beperkingen:

- i) minimum 10 mannen
- ii) minimum 10 vrouwen
- iii) minimum 10 lopers
- iv) minimum 10 kampers
- v) maximum 5 per nummer
- vi) bij reeksen en finale: éénmalig meetellen.
- vii) Een prestatie mag maar éénmaal meetellen.

Elk jaar kunnen er maximaal twee **Athletic Classic Meeting** vervangen worden. Indien niet voldaan wordt aan de verplichtingen onder punt 2 zal per niet nagekomen verplichting 500 punten afgehouden worden van het totaal.

*Demonstratienummers tellen niet mee voor de puntentelling.

*Niet-homologeerbare prestaties ten gevolge van te veel wind tellen wél mee voor de puntenberekening voor een **Athletic Classic Meeting**

4. Kalender

Na het vastleggen van de Flanders Cup meetings worden de **Athletic Classic Meeting** aangevraagd. De aanvraag dient te gebeuren met een aanvraagformulier (bijlage programma). De kandidaat - organisatoren dienen hun dossier over te maken aan de VAL (t.a.v. josefien@atletiek.be). Na het vastleggen van de data van de Flanders Cup meetings kunnen de weerhouden organisatoren hun voorkeurdatum overmaken. De aanvraagprocedure en de deadline zullen bekend gemaakt worden via de officiële berichten.

Er worden maximaal 10 **Athletic Classic Meetings** aanvaard.

5. Bescherming

- i) 1 per wedstrijddag
- ii) geen open meeting/kampenmeeting binnen eigen provincie
- iii) geen twee **Athletic Classic Meetings** binnen het zelfde weekend binnen eigen provincie.
- iv) geen open meeting/kampenmeeting binnen straal 40 km grens (andere provincie).

6. Beoordeling prestatieniveau en organisatienormen

Verdeling prijzengeld (minimum 2000 euro) bij de aanvraag bij te voegen en te vermelden op de website.

C. FLANDERS CUP MEERKAMPEN

1. Formule

- de Flanders Cup meerkampen is voorbehouden aan Juniores en Seniores
- tegelijkertijd kan er ook een meerkamp voor andere categorieën georganiseerd worden.
- een afzonderlijk puntensysteem (inclusief bonussysteem) wordt opgezet door de organisatoren.
- een vereniging kan slechts één Flanders Cup meerkampen aanvragen. Een tweede kan eventueel doordat aan de vereniging het BK meerkampen is toegewezen. Er zal bij toewijzing van een Flanders Cup meerkampen steeds voorrang gegeven worden aan de provinciale kampioenschappen meerkampen.

2. Verplichtingen van de organisator

- minimum budget: in samenspraak met de organisatoren om een eigen bonussysteem (m.b.t. het eindklassement) op te zetten.
- Atletiekleven: publicatie
- vermelding Flanders Cup en eventuele sponsor op alle briefwisseling, uitnodigingen, affiches, flyers. Spandoeken sponsor uithangen.
- organisatierecht: deelnameprijs die afgesproken wordt onder de organisatoren om het bonussysteem te financieren.
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, degelijke micro-installatie met omroeper, scoreborden voor elektronische tijdopneming en kampnummers, afbakening afstanden voor werpnummers, afficheren van reeksen en resultaten.
- lokaal voor dopingcontrole.
- erkende hulppost (Rode Kruis of...)
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM -programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL);
- resultaten (live-results aanbevolen) ten laatste onmiddellijk na elke wedstrijddag, op de website van de vereniging plaatsen.
- deze punten worden beoordeeld met een controleformulier.

3. Kalender

De aanvraag dient te gebeuren met een aanvraagformulier bij de VAL (t.a.v. josefien@atletiek.be). De aanvraagprocedure en de deadline zullen bekend gemaakt worden via de officiële berichten.

Op het einde van het seizoen worden kandidaat-organisatoren samengeroepen om een degelijke meerkampenkalender op te stellen.

De organisator van het KVV meerkampen wordt gekozen uit één van de organisatoren van een F.C. Meerkampen.

4. Bescherming

- i) geen andere meerkamp (ook niet in beperkte vorm zoals een vijfkamp) voor Scholieren, Juniores en Seniores tijdens hetzelfde weekend
- ii) indien jeugdmeerkamp op zelfde meeting, geen jeugdmeerkamp binnen de provincie

D. VAL-Jongerentrofee

1. Formule

- Meerkampformule voor Benjamins, Pupillen, Miniemen en Cadetten. Kids' Athletics is **enkel** toegelaten voor **Kangoeroes**;
- estafetten kunnen voorafgaand of volgend op meerkampen georganiseerd worden (niet verplicht);
- een vereniging kan slechts één VAL Jongerentrofee aanvragen;
- vrije meerkamp voor Cadetten is een 5-kamp: 100m of 80/100m horden - 1 springnummer - 1 werpnummer - 1 extra kampnummer - 800m. De meerkampprestaties van deze vrije meerkamp voor Cadetten worden niet gehomologeerd. De prestaties per discipline worden wel gehomologeerd op voorwaarde dat de atleet deelneemt aan alle disciplines;
- aan het eind van het jaar wordt een eindklassement opgemaakt voor zowel de Miniemen als de Cadetten, waarbij de 3 beste meerkampresultaten uit de Jongerentrofee per atleet worden samengeteld.
- Ben/Pup/Min/~~Cad~~: Atleten die niet deelgenomen hebben aan alle nummers worden niet geschrapt uit de eindstand. Er wordt wel gevraagd dat zij aan minstens 3 disciplines deelnemen. Zoniet zijn de individuele disciplines ook niet geldig.
- Atleten dienen zich vóór aanvang van de meerkamp in te schrijven en dienen het volledige inschrijvingsgeld te betalen.
- Indien een atleet wegens blessure de meerkamp niet volledig kan afwerken, dient hij/zij dit te melden aan de scheidsrechter die dit op zijn/haar beurt vermeldt in het scheidsrechtersverslag opdat de gepresteerde individuele prestaties gehomologeerd zouden worden.

2. Verplichtingen van de organisator

- minimum 10 herinneringen (medaille, gadget, ...) per meerkamp;
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, een degelijke micro-installatie, elektronische tijdopmeting, snelle puntenberekening (WV of MM-programma);
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL);
- resultaten dezelfde dag als de meerkamp op de website van de vereniging plaatsen.

3. Beoordeling prestatieniveau

Aangezien de puntentelling nogal verschillend is voor elke meerkamp (afhankelijk van de gekozen nummers) kan er niet echt vergeleken worden.

Het aantal deelnemers is een betere maatstaf bij jeugdmeerkampen om te beoordelen.

Een minimum van 80 deelnemers (Benjamins tem Cadet) is vereist (gemiddelde laatste 2 jaren)

Slechts 12 meetings worden weerhouden zelfs zo meer meetings boven dit quotum uitkomen. Evenwel heeft elke provincie recht op minimaal één VAL-Jongerentrofee (quotum van 80 deelnemers dient evenwel behaald te worden).

Een provinciaal kampioenschap meerkampen kan niet opgenomen worden in de VAL-Jongerentrofee en tellen niet mee voor het aanvragen van een VAL-Jongerentrofee.

4. Kalender

Een VAL-jongerentrofee wordt aangevraagd via het aanvraagformulier bij de VAL t.a.v. josefien@atletiek.be). De aanvraagprocedure en de deadline zullen bekend gemaakt worden via de officiële berichten.

De VAL-Jongerentrofee heeft binnen de provincie wel voorrang op de aanvraag van een jeugdmeeting bij een Flanders Cup of B-meeting

5. Bescherming

- i) 2 per weekend (1 per provincie, op min. 60km afstand van elkaar verwijderd)
- ii) geen andere jeugdmeerkamp binnen de provincie
- iii) cadettennummers zijn niet beschermd en hebben geen invloed op het programma van een open meeting.

DEEL 2 : MEETINGS VOOR JEUGD (B/P/M/C)

1. Soorten meetings

Er zijn drie soorten meetings voor de jeugd:

- de jeugdmeeting
- de jeugdmeerkamp
- de Kids' athletics-meeting

Voor alle organisaties op een synthetische baan is elektronische tijdopneming vereist, met uitzondering voor Kids' athletics. Indien er geen elektronische tijdopneming is zal de organiserende vereniging het jaar nadien per organisatie dat men geen elektronische tijdopneming heeft, één meeting minder toebedeeld krijgen.

Alle resultaten (ook op sintelbanen) dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL), met uitzondering van Kids' athletics. De teamresultaten van de Kids'athletics competitie kunnen wel aan de resultaten toegevoegd worden.

Deze meetings mogen 's avonds of overdag plaatshebben. Een avondmeeting voor de jeugd is enkel mogelijk op dagen die gevolgd worden door een verlofdag (vrijdag, dag vóór feestdag, schoolverlof).

A) Jeugdmeerkamp

Dit is enkel voorbehouden aan Benjamins, Pupillen, Miniemen en Cadetten. Deze meeting kan eventueel gekoppeld worden aan andere meerkampen.

Deze meeting mag alleen overdag plaatshebben.

Het programma:

- Kangoeroes: enkel indien proeven Kids'athletics
 - Benjamins en Pupillen: 60m - springnummer - werpnummer - 600m (Ben)/1000m (Pup)
 - Miniemen: 80m of 60/80 horden - springnummer - werpnummer -kampnummer - 1000m
 - vrije meerkamp voor Cadetten is een 5-kamp: 100m of 80/100m horden - 1 springnummer - 1 werpnummer - 1 extra kampnummer - 800m. De meerkampprestaties van deze vrije meerkamp voor Cadetten worden niet gehomologeerd. De prestaties per discipline worden wel gehomologeerd op voorwaarde dat de atleet deelneemt aan alle disciplines
 - Estafetten (niet verplicht)
- Ben/Pup/Min: Atleten die niet deelgenomen hebben aan alle nummers worden niet geschrapt uit de eindstand. Bij deelname aan minder dan 3 nummers van de meerkamp zijn de individuele prestaties + het puntentotaal niet homologeerbaar.
- Atleten dienen zich vóór aanvang van de meerkamp in te schrijven en dienen het volledige inschrijvingsgeld te betalen.
- Indien een atleet wegens blessure de meerkamp niet volledig kan afwerken, dien hij/zij dit te melden aan de scheidsrechter die dit op zijn/haar beurt vermeld in het scheidsrechtersverslag opdat de gepresteerde individuele prestaties gehomologeerd zouden worden.

B) Jeugdmeeting

Dit is een meeting voorbehouden aan Kangoeroes, Benjamins, Pupillen, Miniemen en Cadetten.

Bij gewone jeugdmeetings dient men voor Kangoeroes een Kids' athleticswedstrijd aan te vragen. Voor Benjamins en Pupillen kan de keuze gemaakt worden. (Ben/Pup: zowel Kids' Athletics als andere proeven zijn mogelijk)

*Masters mogen **niet** deelnemen aan wedstrijden met Cadetten t.g.v. een jeugdmeeting

C) Kids' athletics wedstrijd

Dit is een wedstrijdvorm in groepsverband, voorbehouden aan Kangoeroes, Benjamins, Pupillen en Miniemen, die meer aansluit op de trainingsinhoud van "Atletiek al Spelend".

De tijdsduur van een Kids' athletics competitie is beperkt tot drie uur, inclusief de opwarming en de eventuele prijsuitreiking.

Alle fysieke basiseigenschappen worden geprikkeld door wedstrijdvormen aan te bieden die kindvriendelijk en educatief verantwoord zijn en die een atletiekbasis hebben. De nadruk wordt gelegd op een speels-prestatieve benaderingswijze.

Meer informatie en een draaiboek voor de organisatie van een Kids' athletics competitie kan men terugvinden op de website van de Vlaamse Atletiekliga, www.val.be.

Voor de Kids' athletics zijn geen juryleden vereist. Clubmedewerkers, trainers en ouders kunnen instaan voor de begeleiding.

2. Disciplines voor de Jeugdmeerkamp en de Jeugdmeeting:

- Kangoeroes Kids' athletics
- Benjamins 60-600-hoog-ver-kogel-hockeybal-4x60-3x600-Kids' athletics-vierkamp
- Pupillen 60-1000-60H-hoog-ver-kogel-discus-hockeybal-4x60-
Snelwandelen (meisjes: 1km - jongens: 1km/2km) -3x600 - Kids' athletics-
vierkamp
- Miniemen 80-150-300-1000-60H/80H-150H(3 horden)-hoog-polsstok-
ver-kogel-discus-speer-4x80-snelwandelen (meisjes: 1km/2km - jongens:
1km/2km/3km) - 3x600 - vijfkamp
*geen 150m en/of 150H en/of 300m samen op het programma (behalve op het
PK). (Dus géén combinatie van deze proeven)
*Miniemen mogen niet dubbelen op de 150, 150H, 300 en 1000m. Bij niet
naleven van deze regelgeving zullen beide prestaties niet worden
gehomologeerd (cfr. Ook bij de BVV).
- Cadetten 100-200-300-1000-80H/100H-300H - 4X100
hoog-polsstok-ver-kogel-discus-speer-vijfkamp

Ben, Pup en Min: estafette 3x600 indien er geen 600m en/of 1000m op het programma staat voor die categorie.

Polsstok voor Miniemen en Cadetten mag gemengd georganiseerd worden. (zowel naar geslacht als naar categorie)

Indien er meer dan driemaal hoogspringen op het programma staat dient de organisator een tweede stand te voorzien.

Voor andere kampnummers maximum vier nummers aan dezelfde stand. Zoniet dient er ook een tweede stand te worden voorzien.

De organisator heeft de mogelijkheid om bij de kampnummers ver, hoog, kogel, discus en hockeybalwerpen/speer (Ben/Pup/Min/Cad) vanaf 30 deelnemers twee pogingen toe te kennen. Er worden maximaal 3 pogingen bij de kampnummers toegestaan per categorie (**ook** bij de Cadetten).

!!! Indien Cadetten deelnemen aan een jeugdmeeting, gaan zij de reglementen van de jeugd moeten volgen bv. max. 3 pogingen. Dit geldt niet voor de regelgeving omtrent de technische voorschriften bv. aanwezigheid van een windmeter.

3. Begeleiders

De begeleiders verkrijgen toegang tot de wedstrijdinstallaties vóór aanvang van de disciplines voor Benjamins, Pupillen en Miniemen om de atleten te begeleiden. Bij aanvang van de wedstrijd gaan deze begeleiders terug achter de omheining.

Startblokken: begeleiders mogen helpen bij het plaatsen van de startblokken. Zij dienen dit zo te doen dat ze de werking van de jury niet belemmeren. Nadat de startblokken klaarstaan verlaten ze terug de piste. Zij volgen steeds de instructies van de jury.

Het grasveld (middenterrein) is voor iedereen, behalve organisatoren en jury, verboden terrein en mag dus in geen geval doorkruist worden.

De organiserende vereniging is verantwoordelijk voor het vrijhouden van het terrein.

DEEL 3 : OPEN MEETINGS

Programma

Jongens / Mannen :

- Cadetten: 100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2000-100H-300H-1500st-4x100-4x800-5000sw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-achtkamp- Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand Medley relay*
- Scholieren: 100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2000-3000-110H-400H-2000st-4x100-4x800-5000sw-10 km snelw-1/2uur snelw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-tienkamp- Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand Medley relay*
- Jun/Sen/Mas: 100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2mijl-2000-3000-5000-10.000-20.000-25.000-30.000-uurloop-110H-400H-2000st-3000st-4x100-4x200 (niet Jun)-4x400-4x800-4x1500-
snelw. : 5 km-10 km-15 km-20 km-30 km (niet Jun)-35 km (niet Jun)-50 km (niet Jun)-
100 km.(niet Jun)-uur -twee uur (niet Jun)
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-tienkamp- Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand Medley relay*
- specifieke nummers voor Masters: zie de nationale sportreglementen, o.a. gewichtwerpen, werpmeerkamp.

Meisjes / Vrouwen :

- Cadetten 100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2000-80H-300H-1500st-4x100-4x800-3 km snelw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-zeskamp - Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand Medley relay*
- Scholieren100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2000-3000-100H-400H-2000st-4x100-4x800-3 km snelw.-5 km snelw.
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-zevenkamp- Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand Medley relay*
- Jun/Sen/Mas100-200-300-400-800-1000-1500-mijl-2mijl-2000-3000-5000-10.000-20.000-25.000-30.000-uurloop-100H-400H-2000st-3000st (niet Mas)
4x100-4x200 (niet Jun)-4x400-4x800-3km snelw-5km snelw-10km snelw- half uur snw -
hoog - polsstok - ver - hinkstap - kogel - discus - speer - hamer - vijfkamp - zevenkamp -
tienkamp - Olympische estafette* - Zweedse estafette* - Medley relay* - Lange afstand
Medley relay*
- specifieke nummers voor Masters: zie de nationale sportreglementen, o.a. gewichtwerpen, werpmeerkamp.

*Olympische estafette: 800-400-200-200

*Zweedse estafette: 400-300-200-100 (zie einde deel 3 voor reglement)

*Medley relay: 100-200-300-400 - *Lange afstand medley relay: 1200-400-800-1600

Algemeen :

- **Géén nummers voor “Alle Categorieën”, behalve estafetten**
- open meeting (vanaf Cadet)
 - * maximaal 24 loopnummers.
- open meeting met jeugd
 - * Géén Kangoeroes en/of Benjamins toegestaan
 - * geen avondmeeting (uitgezonderd opmerking bij jeugdmeeting)
 - * maximaal 45 nummers overdag (aanvangsuur ten laatste 16u) waarvan 24 loopnummers
 - * maximaal 4 nummers per jeugd categorie
 - * nummers voor Juniores en Seniores worden als één nummer (voor bepalen van quotum) beschouwd zelfs indien ze gooien met verschillende gewichten of de hordehoogten verschillend zijn.
 - * Jeugdnummers (uitz. Cadetten) moeten geprogrammeerd staan vóór nummers van andere categorieën.
- tellen niet mee voor het aantal nummers: estafetten, snelwandelen en nummers voor andersvaliden. Hordennummers (korte en lange) en steeplenummers worden als één nummer beschouwd voor het bepalen van quotum, (mannen en vrouwen apart).
- voor kampnummers mogen verschillende categorieën (wel zelfde geslacht) worden samengevoegd. Voor de werpnummers dient er wel met hetzelfde gewicht gegooid te worden. De eerste 8 per categorie (ongeacht leeftijdscategorie bij de Masters) gaan naar de finale.
- Hoogspringen:
 - o Mag in verschillende groepen met een verschillende aanvangshoogte opgesplitst worden.
- Polsstok:
 - o Vanaf Cad t/m A.C. mogen jongens en meisjes samen springen.
 - o De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden welke categorie hij samenvoegt.
 - o De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden dat hij de wedstrijd opsplijst in twee of drie groepen, volgens hoogten.
 - o Als de eerste groep gedaan heeft, mag de tweede groep inspringen en aan hun wedstrijd beginnen.
 - o Laatst overgebleven atleet van elke groep mag zijn hoogte kiezen.
- Gemengde wedstrijden vanaf 5.000m:

Een organisator mag op zijn programma géén “gemengde” wedstrijden voorzien. (dus steeds M & V apart in het tijdschema voorzien)

Wanneer na de inschrijvingen blijkt dat voor één van beide geslachten max. 6 atleten deelnemen, mag hij echter wel beslissen om dit nummer alsnog gemengd te laten doorgaan.

Rekening houdend met bovenstaande regel, zijn tijden voor mannen en vrouwen homologeerbaar bij gemengde pistewedstrijden vanaf 5000m. Bij gemengde wedstrijden dienen de resultaten opgemaakt te worden in WV of MM, mannen en vrouwen samen.
- Bij de horden mogen de categorieën samengevoegd worden indien de horden op dezelfde afstand staan (toegelaten met verschillende hoogten, apart invoeren in WV of MM-programma). Masters mogen ook samenlopen met Cadetten en Scholieren. Indien de tussenafstanden dezelfde en de hoogten verschillend zijn dient er een baan opengelaten te worden.
- Masters:
 - * Masters mogen deelnemen aan wedstrijden vanaf Cad (zonder dat dit expliciet is aangevraagd als Masterwedstrijd) (niet met Cadetten t.g.v. een jeugdmeeting) als zij bij horden of steeple op dezelfde hoogte, afstand lopen of met dezelfde gewichten gooien, of afstoten aan dezelfde plank bij hss als Cad/Sch & Jun (uitz.

niet op een meeting enkel voor Cad & Sch of een jeugdmeeting met Cadetten).
Steeds aparte uitslagen!

- * Masters die met lichtere tuigen uitkomen dan de Cadetten-categorie, kunnen met dit lichtere gewicht deelnemen bij de Cadetten (aparte uitslagen!)
- * **Kampnummers: de eerste 8 per categorie gaan naar de finale.**

Voor alle organisaties op een synthetisch terrein is elektronische tijdopneming vereist. Indien er geen elektronische tijdopneming werd gebruikt wordt het volgende jaar aan de organiserende vereniging per organisatie dat men geen elektronische tijd heeft, een meeting minder toegekend.

Alle resultaten (ook op sintelbanen) dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL).

- Juniores werpen steeds (behalve tijdens meeting A.C.) met eigen gewicht (kogel, discus, hamer) en bij de horden op eigen hoogten (1m). De Juniores dienen dan ook apart ingevoerd te worden in het WV of MM -programma.
- Masters: afzonderlijke wedstrijd indien nummer apart aangevraagd werd voor Masters. De resultaten dienen in dit geval ook per categorie ingevoerd te worden (bij verschillen in gewichten tuigen, hoogten horden,...).
- Nummers JS: iedere categorie moet op zijn hoogte lopen of met zijn gewicht gooien.

Bij andersvaliden dienen bij kampnummers hun gewicht van het tuig te worden vermeld op de resultaten van de wedstrijd onder extra info. Indien deze anders is dan bij de wedstrijd.

- Recreantenloop: Voor Recreanten (leden met jogvergunning of niet-aangeslotenen) kan een 3000m of 5000m aan het programma van een open meeting worden toegevoegd. Vrouwen en mannen lopen gezamenlijk. Resultaten worden niet gehomologeerd. Nummer telt niet mee voor quotum aantal nummers (meeting). Minimaal dient een tijds klok voorzien te worden zoniet dient de organisator te zorgen voor de tijdopneming. Recreantenloop kan alleen in het voor- of naprogramma voorzien worden.
- Werpmeerkamp (kogel, discus, speer en hamer) met drie of vier van de vier werpnummers. Puntentabel: Hongaarse tabel. Deelname aan alle nummers niet verplicht. (reglementering zie bijlage!)
- Werpvijskamp (kogel, discus, speerwerpen, hamer en gewichtwerpen) Puntenverwerking via WV of MM-programma, met uitzondering voor de Masters.
* werpvijskamp: demonstratienummer voor Seniores, met de gewichten van de jongste Masters
- Bij een Mastermeerkamp dient men de punten te berekenen, rekening houdend met de age factors. (puntenberekening: <http://www.val.be/?mnuid=290>)
- Gewichtwerpen demonstratienummer voor Seniores, met de gewichten van de jongste Masters
- Demonstratienummer: 200m horden vanaf Cadetten.
- Demonstratienummer: 600m vanaf Cadetten

- reglementering 150 en 200 horden

| afstand | Hoogte horden | Aantal horden | Eerste horde | Tussen afstand | Laatste horde voor aankomst |
|----------------|---------------|---------------|--------------|----------------|-----------------------------|
| 150H | 0.762 | 3 | 40.00 | 35.00 | 40.00 |
| 200H (demonr.) | 0.762 | 10 | 18.29 | 18.29 | 17.10 |

- Zweedse estafette: 400-300-200-100

De Zweedse estafette wordt met de klassieke estafetteestok gelopen men gebruikt voor geen enkele afstand een aanloopzone. De startlijn valt samen met de gebogen startlijn van de 1000m. De eerste wissel heeft plaats ter hoogte van de tweede wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De tweede wissel heeft plaats ter hoogte van de eerste wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De derde wissel heeft plaats ter hoogte van de derde wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De aankomstlijn is de klassieke aankomstlijn. De lopers zullen zich, op aanwijzing van een bevoegd Jurylid, opstellen volgens de startlijst (van binnen naar buiten).

DEEL 4 : BEPERKINGEN

1. Quota

Het systeem van quota blijft bestaan.

Antwerpen en Oost-Vlaanderen

60 jeugdmeetings

55 open meetings

Vlaams-Brabant, Limburg en West-Vlaanderen

35 jeugdmeetings

30 open meetings

Elk PC mag maximum 5 meetings overbrengen naar een andere categorie (b.v. Antwerpen 55 jeugdmeetings en 60 open meetings).

Per vereniging worden maximaal 13 meetings (kampioenschappen, Bekers van Vlaanderen en open- en jeugdmeetings) aangevraagd en toegelaten.

Open universitaire of andere kampioenschappen worden meegeteld bij het quotum.

Kampioenschappen over twee dagen gespreid tellen voor 2 meetings (uitzondering: meerkamp = 1 meeting).

De open meetings met jeugd tellen mee voor het quotum jeugdmeetings en voor het quotum open meetings. Nummers voor jeugd kunnen slechts aan een open meeting worden toegevoegd indien dit binnen het quotum kan.

Terreinen met enkel een rechte baan tellen mee voor een halve meeting voor het quotum van de provincie (maximaal vier per provincie). Voor het quotum van de vereniging telt deze evenwel mee als één meeting.

Overzicht quota provincies/verenigingen

| Soort meeting | Quota prov. open meeting | Quota prov. jeugdmeeting | Quota vereniging |
|--|-----------------------------|-----------------------------|---------------------|
| 1. Jeugdmeeting | neen | ja | ja |
| 2. Jeugdmeerkamp | neen | ja | ja |
| 3. Open meeting | ja | neen | ja |
| 4. Open meeting met jeugd | ja | ja | 2 meetings |
| 5. Bekers van Vlaanderen | neen | neen | ja |
| 6. Kampioenschappen | neen | neen | ja |
| 7. Kampenmeetings | neen | neen | ja |
| (enkel vanaf cat. Cadet zoniet worden ze beschouwd als een open meeting met jeugd) | | | |
| 8. Masters meetings | neen | neen | ja |
| 9. Meerkampenmeetings | neen | neen | ja (1 meeting) |
| (geen andere nummers) | | | |
| 10. Snelwandelmeetings | neen | neen | ja |
| 11. Uurloopmeeting | neen | neen | ja |
| (met bijnummers wordt ze beschouwd als een open meeting) | | | |
| 12. KidsAthletics | neen | ja* | ja* |
| (*) KidsAthletics meeting georganiseerd tijdens het laatste weekend van maart en het eerste weekend van april tellen niet mee voor quotum club en provincie. | | | |
| 13. Bijzondere Meeting | neen | neen | neen |

2. Beperking avondmeeting

Per provincie één avondmeeting per dag (maandag t/m vrijdag).

3. Beperking weekenddagen

Weekend (zaterdag en zondag)

| | |
|---------------|---|
| Jeugdmeetings | Antwerpen en Oost-Vlaanderen : 4 (max. 2 per dag) Vl. Brabant, West-Vlaanderen en Limburg : 3 (max. 2 per dag) |
| Open meetings | Antwerpen en Oost-Vlaanderen : 4 (max. 2 per dag) Vlaams-Brabant : 3 (max. 2 per dag) Limburg en West-Vlaanderen : 2 (max. 1 per dag) |

Verlengd weekend (vrijdag of maandag): 1 bijkomende jeugd- en open meeting toegestaan.

Een feestdag in de week (dinsdag, woensdag of donderdag) wordt beschouwd als een weekenddag.

Waar twee meetings voor dezelfde categorieën (jeugd/open) toegelaten zijn dienen de terreinen binnen de provincie minstens 30km uit elkaar te liggen. Dit geldt niet als de ene meeting georganiseerd wordt voor Cad/Sch en de andere meeting voor Jun/Sen of Masters. Een open meeting met jeugd dient 30km verwijderd te zijn van een terrein waar een jeugd- en een open meeting doorgaat. Als een jeugdmeeting met Cadetten wordt ingericht, dient het terrein eveneens 30km verwijderd te zijn van het terrein waar een Open Meeting doorgaat (binnen dezelfde provincie). Een open meeting of jeugd meeting of jeugdmeerkampen heeft altijd voorrang op een open meeting met jeugd.

Er mag maximum één Kids' Athletics georganiseerd worden per dag en per provincie, met uitzondering van het laatste weekend van maart en het eerste weekend van april.

4. Andere beperkingen

- Kampenmeeting: maximum twee per maand (met uitzondering van de maand september en oktober) per provincie. Ze telt niet mee voor het quotum (van de provincie) en mag niet beschouwd worden als een open meeting. Enkel mogelijk vanaf de categorie Cadet en hoger. Zoniet wordt ze beschouwd als een open meeting met jeugd.
- Geen jeugdmeeting, jeugdmeerkamp en open-meeting in de maand oktober tellend vanaf het eerste weekend. Kids' Athletics zijn wel toegelaten.
- Zuivere meetings voor Masters tellen niet mee voor het quotum (van provincie).
- Jeugdmeerkampen hebben geen voorrang op jeugdmeetings.
- Er mogen geen twee meetings per dag op hetzelfde terrein georganiseerd worden (door dezelfde of door verschillende verenigingen) (uitz:Flanderscup- of B-meetings)
- B-meetings met jeugd in het voorprogramma is één meeting (voor quotum provincie telt deze evenwel voor twee meetings).
- Bij meetings en kampioenschappen, voor- en namiddag of namiddag en avond dienen de organisatoren gratis eten (b.v. een lunchpakket) te voorzien voor de juryleden.

5. Deelname van Niet Aangeslotenen (NA)

- alle atleten die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning ten bedrage van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze het bewijs van hun nationaliteit kunnen leveren aan de hand van hun identiteitskaart.

DEEL 5: COMPETITIES VOOR ATLETEN MET EEN HANDICAP

Atleten met een handicap kunnen zowel geïntegreerd als niet-geïntegreerd deelnemen aan wedstrijden.

Zie reglementering in bijlage.

DEEL 6 : KALENDER

Na het vaststellen van de beschermde meetings kunnen de jeugdmeetings en de open meetings aangevraagd worden.

Richtdata: (te bevestigen in de officiële berichten)

- ▶ **4-24 november:** data verenigingen (zie richtlijnen via officiële berichten)
- ▶ **tussen 2-10december:** kalendercongres Provinciaal Comité
- ▶ **11 december:** lijst Provinciaal Comité in bezit VAL (Modelformulier)
- ▶ **12 januari:** meeting programma's verenigingen via Alabus in het bezit VAL

RICHTLIJNEN VERENIGINGEN

Voor het aanvragen van een beschermde meeting dient men het formulier te downloaden van Alabus ("openbare bijlagen").

Wedstrijden aanvragen via Alabus.

Iedere vereniging dient hun aanvraag via Alabus goed na te kijken op eventuele fouten via de print-out. Er zullen nadien geen nummers meer worden toegevoegd en/of gewijzigd.

DEEL 7: BIJLAGE

| VROUWEN | Afstand | Hoogte horden | Aantal horden | Eerste horde | Tussen afstand | Laatste horde voor aankomst |
|----------------|---------|---------------|---------------|--------------|----------------|-----------------------------|
| PUP/MIN | 60H | 0.762 | 6 | 11.00 | 7.00 | 14.00 |
| | | | | | | |
| CAD | 80H | 0.762 | 8 | 12.00 | 8.00 | 12.00 |
| W40/45 | 80H | 0.762 | 8 | 12.00 | 8.00 | 12.00 |
| | | | | | | |
| W50+ | 80H | 0.762 | 8 | 12.00 | 7.00 | 19.00 |
| W60+ | 80H | 0.686 | 8 | 12.00 | 7.00 | 19.00 |
| | | | | | | |
| SCH | 100H | 0.762 | 10 | 13.00 | 8.50 | 10.50 |
| W35 | 100H | 0.840 | 10 | 13.00 | 8.50 | 10.50 |
| J/S | 100H | 0.840 | 10 | 13.00 | 8.50 | 10.50 |
| | | | | | | |
| SCH | 400H | 0.762 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| W35/45 | 400H | 0.762 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| J/S | 400H | 0.762 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| | | | | | | |
| CAD | 300H | 0.762 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| W50+ | 300H | 0.762 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| W60/65 | 300H | 0.686 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| W70+ | 200H | 0.686 | 5 | 20.00 | 35.00 | 40.00 |

| MANNEN | afstand | Hoogte horden | Aantal horden | Eerste horde | Tussen afstand | Laatste horde voor aankomst |
|---------------|---------|---------------|---------------|--------------|----------------|-----------------------------|
| JUN | 110H | 0.990 | 10 | 13.72 | 9.14 | 14.02 |
| SEN | 110H | 1.067 | 10 | 13.72 | 9.14 | 14.02 |
| SCH | 110H | 0.914 | 10 | 13.72 | 9.14 | 14.02 |
| M 35/40/45 | 110H | 0.990 | 10 | 13.72 | 9.14 | 14.02 |
| | | | | | | |
| CAD | 100H | 0.914 | 10 | 13.00 | 8.50 | 10.50 |
| M50/55 | 100H | 0.914 | 10 | 13.00 | 8.50 | 10.50 |
| M60/65 | 100H | 0.840 | 10 | 12.00 | 8.00 | 16.00 |
| | | | | | | |
| MIN | 80H | 0.840 | 8 | 12.00 | 8.00 | 12.00 |
| M70+ | 80H | 0.762 | 8 | 12.00 | 7.00 | 19.00 |
| M80+ | 80H | 0.686 | 8 | 12.00 | 7.00 | 19.00 |
| | | | | | | |
| PUP | 60H | 0.762 | 6 | 11.00 | 7.00 | 14.00 |
| | | | | | | |
| CAD | 300H | 0.762 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| M60/65 | 300H | 0.762 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| M70-75 | 300H | 0.686 | 7 | 50.00 | 35.00 | 40.00 |
| M80+ | 200H | 0.686 | 5 | 20.00 | 35.00 | 40.00 |
| | | | | | | |
| J/S | 400H | 0.914 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| SCH | 400H | 0.840 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| M 35/40/45 | 400H | 0.914 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |
| M50/55 | 400H | 0.840 | 10 | 45.00 | 35.00 | 40.00 |

o reglementering gewichtwerpen

| Categorie | Gewicht | Diam | max lengte |
|-----------|---------|----------|------------|
| W35/40/45 | 9,08kg | 120 /140 | 410mm |
| W50/55 | 7,26kg | 110/ 130 | 410mm |
| W60/65/70 | 5,45kg | 100/ 120 | 410mm |
| W75+ | 4,00kg | 95/110 | 410mm |
| | | | |
| M35/40/45 | 15,88kg | 145/ 165 | 410mm |
| M50/55 | 11,34kg | 130/ 150 | 410mm |
| M60/65 | 9,08kg | 120 /140 | 410mm |
| M70/75 | 7,26kg | 110 /130 | 410mm |
| M80+ | 5,45kg | 100/ 120 | 410mm |

o Steeple

| Steeple | Hoogte van de balken |
|------------------|----------------------|
| Vrouwen | 0.762 |
| Mannen | 0.914 |
| Mas M60+ (2000m) | 0.762 |
| Cad M (1500m) | 0.762 |

o Werptuigen

| Vrouwen | Kogel | discus | speer | Hamer |
|-----------|----------|----------|--------|----------|
| BEN | 1 kg | X | x | X |
| PUP | 2 kg | 600 gr | x | X |
| MIN | 2 kg | 750 gr | 400 gr | X |
| CAD | 3 kg | 1 kg | 500 gr | 3 kg |
| SCH | 3 kg | 1 kg | 500 gr | 3 kg |
| JUN | 4 kg | 1 kg | 600 gr | 4 kg |
| SEN | 4 kg | 1 kg | 600 gr | 4 kg |
| W35/45 | 4 kg | 1 kg | 600 gr | 4 kg |
| W50/55 | 3 kg | 1 kg | 500 gr | 3 kg |
| W60/65/70 | 3 kg | 1 kg | 500 gr | 3 kg |
| W75+ | 2 kg | 750 gr | 400 gr | 2 kg |
| Mannen | Kogel | discus | speer | Hamer |
| BEN | 1 kg | X | x | X |
| PUP | 2 kg | 600 gr | x | X |
| MIN | 3 kg | 750 gr | 400 gr | X |
| CAD | 4 kg | 1 kg | 600 gr | 4 kg |
| SCH | 5 kg | 1,5 kg | 700 gr | 5 kg |
| JUN | 6 kg | 1,750 kg | 800 gr | 6 kg |
| SEN | 7,260 kg | 2 kg | 800 gr | 7,260 kg |
| M35-45 | 7,260 kg | 2 kg | 800 gr | 7,260 kg |
| M50-55 | 6 kg | 1,5 kg | 700 gr | 6 kg |
| M60-65 | 5 kg | 1 kg | 600 gr | 5 kg |
| M70/75 | 4 kg | 1 kg | 500 gr | 4 kg |
| M80+ | 3 kg | 1 kg | 400 gr | 3 kg |

| Speer | 800 gr | 700 gr | 600 gr | 500 gr | 400 gr |
|---|-------------|------------|-------------|--------------|--------------|
| Lengte | 2,6 - 2,7m | 2,3 - 2,4m | 2,2 - 2,3m | 2,0 - 2,1m | 1,85 - 1,95m |
| Zwaarte punt | 0,9 - 1,06m | 0,86 - 1m | 0,8 - 0,92m | 0,78 - 0,88m | 0,75 - 0,80m |
| Lengte punt | 0.25/0.33 | 0.25/0.33 | 0.25/0.33 | 0.22/0.27 | 0.20/0.25 |
| Diameter schacht | 25/30mm | 23/28mm | 20/25mm | 20/24mm | 20/23mm |
| Omwikkeling schacht: min +3,5mm en max +8mm | | | | | |

| Hockeybal | |
|-----------|-------------------|
| Gewicht | 156-163 gr |
| Omtrek | 224-235 mm |

| Hamer | 7,260 kg | 6 kg | 5 kg | 4 kg | 3 kg | 2 kg |
|-----------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|---------|
| Maximale lengte | 1215mm | 1215mm | 1200mm | 1195mm | 1195mm | 1195mm |
| Diameter | 110-130mm | 105-125mm | 100-120mm | 95-110mm | 85-100mm | 75-90mm |

| discus | 2kg | 1,750 kg | 1,5 kg | 1 kg | 750 gr | 600 gr |
|------------|------------------------------|-----------|-----------|-----------|--------|--------|
| Diameter | 219/221mm | 210/212mm | 200/202mm | 180/182mm | | X |
| Dikte | 44/46mm | 41/43mm | 38/40mm | 37/39mm | | X |
| Flensdikte | Op 6mm van de rand = 12/13mm | | | | | |

| Kogel | 7,260 gr | 6 kg | 5 kg | 4 kg | 3 kg | 2 kg | 1 kg |
|----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------|---------|--------|
| diameter | 110-130mm | 105-125mm | 100-120mm | 95-110mm | 85-110mm | 75-90mm | Indoor |

○ Hinkstapspringen

| | Mannen | Vrouwen |
|-----------------------|--------------------|--------------|
| Open meetings Masters | 5m - 7m - 9m - 11m | 5m - 7m - 9m |
| Open meetings Jun/Sen | 11m - 13m | 9m - 11m |
| Open meetings Cad/Sch | 9m - 11m | 7m - 9m |

Wedstrijden voor atleten met een handicap

Recreatieve wedstrijden

Piste : G-recrea

Veldlopen: G-veldloop

Wegwedstrijden: G-jogging

Bepalingen

- o Atleet heeft indien nodig recht op een begeleider
- o Geen officiële classificatie vereist
- o Geen VAL startnummer vereist
- o Geen juryleden vereist

Competitieve wedstrijden

Piste/Veld/Weg

- Geïntegreerde wedstrijd ZONDER afzonderlijke categorie AMH op het programma

- Geïntegreerde wedstrijd MET afzonderlijke categorie AMH op het programma

Het Internationaal Paralympic Committee (IPC) erkent voor internationale kampioenschappen enkel prestaties die geleverd zijn tijdens IPC erkende wedstrijden. Deze erkenning wordt aangevraagd voor alle Flanders Cup wedstrijden. Organisatoren die hun wedstrijd willen laten erkennen dienen dit aan te vragen bij Parantee, topsport@parantee.be

Bepalingen

- o Recht op begeleider is afhankelijk van de classificatie
- o Classificatie vereist (ook de Vlaamse klasse 21, 71 en 81 worden toegelaten op het BK voor AMH)
- o Startnummer vereist
- o Juryleden vereist

Opmerking:

Atleten met een beperking kunnen ook zonder VAL-nummer of classificatie aan wedstrijden voor valide atleten deelnemen. Zij worden dan echter aanzien als atleten zonder handicap.

Wedstrijden voor sporters met een auditieve handicap zijn niet opgenomen.

Alle recreatieve en competitieve wedstrijden staan open voor atleten met een auditieve handicap.

1. Recreatieve wedstrijden

1.1. G-recrea

De G-recrea-wedstrijd is vergelijkbaar met de Kids' Athletics in de reguliere atletiek.

| | |
|-------------------|---|
| Wedstrijdaanvraag | Vlaamse Atletiekliga (VAL) |
| Doelstelling | AMH op een aantrekkelijke en aangename manier laten kennismaken met atletiek om zo de wedstrijddeelname in de toekomst te stimuleren. |
| Voorinschrijven | De organisator bepaalt of er al dan niet vooraf ingeschreven moet worden. |
| VAL-startnummer | Niet vereist. |

| | |
|------------------|---|
| Classificatie | Niet vereist. |
| VAL-officials | Niet vereist. |
| Doelgroep | Iedereen met een handicap kan deelnemen. |
| Aanbod | De organisator bepaalt het aanbod. Het betreft zowel officiële disciplines, als atletiekgerichte spelvormen. |
| Reglementen | De organisator bepaalt de regels die gevolgd dienen te worden. |
| Wedstrijduitslag | De organisator is vrij al dan niet een uitslag van het evenement op te maken. |
| Record | Er worden geen records bijgehouden. |

1.2. G-veldloop/G-jogging

| | |
|-------------------|---|
| Wedstrijdaanvraag | Vlaamse Atletiekliga (VAL) |
| Doelstelling | Een G-veldloop / G-jogging wordt zo georganiseerd dat elke sporter met een handicap kan deelnemen, in zover zijn handicap dit toelaat (wheelers contacteren best vooraf de organisatie om te informeren of zij kunnen deelnemen). |
| Voorinschrijven | Niet vereist |
| VAL-startnummer | Niet vereist |
| Classificatie | Niet vereist |
| VAL officials | Niet vereist |
| Doelgroep | Iedereen met een handicap kan deelnemen, in zover zijn handicap dit toelaat (wheelers contacteren best vooraf de organisatie om te informeren of zij kunnen deelnemen). |
| Aanbod | Een afzonderlijke wedstrijd voor AMH bij voorkeur over een afstand van max. 1000m. |
| Reglementen | Geen |
| Wedstrijduitslag | De organisator is vrij om al dan niet een uitslag op te maken. |
| Record | Er worden geen records bijgehouden. |

2. Competitieve wedstrijden

2.1. Geïntegreerde wedstrijd ZONDER afzonderlijke categorie AMH op het programma

| | |
|-------------------|---|
| Wedstrijdaanvraag | Vlaamse Atletiekliga (VAL) |
| Doelstelling | Atleten met een handicap nemen deel aan wedstrijden georganiseerd door Vlaamse clubs voor atleten zonder handicap. |
| Voorinschrijven | Afhankelijk van de wedstrijd kan voorinschrijving gevraagd worden. |
| VAL-startnummer | Ja <i>Opmerking: atleten zonder startnummer kunnen deelnemen mits het betalen van een dagvergoeding.</i> |
| Classificatie | Vereist (<i>atleten zonder geldige classificatie zullen beschouwd worden als atleten zonder handicap</i>). Ook de klassen 21, 71 en 81 kunnen deelnemen. |

| | |
|------------------|---|
| VAL-officials | Vereist |
| Doelgroep | <p>Alle handicaps met uitzondering van</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ wheelers ▪ petrafietsers ▪ zittende werpers ▪ visueel gehandicapten van de klassen 11 en 12 |
| Aanbod | Atleten met een handicap kunnen deelnemen aan de disciplines georganiseerd voor hun leeftijdscategorie en geslacht, mits deze discipline openstaat voor hun klasse. |
| Reglementen | <p>De wedstrijd voldoet aan de IAAF/IPC regels (afgestemd op de IAAF reglementering). AMH hebben recht op de faciliteiten vermeld op hun etiket.</p> <p>Indien AMH recht hebben op een aanpassing, hebben zij bij de kampnummers recht op een extra finaleplaats binnen hun leeftijdscategorie (8+1).</p> |
| Wedstrijduitslag | Ja. |
| Record | De resultaten tellen mee voor record- en ranglijsten van Parantee |
| Opmerkingen | Deze wedstrijden zijn nooit IPC-erkend (<i>d.w.z. dat de behaalde resultaten internationaal niet erkend zijn</i>). |

2.1.2 Geïntegreerde wedstrijd MET afzonderlijke categorie AMH op het programma

| | |
|-------------------|---|
| Wedstrijdaanvraag | Vlaamse Atletiekliga (VAL) Indien de organisator een door IPC erkende wedstrijd wil organiseren dient hij dit aan te vragen bij BPC (dit kan via Parantee - topsport@parantee.be). |
| Doelstelling | Op het programma staan enkele disciplines uitsluitend voor AMH . In de VAL-kalender staan deze vermeld onder de categorie "AMH". |
| Voorinschrijven | Afhankelijk van de wedstrijd kan voorinschrijving gevraagd worden. |
| VAL-startnummer | Ja <i>Opmerking: atleten zonder startnummer kunnen deelnemen mits het betalen van een dagvergoeding.</i> |
| Classificatie | Vereist (<i>atleten zonder geldige classificatie zullen beschouwd worden als atleten zonder handicap</i>). Ook de klassen 21, 71 en 81 kunnen deelnemen. |
| VAL officials | Vereist |
| Doelgroep | Alle handicaps |
| Aanbod | Atleten met een handicap nemen deel aan de disciplines georganiseerd voor AMH, mits deze discipline openstaat voor hun klasse. Alle atleten met een handicap betwisten samen hun wedstrijd onafhankelijk van hun handicap, leeftijd of geslacht. Uitzonderingen: <ul style="list-style-type: none"> - Wheelers en lopers altijd in afzonderlijke reeksen - Vrouwen en mannen afzonderlijk op IPC-erkende wedstrijden - Vanaf 800 m komen de prestaties die geleverd zijn in wedstrijden met verschillende klassen niet meer in aanmerking voor kwalificatiedoeleinden of voor records. |
| Reglementen | De wedstrijd voldoet aan de IAAF/IPC regels. AMH hebben recht op de faciliteiten vermeld op hun etiket. |
| Wedstrijduitslag | Ja |
| Record | De resultaten tellen mee voor de record- en ranglijsten van Parantee (terug te vinden op www.parantee.be en in het jaarboek van de VAL). <i>Opmerking: enkel prestaties door atleten met een officiële classificatie tellen mee voor de record- en ranglijsten (dus niet prestaties van atleten met een 21, 61 of 71 classificatie).</i> |
| Opmerkingen | Dit kan zowel een door IPC erkende als niet door IPC erkende wedstrijd zijn (afhankelijk van de organisator). |

SAMENVATTING REGLEMENTEN

| Klasse | 100 200 400 | 800 | 1500 5000 10.000 | Petra | Ver | Hoog | HSS | Kogel | Discus | Speer | Knots |
|---|--|---|--|-------|---|------|--------------------|--|--------|-------|-------|
| <i>Start bij atleten met gehoorbeschadiging: de starter of zijn assistent gebruikt samen met het pistool een vlag of ander visueel signaal.</i> | | | | | | | | | | | |
| 11 | Steeds ondoorzichtige bril aan. Finish: atleet voor de gids. Atleet en gids nooit + 0,5m van elkaar. 1 loopgids verplicht 2 banen (1 voor atleet en 1 voor gids) | | | / | Steeds ondoorzichtige bril aan. Max 2 gidsen: oriënteren voor de poging + akoestische oriëntatie voor, tijdens en na de poging. Afzetvlak 1 x 1,22m Atleten mogen de lat aanraken voor hun poging | | | Steeds ondoorzichtige bril aan. Max 1 gids Gewichten van de tuigen: idem validen | | / | |
| 12 | 1 loopgids mag, maar niet verplicht. Indien met gids: 2 banen (1 voor atleet en 1 voor gids). Indien met gids: de atleet finisht voor gids | Max 2 loopgidsen, mag maar niet verplicht. Indien met gids: 2 banen indien in banen wordt gestart (1 voor atleet en 1 voor gids). Indien met gids: de atleet finisht voor gids. | Max 2 loopgidsen mag, maar niet verplicht. Indien met gids: atleet finisht voor gids. | / | Max 1 gids: oriënteren voor de poging + akoestische oriëntatie voor, tijdens en na de poging. Visuele aanduidingen (kalk-vlaggen-kegels,...) toegestaan. Afzetvlak 1 x 1,22m Atleten mogen de lat aanraken voor hun poging. Visueel hulpmiddel op of aan de lat toegestaan. | | | Max 1 gids Gewichten van de tuigen: idem validen | | / | |
| 13 | X | X | X | / | X | X | Afzetbalk: min 11m | Gewichten van de tuigen: idem validen | | / | |
| 20 | X | X | X | / | X | X | X | Gewichten van de tuigen: idem validen | | / | |
| 21-61-71 | X | X | X | X | X | X | X | Gewichten van de tuigen: idem validen | | / | |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|--|---|---|---|---|---|---|---------------------------------------|---|-------|
| 31 | / | / | / | X | / | / | / | / | / | / | 397gr |
| 32 | RS duwen mag met voeten zowel voorwaarts als achterwaarts. Spiegels zijn toegestaan. | RS duwen mag met voeten zowel voorwaarts als achterwaarts. Spiegels zijn toegestaan. Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | X | / | / | / | | Gewichten van de tuigen: zie bijlage | / | 397gr |
| 33 | X | Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | X | / | / | / | | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |
| 34 | X | Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | / | / | / | / | | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |
| 35 - 36 37 - 38 | Startblok mag, maar niet verplicht. 4 ptn in contact met de grond niet vereist. | X | X | / | X | / | / | | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |

| | | | | | | | | | | | |
|---------|---|---|---|---|---|---|---|---------------------------------------|---------------------------------------|---|---|
| 40 - 41 | / | / | / | / | / | / | / | | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |
| 42 | Startblok mag, maar niet verplicht. 4 ptn in contact met de grond niet vereist. | X | X | / | X | X | / | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / | |
| 43 | | | | | / | / | / | | | | |
| 44 | | | | | X | X | / | | | | |
| 45 | | | | | X | X | X | | | | |
| 46 | | | | | X | X | X | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------|
| 51 | X | Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | / | / | / | / | Begeleiding toegestaan: handschoen/tape aan de niet werphand toegestaan alsook het vastmaken van de hand aan het werpframe. / Gewichten van de discus: zie bijlage. | / | 397gr |
| 52 - 53 | X | Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | / | / | / | / | Begeleiding toegestaan: handschoen/tape aan de niet werphand toegestaan alsook het vastmaken van de hand aan het werpframe. Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |
| 54 | X | Bij botsing in de eerste 50m: herstarten. Helm verplicht. | | / | / | / | / | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |
| 55 - 56 57 - 58 | / | / | / | / | / | / | / | Gewichten van de tuigen: zie bijlage. | | / |

SAMENVATTING GEWICHTEN

| KLASSE | KOGEL | | DISCUS | | SPEER | |
|-------------------------------------|--|---|---|---|--|--|
| | MANNEN | VROUWEN | MANNEN | VROUWEN | MANNEN | VROUWEN |
| 11 - 12 - 13 - 20 (idem validen) | Sen: 7,26 kg Jun: 6 kg Schol: 5 kg Kad: 4 kg Min: 3 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen: 4 kg Jun: 4 kg Schol: 3 kg * Kad: 3 kg * Min: 2 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen: 2 kg Jun: 1,75 kg Schol: 1,5 kg Kad: 1 kg Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg Ben: / | Sen: 1 kg Jun: 1 kg Schol: 1kg Kad: 1 kg Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg Ben: / | Sen: 800 gr Jun: 800 gr Schol: 700 gr Kad: 600 gr Min: 400 gr Pup: Hockeybal Ben : Hockeybal | Sen: 600gr Jun: 600 gr Schol: 500 gr * Kad: 500 gr * Min: 400 gr Pup: Hockeybal Ben: Hockeybal |
| 32 | Sen-Jun-Schol: 2 kg Kad-Min-Pup-Ben: 1 kg | | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | / | |
| 33 | Sen-Jun-Schol: 3 kg Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | Sen-Jun-Schol: 600 gr Kad: 500 gr Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal | Sen-Jun: 600 gr Schol-Kad: 500 gr* Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal |
| 34 - 35 - 36 | Sen-Jun-Schol: 4 kg Kad-Min: 3 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 3 kg Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | Sen-Jun-Schol: 600 gr Kad: 500 gr Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal | Sen-Jun: 600 gr Schol-Kad: 500 gr* Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal |
| 37 | Sen-Jun-Schol: 5 kg Kad-Min: 3 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 3 kg Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | Sen-Jun-Schol: 600 gr Kad: 500 gr Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal | Sen-Jun: 600 gr Schol-Kad: 500 gr* Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal |
| 38 | Sen-Jun-Schol: 5 kg Kad-Min: 3 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 3 kg Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 1,5 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | Sen-Jun: 800 gr Schol: 700 gr* Kad: 500 gr Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal | Sen-Jun-Schol: 600 gr Kad: 500 gr * Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal |
| 42 - 43 - 44 | Sen-Jun: 6 kg Schol : 5 kg Kad: 4 kg Min: 3 kg | Sen-Jun: 4 kg Schol-Kad : 3 kg Min-Pup: 2 kg | Sen-Jun: 1,5 kg Schol-Kad: 1 kg Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | Sen-Jun-Schol-Kad: 1 kg Min: 0,750 kg | Sen-Jun: 800 gr Schol: 700 gr Kad: 500 gr Min: 400 gr | Sen-Jun: 600 gr Schol : 500 gr Kad-Min : 400 gr |
| 45 - 46 | | | Sen-Jun-Schol: 1,5 kg | | | |

| | | | | | | |
|--------------|---|--|--|---|---|---|
| | Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Ben: 1 kg | Kad: 1 kg Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | Pup: 0,600 kg | Pup-Ben: Hockeybal | Pup-Ben: Hockeybal |
| 51 | / | | Sen-Jun: 1 kg Schol-Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | / | |
| 52 | Sen-Jun-Schol-Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | | Sen-Jun: 1 kg Schol-Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | Sen-Jun: 600 gr Schol: 500 gr Kad-Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal | |
| 53 | Sen-Jun-Schol: 3kg Kad-Min-Pup: 2kg Ben: 1 kg | Sen-Jun: 3 kg Schol-Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | | | | |
| 54 - 55 - 56 | Sen-Jun: 4 kg Schol: 3 kg Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun: 3 kg Schol-Kad-Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | | |
| 57 | | | | Sen-Jun-Schol: 1 kg Kad-Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | Sen-Jun-Schol:600 gr Kad: 500 gr Min: 400 gr | Sen-Jun: 600 gr Schol: 500 gr Kad-Min: 400 gr Pup-Ben: Hockeybal |
| 58 | Sen-Jun: 5 kg Schol: 4 kg Kad-Min: 3 kg Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun: 4 kg Schol-Kad: 3 kg Min-Pup: 2 kg Ben: 1 kg | Sen-Jun-Schol-Kad: 1 kg Min: 0,750 kg Pup: 0,600 kg | | | |

Op wedstrijden in Vlaanderen werpen atleten met een handicap nooit met zwaardere tuigen dan valide leeftijdsgenoten van hetzelfde geslacht.

*

Klassen 11, 12, 13 en 20 heren:

Speer: In Vlaanderen werpen de cadetten met een speer van 600 gr. Op IPC erkende meetings dienen -16-jarigen echter te werpen met een speer van 700 gr.

Klassen 11, 12, 13, 20 en 33 t.e.m.38 dames:

Speer: In Vlaanderen werpen de scholieren en cadetten met een speer van 500 gr. Op IPC erkende meetings dienen -16 en -18-jarigen echter te werpen met een speer van 600 gr.

Klassen 11, 12, 13 en 20 dames:

Kogel: In Vlaanderen werpen de scholieren en cadetten met een kogel van 3 kg. Op IPC erkende meetings dienen -16 en -18 jarigen echter te werpen met een kogel van 4 kg.

Klasse 38 heren: Speer: In Vlaanderen werpen de scholieren met een speer van 700 gr. Op IPC erkende meetings dienen - 18-jarigen echter te werpen met een speer van 800 gr.