

1. INSCHRIJVINGSMODALITEITEN

- **Verplichte voorinschrijving via Atletiek.nu (kan door de atleet zelf) t/m dinsdag 16 januari 2023 13u00**
- Inschrijvingsgeld atleet: €5,00/nr. (via clubrekening)
- Inschrijvingen via Atletiek.nu zijn continu te raadplegen/controleren. Er worden dus geen bijkomende inschrijvingen meer toegelaten. **Einddatum inschrijvingen = afsluiten inschrijvingen**
- Reserves: vroege afmeldingen kunnen worden opvangen door de eerste afvallers (maximum 3 reserves). Dit principe wordt definitief afgesloten op de donderdagavond voor het kampioenschap.
- Een atleet mag worden ingeschreven voor maximum 2 nummers
- Inschrijven voor 2 nummers vanaf 200m is niet toegestaan
- De officiële selectie wordt gemaakt zo snel mogelijk na afsluiten van de inschrijvingen
- Niet-deelname of niet-gerechtigde opgave = boete
- Niet-deelname of niet-gerechtigde opgave voor de finale indien geplaatst via reeksen = boete
- Deelname en voorwaarden voor podium van buitenlandse atleten: zie de [Sportreglementen EXTRA](#):
 - Alle buitenlandse atleten, aangesloten bij de VAL, kunnen zich inschrijven. Hun selectie maakt deel uit van het maximum aantal geselecteerde atleten in de discipline.
 - Podium: Alle buitenlandse atleten onder de 18 jaar (verjaardag), aangesloten bij een VAL-club en woonachtig in België, worden toegelaten tot het podium.

2. PROGRAMMA

	MANNEN	VROUWEN
CAD	60-60H 0,838m-200-400-800 Hoog-ver-pols-hss-kogel 4kg	60-60H 0,762m-200-400-800 Hoog-ver-pols-hss-kogel 3kg
SCH	60-60H 0,914m-200-400-800 Hoog-ver-pols-hss-kogel 5kg	60-60H 0,762m-200-400-800 Hoog-ver-pols-hss-kogel 3kg

3. SELECTIECRITERIA

- Beste prestaties periode: 1/04/2023 - 16/01/2024
- Aantal weerhouden atleten / minima:

	Cad/Sch
Kampnrs.	10
60H	24
60	40
200	30
400	24
800	18

(Enkel de 8 beste gaan naar de finale)

4. HOOGTEN VAN DE LAT

○ Hoogspringen:

Cad V	1.40/1.45/1.50/1.53/1.56/1.59	+ 2 cm
Sch V	1.45/1.50/1.53/1.56/1.59	+ 2 cm
Cad M	1.45/1.50/1.55/1.58/1.61/1.64	+ 2 cm
Sch M	1.65/1.70/1.75/1.78/1.81/1.84	+ 2 cm

○ Polsstokspringen:

Cad V	2.10/2.30/2.50/2.70/2.80/2.90	+ 5 cm
Sch V	2.30/2.50/2.70/2.90/3.00/3.10	+ 5 cm
Cad M	2.50/2.70/2.90/3.10/3.30/3.40/3.50/3.60	+ 5 cm
Sch M	3.00/3.20/3.40/3.60/3.80/3.90/4.00	+ 5 cm

5. PLANK HINKSTAPSPRINGEN

Cad V	7m - 9m
Cad M	9m - 11m
Sch V	7m - 9m
Sch M	9m - 11m - 13m

De keuze van de plank is definitief voor de hele wedstrijd.

6. BAANINDELING REEKSEN/FINALE *(gebeurt automatisch in Atletiek.Nu)*

Tijd in reeks:	1	2	3	4	5	6	7	8	9
60 - 60H	4	5	3	6	2	7	8	1	
200 - 400	5	6	4	3	2	1			
800	5	6	6	4	4	3	2	2	1

Finaleprincipe loopnummers: winnaar van elke reeks + beste verliezende tijden. Als er meer dan 4 reeksen zijn, worden enkel de beste tijden weerhouden voor de finales.

7. MEDAILLEVERDELING

- Cad-V: 1 podium per discipline
- Cad-M: 1 podium per discipline
- Sch-V: 1 podium per discipline
- Sch-M: 1 podium per discipline