Reglement jeugdwedstrijden Pupillen-Miniemen

Inleiding

Atletiek voor kinderen en jongeren is niet hetzelfde als voor volwassenen. Daarom zijn er aparte reglementen en aandachtspunten nodig om jeugdwedstrijden goed te laten verlopen.

In dit document vind je alle informatie die je nodig hebt om als atleet, trainer, ouder of jurylid deel uit te maken van jeugdwedstrijden voor **Pupillen en Miniemen**. Het reglement helpt je om te begrijpen wat mag, wat verplicht is en hoe wedstrijden georganiseerd worden. Zo zorgen we samen voor een veilige, eerlijke en leuke sportervaring voor iedereen.

Reglementen voor Kangoeroes-Benjamins of wedstrijden vanaf Cadet zijn in afzonderlijke documenten raadpleegbaar op de website atletiek.be.

Aanpassingen tov vorige versie (31/03/2026)

Competitiereglementen:

5. Programmabepalingen

5.1. Als een organisator een wedstrijd polsstok en/of 2000m op het programma plaatst moet het daarnaast nog minimaal 4 andere disciplines programmeren. **(aanvulling)**

5.3. 2000m voor miniemen kan als DEMOnummer geprogrammeerd worden (niet indoor), dit moet niet vallen binnen de tijd van 3u. Bij voorkeur werken atleten die deelnemen aan maximaal 3 andere disciplines hun volledige wedstrijd ook af binnen maximaal 4u.

5.3.1. *Aangezien het om een DEMOnummer gaat wordt er geen ranglijst bijgehouden.* **(toevoeging)**

5.7. Opeenvolgende disciplines voor dezelfde categorie mogen niet overlappen, *tenzij er voldoende alternatieve keuze wordt aangeboden*. Een parallel aanbod is wel toegestaan. (aanvulling)

5.7.1. Als er tijdens een wedstrijd wijzigingen zijn aan het schema dan kan een discipline vroeger of later starten dan voorzien en daarmee in overlap komen met andere disciplines. Er moet dan door de (jeugd)scheidsrechter of de chef kamp bekeken worden dat alle atleten kunnen deelnemen aan de gewijzigde wedstrijduren.

5.8. Om de wedstrijdduur per atleet beknopt te kunnen houden en alsnog voldoende atleten kans te geven om deel te nemen raden we aan om bij grotere organisaties meerdere startgroepen te plannen of hetzelfde programma te herhalen. **(wijziging omschrijving)**

7. Inschrijvingen

(Volgende punten werden geschrapt vanwege herhaling)

~~7.11. 2000m voor miniemen kan als DEMOnummer geprogrammeerd worden (niet indoor)~~

~~7.11.1. Dit moet niet geprogrammeerd staan binnen de tijd van 3u. Bij voorkeur werken atleten die deelnemen aan maximaal 3 andere disciplines hun volledige wedstrijd ook af binnen maximaal 4u.~~

~~7.12. Miniemen kunnen deelnemen aan polsstokwedstrijden voor Cadetten, op voorwaarde dat dit bij de wedstrijdaanvragen is doorgegeven en het uitsluitend om een wedstrijd Miniemen en Cadetten gaat. (zie artikel 5.7)~~

~~7.13. Combinaties van loopdisciplines langer dan 150m zijn niet toegelaten (300m, 1000m, 2000m (outdoor), 4x200m (indoor) & 3x600m (outdoor)).~~

9. Veiligheid *(toevoeging voor alle soorten van jeugdwedstrijden)*

9.1. Medische hulppost verplicht aanwezig op elk evenement. Ziekenwagen is aanbevolen.

9.2. Organisator moet zorgen voor algemene veiligheid van atleten, jury, toeschouwers, enz.

Technische reglementen:

8. Codes bij diskwalificaties

8.1. *Indien er een diskwalificatie wordt toegepast tijdens een wedstrijd bij Pupillen en Miniemen wordt de code genoteerd die gekoppeld is aan de artikelnummers in het WA reglement. We verwijzen ook naar het document op de website van Atletiek Vlaanderen waar alle mogelijke redenen voor diskwalificatie met hun juiste codering worden toegelicht.* **(Toevoeging)**

12. De start

12.8.2 3-puntstart *(Na het commando 'op uw plaatsen' zijn verschillende varianten in houding toegelaten. Na het commando 'klaar' moet de atleet 1 hand en 2 voeten op de grond hebben.)* **(verduidelijking omschrijving)**

19. Algemeenheden – kampproeven

19.1. Oefenpogingen op het wedstrijdterrein **(wijziging)**

19.1.1. Op het wedstrijdterrein en voor het begin van de proef mag elke atleet oefenpogingen ~~(minimaal 2 en beste maximaal 3)~~ uitvoeren. ~~Voor de werpproeven en verspringen worden de oefenpogingen bij voorkeur uitgevoerd worden in de volgorde van de wedstrijd en steeds onder toezicht van Juryleden.~~

19.1.2. ~~Voor hoog- en polsstokspringen wordt de lat op 4 verschillende hoogtes (oplopend) gelegd: aanvangshoogte, +10cm, +10cm, +10cm. De atleten kunnen naar keuze op deze verschillende hoogten 1 tot max 3 pogingen per hoogte inspringen. Het totaal aantal pogingen blijft bij voorkeur beperkt tot maximaal 4 om de opwarmperiode zo kort mogelijk te houden zodoende de wedstrijd tijdig kan aanvatten. Dit moet door het juryteam nauwlettend in het oog gehouden worden.~~ **(geschrapt en vervangen door volgende tekst)**

19.1.2. Bij een groot aantal atleten, vertraging in het wedstrijdprogramma, of een andere factoren waardoor het vlotte, stipte verloop van de wedstrijd in het gedrang komt, kunnen de juryleden ervoor kiezen om het aantal oefenpogingen te beperkten tot maximaal 3 pogingen. Dit opdat de wedstrijd tijdig of met minimale vertraging kan starten.

20. Algemeenheden hoog- en polsstokspringen

20.1. Start en hoogteverloop **(verduidelijking)**

20.1.2. De lat wordt bij hoogspringen verhoogd met **5 cm per ronde** en bij polsstokspringen **met 10cm per ronde** *(wanneer Miniemen deelnemen aan wedstrijden polsstok waar ook Cadetten deelnemen volgen ze de reglementering die van toepassing is op de Cadetten. Hierdoor is het mogelijk dat de lat met andere hoogtes wordt verhoogd).*

20.1.3. Zodra er nog maar één atleet overblijft, mag deze verder springen. De lat wordt bij hoogspringen nog steeds per 5cm verhoogd en bij polsstokspringen per 10cm (geen vrije keuze atleet). *In een polsstokwedstrijd waar Miniemen en Cadetten samen springen mag de laatst overblijvende atleet zijn volgende hoogte wel zelf kiezen.*

21.2. Aanloop en installatie

21.2.1. De aanloop van een atleet mag maximaal *6m breed en ~~8m~~ 10m (Pupillen) en ~~13m~~ 15m (Miniemen) diep zijn tov de staander*. **(NIEUW reglement)**

21.2.2. ~~Ter hoogte van het midden van de mat wordt een markering aangebracht (dit mag op de piste en/of op de mat zijn). Doel hiervan is om atleten te ondersteunen en stimuleren af te stoten in het 1ste 3de van de lat.~~ **(geschrapt)**

23. Verspringen

23.1. Aanloop en afzet

Aanlooplengte:

23.1.1. Pupillen: maximaal ~~***15***~~ ***18 meter*** **(NIEUW reglement)**

23.1.2. Miniemen: maximaal ~~***20***~~ ***23 meter*** **(NIEUW reglement)**

25. Kogelstoten

25.3. Voor Pupillen: De worp mag op een van de volgende manieren worden uitgevoerd:

25.3.1. Standworp, eventueel voorafgegaan door één uitvalpas vanuit een startpositie met beide voeten samen aan de voorkant* van de werpcirkel.
*De voeten moeten de stootblok niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de stootblok staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de stoottechniek.

25.3.2. Doorstaptechniek, vanuit een startpositie met de rug naar de werpsector. Bij een rechtshandige werper staat de rechtervoet op de positie voor de standworp en mag de linkervoet voorbij de rechtervoet staan. De doorstap bestaat uit één draaibeweging op de rechtervoet, waarbij de linkervoet achterwaarts naar de standworppositie wordt verplaatst. Voor een linkshandige werper geldt de uitvoering in spiegelbeeld. **(NIEUW reglement)**
~~Pupillen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken tot maximaal een uitvalpas waarbij startpositie met 2 voeten aan* de voorzijde van de werpcirkel is. Voor rechtshandige werpers gaat de rechtste voet naar achter uitvallen tot de positie van een standworp. Daar dit dynamisch gebeurt zal de atleet meer snelheid kunnen genereren bij het afwerpen van de discus.~~
~~* De voeten moeten de stootblok niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de voorzijde van de stootblok staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de werptechniek.~~ **(geschrapt door nieuw toegevoegd deel reglement)**

26. Discuswerpen

26.2. Voor Pupillen: De worp mag op een van de volgende manieren worden uitgevoerd:

26.2.1. Standworp, eventueel voorafgegaan door één uitvalpas vanuit een startpositie met beide voeten samen aan de voorkant* van de werpcirkel.
*De voeten moeten de werpcirkel niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de werpcirkel staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de stoottechniek.

26.2.2. *Doorstaptechniek, vanuit een startpositie met de rug naar de werpsector. Bij een rechtshandige werper staat de rechtervoet op de positie voor de standworp en mag de linkervoet voorbij de rechtervoet staan. De doorstap bestaat uit één draaibeweging op de rechtervoet, waarbij de linkervoet achterwaarts naar de standworppositie wordt verplaatst. Voor een linkshandige werper geldt de uitvoering in spiegelbeeld.* **(NIEUW reglement)**
~~Pupillen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken tot maximaal een uitvalpas waarbij startpositie met 2 voeten aan* de voorzijde van de werpcirkel is. Voor rechtshandige werpers gaat de rechtste voet naar achter uitvallen tot de positie van een standworp. Daar dit dynamisch gebeurt zal de atleet meer snelheid kunnen genereren bij het afwerpen van de discus.~~
~~* De voeten moeten de werpcirkel niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de voorzijde van de werpcirkel staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de werptechniek.~~ **(geschrapt door nieuw toegevoegd deel reglement)**

Inhoudstabel

Inleiding 1
Aanpassingen tov vorige versie (31/03/2026) 1
Inhoudstabel 4
Uitgangspunt hervorming competitie 6
Competitiereglementen 6
1. Leeftijds- en geslachtscategorieën 6
2. Seizoen en wedstrijdperiode 6
3. Disciplines 7
4. Gemengde wedstrijden 7
5. Programmabepalingen 7
6. Rekenregels 9
7. Inschrijven 9
8. Veiligheid 10
9. Veldlopen 10
10. Wegwedstrijden, trailwedstrijden en berglopen 11
11. Snelwandelen 12
12. Beker van Vlaanderen 12
13. Provinciale kampioenschappen 19
Technische reglementen 19
ALGEMEEN (indoor én outdoor) 19
1. Juryleden 19
2. Afkortingen 20
3. De Atletiekinstallatie 21
4. Wedstrijdterrein richtlijnen 21
5. Kledij, schoenen en startnummers 22
6. Begeleiding en hulp aan atleten 22
7. Ex Aequo 26
8. Verwittigingen en diskwalificatie 26
9. Protesten en beroep 27
10. Geldigheid van de prestaties 28
11. Video opnames 28
LOOPWEDSTRIJDEN OP DE LOOPPISTE 29
12. De start 29

13. De loopwedstrijden 32
14. De aankomst 33
15. Tijdopname 33
16. Reeksverdeling bij loopwedstrijden 33
17. Horden 33
18. Aflossingswedstrijden 35
KAMPPROEVEN 37
19. Algemeenheden – Kampproeven 37
20. Algemeenheden – Hoog- en Polsstokspringen 39
21. Hoogspringen 40
22. Polsstokspringen 40
23. Verspringen 42
24. Algemeenheden – Werpproeven 43
25. Kogelstoten 45
26. Discuswerpen 46
27. Vortexwerpen – Speerwerpen 47
28. Meerkampen 47

Uitgangspunt hervorming competitie

Sinds het seizoen 2025-2026 gelden er nieuwe regels voor wedstrijden voor Pupillen en Miniemen. Deze vernieuwing heeft als doel om jeugdatletiek fris, uitdagend en toekomstgericht te houden.

De belangrijkste doelen van deze hervorming zijn:

- **Meer beweegtijd binnen een kortere totale wedstrijdduur**.
- **Kortere wachttijden** tijdens en tussen de disciplines.
- **Een vlottere en dynamischere wedstrijdbeleving**.
- **Meer plezier en betrokkenheid** bij jonge atleten.

De focus ligt op individuele resultaten, exacte metingen en een wedstrijdduur van bij voorkeur maximaal 3 uur per atleet. De organisator dient erin te voorzien dat elke atleet een keuze kan maken om deel te nemen aan maximaal 4 verschillende disciplines die het binnen 3u kan afwerken. In uitzonderlijke gevallen (zoals deelname aan een aflossing, polsstokspringen of 2000m) mag de totale duur oplopen tot **vier uur**. Deze uitzonderingen worden verderop in het reglement uitgelegd.

Competitiereglementen

1. Leeftijds- en geslachtscategorieën

1.1. De **leeftijdscategorieën** worden bepaald op basis van de leeftijd van de atleet op 31 december van het wedstrijdjaar:
  1.1.1. **Pupillen**: 10 of 11 jaar
  1.1.2. **Miniemen**: 12 of 13 jaar

1.2. Een atleet mag enkel deelnemen in de categorie die overeenkomt met zijn of haar leeftijd.
  1.2.1. Uitzondering: Miniemen kunnen deelnemen aan een wedstrijd polsstok met Cadetten (voorwaarden beschreven in artikel 5 van de competitiereglementen: programmabepalingen)

1.3. **Transpersonen**:

Pupillen en Miniemen kunnen zonder restricties deelnemen aan wedstrijden binnen een andere genderidentiteit dan hun biologische geslacht. Hiervoor dient evenwel een melding te worden gedaan bij de federatie via een aanmeldingsformulier.

Meer info is verkrijgbaar via de website: https://www.atletiek.be/competitie/veilig-en-gezond#transpersonen

2. Seizoen en wedstrijdperiode

Een atletiekseizoen loopt officieel van 1 november tot 31 oktober. Hoewel het seizoen officieel pas op 1 november start, kunnen er al wedstrijden vóór die datum georganiseerd worden die **toch meetellen voor het nieuwe atletiekjaar**.

Standaard geldt voor de organisatie van wedstrijden het volgende:

- **Veldlopen en indoorwedstrijden** kunnen doorgaan tussen **1 november en 31 maart**.
- **Outdoorwedstrijden** kunnen doorgaan tussen **1 april en het eerste weekend van oktober**.

De afwijkingen op deze periodes worden jaarlijks bekendgemaakt via de reglementen van toepassing op atleten vanaf Cadetten.

3. Disciplines

3.1. **Pupillen:**

Loopnummers: 60m, 60m horden, 1000m, 4x60m, 3x600m (enkel outdoor).
Enkel indoor: 50m/50mH (indien de zaal geen 60m mogelijk maakt), 4x200m
Kampnummers: Verspringen, Hoogspringen, Kogelstoten, Discuswerpen (niet indoor), Vortexwerpen (niet indoor)
4-kamp (2 loopnummers, 1 spring en 1 werpnummer)

3.2. **Miniemen:**

Loopnummers: 80m, 150m, 300m, 60/80m horden, 1000m, 4x80m, 3x600m (enkel outdoor), 2000m (demonummer – niet indoor).
Enkel indoor: 60m/60mH, 50m/50mH (indien de zaal geen 60m mogelijk maakt), 4x200m
Kampnummers: Verspringen, Hoogspringen, Polsstokspringen, Kogelstoten, Discuswerpen (niet indoor), Speerwerpen (niet indoor)
4-kamp (2 loopnummers, 1 spring en 1 werpnummer)

4. Gemengde wedstrijden

Bij jeugdwedstrijden mogen **jongens en meisjes samen** deelnemen aan een discipline, tenzij anders vermeld. Dit is toegestaan voor alle onderdelen, **behalve bij de hordenwedstrijden voor Miniemen** (60m/80m horden), die **niet gemengd** mogen worden georganiseerd.

De uitslagen van gemengde wedstrijden worden **altijd apart opgemaakt per geslacht**.

5. Programmabepalingen

5.1. Een wedstrijdprogramma bevat minimaal 4 disciplines per categorie in de zomer. Voor indoorwedstrijden zijn dit minimaal 3 disciplines waar de infrastructuur het toelaat.

5.1.1. Uitzondering op minimum aantal disciplines is de organisatie van een thema meeting (indoor of outdoor) waarbij slechts 1 discipline wordt aangeboden

5.2. Atleten mogen ongeacht het aantal disciplines dat geprogrammeerd staan deelnemen aan maximaal 4 disciplines en werken deze bij voorkeur af binnen 3u. Indien voor indoorwedstrijden 3 disciplines geprogrammeerd staan kunnen atleten uiteraard slechts aan maximaal 3 disciplines deelnemen en worden deze ook afgewerkt binnen 3u. Het programmeren van een aflossingswedstrijd kan als bijkomende discipline en kan ook leiden tot deelname aan in totaal 5 disciplines. Naast de aflossingswedstrijd moeten nog steeds minimaal 4 disciplines aangeboden worden (3 bij indoorwedstrijden).

5.3. 2000m voor miniemen kan als DEMOnummer geprogrammeerd worden (niet indoor), dit moet niet vallen binnen de tijd van 3u. Bij voorkeur werken atleten die deelnemen aan maximaal 3 andere disciplines hun volledige wedstrijd ook af binnen maximaal 4u.

5.3.1. Aangezien het om een DEMOnummer gaat wordt er geen ranglijst bijgehouden.

5.4. Als een organisator een wedstrijd polsstok en/of 2000m op het programma plaatst moet het daarnaast nog minimaal 4 andere disciplines programmeren.

5.5. Een meerkampwedstrijd bestaat uit 4 disciplines met 2 loop en 2 kampnummers naar keuze. Het is niet toegelaten om bij een meerkampwedstrijd nog extra disciplines (vb aflossingen) te programmeren.

5.6. De totale wedstrijdduur voor een atleet die deelneemt aan een aflossingswedstrijd, polsstok of 2000m is bij voorkeur beperkt tot maximaal 4u.

5.7. Om de wedstrijdduur per atleet beknopt te kunnen houden en alsnog voldoende atleten kans te geven om deel te nemen raden we aan om bij grotere organisaties meerdere startgroepen te plannen of hetzelfde programma te herhalen.

5.7.1. Voor een outdoorwedstrijd raden we 2 kampnummers (15' opwarming + 45' wedstrijd) en 2 loopnummers (15' wedstrijd) aan. Om binnen de 3u te blijven adviseren we om maximaal 30 atleten tegelijk te laten deelnemen.

5.7.2. Voor een indoorwedstrijd raden we 2 kampnummers (15' opwarming + 45' wedstrijd) en 1 loopnummer (15' wedstrijd) aan. Eveneens met een maximum van 30 atleten per groep.

5.7.3. Bij voorkeur zijn de kampnummers op outdoorwedstrijden 1 spring en 1 werpnummer, indoor kunnen ook 2 springnummers geprogrammeerd worden.

5.8. Hoogspringwedstrijden worden bij voorkeur afgewerkt binnen 75 min (15' opwarming + 60' wedstrijd), ook hier adviseren we om maximaal 30 atleten tegelijk te laten deelnemen. De wedstrijd voor een atleet eindigt bij 2 opeenvolgende mislukte pogingen, ongeacht de hoogte.

5.8.1. Om wedstrijden vlotter vooruit te laten gaan kan worden geopteerd voor minimaal 2 wedstrijdmomenten met verschillende starthoogtes. Op deze manier hoeft de helft van de atleten niet te wachten op de lagere hoogtes en kunnen zij sneller hun wedstrijd starten. Vb starthoogte PUP: 75cm en 90cm, MIN: 80cm en 100cm.

5.8.2. De lathoogtes van beide groepen moeten wel steeds overeenkomen. Groep 2 mag dus niet springen op bv 103cm en 108cm als groep 1 springt op 100cm en 105cm.

5.9. Polsstokspringen voor Miniemen moet niet vallen binnen de tijd van 3u. Bij voorkeur werken atleten die deelnemen aan maximaal 3 andere disciplines hun volledige wedstrijd ook af binnen maximaal 4u. Deelname aan polsstokspringen valt dus ook binnen het maximum van 4 disciplines dat een atleet mag kiezen tijdens een wedstrijd (muv aflossing als 5de discipline).

5.10. Miniemen kunnen deelnemen aan polsstokwedstrijden voor Cadetten, op voorwaarde dat dit bij de wedstrijdaanvragen is doorgegeven en het uitsluitend om een wedstrijd Miniemen en Cadetten gaat. Miniemen mogen niet samen springen met Scholieren of ouder. Ze mogen tijdens deze wedstrijd niet deelnemen aan andere disciplines. Dit is uiteraard ook niet van toepassing op kampioenschappen, ACM meetings en FlandersCup wedstrijden.

5.10.1. De wedstrijd mag worden opgesplitst in groepen met verschillende aanvangshoogtes. Hierbij kunnen Cadetten kiezen om deel te nemen aan de wedstrijd met Miniemen (lagere starthoogte) of Scholieren en ouder (hogere starthoogte).
Noot: De organisatoren moeten in hun wedstrijdaanvraag melden welke categorieën zij samenvoegen en hoe zij de wedstrijd zullen splitsen (aanvangshoogte van elke groep bepalen).
(wanneer Miniemen deelnemen aan wedstrijden polsstok met Cadetten volgen ze de reglementering die van toepassing is op de Cadetten)

5.11. Combinaties van loopdisciplines langer dan 150m zijn niet toegelaten (300m, 1000m, 2000m (outdoor), 4x200m (indoor) & 3x600m (outdoor)).

5.12. Het tijdschema moet zo worden opgesteld dat disciplines voor eenzelfde categorie niet overlappen. Atleten mogen niet gelijktijdig deelnemen aan 2 of meer disciplines. Indien disciplines wel overlappen mag de combinatie van die disciplines niet toegelaten worden en moet de organisator er in voorzien dat elke atleet wel in de mogelijkheid is om aan maximaal 4 disciplines deel te nemen binnen de voorziene maximale duurtijd van 3u (of 4u indien deelname aan aflossing, polsstokspringen of 2000m).

5.13. Organisator beslist vooraf hoeveel atleten het maximaal kan toelaten en plant het uurschema hier ook naar.

5.13.1. Tijdschema's mogen gewijzigd worden tot 24u voor de start van de wedstrijd, alle deelnemers dienen hiervan verwittigd te worden. Bij het wijzigen van het tijdschema mogen atleten die ingeschreven waren voor disciplines die niet overlapten, niet in wedstrijden gezet worden die gelijktijdig plaatsvinden.

5.14. Bij indoorwedstrijden wordt het afgeraden om hoogspringen samen te organiseren met wedstrijden 60m Horden indien de aanloop van het hoogspringen overlapt met de 60m piste.

5.15. Lange werpnummers die gelijktijdig op het uurrooster staan kunnen niet op hetzelfde terrein georganiseerd worden.

6. Rekenregels

6.1. **Voor loopnummers:**

Aan de hand van de voorziene tijd per loopnummer (verschil tussen startuur eerste wedstrijd en startuur volgende wedstrijd) kan je het maximaal aantal deelnemers berekenen:

6.1.1. **2,5 minuten per reeks voor loopnummers in banen**: vb. op een piste met 6 banen kunnen 36 atleten per 15 minuten starten (5 reeksen van 6 deelnemers per reeks), op een piste met 8 banen kunnen 48 atleten per 15 minuten starten (5 reeksen van 8 deelnemers per reeks)
Indien er hordenwedstrijden op programma staan moet er ook tussen wedstrijden waarbij horden verplaatst/verhoogd extra tijd worden voorzien. Reken hiervoor best minstens 5 minuten.

6.1.2. **3 minuten per reeks voor aflossingen in banen** (4x60m en 4x80m): vb op een piste met 6 banen kunnen 30 ploegen per 15 minuten starten (5 reeksen van 6 ploegen per reeks), op een piste met 8 banen kunnen 40 ploegen per 15 minuten starten (5 reeksen van 8 ploegen per reeks)

6.1.3. **6 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen**: indien je wedstrijden met 15 atleten per reeks laat lopen kunnen er 45 atleten per 18 minuten (3 reeksen van 15 deelnemers per reeks)

6.1.4. **10 minuten per reeks voor aflossingen niet in banen (4x200m indoor, 3x600m)**: indien je wedstrijden met 10 ploegen per reeks laat lopen kunnen er 20 ploegen per 20 minuten starten (2 reeksen van 10 ploegen per reeks)

6.2. **Voor kampnummers:**

Voor de bepaling van het aantal deelnemers dat kan worden toegelaten aan een kampnummer moet er rekening gehouden worden met 2 tijdsindicaties.

6.2.1. **Opwarmtijd:** Bij kampnummers krijgen atleten 2 tot 3 oefenpogingen voor aanvang van de wedstrijd. Om de wedstrijden tijdig te kunnen starten moet bij de opmaak van het uurschema rekening worden gehouden met de tijd nodig om te kunnen opwarmen. Houd hierbij rekening met volgende tijdindicatie:

6.2.1.1. Polsstokspringen 2 minuten per atleet

6.2.1.2. Hoogspringen best 45 seconden per atleet

6.2.1.3. Andere kampnummers: 30 seconden per atleet

6.2.2. **Wedstrijdtijd:** Om te bepalen hoe lang een wedstrijd zal duren bij x-aantal deelnemers of hoeveel deelnemers kunnen worden toegelaten bij x-aantal tijd gebruik je volgende rekenregels:

6.2.3. 2 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen: vb. op 1u kunnen maximaal 30 atleten deelnemen

6.2.4. 10 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen: vb. op 2u kunnen maximaal 12 atleten deelnemen

6.2.5. 1,5 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers: vb. op 45min kunnen maximaal 30 atleten deelnemen

7. Inschrijven

7.1. **Voorinschrijving is verplicht**.

7.1.1. Voorinschrijvingen sluiten ten laatste 48u voor aanvang van de wedstrijd. Voor veldlopen mogen de inschrijvingen open blijven tot daags voor de wedstrijd.

7.1.2. Het aantal beschikbare plaatsen wordt vooraf bekend gemaakt (bij voorkeur) of het uurrooster moet na de inschrijfperiode zo snel mogelijk aangepast worden zodoende dit strikt opgevolgd kan worden.

7.2. **Niet-aangesloten atleten** mogen deelnemen aan jeugdwedstrijden. Behalve bij provinciale kampioenschappen, Beker van Vlaanderen of indien anders vermeld door de organisator.
  7.2.1. Alle atleten die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer.
  7.2.2. Voor aangesloten atleten zonder vergunning en niet aangesloten atleten mag een dagvergunning van 5,00 euro worden aangerekend (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
7.3. Een organisator kan vrij bepalen hoeveel inschrijvingsgeld ze aanrekenen. Het is niet verplicht om inschrijvingsgeld aan te rekenen.
7.4. Een organisator kan vrij bepalen of en hoeveel inkomgeld ze vragen.
7.5. Buitenlanders, aangesloten bij Atletiek Vlaanderen, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging
7.6. Een atleet mag **slechts aan één wedstrijd per dag** deelnemen. Deelname aan twee verschillende meetings en/of veldlopen op dezelfde dag is niet toegestaan.
7.7. Een atleet mag **niet twee keer aan dezelfde proef** deelnemen tijdens één meeting. (behalve de eventuele finale 60m-80m tijdens een PK)
7.8. Zoals in het artikel 1.2 van de competitiereglementen vermeld mogen atleten niet deelnemen aan wedstrijden in een andere categorie dan deze bepaald door hun leeftijd.
7.9. De organisator bepaalt zelf of het werkt met aanmelding. (aan te raden voor pistewedstrijden)
7.10. Het is niet toegelaten om reeksen en finales te organiseren bij jeugdwedstrijden, met uitzondering van de Provinciale kampioenschappen.
7.11. Een wedstrijd mag tot maximaal 20u30 duren (= einde laatste discipline of indien podia voorzien = einde laatste podium)
7.12. **Let op bij overlappende disciplines:**
  7.12.1. Atleten mogen niet gelijktijdig deelnemen aan meerdere disciplines. Als het tijdschema toch overlap veroorzaakt, moet de organisator ervoor zorgen dat elke atleet nog steeds aan maximaal 4 disciplines kan deelnemen binnen de voorziene tijd (3 uur, of 4 uur bij deelname aan aflossing, polsstokspringen of 2000m).
  7.12.2. Bij onvoorziene omstandigheden (zoals slecht weer of technische problemen) moet de organisatie proberen om overlap te vermijden. Als dat niet lukt, moet elke atleet alsnog de kans krijgen om zijn of haar disciplines in zo normaal mogelijke omstandigheden af te werken.
  7.12.3. Als er tijdens een wedstrijd wijzigingen zijn aan het schema dan kan een discipline vroeger of later starten dan voorzien en daarmee in overlap komen met andere disciplines. Er moet dan door de (jeugd)scheidsrechter of de chef kamp bekeken worden dat alle atleten kunnen deelnemen aan de gewijzigde wedstrijduren
7.13. Verzaken aan deelname
  7.13.1. Een atleet die inschreef voor een discipline en alsnog beslist niet deel te nemen kan zonder tijdig annuleren van de deelname op het wedstrijdsecretariaat ook niet deelnemen aan volgende disciplines tijdens de wedstrijd.

8. Veiligheid

8.1. Medische hulppost verplicht aanwezig op elk evenement.
8.2. Organisator moet zorgen voor algemene veiligheid van atleten, jury, toeschouwers, enz.

9. Veldlopen

9.1. **Afstanden**

De organisator mag vrij kiezen tussen een minimum- en maximumafstand. Deze afstanden gelden voor het hele veldloopseizoen (met een marge van 50m).

9.1.1. Pupillen 1000 m – 1500 m
9.1.2. Miniemen 1500 m – 2250 m

9.2. **Categorieën**

PUP-MIN: samen (= eerstejaars + tweedejaars), met afzonderlijke rangschikking, podium per geboortejaar. Het is toegelaten beide geboortejaren afzonderlijk te laten starten.

9.3. **Resultaten**

Aan de clubs wordt gevraagd om te werken met elektronische rangschikking door middel van scanning van de startnummers.

9.4. **Prijzentafel**

De prijzentafel of het uitreiken van een aandenken dient te gebeuren volgens een vooraf vastgelegde procedure (bij voorkeur een identieke prijs voor de eerste tot de laatste). De prijsuitreiking dient uiterlijk 90 minuten na de aankomst afgehandeld te zijn.

10. Wegwedstrijden, trailwedstrijden en berglopen

10.1. Maximale afstand voor jeugd
- 10.1.1. Pupillen: aanbevolen afstand: 1000m – 1500m
- 10.1.2. Miniemen: aanbevolen afstand: 1500m – 2250m
- 10.1.3. Afwijkingen zijn toegelaten tot maximaal 5km

10.2. Veiligheid
- 10.2.1. Medische hulppost verplicht aanwezig op elk evenement. Ziekenwagen is aanbevolen.
- 10.2.2. Organisator moet zorgen voor algemene veiligheid van atleten, jury, toeschouwers, enz.
- 10.2.3. Er moeten voldoende **seingevers en begeleiders** aanwezig zijn.

10.3. Begeleiding
- 10.3.1. Verboden hulp tijdens de wedstrijd: o.a. fietsen, tempo aangeven, verzorging buiten de bevoorradingsposten.
- 10.3.2. Toegelaten hulp: medische hulp, eigen drank aan bevoorradingsposten, ondersteuning door officiële personen bij een val.

10.4. Organisatie & Resultaten
- 10.4.1. **Tijdopname** is optioneel, maar als er een klassement wordt opgemaakt, moet dit **correct en transparant** gebeuren.
- 10.4.2. Uitsplitsing per leeftijdscategorie is toegestaan.
- 10.4.3. **Podia en prijzen** zijn toegestaan, maar het is belangrijk dat de nadruk blijft liggen op **deelname en plezier**, niet op prestatie.

10.5. Jurering
- 10.5.1. Geen verplichte jury, maar organisator moet wel zorgen voor voldoende medewerkers.

10.6. Afstandsaanduiding en parcours
- 10.6.1. Het parcours moet **afgesloten zijn van verkeer**.
- 10.6.2. Voor jeugdwedstrijden moet het parcours duidelijk afgebakend zijn.
- 10.6.3. Afstanden moeten correct weergegeven zijn.
- 10.6.4. Start en aankomst bij voorkeur niet te ver uit elkaar en duidelijk gemarkeerd.

10.7. Organisatoren die een jeugdwegwedstrijd willen opzetten, wordt aangeraden om:
- 10.7.1. De wedstrijd **aan te geven bij de federatie**.
- 10.7.2. De wedstrijd te organiseren in samenwerking met een **erkende atletiekclub**.
- 10.7.3. De wedstrijd te combineren met een recreatief luik (zoals een kidsrun of familieloop).

10.8. Voor de specifieke reglementering van deze wedstrijdvarianten verwijzen we naar de WA reglementen en/of specifieke reglementering die hiervoor werd opgesteld.

11. Snelwandelen

Snelwandelen is een officiële atletiekdiscipline, maar wordt **niet georganiseerd voor de jeugdcategorieën Pupillen en Miniemen** binnen het reguliere wedstrijdcircuit van Atletiek Vlaanderen.

Er zijn dus:

- **Geen snelwandelwedstrijden** voorzien in het jeugdprogramma.
- **Geen reglementaire bepalingen** opgenomen voor deze discipline in dit jeugdreglement.

12. Beker van Vlaanderen

12.1. **Toelichting**

De organisatie van de Beker van Vlaanderen voor Pupillen en Miniemen is een gemengde competitie.

De atleten werken hun competitie wel per geslacht en categorie af en de punten worden ook toegekend per wedstrijd. De punten worden opgeteld tot één gezamenlijk eindresultaat die de rangschikking per club bepaald.

12.2. **Organisatie**

Er worden jaarlijks maximaal 6 matchen samengesteld met 9 tot 12 ploegen (wijzigingen onder voorbehoud van het aantal inschrijvingen). De verdeling van de clubs gebeurt zoveel mogelijk op geografische ligging om de verplaatsingen beperkt te houden. De clubs kunnen in het najaar hun kandidatuur insturen voor de organisatie van een match. Voor de organisatie van de finale wedstrijden worden de kandidaturen ingediend na de matches.

12.3. **Inschrijvingen**

Atleten mogen slechts opgesteld worden indien ze een geldig startnummer hebben bij een vereniging van Atletiek Vlaanderen, in tegenstelling tot de andere bekercompetities moeten atleten niet aangesloten zijn voor 1 januari.

Online voorinschrijvingen zijn verplicht.

> Tot 2 dagen (middernacht) voor aanvang van de meeting kan de ploegverantwoordelijke de inschrijvingen zelf online invoeren via Atletiek.nu. Aan de deelnemende clubs wordt gevraagd om de naam van de persoon door te geven die de inschrijvingen zal doen voor de club. Zo kan de organisator het opvolgen moesten er toch andere inschrijvingen gedaan worden en eventueel verder informeren bij mogelijke problemen.

Daags na het sluiten van de inschrijvingen kan het uurschema nog licht gewijzigd worden, dit gebeurt in overleg tussen de organiserende club en de federatie. Hierbij mogen combinaties die voorheen mogelijk waren niet onmogelijk worden.

De dag van de meeting zelf kunnen tot uiterlijk 45 minuten vóór het begin van ieder nummer, volgens tijdschema, nog aanpassingen doorgevoerd worden op het secretariaat.

- Indien er geen atleet ingeschreven was voor het afsluiten van de inschrijvingen kan er geen atleet meer worden toegevoegd.
- Indien er wel een atleet ingeschreven was voor het afsluiten van de inschrijvingen kan deze vervangen worden door:
  - een reeds ingeschreven atleet op een andere proef; of
  - ook door een atleet die nog nergens ingeschreven was.
- De namen van de aflossingsploeg kunnen ook nog altijd ingevuld worden indien de aflossingsploeg ingeschreven is.

12.4. **Programma**

	JONGENS	MEISJES
PUPILLEN	60H-60-1000-4x60 ver-hoog-kogel-vortex	60H-60-1000-4x60 ver-hoog-kogel-vortex
MINIEMEN	80H-80-150-300-1000-4x80 ver-hoog-kogel-speer	60H-80-150-300-1000-4x80 ver-hoog-kogel-speer

12.5. **Bepalingen deelnemers**

Elke club kan een onbeperkt aantal atleten inschrijven.

- Er is geen minimum aantal atleten nodig om te kunnen deelnemen.
- Elke atleet treedt aan in zijn eigen categorie.
- Elke atleet kan maximaal 2 individuele nummers combineren met een aflossing. Wij raden af om in te schrijven voor nummers die gelijktijdig plaatsvinden of overlappen.
- Miniemen mogen geen combinatie van 300m en 1000m maken.
- Voor de springnummers is er een beperking op het maximale aantal atleten dat een club per categorie kan inschrijven, voor hoogspringen kunnen maximaal 2 atleten deelnemen, voor verspringen maximaal 3 atleten.
    - Tijdens de A-Finale kunnen voor hoog 4 atleten en voor ver 6 atleten deelnemen op voorwaarde dat de organisator deze standen kan ontdubbelen!

12.6. **Reeksindeling en toekenning van banen**

De deelnemers aan de loopnummers worden gerangschikt volgens de beste tijd, zoals die tevoorschijn komt in Atletiek.nu (huidig of vorig seizoen. Atleten zonder tijd worden willekeurig gerangschikt.) Atleten met de beste tijden lopen in de laatste reeks. Het aantal deelnemers zal evenredig verdeeld worden over de reeksen.

Voor de 1000m worden maximum 20 atleten toegelaten in één reeks.

Voor de kampnummers worden de atleten gerangschikt volgens prestatie, in opgaande lijn. Atleten zonder vermelding van prestatie worden eerst gerangschikt volgens willekeurige orde.

Reeksindeling estafetten: 30 minuten vóór de voorziene aanvang van de estafetten op basis van de op dat ogenblik beschikbare tussenrangschikking. Er mogen meerdere estafetteploegen per vereniging worden ingeschreven, maar elke atleet mag slechts in 1 ploeg opgesteld worden. Daarbij mag slechts één ploeg per club ingezet worden in de 2 laatste finalereeksen. (zowel bij de schiftingen als in de finale)

12.7. **Hoogten lat**

Verplichte hoogten van de lat bij hoogspringen:

Pupillen meisjes: 0.90 - 1.00 - 1.05 + 5 cm
A- finale 0.95 - 1.05 - 1.10 + 5 cm
Miniemen meisjes: 1.00 - 1.10 - 1.15 + 5 cm
A- finale 1.05 - 1.15 - 1.20 + 5 cm
Pupillen jongens: 1.00 - 1.10 - 1.15 + 5 cm
A- finale 1.05 - 1.15 - 1.20 + 5 cm
Miniemen jongens: 1.10 - 1.20 - 1.25 + 5 cm
A- finale 1.15 - 1.25 - 1.30 + 5 cm

12.8. **Puntentelling**

12.8.1. In de loopnummers gebeurt de toekenning van de punten volgens tijd. Deelnemers met dezelfde tijd (tot op 0.001 sec) in verschillende reeksen worden ex aequo geplaatst (het totaal van de punten aan deze plaatsen toegekend, zal onder hen gelijk worden verdeeld). Deelnemers met dezelfde tijd in één reeks bekomen de punten toegekend aan hun plaats.

12.8.2. In de kampnummers gebeurt de toekenning van de punten volgens het wedstrijdresultaat. Bij volledige gelijkheid worden ze ex aequo geplaatst (het totaal van de punten aan deze plaatsen toegekend, zal onder hen gelijk worden verdeeld). Ook hier is er bij hoogspringen geen barrage.

12.8.3. Puntentelling individuele nummers en estafetten

- De winnaar (atleet of ploeg) krijgt 1 punt meer dan het aantal vooraf ingeschreven ploegen. Zowel bij de reeksen als de finales. Vb: 12 ploegen ingeschreven: 1ste krijgt 13 punten.
- De tweede krijgt twee (2) punten minder dan de winnaar ongeacht het aantal deelnemende verenigingen.
- De volgende krijgen steeds één (1) punt minder ongeacht het aantal deelnemende verenigingen.
- Alleen geklasseerde ploegen of atleten ontvangen punten.
- Alleen ploegen of atleten met een geldige prestatie ontvangen punten.

12.8.4. Ingeval van ex aequo in de rangschikking, zal de beste plaats toegekend worden aan de vereniging die de meeste overwinningen behaalde, zowel in de individuele nummers als in de estafettes: geeft dit geen uitsluitsel, dan zullen de tweede plaatsen in aanmerking komen, vervolgens de derde plaatsen, enz.

12.8.5. Per nummer komt enkel de beste prestatie per club in aanmerking.

12.8.6. Er dient **geen afzonderlijke** rangschikking voor Pupillen en Miniemen gemaakt te worden. **Enkel** een **totaalklassement** over deze twee categorieën. Er is eveneens geen opsplitsing per geslacht, alle scores per wedstrijd worden samengeteld tot één totaalscore.

12.8.7. Via Atletiek.nu gebeurt de puntentelling automatisch en onmiddellijk online.

12.8.8. De tussenstanden dienen frequent (b.v. om de 2 nummers) te worden omgeroepen

12.9. **Finale**

12.9.1. Elke vereniging plaatst zich voor een finale, met organisatie in september.
Op basis van de resultaten bij de schiftingen worden de finales samengesteld:

- A-Finale met 12 ploegen: 1ste en 2de van elke match
- B-Finale met 12 ploegen: 3de en 4de van elke match
- Voor de C-Finale wordt de verdeling opnieuw regionaal gemaakt en onafhankelijk van de rangschikking tijdens de schiftingen

Er kunnen tot 14 clubs in een finale gedeeld worden

12.9.2. **Verzaken aan deelname finale**

Clubs die zich plaatsen voor de A-finale worden geacht hieraan deel te nemen. Bij forfait wordt de boete zoals bepaald in de bijlage van de begroting aangerekend.

De clubs die aantreden in de andere finales zijn niet verplicht hier aan deel te nemen. Wie evenwel inschrijft voor de finale en dan forfait geeft zal eveneens de boete zoals bepaald in de bijlage van de begroting aangerekend krijgen.

12.9.3. **Bevestiging deelname finale**

Clubs die zich plaatsen voor de A finale moeten hun deelname niet bevestigen, zij worden geacht deel te nemen. Zie vorig punt.

Clubs die zich plaatsen voor B of C finale bevestigingen hun deelname bij Atletiek Vlaanderen tegen de afgesproken datum (wordt jaarlijks na de schiftingen doorgegeven aan de clubs).

12.9.4. **Oproep naar organisatoren voor organiseren finales**

Clubs die zich plaatsen voor een finale kunnen zich ook kandidaat stellen voor de organisatie hiervan in september (exacte datum wordt opgenomen in de federale zomerkalender). De kandidatuur moet samen met de bevestiging van deelname ten laatste worden doorgegeven aan Atletiek Vlaanderen. De toekenning van de finales en de samenstelling hiervan gebeurt zo snel mogelijk en ten laatste 14 dagen na het sluiten van de inschrijvingen voor de finales.

12.10. **Beloningen**

Er zijn trofeeën voor de eerste drie verenigingen in de A-finale. Voor de andere finales krijgt enkel de eerste in het klassement een trofee.

12.11. **Tijdschema schiftingen**

Het tijdschema kan aangepast worden indien de organiserende vereniging de mogelijkheid heeft om te ontdubbelen. Het voorstel voor aanpassing moet minimaal 2 maand voor de wedstrijd aan de federatie kenbaar worden gemaakt en minimaal 1 maand voor de wedstrijd finaal worden bevestigd in atletiek.nu.

Na het sluiten van de inschrijvingen (2 dagen vooraf) kan het uurschema ook nog lichtjes aangepast worden. Hierbij mag er geen overlapping zijn van disciplines die voorheen combineerbaar waren en zo ook door atleten betwist zullen worden.

Het standaard tijdschema is als volgt:

Schema (ov)	**categorie**	**discipline**
11:00	Miniemen meisjes	80m
11:00	Pupillen jongens	Hoogspringen
11:00	Miniemen jongens	Verspringen
11:15	Miniemen meisjes	Kogelstoten
11:15	Pupillen meisjes	Vortexwerpen
11:25	Miniemen jongens	80m
11:50	Pupillen meisjes	60m
12:15	Pupillen jongens	60m
12:45	Miniemen jongens	Kogelstoten
12:45	Pupillen meisjes	Verspringen
12:45	Pupillen jongens	Vortexwerpen
13:00	Miniemen meisjes	Hoogspringen
13:20	Miniemen meisjes	150m

14:35	Miniemen meisjes	60m Horden
14:55	Miniemen jongens	80m Horden
15:15	Miniemen meisjes	300m
15:30	Miniemen jongens	300m
15:45	Pupillen meisjes	1000m
15:45	Pupillen meisjes	Kogelstoten
15:45	Miniemen meisjes	Speerwerpen
15:45	Pupillen jongens	Verspringen
16:00	Pupillen jongens	1000m
16:00	Miniemen jongens	Hoogspringen
16:15	Miniemen meisjes	1000m
16:30	Miniemen jongens	1000m
16:45	Pupillen meisjes	4x60m
17:00	Pupillen jongens	4x60m

13:35	Miniemen jongens	150m
13:55	Pupillen meisjes	60m Horden
14:15	Pupillen jongens	60m Horden
14:15	Pupillen jongens	Kogelstoten
14:15	Miniemen jongens	Speerwerpen
14:15	Miniemen meisjes	Verspringen
14:30	Pupillen meisjes	Hoogspringen

17:15	Miniemen meisjes	4x80m
17:30	Miniemen jongens	4x80m
16:45	Pupillen meisjes	4x60m
17:00	Pupillen jongens	4x60m
17:15	Miniemen meisjes	4x80m
17:30	Miniemen jongens	4x80m

12.12. **Tijdschema Finales**

A-Finale (mits ontdubbelde standen)
Extra toelichting reglementen specifiek voor A-finale!

- De standen van kampnummers worden ontdubbeld (niet verplicht voor hoogspringen), de deelnemende clubs verdelen hun atleten gelijk over de 2 startgroepen (met een verschil van maximaal 1 atleet).
- Voor de springnummers is er een beperking op het maximale aantal atleten dat een club kan inschrijven, voor hoogspringen kunnen maximaal 4 atleten deelnemen indien ontdubbelde stand, voor verspringen maximaal 6 atleten.
- De punten worden toegekend aan de beste atleet per discipline, ongeacht deze in de A-groep of B-groep deelneemt.

Schema (ov)	**categorie**	**discipline**				
10:30	Miniemen meisjes	300m		13:45	Pupillen jongens	Kogel (Gr.B) - stand 2
10:30	Miniemen jongens *(ev. Pup Jongens)*	Hoog (Gr.A - stand 1) *(Gr.A - stand 2)*		14:00	Pupillen jongens	Vortex (Gr.A) – stand 2
10:30	Miniemen meisjes	Kogel (Gr.A) – stand 1		14:00	Pupillen jongens *(ev Min jongens)*	Hoog (Gr.B – stand 2) *(Gr.B - stand 1)*
10:30	Pupillen meisjes	Vortex (Gr.A) – stand 2		14:00	Pupillen jongens	Ver (Gr.A) - stand 2
10:45	Miniemen jongens	300m		14:05	Pupillen jongens	60m
11:10	Miniemen meisjes	60m Horden		14:15	Miniemen meisjes	Speer (Gr. A) – stand 1
11:30	Miniemen meisjes	Ver (Gr.A) – stand 1		14:30	Miniemen jongens	Ver (Gr.A) - stand 1
11:30	Pupillen jongens	Kogel (Gr.A) - stand 2		14:30	Miniemen jongens	Kogel (Gr.B) - stand 1
11:30	Pupillen meisjes	Ver (Gr.A) - stand 2		14:30	Miniemen jongens	150m
11:30	Miniemen jongens	Speer (gr.A) – stand 1		14:45	Miniemen meisjes	150m
11:30	Pupillen meisjes	60m Horden		14:45	Pupillen meisjes	Kogel (Gr.B) - stand 2
11:45	Miniemen meisjes	Kogel (Gr.B) - stand 1		15:10	Pupillen meisjes	1000m
11:50	Pupillen jongens	60m Horden		15:15	Miniemen meisjes	Speer (Gr. B) – stand 1

12:10	Miniemen jongens	80m Horden		15:15	Pupillen jongens	Ver (Gr.B) - stand 2
12:15	Miniemen meisjes *(ev Pup Meisjes)*	Hoog (Gr A - stand 1) *(Gr A - stand 2)*		15:25	Pupillen jongens	1000m
12:30	Pupillen meisjes	Vortex (Gr.B) - stand 2		15:30	Pupillen jongens	Vortex (Gr.B) – stand 2
12:30	Pupillen meisjes	Kogel (Gr.A) - stand 2		15:40	Miniemen meisjes	1000m
12:45	Pupillen meisjes	Ver (Gr.B) - stand 2		15:45	Pupillen meisjes *(ev. Min meisjes)*	Hoog (Gr.B – stand 2) *(Gr.B – stand 1)*
13:00	Miniemen meisjes	80m		15:45	Miniemen jongens	Ver (Gr.B) - stand 1
13:00	Miniemen jongens	Speer (Gr. B) – stand 1		15:55	Miniemen jongens	1000m
13:15	Miniemen meisjes	Ver (Gr.B) - stand 1		16:30	Miniemen meisjes	4x80m
13:20	Miniemen jongens	80m		16:50	Miniemen jongens	4x80m
13:30	Miniemen jongens	Kogel (Gr.A) - stand 1		17:10	Pupillen jongens	4x60m
13:40	Pupillen meisjes	60m		17:30	Pupillen meisjes	4x60m

B- en C-Finales
Het tijdschema kan aangepast worden indien de organiserende vereniging de mogelijkheid heeft om (bepaalde) standen te ontdubbelen. Het voorstel voor aanpassing moet minimaal 2 maand voor de wedstrijd aan de federatie kenbaar worden gemaakt en minimaal 1 maand voor de wedstrijd finaal worden bevestigd in atletiek.nu

Na het sluiten van de inschrijvingen (2 dagen vooraf) kan het uurschema ook nog lichtjes aangepast worden. Hierbij mag er geen overlapping zijn van disciplines die voorheen combineerbaar waren en zo ook door atleten betwist zullen worden.

Uurschema B-Finale

Schema (ov)	**categorie**	**discipline**
11:00	Miniemen meisjes	80m
11:00	Pupillen jongens	Hoogspringen
11:00	Miniemen jongens	Verspringen
11:15	Miniemen meisjes	Kogelstoten
11:15	Pupillen meisjes	Vortexwerpen
11:25	Miniemen jongens	80m
11:50	Pupillen meisjes	60m
12:15	Pupillen jongens	60m
12:45	Miniemen jongens	Kogelstoten
12:45	Pupillen meisjes	Verspringen

14:15	Miniemen meisjes	Verspringen
14:30	Pupillen meisjes	Hoogspringen
14:35	Miniemen meisjes	60m Horden
14:55	Miniemen jongens	80m Horden
15:15	Miniemen meisjes	300m
15:30	Miniemen jongens	300m
15:45	Pupillen meisjes	1000m
15:45	Pupillen meisjes	Kogelstoten
15:45	Miniemen meisjes	Speerwerpen
15:45	Pupillen jongens	Verspringen
16:00	Pupillen jongens	1000m

12:45	Pupillen jongens	Vortexwerpen
13:00	Miniemen meisjes	Hoogspringen
13:20	Miniemen meisjes	150m
13:35	Miniemen jongens	150m
13:55	Pupillen meisjes	60m Horden
14:15	Pupillen jongens	60m Horden
14:15	Pupillen jongens	Kogelstoten
14:15	Miniemen jongens	Speerwerpen

16:00	Miniemen jongens	Hoogspringen
16:15	Miniemen meisjes	1000m
16:30	Miniemen jongens	1000m
16:45	Pupillen meisjes	4x60m
17:00	Pupillen jongens	4x60m
17:15	Miniemen meisjes	4x80m
17:30	Miniemen jongens	4x80m

Uurschema C-finale

Schema (ov)	**categorie**	**discipline**
12:00	Miniemen meisjes	80m
12:00	Pupillen jongens	Hoogspringen
12:00	Miniemen jongens	Verspringen
12:00	Miniemen meisjes	Kogelstoten
12:00	Pupillen meisjes	Vortexwerpen
12:15	Miniemen jongens	80m
12:40	Pupillen meisjes	60m
12:55	Pupillen jongens	60m
13:00	Miniemen jongens	Kogelstoten
13:15	Pupillen meisjes	Verspringen
13:15	Pupillen jongens	Vortexwerpen
13:30	Miniemen meisjes	Hoogspringen
13:20	Miniemen meisjes	150m
13:30	Miniemen jongens	150m
13:50	Pupillen meisjes	60m Horden
14:00	Pupillen jongens	60m Horden
14:00	Pupillen jongens	Kogelstoten
14:30	Miniemen jongens	Speerwerpen

14:30	Miniemen meisjes	Verspringen
15:00	Pupillen meisjes	Hoogspringen
14:10	Miniemen meisjes	60m Horden
14:30	Miniemen jongens	80m Horden
14:55	Miniemen meisjes	300m
15:15	Miniemen jongens	300m
15:40	Pupillen meisjes	1000m
15:00	Pupillen meisjes	Kogelstoten
16:00	Miniemen meisjes	Speerwerpen
15:45	Pupillen jongens	Verspringen
15:50	Pupillen jongens	1000m
16:30	Miniemen jongens	Hoogspringen
16:00	Miniemen meisjes	1000m
16:10	Miniemen jongens	1000m
16:30	Pupillen meisjes	4x60m
16:45	Pupillen jongens	4x60m
17:00	Miniemen meisjes	4x80m
17:15	Miniemen jongens	4x80m

13. Provinciale kampioenschappen

13.1. Provinciale kampioenschappen (PK's) kunnen indoor en outdoor georganiseerd worden. De organisatie ligt in handen van de provinciale comités (PC) en elk PC kan zijn eigen reglementen opstellen zolang deze niet in tegenspraak zijn met de algemeen geldende reglementen of niet specifiek werd opgenomen in dit onderdeel.

13.2. Enkel het PK outdoor, PK aflossingen outdoor en PK veldlopen worden jaarlijks georganiseerd op een vastgelegde datum, andere PK's (vb meerkamp, indoor, polsstok (indien niet geïntegreerd in gewone PK)) kunnen door een PC worden opgenomen in de wedstrijdkalender. De organisatie ervan is niet verplicht.

13.3. De reglementen voor elke discipline blijven van toepassing.

13.4. Belangrijk:

13.4.1. Een atleet mag deelnemen aan maximaal 2 disciplines per wedstrijddag, muv meerkamp (verplicht deel te nemen aan de 4 disciplines).

13.4.2. Het uurschema kan naar vrije keuze worden opgesteld, hierbij dient geen rekening te worden gehouden met de beperkte tijd waarin atleten hun wedstrijd bij voorkeur afwerken.

13.4.3. Tijdens een PK kunnen voor de 60m en 80m reeksen en een finale georganiseerd worden.

13.4.4. Bij de kampnummers moeten alle pogingen onmiddellijk gemeten worden.

13.4.5. Tijdens een PK meerkamp mag geen discus geprogrammeerd worden voor meisjes.

Technische reglementen

ALGEMEEN (indoor én outdoor)

De technische reglementen zijn een afgeleide van de competition and technical rules (competitie en technische reglementen) van World Athletics. Vertaald, bewerkt en vormgegeven voor de Vlaamse Commissie Juryleden. Inhoudelijk werden de belangrijkste reglementen met betrekking op jeugdwedstrijden samengevat, overgenomen en/of herschreven zodat deze vlot leesbaar en verstaanbaar zijn. Opgelet: niet alle reglementen zijn automatisch gelijk aan die van de andere categorieën, deze werden aangepast aan de beslissingen genomen door de beleidscommissie jeugd en die passend zijn voor toepassing bij jeugdatleten. Bij twijfel over de inhoud van een hoofdstuk, tussendeel of artikel verwijzen we naar het WA reglement. Bij verdere twijfel of discussie voor de toepassing op jeugdwedstrijden vragen we contact op te nemen met de verantwoordelijke jeugd van Atletiek Vlaanderen zodat dit kan worden behandeld door de bevoegde commissie(s).

1. Juryleden

1.1. Voor elke wedstrijd is er een team van juryleden nodig om alles in goede banen te kunnen leiden. Het team van juryleden wordt samengesteld door de provinciale aanduider die rekening houdt met het uurschema en de disciplines alsook met het aantal medewerkers dat de organisatie kan voorzien.

1.2. In het protocol aantal benodigde juryleden (https://www.atletiek.be/competitie/jury) kan worden geraadpleegd hoeveel juryleden minimaal vereist zijn per ingerichte discipline alsook welk juryniveau vereist is om de verschillende functies te beoefenen.

1.3. De juryleden worden tijdens een organisatie bijgestaan door medewerkers van de organiserende club. De medewerkers mogen geen officiële jurytaken opnemen maar kunnen hierin wel bijstaan onder toeziend oog van het hoofdjurylid (chef) van de betreffende discipline.

1.4. Voor elke wedstrijd wordt ook een (jeugd)scheidsrechter* voorzien, die geen lid kan zijn van de organiserende vereniging.

1.4.1. *De (jeugd)scheidsrechter heeft de technische leiding over de wedstrijd en ziet toe op de correcte uitvoering van de proeven.

1.4.2. Bij afwezigheid van een wedstrijdleider controleert hij de aanwezigheid van alle officials (in- en uitscannen) en wijst indien nodig vervangers (extra juryleden) aan.

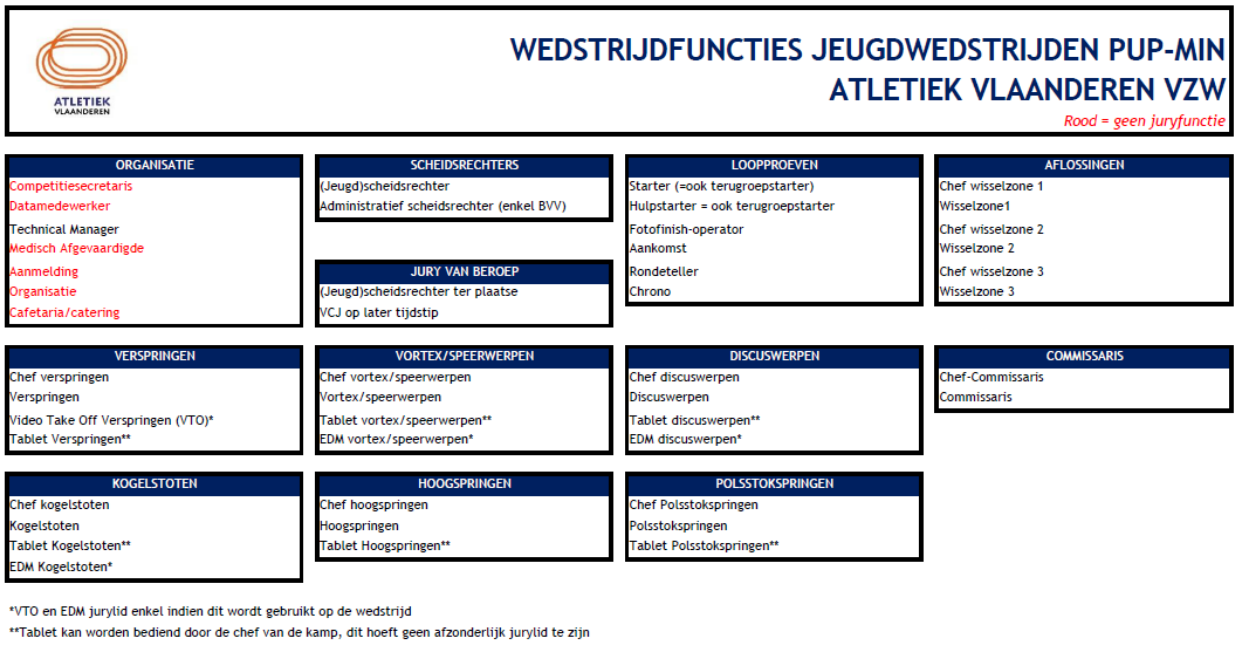
1.4.3. De (jeugd)scheidsrechter bewaakt, samen met de terreinpolitie, de toegang tot het middenterrein.

1.4.4. De (jeugd)scheidsrechter ziet toe op de naleving van het reglement en beslist in technische kwesties die niet in het reglement voorzien zijn. Hoewel de (jeugd)scheidsrechter geen jurylid of commissaris is, mag die wel handelen op basis van eigen waarnemingen. Tot de taken behoren ook het beslissen over de rangschikking in loopwedstrijden wanneer aankomstrechters er niet uit geraken, het controleren van alle resultaten en het oplossen van problemen. Bij onrechtvaardige omstandigheden mag die een proef ongeld verklaren en opnieuw betwisten. Indien nodig kan een kampproef worden verplaatst, maar pas na een volledige beurtronde. Windsterkte of -richting geldt hierbij niet als geldige reden voor verplaatsing.

1.4.5. De (jeugd)scheidsrechter behandelt ook protesten zoals verder bepaald en heeft hierin het eindoordeel.

1.5. Een overzicht van de verschillende juryfuncties bij jeugdwedstrijden wordt hieronder weergegeven. Om de invulling van elke jurytaak te kennen verwijzen we naar het WA reglement onder de competitiereglementen, deel 2 wedstrijdofficiëlen, artikels 13, 16, 19, 20, 21, 22, 23 en 24

1.6. Wie kan de rol van jeugdscheidsrechter op zich nemen: Alle scheidsrechters (niveau 3 & 4) en juryleden van niveau 2 die de afzonderlijke opleiding jeugdscheidsrechter hebben gevolgd.



2. Afkortingen

Tijdens wedstrijden zijn er veelgebruikte afkortingen die duiding geven bij uitslagen. De belangrijkste worden hier opgelijst:

Code	Betekenis
DNS	Niet gestart (Did not start)
DNF	Niet aangekomen (Did not finish), enkel van toepassing bij loopwedstrijden en meerkampen

NM	Geen geldige poging opgetekend (No valid trial recorded)
DQ	Gediskwalificeerd (Disqualified), eventueel gevolgd door het toepasselijke artikelnummer (voortkomend uit WA reglement)
O	Geldige poging bij hoogspringen of polsstokspringen
X	Ongeldige poging
-	Verzaking/overgeslagen poging
r	Opgave bij kampproeven (retired from competition)
Q	Geplaatst voor finale op basis van plaats bij 60/80m (enkel tijdens een PK mogelijk)
q	Geplaatst voor finale op basis van tijd bij 60/80m (enkel tijdens een PK mogelijk)
YC	Gele kaart (yellow card) gevolgd door het toepasselijke artikelnummer (voortkomend uit WA reglement)
YCR	Tweede gele kaart (yellow card) gevolgd door het toepasselijke artikelnummer (voortkomend uit WA reglement)
RC	Rode kaart (red card) gevolgd door het toepasselijke artikelnummer (voortkomend uit WA reglement)
L	Lijnoverschrijding (Art. 17.3.3 en 17.3.4 van de technische reglementen uit WA reglement)
P	Deelnemen onder protest

3. De Atletiekinstallatie

Wedstrijden dienen plaats te vinden op een atletiekterrein dat gekend en gekeurd is door Atletiek Vlaanderen. De piste kan kunststof of sintel (of gelijkaardig) zijn met een minimum aan 4 banen en, in geval het een rondbaan betreft, een ronde van 200 tot 400m, de bochten dienen evenwel niet te voldoen aan de World Athletics vereisten naar minimumstraal. De niveauverschillen van de piste en standen dienen echter wel binnen de reglementen te vallen.

Indoorwedstrijden kunnen plaatsvinden in verschillende soorten sporthallen of indooratletiekaccommodaties, zoals:

- Een **60m-piste** met kampstanden
- Een **200m-piste** met bochten (short track)
- Een **50m-piste** met kampstanden
- Een **sporthal** met aangepaste zones voor springen en werpen

Alle reglementen rond de piste, standen voor kampnummers inclusief de technische specificaties van de materialen vanuit de WA Technische reglementen blijven geldig tenzij anders gespecifieerd in dit document. Voor een betere leesbaarheid worden dus niet al deze reglementen herhaald en verwijzen we naar de WA Technische reglementen.

4. Wedstrijdterrein richtlijnen

4.1. De organiserende vereniging is verantwoordelijk voor een goede staat van het terrein. Indien (delen van) de accommodatie niet in orde is moet de (jeugd)scheidsrechter dit opnemen in het scheidsrechterverslag en meldt deze het ook aan de organisator zodat dit tegen een volgende wedstrijd in orde kan worden gebracht. Kleine aanpassingen die meteen mogelijk zijn worden nog voor aanvang van de wedstrijd gerealiseerd.

4.2. De organiserende vereniging is verantwoordelijk voor het vrijhouden van het wedstrijdterrein (looppiste, kampplaatsen, middenterrein), behalve indien er coachzones worden voorzien (zie verderop Artikel 6.3).

4.2.1. Het naleven hiervan kan worden opgevolgd door inzet van terreinpolitie.

4.3. Fotografen kunnen worden toegelaten op het wedstrijdterrein, mits het naleven van volgende voorwaarden:

4.3.1. Dragen een badge en fluohesje (van de organisatie).

4.3.2. Doorkruisen nooit het middenterrein.

4.3.3. Wie als fotograaf actief is kan geen rol als coach opnemen.

5. Kledij, schoenen en startnummers

5.1. **Kledij**

5.1.1. Atleten moeten verzorgde en gepaste sportkledij dragen die niet doorschijnend is, ook niet als ze nat wordt.

5.1.2. De kledij mag het zicht van de jury niet belemmeren.

5.1.3. Tijdens de wedstrijd wordt het **clubshirt** (wedstrijdshirt) gedragen.

5.1.4. Tijdens podiumceremonies is **clubkledij verplicht**.

Voor verdere richtlijnen rond kledij en sponsoring verwijzen we naar de reglementen op de website.

5.2. **Schoenen**

5.2.1. Atleten mogen lopen op blote voeten of met schoenen aan één of beide voeten.

5.2.2. Spikes zijn toegestaan, maar de **spikepinnen mogen maximaal 6 mm lang zijn**, tenzij anders vermeld door de organisatie.

5.3. **Startnummers**

5.3.1. Elke atleet moet een **geldig startnummer** hebben van Atletiek Vlaanderen of LBFA. Dit nummer is ook de officiële vergunning.

5.3.2. Het nummer is geldig tot 31 oktober van het lopende atletiekjaar.

5.3.3. Niet aangesloten deelnemers ontvangen na inschrijving een dagvergunning, deze kan verkregen worden bij het secretariaat en wordt gedragen zoals hieronder beschreven.

5.3.4. Het startnummer moet **duidelijk zichtbaar** gedragen worden:

5.3.4.1. Bij loopnummers en aflossingen: **op de borst**

5.3.4.2. Bij kampnummers: **op de borst of rug**, naar keuze van de atleet

5.3.5. De manier van bevestigen (veiligheidsspelden, velcro, elastiek, …) is vrij.

6. Begeleiding en hulp aan atleten

6.1. **Atletenbegeleiding**

6.1.1. 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.

6.1.2. Begeleiders mogen tijdens de opwarming atleten helpen op/langs de wedstrijdzone maar moeten deze bij aanvang van de wedstrijd verlaten. Dit kan door plaats te nemen achter de pisteomheining of in de coachzone (zie artikel 6.3 in de technische reglementen)

6.2. **Hulp aan atleten**

Wat is toegelaten?

6.2.1. Medische hulp of kinesitherapie, uitgevoerd door erkende hulpverlener, is toegestaan zolang het de wedstrijd niet vertraagt.

6.2.2. Fysieke ondersteuning ontvangen door een jurylid of medewerker om rechtop te komen of om medische bijstand te ontvangen.

6.2.3. Trainers mogen **van buiten het wedstrijdterrein** communiceren met hun atleten.

6.2.4. Bij kampnummers mogen **coachzones** voorzien worden. Trainers mogen daar feedback geven na een poging, maar moeten binnen de coachzone blijven.

6.2.5. Het bekijken van videobeelden van eerdere pogingen is toegestaan, dit is toegelaten in de coachzone of aan de omheining van het wedstrijdterrein (trainer buiten het wedstrijdterrein, atleet erbinnen)

6.2.6. Atleten mogen gebruik maken van hulpmiddelen voor bescherming of medische doeleinden zoals tape, verband of ademhalingshulpmiddelen, zolang dit geen oneerlijk voordeel oplevert. De (jeugd)scheidsrechter heeft het finale oordeel om dit al dan niet toe te laten voor de wedstrijd.

6.2.7. Elektronische lichten of soortgelijke toepassingen om de voortgang van de tijd weer te geven tijdens een loopwedstrijd, ook als die voortgang het tempo van een record aangeeft.

Wat is niet toegelaten?

6.2.8. Hulp van andere personen tijdens de wedstrijd vanop het middenterrein, piste of achter de omheining (zoals tempo aangeven)

6.2.9. Gebruik van elektronische toestellen zoals gsm's, walkie-talkies of muziekspelers op het wedstrijdterrein door atleten. Atleten mogen bij hun coach die in de coachzone staat wel een gemaakte opname van elke poging gaan bekijken. (atleet mag hierbij niet in de coachzone gaan staan)

6.2.10. Gebruik van technologie of hulpmiddelen die een **voordeel geven dat niet voor iedereen beschikbaar is**.

6.2.11. Gebruik van mechanische hulpmiddelen, behalve voor atleten met een erkende beperking.

Bij overtreding kan de atleet een **waarschuwing (gele kaart)** krijgen. Bij herhaling volgt **diskwalificatie (2de gele kaart wat overeenkomt met rode kaart)**.

6.3. **Coachzones**

6.3.1. Coachzones kunnen worden voorzien bij kampnummers, behalve op indoorwedstrijden in Gent. Andere indoorlocaties worden in samenspraak met verantwoordelijke jeugd van Atletiek Vlaanderen besproken.

6.3.2. Enkel personen met een coachbadge (minimale leeftijd 15 jaar) mogen zich in de coachzone begeven.

6.3.3. Coaches mogen tijdens de wedstrijd de coachzone verlaten en zich begeven naar bijvoorbeeld een andere coachzone, hierbij dient de coach steeds via de buitenzijde van de piste te gaan én hierbij moet ook de veiligheid van atleten, jury en medewerkers gewaarborgd blijven. De organisatie en (jeugd)scheidsrechter kunnen beslissen om coaches te weren van de coachzone bij niet naleven van de afspraken of indien de veiligheid in gedrang komt.

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

6.3.5. Feedback door coaches mag alleen gegeven worden van in de coachzone of van achter de pisteomheining. Atleten blijven niet bij de coaches staan tijdens het wachten op de volgende poging.

Voorbeelden inplanting coachzone per kampplaats.

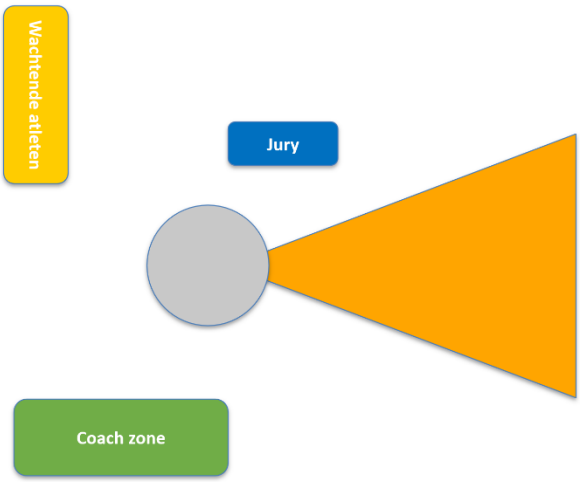
Legende tekeningen:

Jurytafel: juryleden zelf staan niet uitsluitend aan deze tafel. Bijvoorbeeld bij werpnummers kan een jurylid zowel links als rechts van de werpzone opgesteld staan. De positie van een jurylid om de poging te beoordelen gaat steeds voor op het goede zicht vanuit de coach zone. De coachzone moet daarom ver genoeg weg staan van de plaats waar juryleden zullen staan.

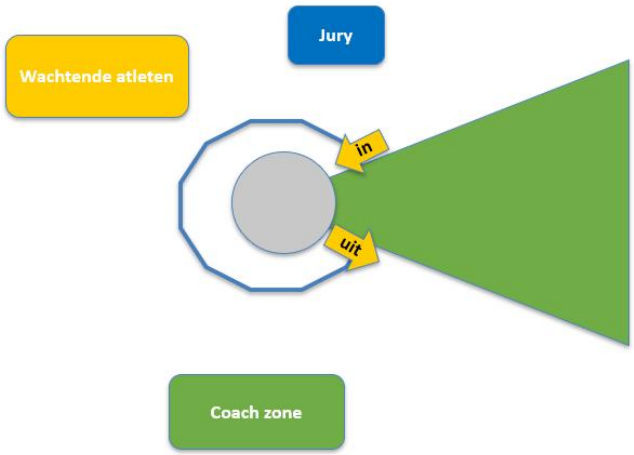
Wachtende atleten: dit hoeft geen afgebakende zone te zijn

Coachzone: deze zone is duidelijk afgebakend (bij voorkeur met nadarhekken) en enkel trainers die door hun club zijn afgevaardigd kunnen in deze zone plaats nemen. De trainer draagt ook duidelijk een badge!

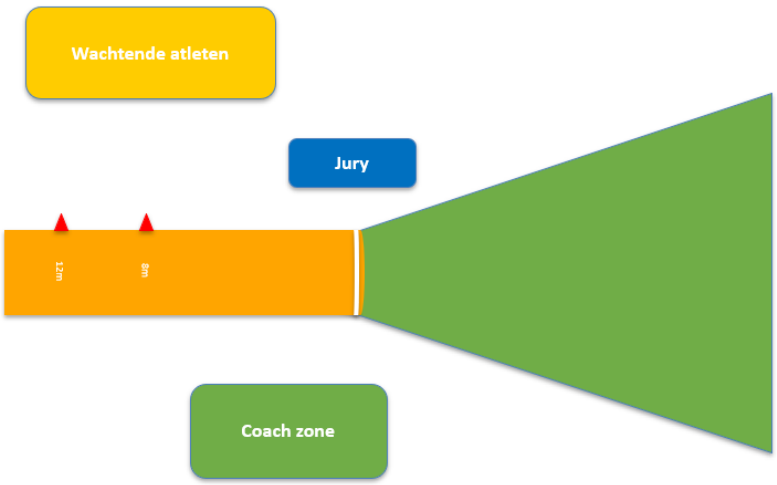
Kogelstoten



Discuswerpen

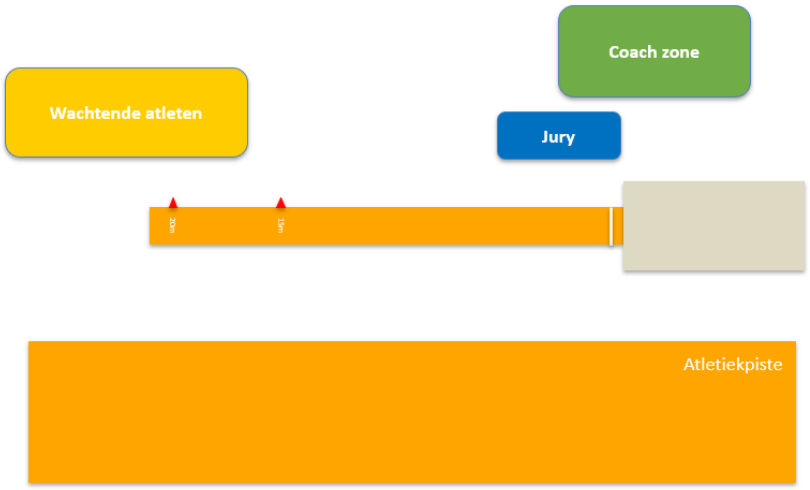


Vortex- en Speerwerpen

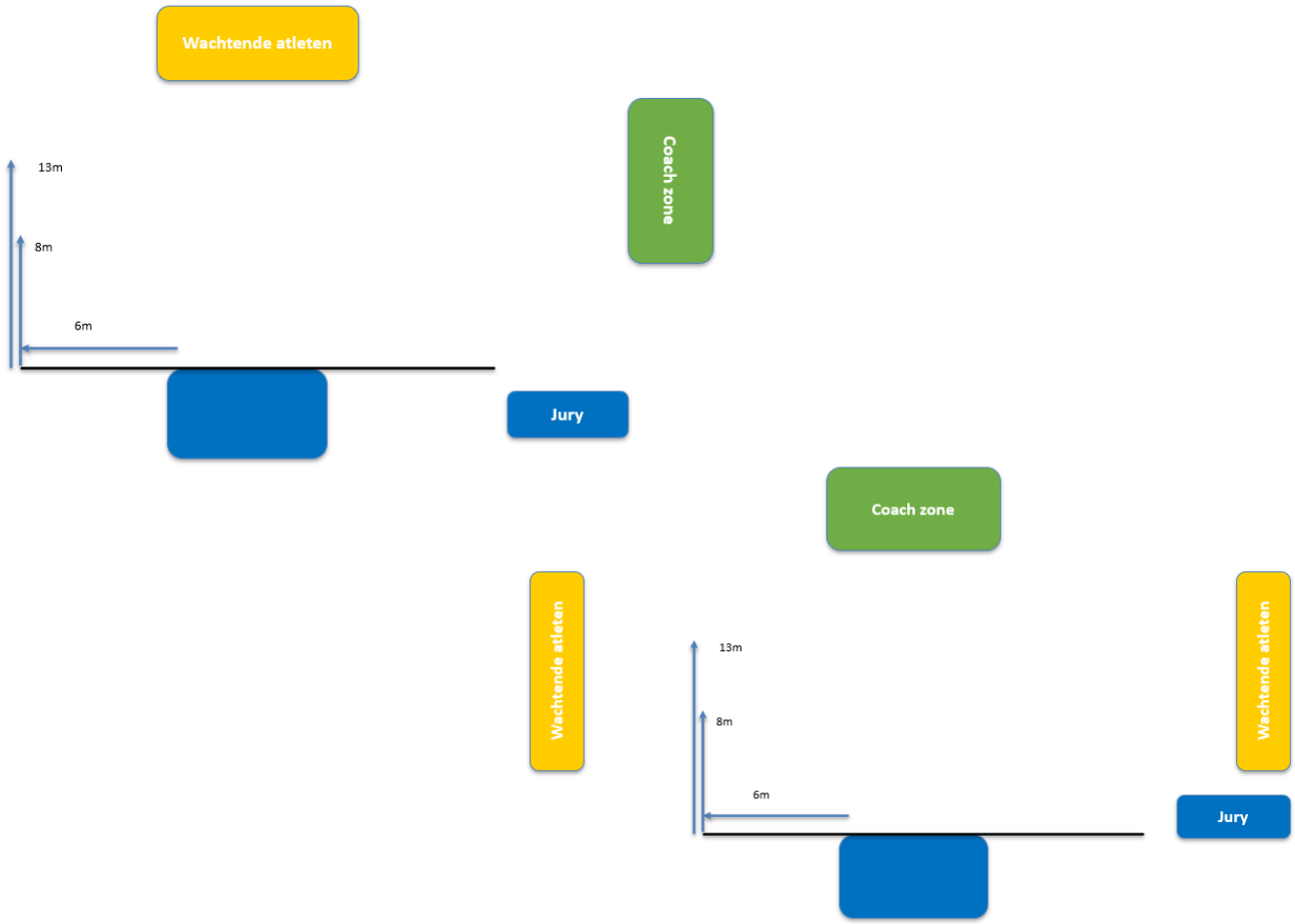


Verspringen

Opgelet: positie coachzone op grasveld in functie van veiligheid werpnummers!

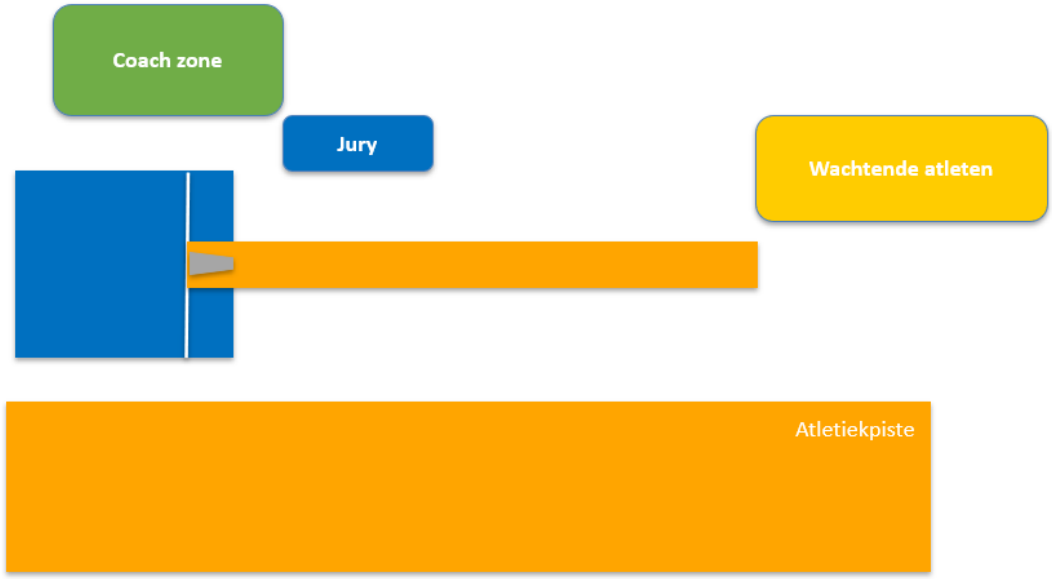


Hoogspringen (2 opties)



Polsstokspringen

Opgelet: positie coachzone op grasveld in functie van veiligheid werpnummers



7. Ex Aequo

7.1. Wanneer twee of meer atleten exact dezelfde prestatie leveren (bijvoorbeeld dezelfde tijd in een loopnummer), worden ze als ex aequo (gelijk) gerangschikt.
  7.1.1. In de uitslag krijgen ze dezelfde plaats.
  7.1.2. De punten (enkel bij BVV) voor die plaatsen worden gemiddeld en gelijk verdeeld.

7.2. Er wordt geen barrage georganiseerd om een winnaar aan te duiden bij Pupillen en Miniemen.

8. Verwittigingen en diskwalificatie

Atleten en aflossingsploegen moeten steeds een **serieuze inspanning leveren** tijdens wedstrijden. Onsportief of ongepast gedrag wordt niet getolereerd.

8.1. **Mogelijke sancties:**
  8.1.1. **Waarschuwing**: aangegeven met een **gele kaart**
  8.1.2. **Diskwalificatie**: aangegeven met een **rode kaart**
  8.1.3. **Een 2de gele kaart resulteert in een rode kaart en bijgevolg ook diskwalificatie.**

Enkel de (jeugd)scheidsrechter kan een kaart geven. Als de (jeugd)scheidsrechter niet in de buurt is krijgt de starter of chef kamp ook deze bevoegdheid.

  8.1.4. Deze kaarten worden genoteerd op het uitslagenblad en doorgegeven aan de wedstrijdsecretaris en andere juryleden. De atleet behoudt de gele kaart voor alle volgende disciplines waaraan deze tijdens dezelfde meeting deelneemt.
  8.1.5. De (jeugd)scheidsrechter kan ook andere personen (zoals trainers of begeleiders) waarschuwen of van het terrein verwijderen als ze zich ongepast gedragen of verboden hulp geven.

8.2. **Belangrijke aandachtspunten:**
  8.2.1. Opteer in de eerste plaats voor toelichting en waarschuwing voor ‘kaart’ te geven.
  8.2.2. In ernstige gevallen kan een rode kaart **zonder voorafgaande waarschuwing** worden gegeven.

8.2.3. Bij aflossingen geldt: als één atleet **twee gele kaarten** krijgt (dit kan een combinatie zijn van een gele kaart in een individuele wedstrijd en een gele kaart in een estafettewedstrijd), of **twee verschillende atleten** elk één kaart (enkel indien de 2 gele kaarten zijn gekregen in de estafettewedstrijd), dan wordt de hele ploeg gediskwalificeerd. Een combinatie van gele kaarten die leiden tot een rode kaart en uitsluiting tijdens een estafettewedstrijd leiden niet tot een uitsluiting tijdens individuele disciplines.

8.2.4. Atleten mogen **niet deelnemen zonder serieuze inspanning**. Dit kan leiden tot uitsluiting.

8.3. Naast waarschuwingen of diskwalificatie naar aanleiding van onsportief of ongepast gedrag kan een atleet ook een kaart krijgen voor overtredingen van een technisch reglement. Deze worden per discipline verduidelijkt.

8.3.1. Bij diskwalificatie wegens een technische fout worden alle prestaties van diezelfde beurtronde ongeldig verklaard, maar eerdere prestaties binnen diezelfde proef in een eerdere beurtronde blijven geldig. De atleet mag in dat geval wél blijven deelnemen aan volgende proeven van de competitie.

8.3.2. Bij diskwalificatie wegens onsportief of ongepast gedrag wordt de atleet uitgesloten voor de betreffende proef. Als dit gedrag zich herhaalt in een andere proef, volgt uitsluiting voor die specifieke tweede proef. Ook hier worden prestaties in de betreffende discipline ongeldig, maar eerdere prestaties blijven geldig.

8.3.3. Indien één of meerdere atleten van een aflossingsploeg individueel fout gedrag stellen, kunnen zij afzonderlijk bestraft worden. Als het gedrag ernstig genoeg wordt bevonden, kan dit leiden tot bijkomende disciplinaire maatregelen, op initiatief van de (jeugd)scheidsrechter.

8.4. Codes bij diskwalificaties

8.4.1. Indien er een diskwalificatie wordt toegepast tijdens een wedstrijd bij Pupillen en Miniemen wordt de code genoteerd die gekoppeld is aan de artikelnummers in het WA reglement. We verwijzen ook naar het document op de website van Atletiek Vlaanderen waar alle mogelijke redenen voor diskwalificatie met hun juiste codering worden toegelicht.

9. Protesten en beroep

9.1. **Wanneer mag je protesteren?**

9.1.1. Als je vindt dat een atleet **onterecht uitgesloten** is van deelname.

9.1.2. Als je het **niet eens bent met een uitslag** of met het verloop van een wedstrijd.

9.2. Hoe dien je een protest in?

9.2.1. **Mondeling**;

9.2.2. **Onmiddellijk** bij de chef van de kamp, ter plaatse;

9.2.3. bij de (jeugd)scheidsrechter, binnen **30 minuten** na bekendmaking van het resultaat.

Enkel een atleet, een ouder of andere vertegenwoordiger of trainer of ander lid van de club van een atleet dat aan dezelfde proef deelneemt, mag protesteren.

9.3. **Wat gebeurt er daarna?**

9.3.1. De (jeugd)scheidsrechter onderzoekt het protest en neemt een beslissing.

9.3.2. Ben je het niet eens met de beslissing die de (jeugd)scheidsrechter genomen heeft? Dan kan je **schriftelijk beroep** aantekenen bij de jury van beroep. (procedure wordt momenteel herzien)

9.3.3. Voor een beroep moet een **waarborg van 100 euro** betaald worden. Die krijg je terug als je gelijk krijgt.

9.3.4. De jury van beroep wordt behandeld door de Vlaamse Commissie Juryleden (VCJ) of de door hen aangeduide jury van beroep van Atletiek Vlaanderen. De jury van beroep zal bij

jeugdwedstrijden steeds op een ander tijdstip dan de wedstrijddag zelf worden behandeld.

9.4. **Bij loopwedstrijden:**

9.4.1. Als een atleet protesteert tegen een **valse start**, kan hij soms “onder protest” deelnemen. Dit wordt aangeduid met een **rood-witte kaart**.

9.4.1.1. Enkel de (jeugd)scheidsrechter heeft de bevoegdheid om lopen “onder protest” toe te laten. Na afloop beslist de jeugdscheidsrechter op basis van ingewonnen info definitief.

9.4.2. Als het protest gegrond is, mag de atleet eventueel **alleen lopen** om een tijd neer te zetten. Dit is uiteraard niet van toepassing indien de atleet reeds ‘onder protest’ deelnam.

9.5. **Bij kampnummers:**

9.5.1. Als een poging als ongeldig wordt beoordeeld, mag de (jeugd)scheidsrechter deze toch laten opmeten “onder protest” als er twijfel is.

9.5.2. De atleet mag dan verder deelnemen, in afwachting van de definitieve beslissing.

9.6. **Let op:**

9.6.1. De beslissing van de jury van beroep is **bindend**. Er is geen verdere beroepsmogelijkheid.

10. Geldigheid van de prestaties

10.1. **Een prestatie is enkel geldig als:**

10.1.1. De atleet de discipline correct uitvoert volgens het reglement.

10.1.2. De poging correct wordt opgemeten.

10.1.3. De atleet geen overtreding begaat (zoals een valse start, foutieve afzet of buiten de sector werpen).

10.1.4. De atleet een geldig startnummer draagt en correct is ingeschreven.

Prestaties die niet aan deze voorwaarden voldoen, worden **niet opgenomen in de uitslag**.

10.2. Pupillen en Miniemen kunnen geen Wereld, Belgisch of Vlaams record realiseren. Provinciale en clubrecords zijn wel mogelijk net als persoonlijke records.

11. Video opnames

11.1. Video-opnames kunnen als hulpmiddel worden gebruikt bij de jurering, bijvoorbeeld bij twijfel over een geldige poging of aankomstvolgorde.

11.1.1. Teneinde tot een billijke beslissing te komen, maakt de (jeugd)scheidsrechter best gebruik van alle beschikbare gegevens die hij denkt nodig te hebben, met inbegrip van een film of foto gemaakt door een officieel videoapparaat, of eender welk voorhanden zijnde videomateriaal.

11.1.2. Wanneer een atleet protest aantekent tegen een beslissing, kan de (jeugd)scheidsrechter of de jury van beroep videobeelden – zoals die van toeschouwers – bekijken bij het herzien van de beslissing.

11.2. Bij verspringen kan gebruik gemaakt worden van een Video Take Off (VTO) om te bepalen of een afstoot geldig is.

LOOPWEDSTRIJDEN OP DE LOOPPISTE

12. De start

12.1. De start van een loopwedstrijd wordt aangeduid met een **witte lijn van 50 mm breed.** **Wedstrijden** tot en met 300m worden gelopen in banen met een individuele startlijn per baan. Wedstrijden langer dan 300m starten zonder banen, in dit geval is de startlijn **gebogen**, zodat alle atleten dezelfde afstand tot de finish afleggen.

12.2. **Startcommando's:**

12.2.1. Voor afstanden tot en met **300 meter** (inclusief 4x60m, 4x80m en 4x200m indoor):

12.2.1.1. **"Op uw plaatsen"**

12.2.1.2. **"Klaar"**

12.2.1.3. Startschot

12.2.2. Voor afstanden **langer dan 300 meter**:

12.2.2.1. Alleen **"Op uw plaatsen"**

12.2.2.2. Startschot

12.3. **Startschot**

Elektronisch startsignaal verplicht bij indoorwedstrijden en sterk aanbevolen voor outdoorwedstrijden. Ook voor de valse start is een elektronisch signaal sterk aanbevolen.

12.4. De atleet moet zich **volledig achter de startlijn** opstellen en mag deze niet aanraken met handen of voeten. Bij het commando "klaar" moet de atleet zich onmiddellijk in de definitieve starthouding zetten.

12.5. In elke loopwedstrijd waar de starter van oordeel is dat niet alles klaar is om de start verder te zetten nadat de atleten op hun plaatsen zitten/staan of als hij om een andere reden de start afbreekt, is het bevel "rechtstaan".

12.6. Alle loopwedstrijden worden gewoonlijk gestart door het schot van het door de starter omhooggehouden startpistool.

12.7. De starter mag niet beginnen met de startprocedure voor hij er zeker van is dat het fotofinishteam en de juryleden aan de aankomst klaar zijn.

12.8. **Starthoudingen:**

12.8.1. **Startblokken** (niet verplicht, afgeraden bij Pupillen)

12.8.2. **3-puntstart** (Na het commando 'op uw plaatsen' zijn verschillende varianten in houding toegelaten. Na het commando 'klaar' moet de atleet 1 hand en 2 voeten op de grond hebben.)

12.8.3. **Rechtopstaande start** (Start in rechtopstaande houding, enkel de twee voeten mogen de grond raken.

12.9. Atleten mogen voor aanvang van de wedstrijd hun startblok klaar zetten en een oefenstart ondernemen. Ook atleten die geen gebruik maken van een startblok mogen een oefenstart doen. Vervolgens gaan ze achter de startblok staan of op gelijke afstand indien geen startblok wordt gebruikt (+-2m van de startlijn).

12.9.1. Na het bevel "Op uw plaatsen" moet de atleet de startlijn naderen en een positie volledig binnen de hem toegewezen baan en achter de startlijn innemen. Een atleet mag noch de startlijn, noch de grond er voorbij met zijn handen of voeten aanraken in de "Op uw plaatsen"-houding. (bij gebruik startblokken: Beide handen en tenminste één knie moeten in contact zijn met de grond en beide voeten in contact met de voetsteunen).

12.9.2. Bij het bevel "Klaar" moet de atleet zich onmiddellijk conform de gekozen startprocedure klaar zetten. (bij gebruik startblokken: oprichten tot zijn definitieve starthouding, terwijl hij het contact van zijn handen met de grond en van zijn voeten met de voetsteunen van de blokken aanhoudt).

12.9.3. Nadat de starter er zich van vergewist heeft dat alle atleten onbeweeglijk in de "Klaar"-houding zitten/staan, vuurt hij zijn pistool af.

12.10. Bij alle wedstrijden met een gehurkte start heft de starter, zodra de atleten onbeweeglijk zijn (in hun blokken zitten), zijn arm waarmee hij het pistool vasthoudt. Dan zegt hij "Klaar". Hij moet daarna wachten tot alle atleten onbeweeglijk zitten/staan en dan het pistool afvuren.

12.11. De starter mag zijn arm niet te snel omhoogsteken, vooral indien er handtijden opgenomen moeten worden. Het wordt hem aangeraden zijn arm slechts dan omhoog te steken als hij aanvoelt dat hij klaar is om het bevel "Klaar" te geven. Er is geen regel die ons in staat stelt om de tijd te bepalen die verstrijkt tussen enerzijds de bevelen "Op uw plaatsen" en "Klaar" en anderzijds tussen het bevel "Klaar" en het pistoolschot. De starter laat de atleten vertrekken eens ze zich allen onbeweeglijk in de correcte starthouding bevinden. Dit betekent dat hij voor bepaalde starts het pistool nogal snel zal moeten afvuren, maar dat hij in andere gevallen ook langer zal moeten wachten om er zeker van te zijn dat alle atleten zich onbeweeglijk in hun starthouding bevinden.

12.12. Bij loopwedstrijden langer dan 300m moeten alle starts gebeuren vanuit een staande houding.

12.12.1. Na het bevel "Op uw plaatsen" moet een atleet de startlijn naderen en een starthouding aannemen achter de startlijn. Een atleet mag noch enig deel van de grond met zijn hand of handen aanraken, noch de startlijn of de grond er voorbij met zijn voeten als hij in de "Op uw plaatsen"-houding staat.

12.12.2. Nadat de starter er zich van vergewist heeft dat alle atleten onbeweeglijk (zie verderop noot (ii) na 12.17) in de correcte starthouding staan, vuurt hij zijn pistool af.

12.13. Bij het bevel "Op uw plaatsen" of "Klaar", naargelang het geval, moeten alle atleten onmiddellijk en zonder uitstel hun volledige en definitieve starthouding aannemen. Indien de starter om gelijk welke reden er niet van overtuigd is dat alles in orde is om verder te gaan met de start nadat alle atleten zich in hun starthouding bevinden, geeft hij de atleten het bevel zich van hun startplaats te verwijderen en verzamelt de hulpstarter hen opnieuw.

12.14. De starter moet de start onderbreken indien deze oordeelt dat de atleet,

12.14.1. Na het bevel "Op uw plaatsen" of "Klaar" en vóór het startschot de start afbreekt door bijvoorbeeld zijn hand op te steken of door recht te staan in het geval van een geknielde start, zonder geldige reden (die reden moet beoordeeld worden door de bevoegde (jeugd)scheidsrechter) of

12.14.2. Geen gevolg geeft aan de bevelen "Op uw plaatsen" of "Klaar", naargelang het geval, of zich niet onmiddellijk en zonder uitstel opstelt in zijn definitieve starthouding; of

12.14.3. Na het bevel "Op uw plaatsen" of "Klaar" een andere atleet of atleten stoort door middel van geluid, beweging of op enige andere wijze en dit als gevolg zou hebben dat die atleet of atleten anders een valse start zouden veroorzaken;

12.15. De (jeugd)scheidsrechter mag de atleet een gele kaart geven wegens onbehoorlijk gedrag (en diskwalificeren in geval van een tweede inbreuk op het reglement tijdens dezelfde competitie). Er moet dan geen groene kaart getoond worden. Wanneer echter geoordeeld wordt dat een externe reden de oorzaak was van het onderbreken van de start, of als de (jeugd)scheidsrechter het niet eens is met de beslissing van de starter, moet aan alle atleten een groene kaart getoond worden om aan te geven dat geen valse start veroorzaakt werd door één van de atleten.

12.16. Nadat hij zijn volledige en definitieve starthouding aangenomen heeft, mag een atleet zijn startbeweging niet beginnen vooraleer hij het startschot gehoord heeft. Als hij dit volgens de starter eerder doet is dat een valse start.

Het begin van de start wordt als volgt gedefinieerd:

12.16.1. in het geval van een geknielde start als de aanzet van elke beweging van een atleet die inhoudt of als gevolg heeft dat één of beide voeten het contact met de

voetsteun(en) van het startblok verliest of één of beide handen het contact met de grond; en

12.16.2. in het geval van een rechtopstaande start als de aanzet van elke beweging die als gevolg heeft dat één of beide voeten het contact met de grond verliest.

12.17. Als de starter vaststelt dat een atleet voorafgaand aan het startschot een beweging begon die hij niet stopte en die doorliep tot in het begin van zijn start, moet dit ook als een valse start beschouwd worden.

Noot (i): Elke andere beweging van een atleet wordt niet beschouwd als het begin van de start. Deze gevallen kunnen, als ze zich voordoen, wel aanleiding geven tot een disciplinaire waarschuwing of diskwalificatie.

Noot (ii): Aangezien atleten die hun loopwedstrijd rechtopstaand starten meer geneigd zijn hun evenwicht te verliezen, moet de start als "onstabiel" (onstandvastig) beschouwd worden als dergelijke beweging onvrijwillig gebeurt. Wanneer een atleet over de lijn geduwd of gedrongen wordt, mag hij daarvoor niet bestraft worden. Elke atleet die dergelijke verstoring veroorzaakt, kan onderworpen worden aan een disciplinaire waarschuwing of diskwalificatie.

12.18. Over het algemeen mag geen valse start aangerekend worden als de atleet het contact met de grond of met de voetsteunen niet verbroken heeft. Als een atleet bijvoorbeeld zijn heupen naar boven beweegt, maar ze vervolgens weer naar beneden beweegt en op geen enkel ogenblik zijn handen het contact verloren met de grond of zijn voeten met de voetsteunen, mag dit geen valse start tot gevolg hebben. Het kan wel een reden zijn om de atleet een waarschuwing te geven (of te diskwalificeren wanneer hij voorafgaand een waarschuwing kreeg) wegens ongepast gedrag.

12.19. In het geval van een "rollende start" echter, waar de starter (of terugroepstarter) van mening is dat een atleet effectief anticipeerde op de start met een soort van continue beweging, zelfs als hij zijn handen of voeten niet bewoog voor het startschot, zou de wedstrijd moeten teruggeschoten worden. Dit kan gebeuren door een starter of terugroepstarter, maar het is de starter die zich in de beste situatie bevindt om dergelijke gevallen te beoordelen, aangezien hij de enige is die weet waar zijn vinger zich op de trekker bevond toen de atleet zijn beweging begon. In deze gevallen waar de starter er zeker van is dat de beweging van de atleet begon voor het afvuren van het pistool, moet een valse start aangerekend worden.

12.20. In overeenstemming met Noot (ii) zouden starters en terugroepstarters moeten vermijden overijverig te zijn in de toepassing van een valse start bij loopproeven vertrekkend uit een staande startpositie. Zulke gevallen zijn zeldzaam en gebeuren gewoonlijk per ongeluk omdat het gemakkelijker is om het evenwicht te verliezen bij een tweepunt start. Het is niet de bedoeling dat iemand hiervoor onrechtmatig bestraft wordt.

12.20.1. Wanneer dergelijke beweging als accidenteel beschouwd werd, worden starters en (jeugd)scheidsrechter aangemoedigd om in de eerste plaats de start als "onstabiel" te beschouwen. Als dit echter herhaaldelijk gebeurt tijdens dezelfde loopproef kan dit de starter en/of de (jeugd)scheidsrechter het recht geven ofwel de valse start procedures ofwel de disciplinaire procedures toe te passen, naargelang wat het beste past bij de situatie.

12.21. Atleten worden gediskwalificeerd na 2 valse starts (ook bij meerkampen). Bij een valse start gaan de hulpstarters als volgt te werk:

12.21.1. In het geval van een eerste valse start, moet/moeten de atleet/atleten verantwoordelijk voor de valse start een waarschuwing krijgen door hem/hen een geel en zwarte (in diagonale helften verdeelde) kaart voor te houden.

12.21.2. Bij een tweede valse start van deze atleet/atleten wordt/worden deze gediskwalificeerd en de rood/zwarte kaart voorgehouden.

12.22. Indien de starter of een terugroepstarter meent dat de start onregelmatig was, moet hij de atleten terugroepen door een schot of door het activeren van een passend hoorbaar signaal.

13. De loopwedstrijden

13.1. **Algemene regels**

In alle loopwedstrijden:

13.1.1. waar minstens één bocht gelopen wordt, wordt linksom gelopen. De banen worden genummerd van links naar rechts, met baan 1 aan de binnenkant.
13.1.2. waar enkel in de rechte baan gelopen wordt, mag naargelang de aanwezige omstandigheden, zowel gelopen worden met het middenterrein aan de linker- als de rechterkant. Dit moet echter voor de volledige wedstrijddag hetzelfde blijven.
13.1.3. waar er (gedurende de ganse wedstrijd) in banen gelopen wordt, moet elke atleet van start tot aankomst in de hem toegewezen baan lopen en tijdens het lopen in een bocht mag hij niet op of over de lijn aan de linkerzijde lopen, of in het geval van de binnenbaan, op of over de boord of lijn die de rand aan de binnenkant van de looppiste aangeeft.

13.2. **Hinderen**

13.2.1. Als een atleet gehinderd wordt, kan de (jeugd)scheidsrechter beslissen om de wedstrijd (of één of meerdere reeksen) opnieuw te laten lopen.
13.2.2. Atleten die opzettelijk hinderen of duwen, worden **gediskwalificeerd**.

Duwen wordt beschouwd als fysiek contact, éénmalig of herhaald, met een andere atleet of meerdere atleten, waarbij de duwer een onsportief voordeel behaalt of waarbij de betrokken atleet of andere atleten hierdoor letsel of nadeel ondervinden.

13.3. **Lijnovertreding**

In alle wedstrijden moet een atleet, of in het geval van een aflossing zijn ploeg, worden uitgesloten als de (jeugd)scheidsrechter – op basis van een verslag van een commissaris, jurylid of ander betrouwbaar bewijsmiddel – overtuigd is dat artikel 13.1.3 van de technische reglement mbt het in banen lopen werd overtreden.

Een uitsluiting is echter niet vereist in de volgende uitzonderingsgevallen:

13.3.1. De atleet wordt geduwd of gedwongen door een andere persoon of object om zijn baan te verlaten, of om op of over de lijn of boord te lopen die de binnenkant van de baan begrenst.
13.3.2. De atleet loopt buiten zijn baan op een recht stuk of loopt buiten de buitenlijn van zijn baan in een bocht.
13.3.3. In wedstrijden die in banen worden gelopen, raakt de atleet slechts één keer de binnenlijn, of de boord/lijn die de binnenkant van de bocht markeert.
13.3.4. In wedstrijden (of gedeeltes van wedstrijden) die niet in banen worden gelopen, stapt de atleet slechts één keer op of volledig over de lijn of boord die de rand van de piste in een bocht aanduidt.

13.4. **De atletiekpiste verlaten**

Een atleet die vrijwillig de piste verlaat, mag niet meer deelnemen aan de wedstrijd. Mocht de atleet toch proberen terug in de loopwedstrijd te komen dan moet hij door de (jeugd)scheidsrechter gediskwalificeerd worden.

13.5. **Merktekens**

Behalve als het gaat om aflossingen mogen de atleten als hulpmiddel geen merktekens aanbrengen of voorwerpen plaatsen op of naast de atletiekpiste. De commissarissen geven aanwijzingen aan de

betreffende atleet om merktekens of voorwerpen die niet voldoen aan te passen of te verwijderen. Als de atleet dit niet doet, moeten de commissarissen ze verwijderen.

13.6. **Aanduiden van tussentijden**

Officiële tussentijden mogen worden omgeroepen of getoond op schermen.

Het is niet toegestaan om tijden door te geven vanuit het wedstrijdterrein zonder toestemming van de (jeugd)scheidsrechter.

14. De aankomst

14.1. De aankomst van een loopwedstrijd wordt aangeduid met een **witte lijn van 50 mm breed**.
14.2. De volgorde van aankomst wordt bepaald door het moment waarop de **romp** van de atleet (dus niet het hoofd, de armen of benen) het **verticale vlak van de aankomstlijn** bereikt.
14.3. Bij wedstrijden met een fotofinish wordt dit nauwkeurig vastgelegd met een camera. Bij wedstrijden zonder fotofinish beslist de aankomstjury op basis van visuele waarneming.

15. Tijdopname

Er zijn twee manieren om tijden op te nemen:

15.1. **Volautomatische tijdopname (fotofinish)**
  15.1.1. Start automatisch bij het startschot.
  15.1.2. Registreert de aankomst met een camera die **minstens 100 beelden per seconde** maakt.
  15.1.3. De tijd wordt afgerond naar de **hogere honderdste seconde** (bijv. 3:17.533 wordt 3:17.54).
  15.1.4. De fotofinish bepaalt ook de exacte aankomstvolgorde.
15.2. **Handtijdopname (wordt enkel toegepast indien er technische problemen zijn met de volautomatische tijdopname)**
  15.2.1. De tijd wordt gemeten vanaf het **zichtbare startschot** (rook of vlam).
  15.2.2. Er zijn **drie officiële tijdopnemers** per wedstrijd.
  15.2.3. De tijd wordt afgerond naar de **hogere tiende seconde** (bijv. 10.11 wordt 10.2).
  15.2.4. Bij verschillende tijden geldt:
    15.2.4.1. 2 gelijke tijden >< 1 verschillende tijd → die dubbel gemeten tijd is officieel.
    15.2.4.2. 3 verschillende tijden → de **middelste** telt.
    15.2.4.3. Indien slechts 2 tijden gemeten werden → de **langste** telt.

Bij wedstrijden met fotofinish zijn deze tijden **officieel**, tenzij er een technisch probleem is. In dat geval worden de handtijden gebruikt als back-up.

16. Reeksverdeling bij loopwedstrijden

16.1. Bij wedstrijden met meerdere reeksen worden de atleten verdeeld op basis van hun **beste prestaties** (bijvoorbeeld tijden uit vorige wedstrijden). Atleten zonder tijd worden willekeurig geplaatst.
16.2. **Baanverdeling bij sprintnummers:**
  16.2.1. De baanverdeling gebeurt volgens loting.
  16.2.2. In atletiek.nu zal deze baanverdeling automatisch gebeuren.

17. Horden

17.1. Iedere horde moet op de atletiekpiste geplaatst worden zo dat de voet zich bevindt langs de kant waar de atleet ze nadert. De horde moet zo geplaatst worden dat het verticale vlak van de

bovenzijde van de lat, aan de kant van de aankomende atleet, overeenkomt met het merkteken op de atletiekpiste het dichtst bij de atleet.

17.2. Alle wedstrijden worden in banen gelopen en elke atleet moet elke horde in zijn baan overschrijden en gedurende de hele wedstrijd in zijn baan blijven lopen. Wanneer een atleet dit artikel niet naleeft, volgt diskwalificatie.

17.3. Een atleet wordt ook gediskwalificeerd als:

17.3.1. zijn voet of been naast de horde, langs welke kant dan ook, onder het horizontale vlak van de bovenkant van de horde komt op het moment dat hij deze overschrijdt;

17.3.2. hij een horde omvergooit of verplaatst met de hand, het lichaam of de voorkant van het onderbeen waarmee hij de horde aanvalt;

17.3.3. hij een horde in zijn eigen baan of in een andere baan omvergooit, hetzij rechtstreeks of onrechtstreeks, op een manier die andere atleten hindert of benadeelt, of waarbij ook een ander reglementsartikel wordt overtreden.

Op voorwaarde dat dit artikel in andere opzichten nageleefd wordt en de horde niet verplaatst werd of de hoogte ervan op eender welke manier niet verlaagd werd, met inbegrip van het overhellen in om het even welke richting, mag een atleet de horde op gelijk welke manier overschrijden.

17.4. De vereiste om elke horde te overschrijden, moet niet geïnterpreteerd worden als eisen dat de atleet elke horde in zijn eigen baan overschrijdt. Maar wanneer een atleet een horde in een andere baan omverloopt of verplaatst en zo de voortgang van een andere atleet belemmert, moet hij gediskwalificeerd worden.

17.4.1. Omstandigheden waarbij een atleet een horde in een andere baan omverloopt of verplaatst, moeten met gezond verstand geïnterpreteerd worden. Een atleet die bijvoorbeeld een horde omverloopt of verplaatst in een baan van een atleet die deze reeds overschreden heeft, of waarvan de verplaatsing geen wezenlijke invloed heeft op de voortgang van de andere atleet (d.w.z. geen wezenlijke gevolgen heeft zoals het veranderen van hun ritme, het verkorten of verlengen van hun pas, het veranderen van richting of het veroorzaken van een botsing met de horde die zonder die verplaatsing niet zou hebben plaatsgevonden) moet niet noodzakelijk gediskwalificeerd worden, tenzij hij op een andere manier de reglementen overtreedt. De bedoeling van dit artikel is om duidelijk te maken dat een atleet die door zo te handelen een andere atleet belemmert in aanmerking komt voor diskwalificatie.

17.5. De (jeugd)scheidsrechter en Commissarissen moeten hoe dan ook op hun hoede zijn en zich ervan vergewissen dat elke atleet in zijn eigen baan gebleven is. Bovendien is het bij hordewedstrijden niet ongewoon dat atleten hun armen ver uitzwaaien terwijl ze de horde overschrijden, en op die manier de atleet in de baan naast hen raken of hinderen. Dit wordt het best opgemerkt door Commissarissen of videocamera's die frontaal tegenover de atleten opgesteld staan.

17.6. De tegengewichten moeten zodanig versteld kunnen worden dat er op iedere hoogte een druk nodig is van minstens 3,6kg en van hoogstens 4kg om haar te doen kantelen.

17.6.1. De tegengewichten voor de horden van 0.686cm hoogte moeten zodanig versteld kunnen worden dat er op deze hoogte een druk nodig is van ten minste 3,6kg en van ten hoogste 4,4kg om haar te doen kantelen.

17.7. **Hoogten en afstanden van de horden**

Outdoor

Categorie	proef	Hoogte (m)	Aantal horden	Van start tot 1e horde	Afstand tussen horden	Laatste horde tot aankomst
PUP M/V + MIN V	60mH	0.686	6	11.00m	7.00m	14.00m
MIN M	80mH	0.762	8	12.00m	8.00m	12.00m

Indoor

Categorie	proef	Hoogte (m)	Aantal horden	Van start tot 1e horde	Afstand tussen horden	Laatste horde tot aankomst
PUP M/V + MIN V	60mH	0.686	5	11.00m	7.00m	21.00m
	50mH	0.686	4	11.00m	7.00m	18.00m
MIN M	60mH	0.762	5	12.00m	8.00m	16.00m
	50mH	0.762	4	12.00m	8.00m	14.00m

18. Aflossingswedstrijden

18.1. Er zijn verschillende aflossingsvormen voor jeugd:
- 18.1.1. **Outdoor: 4x60m** (Pupillen), **4x80m** (Miniemen), **3x600m** (Pupillen en Miniemen)
- 18.1.2. **Indoor: 4x200m**

18.2. **Wisselzones:**
- 18.2.1. 4x60m en 4x80m: wisselzone = 30 meter, met de wissellijn op 20 meter voorbij het begin van de aflossingszone.
- 18.2.2. 3x600m en 4x200m: wisselzone = 20 meter, met de wissellijn in het midden.
- 18.2.3. De aflossingszones beginnen en eindigen aan de rand van de lijnen van de zones die het dichtst bij de startlijn liggen in de looprichting. Bij elke aflossing in banen moet een aangeduide commissaris zich ervan vergewissen dat de atleten correct in hun aflossingszone opgesteld staan.
- 18.2.4. De commissarissen moeten ervoor zorgen dat iedere atleet van elke ploeg plaats neemt in de juiste baan of positie. De hulpstarters zijn verantwoordelijk voor de opstelling van de eerste lopers en zorgen ervoor dat elke loper een aflossingsstok heeft. Ze kunnen ook aangeduid worden om te helpen bij elke aflossingszone die zich na de start ter hoogte van de startlijn bevindt. Chef-commissarissen voor elke aflossingszone en de commissarissen die tot hun beschikking staan, zijn verantwoordelijk voor het opstellen van de volgende lopers. Eens alle atleten juist opgesteld staan, verwittigt de chef-van de wisselzone van de zone de andere betrokken officiëlen door middel van het opsteken van een witte vlag
- 18.2.5. Ze moeten er zich eveneens van vergewissen dat bij alle aflossingen de voeten van de vertrekkende atleten zich volledig binnen de zone bevinden vooraleer ze hun sprint aanzetten om de stok te kunnen ontvangen. Deze beweging mag niet beginnen op enig punt buiten de afloszone.

18.3. **Reglementen:**
- 18.3.1. De 4x60m en 4x80m wordt volledig in banen gelopen, de 3x600m wordt gelopen zonder banen te gebruiken.
- 18.3.2. In de 4x200m moeten de eerste deelafstand en de eerste bocht van de tweede deelafstand tot aan de dichtstbijzijnde kant van de zwenklijn in banen gelopen worden. Elke aflossingszone is 20m lang en de tweede, derde en vierde loper moeten in deze zone starten.
- 18.3.3. Bij de 4x60m en 4x80m mag een atleet in zijn eigen baan één merkteken plaatsen, bestaande uit plakband, maximum 0,05m x 0,4m, van een afstekende kleur die geen verwarring mogelijk maakt met de permanente baanmarkeringen. Plakband dat verder aan deze regel voldoet mag in één of meer stukken worden gescheurd om een enkele markering met een andere vorm te maken die duidelijker opvalt. Geen enkel ander soort merkteken mag gebruikt worden. De commissarissen moeten de desbetreffende atleet/atleten aanwijzingen geven om alle merktekens die niet voldoen aan dit artikel aan

te passen of te verwijderen. Wanneer de atleten dit niet doen, moeten de commissarissen de merktekens verwijderen.

18.3.4. De stok moet **in de hand** worden gehouden tijdens de hele wedstrijd.

18.3.5. Atleten mogen **geen handschoenen** dragen of kleefstoffen gebruiken voor extra grip.

18.3.6. De aflossingsstok moet **binnen de aflossingszone** worden doorgegeven. Het doorgeven begint op het ogenblik dat de stok voor het eerst aangeraakt wordt door de ontvangende atleet en eindigt op het ogenblik dat deze hem alleen in de hand heeft. Ten opzichte van de aflossingszone is het enkel de positie van de aflossingsstok die bepalend is. De aflossingsstok doorgeven buiten de aflossingszone heeft diskwalificatie tot gevolg.

18.3.7. Bij het vaststellen van de positie van de aflossingsstok is het de volledige aflossingsstok waar rekening moet mee worden gehouden. Als de stok valt, moet de atleet die hem liet vallen hem **zelf oprapen** en terugkeren naar het punt waar hij hem verloor. Deze mag daartoe zijn baan verlaten op voorwaarde dat hij geen andere atleet hindert bij het oppakken van de stok. Bij het overschrijden van de finishlijn moet de stok door de betreffende atleet worden gedragen. Wanneer een atleet een overtreding begaat tegen dit artikel wordt zijn ploeg gediskwalificeerd.

18.3.8. Tot het ogenblik dat de aflossingsstok zich uitsluitend in de hand van de ontvangende atleet bevindt, is het reglement van lijnovertreding enkel van toepassing op de inkomende atleet. Daarna is het enkel van toepassing op de atleet die de aflossingsstok aangenomen heeft.

18.3.9. Bovendien moeten de atleten vooraleer ze de aflossingsstok doorgegeven en/of ontvangen hebben in hun baan blijven of op hun plaats blijven staan tot de baan vrij is zodat geen atleten meer kunnen gehinderd worden.

18.3.10. Wanneer tijdens de wedstrijd een atleet de aflossingsstok van een andere ploeg afneemt of opraapt, wordt zijn ploeg gediskwalificeerd. De andere ploeg zou niet bestraft mogen worden, tenzij ze er voordeel uit haalde.

18.3.11. Elke atleet mag **slechts één deelafstand** lopen.

18.3.12. De samenstelling en volgorde van lopen van de ploeg kan tot 30 minuten voor aanvang van de wedstrijd worden gewijzigd.

18.3.13. Bij de 3x600 moeten de 2de en 3de lopers zich met hulp van de aangestelde officieel opstellen in hun afwachthouding in dezelfde volgorde (van binnen naar buiten) als de startlijst.

18.3.14. 4x200m moeten de 3de en 4de lopers zich met hulp van de aangestelde officieel opstellen in hun afwachthouding in dezelfde volgorde (van binnen naar buiten) als die waarin hun respectievelijke ploeggenoten de laatste bocht ingaan. Eens de aankomende atleten dit punt voorbij zijn, moeten de wachtende atleten deze volgorde aanhouden en mogen ze niet van positie wisselen aan het begin van hun aflossingszone.

18.3.15. In elke aflossingswedstrijd waar geen banen worden gebruikt, mogen de wachtende atleten dichter naar de binnenkant van de atletiekpiste gaan bij de nadering van hun ploeggenoten op voorwaarde dat ze niet van positie wisselen met andere wachtende atleten en geen andere atleten duwen of hinderen.

Wanneer een atleet een overtreding begaat tegen een of meerdere sub artikels onder artikel 18.3 wordt zijn ploeg gediskwalificeerd.

18.4. **Deelname ploegen:**

18.4.1. Jongens- en meisjesploegen mogen **samen lopen**, maar de uitslagen worden **apart opgemaakt**.

18.4.2. Jongens en meisjes kunnen samen in één ploeg deelnemen (is niet toegelaten tijdens wedstrijden van Beker van Vlaanderen en Provinciaal kampioenschap). Telt tevens niet mee voor ranglijsten.

18.4.3. Deelnemers van verschillende clubs kunnen samen een ploeg vormen. De uitslagen worden eveneens niet meegenomen in de ranglijsten.
18.4.4. Ploegen moeten bestaan uit atleten van **dezelfde leeftijdscategorie**.

KAMPPROEVEN

19. Algemeenheden – Kampproeven

19.1. **Oefenpogingen op het wedstrijdterrein**

19.1.1. Op het wedstrijdterrein en voor het begin van de proef mag elke atleet oefenpogingen ~~(minimaal 2 en beste maximaal 3)~~ uitvoeren. ~~Voor de werpproeven en verspringen worden de oefenpogingen bij voorkeur uitgevoerd worden in de volgorde van de wedstrijd en steeds onder toezicht van Juryleden.~~

19.1.2. ~~Voor hoog- en polsstokspringen wordt de lat op 4 verschillende hoogtes (oplopend) gelegd: aanvangshoogte, +10cm, +10cm, +10cm. De atleten kunnen naar keuze op deze verschillende hoogten 1 tot max 3 pogingen per hoogte inspringen. Het totaal aantal pogingen blijft bij voorkeur beperkt tot maximaal 4 om de opwarmperiode zo kort mogelijk te houden zodoende de wedstrijd tijdig kan aanvatten. Dit moet door het juryteam nauwlettend in het oog gehouden worden.~~

19.1.2. Bij een groot aantal atleten, vertraging in het wedstrijdprogramma, of een andere factoren waardoor het vlotte, stipte verloop van de wedstrijd in het gedrang komt, kunnen de juryleden ervoor kiezen om het aantal oefenpogingen te beperkten tot maximaal 3 pogingen. Dit opdat de wedstrijd tijdig of met minimale vertraging kan starten.

19.1.3. Tijdens de wedstrijd zijn **geen oefenpogingen meer toegestaan**.

19.1.4. Het gebruik van de werptuigen buiten de werpcirkel of aanloop is steeds verboden.

19.1.5. Een atleet mag zijn polsstok of zijn uitgekozen werptuig aanraken, klaarmaken of omwikkelen ter voorbereiding van zijn poging, op voorwaarde dat dit geen andere atleet of andere personen in gevaar brengt, ophoudt of belemmert. Het is in het bijzonder belangrijk dat de juryleden dit artikel op een redelijke manier interpreteren zodat ze ervoor zorgen dat de wedstrijd op een efficiënte manier verder kan gaan en de atleet in staat is om, als hij dit verkiest, onmiddellijk zijn poging te beginnen zodra zijn tijd ingaat.

19.2. **Merktekens**

Atleten mogen **persoonlijke merktekens** gebruiken:

19.2.2. Bij springnummers en werpnummers met aanloop: 1 of 2 merktekens naast de aanloop (bij hoogspringen op de aanloopzone).

19.2.3. Bij werpnummers in werpcirkel: 1 merkteken achter de werpcirkel. Nooit in de valsector of nabijheid ervan. Dit merkteken mag enkel tijdens de duur van de individuele poging geplaatst worden, nadien moet de atleet dit verwijderen.

19.2.4. Het gebruik van krijt, kalk of een product dat onuitwisbare tekens nalaat is niet toegelaten.

19.2.5. Als de grond nat is, kan het plakband aan de grond bevestigd worden met punaises van verschillende kleuren.

19.2.6. Merktekens mogen geen gevaar vormen of het zicht van de jury belemmeren.

De juryleden geven aanwijzingen aan de betrokken atleet om merktekens die niet aan dit artikel voldoen aan te passen of te verwijderen. Als de atleet dit niet doet, moeten de Juryleden ze verwijderen.

19.2.7. Bij het polsstokspringen plaatsen de organisatoren best geschikte en veilige afstandsaanduidingen naast de aanloopbaan om de 0,5m tussen de punten gelegen tussen 2,5m en 5m van de “nullijn” en om de meter vanaf het 5m-punt tot het 18m-punt.

19.2.8. Dit is bedoeld om atleten en hun trainers te helpen bij het vaststellen van hun afzetplaats en hun vordering op de aanloop. Er is geen vastgelegd concept hoe ze gemaakt moeten worden of eruit moeten zien - organisatoren en (jeugd)scheidsrechter hebben hier de mogelijkheid volgens hun eigen inzichten te bepalen wat aanvaardbaar en eerlijk is binnen de geest van het artikel in elke specifieke wedstrijdomgeving.

19.3. **Pogingen en opmeten**

19.3.2. Elke atleet krijgt **3 pogingen** bij kampnummers.

19.3.2.1. Een geldige poging wordt aangeduid met de opgemeten afstand.

19.3.3. Bij hoogspringen: **2 pogingen per hoogte, de wedstrijd eindigt als de atleet twee opeenvolgende foutsprongen doet**.

19.3.4. Elke geldige poging moet worden opgemeten.

19.3.5. Behalve bij Hoog- en Polsstokspringen mag voor geen enkele atleet meer dan één poging opgetekend worden in om het even welke beurtronde van de wedstrijd.

19.3.6. Wanneer een atleet zich teruggetrokken heeft uit een proef, hetzij op eigen initiatief, hetzij na een diskwalificatie, mag deze niet verder deelnemen aan die proef. En in het geval van een meerkamp, aan eender welke volgende proef van die meerkamp.

19.4. **Beëindigen van pogingen**

19.4.2. Na het beëindigen van een poging en het verlaten van de werpcirkel of aanloop steekt het jurylid een witte of rode vlag op om aan te geven of de poging geldig was of niet.

19.4.3. Het jurylid mag geen witte vlag omhoogsteken om de geldigheid van een poging aan te geven vooraleer een poging beëindigd is. Het jurylid mag zijn beslissing herroepen als hij meent dat hij de verkeerde vlag omhoog gestoken heeft.

De bepalingen van een (on)geldige poging worden per discipline opgelijst.

19.5. **Toegestane tijd voor pogingen**

Bij jeugdwedstrijden is er geen tijdsklok en gaan we uit van een praktische benadering. Van zodra een jurylid de naam van de volgende atleet omroept mag deze zijn poging starten. De atleet wordt verwacht klaar te zijn om zijn poging te ondernemen. Enige tijd om zich voor te bereiden is toegelaten, bijvoorbeeld in winderige of andere externe omstandigheden. Het is in principe bij Pupillen en Miniemenwedstrijden niet de bedoeling dat de atleet meer dan 30” nodig heeft om zijn poging te starten, dit om het vlotte verloop van de wedstrijd niet in het gedrang te brengen.

19.5.2. Bij hoog en polsstok geldt tweemaal aanlopen zonder springen als ongeldige poging.

19.6. **Vervangende Pogingen**

19.6.2. Als een poging wordt verstoord door omstandigheden buiten de wil van de atleet (bv. technisch probleem), kan de (jeugd)scheidsrechter een **vervangende poging** toestaan.

19.6.3. Er mag geen wijziging in de beurtronde worden toegestaan. Er moet een billijke tijd toegestaan worden voor elke vervangende poging, rekening houdend met de specifieke omstandigheden van het geval. In gevallen waar de wedstrijd doorgegaan is vooraleer de vervangende poging werd toegekend, moet deze gebeuren vooraleer er verdere pogingen ondernomen worden.

19.7. **Afwezigheid gedurende de wedstrijd**

19.7.2. Atleten mogen de wedstrijdzone **niet verlaten zonder toestemming** van de jury.

19.7.2.1. Dit kan enkel voor bijvoorbeeld toiletbezoek, niet om te gaan deelnemen aan een andere discipline.

19.7.3. Wie niet op tijd klaarstaat voor zijn poging, krijgt een **mislukte poging** aangerekend.

20. Algemeenheden – Hoog- en Polsstokspringen

Bij verticale sprongen proberen atleten een lat te overschrijden zonder deze te laten vallen. De lat ligt op twee steunen tussen twee staanders. De hoogte wordt na elke ronde verhoogd.

20.1. **Start en hoogteverloop**

20.1.1. De aanvangshoogte wordt vooraf bepaald en meegedeeld. Bij voorkeur wordt de aanvangshoogte al voor inschrijving bekend gemaakt.

20.1.2. De lat wordt bij hoogspringen verhoogd met **5 cm per ronde** en bij polsstokspringen **met 10cm per ronde** (wanneer Miniemen deelnemen aan wedstrijden polsstok waar ook Cadetten deelnemen volgen ze de reglementering die van toepassing is op de Cadetten. Hierdoor is het mogelijk dat de lat met andere hoogtes wordt verhoogd).

20.1.3. Zodra er nog maar één atleet overblijft, mag deze verder springen. De lat wordt bij hoogspringen nog steeds per 5cm verhoogd en bij polsstokspringen per 10cm (geen vrije keuze atleet). In een polsstokwedstrijd waar Miniemen en Cadetten samen springen mag de laatst overblijvende atleet zijn volgende hoogte wel zelf kiezen.

20.2. **Aantal pogingen**

20.2.1. Een atleet mag beginnen op iedere vooraf aangekondigde hoogte en het staat hem vrij te springen op elke volgende hoogte

20.2.2. Twee (drie bij polsstokspringen) opeenvolgende mislukte pogingen op om het even welke hoogte schakelen de atleet uit om verder te springen.

20.2.3. Een atleet mag een poging **overslaan** (passen), maar mag dan niet meer terugkeren naar die hoogte.

20.2.4. Wanneer bij het hoog- of polsstokspringen één of meerdere atleten niet aanwezig zijn wanneer alle andere aanwezige atleten hun wedstrijd volledig afgewerkt hebben, zal de chef kamp aannemen dat de betrokken atle(e)t(en) opgegeven heeft (hebben) zodra de toegestane tijd voor een volgende poging verstreken is.

20.3. **Opmeting van de hoogte**

20.3.1. Bij alle verticale springproeven gebeuren de opmetingen in hele centimeters, loodrecht vanaf de grond tot aan het deel van de bovenrand van de lat dat zich het dichtst bij de grond bevindt.

20.3.2. Elke nieuwe hoogte moet gemeten worden vooraleer de atleten met hun pogingen op die hoogte beginnen. Als de lat vervangen wordt, moet een nieuwe opmeting gebeuren.

20.4. **Klassement**

Wanneer 2 of meer atleten dezelfde hoogste wedstrijdhoogte overschrijden, is de werkwijze voor het opmaken van het klassement als volgt:

20.4.1. De atleet die het kleinste aantal sprongen op de laatst overschreden hoogte deed, wordt best geklasseerd.

20.4.2. Wanneer de atleten gelijk gerangschikt staan volgens voorgaande punt wordt de atleet met het minste aantal mislukte pogingen over de ganse wedstrijd tot en met de laatst overschreden hoogte best gerangschikt.

20.4.3. Indien de atleten na toepassing van voorgaande punt nog steeds gelijk gerangschikt blijven, moeten de betrokken atleten op dezelfde plaats gerangschikt worden.

20.4.4. Bij pupillen en miniemen is er géén barrage!

20.5. **Externe Krachten**

Wanneer het duidelijk is dat de lat verplaatst werd door een kracht onafhankelijk van een atleet (b.v. een windstoot)

20.5.1. als deze verplaatsing gebeurde nadat een atleet de lat overschreed zonder deze te raken, moet de poging geldig verklaard worden, of

20.5.2. als deze verplaatsing gebeurde onder gelijk welke andere omstandigheid, moet een vervangende poging toegekend worden.

21. Hoogspringen

21.1. **Techniek en uitvoering**

21.1.1. De atleet moet afzetten met **één voet**.

De sprong is ongeldig als:

21.1.2. De lat valt door toedoen van de atleet.

21.1.3. De atleet de grond of landingsplaats raakt achter de lat zonder deze te overschrijden. *Noot: Om de toepassing van dit artikel te vergemakkelijken moet er een witte lijn van 50mm breed getrokken worden (gewoonlijk met zelfklevende tape of een gelijksoortig materiaal) tussen punten die zich 3m aan de buitenkant van elke staander bevinden. De dichtstbijzijnde zijde van de lijn loopt door het verticale vlak gevormd door de dichtstbijzijnde zijde van de dwarslat.*

21.1.4. De atleet de lat of staanders raakt tijdens de aanloop zonder te springen.

21.2. **Aanloop en installatie**

21.2.1. De aanloop van een atleet mag maximaal 6m breed en ~~8m~~ 10m (Pupillen) en ~~13m~~ 15m (Miniemen) diep zijn tov de staander. De atleet moet met zijn voorste voet starten binnen* de maximaal toegelaten aanloopafstand, de achterste voet mag buiten deze zone komen. (vooraanloop mag indien deze start binnen de maximale aanloopafstand)
* Minstens een deel van de voorste voet moet binnen de maximaal bepaalde aanloopafstand staan. Dit blijft van toepassing gedurende de volledige competitie.

21.2.2. ~~Ter hoogte van het midden van de mat wordt een markering aangebracht (dit mag op de piste en/of op de mat zijn). Doel hiervan is om atleten te ondersteunen en stimuleren af te stoten in het 1ste 3de van de lat.~~

21.2.3. De afstand tussen de staanders is **4,00 tot 4,04 meter**.

21.2.4. De landingsmat is minimaal **5 x 3 meter** en **50 cm hoog**. Hoge matten (+1m) vermijden. Wij adviseren om de mathoogte vooraf bekend te maken bij inschrijving.

21.3. **Aanbevelingen**

21.3.1. De aanvangshoogte van de lat wordt bij voorkeur op variabele hoogtes gekozen. Wij adviseren om dit te kiezen op basis van de kalenderdag. (vb 12 april -> lathoogtes 82cm, 87cm, 92cm,... of 8 mei -> lathoogtes 98cm, 103cm, 108cm,...)

21.3.2. Atleten wordt aangeraden om hun aanvangshoogte te kiezen op maximaal 15cm onder hun persoonlijk record.

21.3.3. Voor Pupillen wordt **schaarsprong** aanbevolen.

21.3.4. Voor Miniemen is schaarsprong aanbevolen bij hoogtes onder **1m25**.

22. Polsstokspringen

22.1. **Plaatsing dwarslat**

22.1.1. Atleten mogen de dwarslat alleen laten verplaatsen in de richting van de landingsplaats zodat de kant van de dwarslat het dichtst bij de atleet zich op ieder punt kan bevinden van boven de bovenbinnenzijde van de achterkant van de insteekbak tot 80cm verder in de richting van de landingsplaats.

22.1.2. Een atleet moet voor aanvang van de wedstrijd het verantwoordelijke jurylid inlichten over de plaats waar hij wenst dat de dwarslat geplaatst wordt voor zijn eerste poging en deze plaats moet genoteerd worden.

22.1.3. Indien een atleet nadien veranderingen wenst aan te brengen aan deze plaats moet hij het verantwoordelijke jurylid hiervan onmiddellijk inlichten vooraleer de dwarslat op de oorspronkelijke door hem gewenste plaats staat.

22.1.4. Zodra de tijd voor de poging gestart is, wordt geen verandering in de positie van de staanders meer toegestaan.
Bij opeenvolgende pogingen moeten de juryleden bij de atleet navragen of die de positie van de lat wil wijzigen voordat de tijd voor de volgende poging begint.

22.1.5. *Noot: Een lijn ("nullijn") van 10mm breed en in een te onderscheiden kleur moet loodrecht op de as van de aanloopbaan getrokken worden ter hoogte van de bovenbinnenzijde van de achterkant van de insteekbak. Een gelijkaardige lijn tot 50mm breed loopt ook over de bovenkant van de landingsplaats en wordt verlengd tot aan de buitenzijde van de staanders. De rand van de lijn het dichtst bij de aanlopende atleet komt overeen met de achterzijde van de insteekbak.*

22.2. **Techniek en uitvoering**

22.2.1. De atleet gebruikt een polsstok om over de lat te springen.

De sprong is ongeldig als:

22.2.2. De lat valt door toedoen van de atleet.

22.2.3. De atleet of de stok de grond raakt voorbij de insteekbak zonder de lat te overschrijden.

22.2.4. De atleet zijn handen verplaatst op de stok tijdens de sprong.

22.2.5. De atleet de lat stabiliseert of teruglegt met de hand.

22.2.6. Het is geen fout wanneer de atleet eender waar aanloopt buiten de witte lijnen die de aanloopbaan afbakenen.

22.2.7. Het is geen fout wanneer tijdens een poging de stok de landingsplaats raakt nadat hij eerst correct in de insteekbak geplant werd. Dit is ook niet zo wanneer de stok bij het buigen de landingszone voorbij de nullijn raakt.

Op het volgende moet worden gelet bij het toepassen en interpreteren van bovenstaande reglementering

22.2.8. De lat moet worden afgeworpen door de actie van de atleet **tijdens het springen**. Als een atleet na het correct terugnemen van zijn polsstok (zonder het laten optekenen van een ongeldige poging) daarna met zijn stok de lat of de staanders raakt waardoor de lat valt, is dit **geen mislukte poging**, tenzij de lat nog bewoog en de jurylid de witte vlag nog niet had opgestoken.

22.2.9. Het jurylid moet zicht ervan bewust zijn dat een atleet op zo'n manier kan afzetten dat zijn lichaam of gebogen polsstok het verticale vlak van de nullijn doorbreekt, maar vervolgens terug op de aanloop belandt zonder een sprongpoging te doen. Zolang hij de grond voorbij de nullijn niet raakt en nog voldoende tijd heeft, mag hij zijn poging voortzetten.
Deze alertheid geldt ook in situaties waarin de atleet – terwijl de tijd loopt – zijn stok in de insteekbak wil plaatsen of de stok op een andere manier het verticale vlak doorbreekt en **de grond voorbij de nullijn raakt**: in dat geval is er wél sprake van een foute poging.

22.2.10. Juryleden moeten extra aandacht besteden aan mogelijke verboden handelingen. Dat betekent niet alleen dat het jurylid de atleet gedurende de hele sprong nauwkeurig moet volgen, maar ook moet beoordelen of er geen bewuste poging was om de lat te stabiliseren of terug te leggen. Een toevallige aanraking tijdens de sprong is geen overtreding, maar elke directe actie van de atleet met dit doel wél.

22.2.11. Het is een algemeen gebruik dat atleten na hun poging – geslaagd of niet – terugkeren naar de insteekbak om hun afzetpositie te controleren door de polsstok opnieuw te plaatsen. Dit is toegestaan, **zolang het pas gebeurt nadat de poging volledig is afgerond**.

22.2.12. Niemand, met inbegrip van de atleet zelf, mag de polsstok aanraken tenzij deze terugvalt van de lat of staanders weg. Indien hij echter aangeraakt wordt en de

(jeugd)scheidsrechter is van mening dat zonder deze tussenkomst de lat zou afgeworpen zijn, moet de sprong als mislukt opgetekend worden. Dit is een van de weinige artikels waar het gedrag van een jurylid kan leiden tot het toekennen van een ongeldige poging. Het is daarom belangrijk dat de juryleden aan de staanders er nauwgezet op toezien dat ze de polsstok niet aanraken of opvangen, behalve wanneer deze duidelijk van de lat en/of staanders wegvalt.

22.2.13. Als tijdens de poging de polsstok van een atleet breekt, mag zijn sprong niet als mislukt aangerekend worden en krijgt hij een vervangende poging.

22.3. **Aanloop en installatie**

22.3.1. De landingsmat is minimaal **5 x 5 meter** en **80 cm hoog**.

22.3.2. Hulpstukken mogen gebruikt worden bij Miniemen om op een lage aanvangshoogte te beginnen.

22.4. **Polsstokken**

22.4.1. Atleten mogen hun **eigen polsstok** gebruiken. Geen enkele atleet mag de privéstokken gebruiken van een andere atleet zonder dat deze laatste zijn toestemming geeft.

22.4.2. De polsstok mag van gelijk welk materiaal of samenstelling zijn en van gelijk welke lengte of diameter, maar de hele oppervlakte moet glad zijn.

22.4.3. De stok moet glad zijn, maar mag omwikkeld worden met tape voor extra grip. Deze tape moet aan de greepzijde gelijkmatig aangebracht zijn. Behalve bij occasionele overlappingen, mag de omwikkeling niet leiden tot een plotselinge verdikking of het ontstaan van een “ring” op de polsstok. Er is geen beperking op hoe ver de tape naar boven of onder mag doorlopen, zolang dit gebeurt met het oog op het beschermen van de hand.

22.4.4. Atleten mogen tijdens de wedstrijd hun handen of polsstok inwrijven met een stof om een beter houvast te hebben. Het gebruik van **handschoenen** is ook toegestaan.

23. Verspringen

Bij verspringen is het doel om vanuit een aanloop zo ver mogelijk te springen in een zandbak.

23.1. **Aanloop en afzet**

Aanlooplengte:

23.1.1. Pupillen: maximaal ~~**15**~~ **18 meter**

23.1.2. Miniemen: maximaal ~~**20**~~ **23 meter**

23.1.3. De atleet moet met zijn voorste voet starten binnen* de maximaal toegelaten aanloopafstand, de achterste voet mag buiten deze zone komen.
* Minstens een deel van de voorste voet moet binnen de maximaal bepaalde aanloopafstand staan. Dit blijft van toepassing gedurende de volledige competitie.

Afstoot:

23.1.4. De atleten mogen afstoten op het witte deel van de afzetbalk.

23.1.5. De rand van de balk die het dichtst bij de zandbak ligt, is de **afzetlijn**.

23.1.6. Een plank met plasticine wordt gebruikt om te controleren of de atleet over de afzetlijn is gegaan. Ook het gebruik van VTO is toegelaten.

23.1.7. Deze plank ligt direct na de afzetbalk en steekt iets uit boven het oppervlak. Dit is niet van toepassing bij gebruik van VTO

23.1.8. De plasticine wordt in een rechte hoek (90°) gevormd en meteen hersteld wanneer vervormd door een nulsprong.

23.2. Een poging is **geldig** als:

23.2.1. De atleet afzet vóór de afzetlijn, inbegrepen: met een deel van schoen/voet de grond raakt buiten de uiteinden van de afzetbalk voor de afzetlijn.

23.2.2. De atleet aanloopt buiten de witte lijnen die de aanloop afbakenen.
23.2.3. De atleet de zandbak verlaat **achter de afdruk** (dus verder weg van de afzetlijn).

23.3. Een poging is **ongeldig** als:
23.3.1. De atleet tijdens het afzetten met enig deel van de voorkant van zijn afzetvoet/-schoen het verticale vlak door de afzetlijn doorbreekt, hetzij bij een aanloop zonder dat een sprong volgt, hetzij bij het springen zelf.
Noot: het mag niet als een mislukte poging beschouwd worden als het doorbreken van het verticale vlak gebeurt door een los onderdeel van de schoen (bv. een schoenveter).
23.3.2. De atleet **naast de balk** afzet.
23.3.3. De atleet een **salto** uitvoert.
23.3.4. De atleet **de grond buiten de zandbak** raakt vóór de landing.
23.3.5. De atleet tijdens het neerkomen met enig deel van zijn lichaam de grond buiten de landingsplaats raakt.
23.3.6. De atleet de zandbak verlaat **vóór zijn afdruk** (dus dichter bij de afzetlijn).

23.4. **Opmeting**
23.4.1. De afstand wordt gemeten vanaf de **afzetlijn** tot het **dichtstbijzijnde merkteken** in het zand.
23.4.2. De meting gebeurt **loodrecht** op de afzetlijn of op een denkbeeldige lijn die deze verlengt.
23.4.3. De afstand wordt meteen na elke poging gemeten.
23.4.4. De afstand wordt afgerond naar **beneden op 1 cm nauwkeurig**.

24. Algemeenheden – Werpproeven

24.1. **Aantal pogingen**
24.1.1. Elke atleet krijgt **3 pogingen**.
24.1.2. De afstand wordt **onmiddellijk na elke poging** opgemeten.

24.2. Een poging is ongeldig als:
24.2.1. De atleet het werptuig op een andere manier loslaat dan toegelaten.
24.2.2. Het werptuig **buiten de sector of op de sectorlijn** landt. Bovendien is het een mislukte poging wanneer de kogel, de discus, de vortex of enig deel van de speer na het loslaten maar voor het contact met de grond eender welk object (ander dan de kooi) raakt buiten de sector.
24.2.3. De atleet, nadat hij de werpcirkel is binnengetreden en zijn worp is begonnen, met eender welk deel van het lichaam:
24.2.3.1. de grond buiten de werpcirkel aanraakt, of
24.2.3.2. de bovenkant of binnenrand van de ring raakt.

Opmerking:
Het wordt **niet** als een ongeldige poging beschouwd als het contact met de grond gebeurt tijdens de eerste draai (enkel van toepassing bij discus Miniemen), op een punt dat volledig achter de witte lijn ligt die buiten de werpcirkel is getrokken en virtueel door het midden van de cirkel loopt.

24.2.4. Bij het kogelstoten de atleet met enig deel van zijn lichaam het stootblok raakt op een andere plaats dan de binnenkant. Dit geldt niet voor losse onderdelen van kledij (vb schoenveter).
24.2.5. Bij het vortexwerpen of speerwerpen de atleet met enig deel van zijn lichaam de grond buiten de aanloopbaan raakt of de afbakeningslijnen ervan. Dit geldt niet voor losse onderdelen van kledij (vb schoenveter).
24.2.6. De discus de meest verwijderde zijde van de kooi raakt (aan de linkerkant voor een rechtshandige werper met het gezicht naar de landingssector of de rechterkant voor een linkshandige werper met het gezicht naar de landingssector) nadat het werptuig losgelaten werd.

24.2.7. De atleet **de werpzone verlaat vóór het tuig de grond raakt**.

24.2.8. De atleet de werpzone **niet correct verlaat** (bv. vooraan of zijkant). Bij kogel en discus moet de atleet de werpcirkel verlaten achter de witte lijn die buiten de werpcirkel getrokken werd en virtueel door het middelpunt van de werpcirkel loopt.
Noot: Het eerste contact met de bovenkant van de ring of de grond buiten de werpcirkel of aanloop wordt aanzien als het verlaten van de werpplaats.
Bij een eerste overtreding mag het jurylid een waarschuwing geven, bij een volgende overtreding is de worp ongeldig.

24.3. **Opmeting**

24.3.1. De afstand wordt gemeten vanaf het **dichtstbijzijnde merkteken** in de sector tot

24.3.1.1. Voor kogel en discus: aan de binnenkant van de omtrek van de werpcirkel langs een lijn naar het middelpunt van de werpcirkel.

24.3.1.2. Voor vortex en speerwerpen: tot aan de binnenkant van de boog langs een lijn naar het middelpunt van de cirkel waarvan de boog deel uitmaakt, dit punt bevindt zich 8m voor de nullijn.

24.3.2. De meting gebeurt in een rechte lijn en wordt afgerond naar **beneden op 1 cm**.

24.4. **Werptuigen**

24.4.1. Alle werptuigen moeten ter beschikking gesteld worden door de organisatoren.

24.4.2. Atleten mogen ook hun eigen persoonlijke werptuigen gebruiken, op voorwaarde dat ze voldoen aan de voorschriften en ze gecontroleerd en voor goedkeuring gemerkt werden door de organisator voorafgaand aan de competitie. Elke atleet mag slechts twee werptuigen aanbieden voor elke werpproef waaraan hij deelneemt. Geen enkele atleet mag, tenzij met toestemming van de eigenaar, met een persoonlijk werptuig van een andere atleet werpen.

24.4.3. Vortexen kunnen nooit als persoonlijk tuig worden aangeboden, de atleten zijn verplicht met deze van de organisatie te werpen.

24.5. **Hulp**

Het onderstaande wordt beschouwd als hulp en is daarom niet toegelaten:

24.5.1. Samenhouden door kleefband van twee of meer vingers. Als kleefband gebruikt wordt op de handen en vingers mag deze uit één stuk bestaan op voorwaarde dat geen twee of meer vingers samen gehouden worden zodanig dat de vingers niet individueel kunnen bewegen. Het verband moet vòòr aanvang van de proef getoond worden aan de chef-jury.

24.5.2. Het gebruik van om het even welk middel, met inbegrip van aan het lichaam aangebrachte gewichten, dat op welke manier ook hulp biedt bij het uitvoeren van een poging.

24.5.3. Het gebruik van handschoenen.

24.5.4. Het verstuiven of uitstrooien van eender welke stof door een atleet in de werpcirkel of op zijn schoenen of het ruw maken van het oppervlak van de werpcirkel.

24.5.5. *Spuwen of het op om het even welke andere manier aanbrengen van menselijke lichaamssappen op eender welk werptuig is verboden*

24.5.6. *Het aanbrengen door een atleet, bij het vortex of speerwerpen, van krijt of een gelijksoortige substantie op het werptuig*

24.5.7. *Noot: Wanneer de juryleden zich hiervan bewust zijn, moeten ze elke atleet die niet handelt volgens dit artikel aanwijzingen geven om de situatie in orde te brengen. Wanneer een atleet dit niet doet, is/zijn deze poging/pogingen ongeldig. Ook pogingen die gebeurden vooraleer de niet-naleving werd vastgesteld, worden als ongeldig beoordeeld.*

Het onderstaande wordt niet beschouwd als hulp en is daarom toegestaan:

24.5.8. Het gebruiken door een atleet, om een beter houvast te krijgen, van een geschikte stof uitsluitend op zijn handen. Een kogelstoter mag dergelijke stoffen ook op zijn hals aanbrengen.

24.5.9. Het aanbrengen van krijt of een soortgelijke stof door een atleet op het werptuig, bij kogelstoten en discuswerpen.

24.5.10. Alle op de handen en de werptuigen aangebrachte stoffen moeten gemakkelijk van het werptuig te verwijderen zijn met een vochtige doek en mogen geen resten achterlaten.

24.5.11. Het gebruik van tape op de handen en de vingers dat niet in tegenspraak is met bovenstaande reglementen

24.6. **Pogingen**

24.6.1. Bij het **kogelstoten** en **discuswerpen** moet het werptuig gegooid worden vanuit een werpcirkel. Bij het **speerwerpen** gebeurt dit vanop een aanloopbaan.

24.6.2. Voor worpen vanuit een werpcirkel geldt dat de atleet zijn poging moet starten vanuit een **stabiele houding binnen de cirkel**. De **binnenrand van de werpring** mag daarbij worden aangeraakt. Bij het kogelstoten is het ook toegestaan om de **binnenzijde van het stootblok** te raken.

24.6.3. Er zijn **geen beperkingen** over **hoe of vanwaar** de atleet de cirkel betreedt, noch over het **aanraken van het stootblok** tijdens het betreden ervan bij kogelstoten.
Belangrijk is dat de atleet, **eens hij zich in de cirkel bevindt**, eerst een **stabiele positie aanneemt vóór hij zijn poging aanvangt**.

24.6.4. Een stabiele houding houdt in dat:

24.6.4.1. beide voeten **gelijktijdig** en **zichtbaar** stevig contact maken met de grond **binnen de cirkel**,

24.6.4.2. zonder contact met de **bovenrand van de ring** of met de **grond buiten de cirkel**,

24.6.4.3. en dit **lang genoeg duurt** zodat juryleden dit kunnen vaststellen.

24.6.4.4. Er zijn **geen eisen** met betrekking tot het stilhouden van de armen, handen of andere lichaamsdelen tijdens dit moment.

24.6.5. Na elke poging moeten werptuigen terug gedragen worden naar de zone naast de werpcirkel of de aanloopbaan. In geen geval mag het werptuig teruggeworpen worden. Dit is ook van toepassing voor vortexen.

25. Kogelstoten

25.1. De kogel wordt met **één hand** vanop de schouder **gestoten**, niet geworpen. Op het ogenblik dat de atleet een houding in de werpcirkel aanneemt om zijn worp te beginnen moet de kogel de kin of hals raken of zich zeer dicht hierbij bevinden en de hand mag gedurende het stoten niet beneden deze houding gebracht worden. De kogel mag niet van achter de schouderlijn geworpen worden, de elleboog bevindt zicht steeds achter de werphand. Radslagtechnieken zijn niet toegelaten.

25.2. Bovenstaande regel dient om een oneigenlijk voordeel van een verkeerde techniek tegen te gaan. Indien het jurylid ziet dat de atleet werpt in plaats van stoot, mag hij dit altijd melden aan de atleet. Indien het jurylid oordeelt dat de verkeerde techniek komt door beperkte technische vaardigheden of kracht van de atleet, mag hij de poging toelaten. Wanneer het jurylid echter meent dat de atleet een bewust prestatievoordeel opzoekt door verkeerd te werpen, mag hij de poging ongeldig verklaren.

25.3. Voor Pupillen: De worp mag op een van de volgende manieren worden uitgevoerd:

25.3.1. Standworp, eventueel voorafgegaan door één uitvalpas vanuit een startpositie met beide voeten samen aan de voorkant* van de werpcirkel.

*De voeten moeten de stootblok niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de stootblok staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de stoottechniek.

25.3.2. Doorstaptechniek, vanuit een startpositie met de rug naar de werpsector. Bij een rechtshandige werper staat de rechtervoet op de positie voor de standworp en mag de linkervoet voorbij de rechtervoet staan. De doorstap bestaat uit één draaibeweging op de rechtervoet, waarbij de linkervoet achterwaarts naar de standworppositie wordt verplaatst. Voor een linkshandige werper geldt de uitvoering in spiegelbeeld.
~~Pupillen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken tot maximaal een uitvalpas waarbij startpositie met 2 voeten aan* de voorzijde van de werpcirkel is. Voor rechtshandige werpers gaat de rechtste voet naar achter uitvallen tot de positie van een standworp. Daar dit dynamisch gebeurt zal de atleet meer snelheid kunnen genereren bij het afwerpen van de discus.~~
~~* De voeten moeten de stootblok niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de voorzijde van de stootblok staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de werptechniek.~~

25.4. Miniemen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken gaande van variaties op standworp en aanglijden tot maximaal een rotatie vanuit halve draai (180°).

25.5. Gewicht:

25.5.1. Pupillen jongens en meisjes & Miniemen meisjes: **2 kg** (diameter: min 75mm, max 90mm outdoorkogel en max 110mm indoorkogel)

25.5.2. Miniemen jongens: **3 kg** (diameter: min 85mm, max 110mm outdoorkogel en max 120mm indoorkogel)

25.6. **Kogelstoten** gebeurt tijdens indoorwedstrijden met zachte indoorkogels of met metalen kogels, afhankelijk van de ondergrond van de sector. Alle kogels binnen 1 wedstrijd moeten bestaan uit hetzelfde materiaal.

25.7. De stoot gebeurt vanuit een **werpcirkel met stootblok**.

26. Discuswerpen

26.1. De discus wordt met **één hand** geworpen vanuit een discuswerpcirkel in een gekeurde werpkooi.

26.2. Voor Pupillen: De worp mag op een van de volgende manieren worden uitgevoerd:

26.2.1. Standworp, eventueel voorafgegaan door één uitvalpas vanuit een startpositie met beide voeten samen aan de voorkant* van de werpcirkel.
*De voeten moeten de werpcirkel niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de werpcirkel staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de stoottechniek.

26.2.2. Doorstaptechniek, vanuit een startpositie met de rug naar de werpsector. Bij een rechtshandige werper staat de rechtervoet op de positie voor de standworp en mag de linkervoet voorbij de rechtervoet staan. De doorstap bestaat uit één draaibeweging op de rechtervoet, waarbij de linkervoet achterwaarts naar de standworppositie wordt verplaatst. Voor een linkshandige werper geldt de uitvoering in spiegelbeeld.
~~Pupillen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken tot maximaal een uitvalpas waarbij startpositie met 2 voeten aan* de voorzijde van de werpcirkel is. Voor rechtshandige werpers gaat de rechtste voet naar achter uitvallen tot de positie van een standworp. Daar dit dynamisch gebeurt zal de atleet meer snelheid kunnen genereren bij het afwerpen van de discus.~~
~~* De voeten moeten de werpcirkel niet raken. Er moet gedurende de uitvoering 1 voet ter hoogte van de voorzijde van de werpcirkel staan maar deze mag wel enige bewegingsruimte krijgen zodat deze mee kan indraaien bij de uitvoering van de werptechniek.~~

26.3. Miniemen mogen vrij kiezen hoe ze hun poging afwerken binnen de geldende reglementering voor alle atleten.
26.4. Gewicht:
  26.4.1. Pupillen: **600 g** (zonder metalen rand: niet gebonden aan afmetingen of materie)
  26.4.2. Miniemen: **750 g,** discuskarakteristieken zie WA reglementen

27. Vortexwerpen – Speerwerpen

Vortexwerpen

27.1. De vortex is een kunststof werptuig met een staart.
27.2. Wordt geworpen met **één hand over de schouder of het bovenste deel van de werparm**. De vortex mag niet geslingerd worden of geworpen vanuit een draaibeweging.
27.3. Pupillen gebruiken een **aanloop van maximaal 8 meter**. De atleet moet met zijn voorste voet starten binnen* de maximaal toegelaten aanloopafstand, de achterste voet mag buiten deze zone komen.
* Minstens een deel van de voorste voet moet binnen de maximaal bepaalde aanloopafstand staan. Dit blijft van toepassing gedurende de volledige competitie.
27.4. Enkel de vortex van de organisatie mag gebruikt worden (geen persoonlijke tuigen).
27.5. Specificaties: Merk: Nerf, Mega-howler. Lengte: 31cm (bij benadering). Gewicht: 110 g (bij benadering)

Speerwerpen

27.6. De speer moet bij de omwikkeling vastgehouden worden.
27.7. De speer wordt met **één hand over de schouder** geworpen.
27.8. Miniemen gebruiken een **aanloop van maximaal 12 meter**. De atleet moet met zijn voorste voet starten binnen* de maximaal toegelaten aanloopafstand, de achterste voet mag buiten deze zone komen.
* Minstens een deel van de voorste voet moet binnen de maximaal bepaalde aanloopafstand staan. Dit blijft van toepassing gedurende de volledige competitie.
27.9. De speer moet landen met de **metalen voorzijde eerst**.
27.10. Gewicht: **400 g,** speerkarakeristieken zie WA reglementen
27.11. De worp gebeurt vanop een **aanloopbaan met werpboog**.
27.12. **Wedstrijd**

  27.12.1. Tot de vortex of speer geworpen is, mag een atleet zich nooit volledig omdraaien zodat hij zijn rug draait naar de werpboog.

  Noot: Dit artikel slaat op het aanlopen en het eigenlijke werpen, niet op een atleet die terug wandelt om zijn poging te beginnen of na deze onderbroken te hebben.

  27.12.2. Als de speer breekt tijdens een worp of tijdens de vlucht geldt dit niet als een mislukte poging op voorwaarde dat de worp in andere opzichten was uitgevoerd in overeenstemming met de reglementen. Ook indien de atleet hierbij zijn evenwicht verliest en hierdoor een overtreding maakt tegen een deel van de reglementen wordt dit niet aanzien als een ongeldige poging. In beide gevallen krijgt de atleet een vervangende poging.

28. Meerkampen

28.1. **Wedstrijd**
  28.1.1. Een meerkamp is een combinatie van verschillende atletiekdisciplines die door één atleet op dezelfde dag worden afgewerkt. Voor Pupillen en Miniemen is dit een **vierkamp**.

28.1.2. De vierkamp bestaat uit 2 loopnummers, 1 springnummer en 1 werpnummer, naar keuze van de organisator.
28.1.3. Het is niet toegelaten om bij een meerkampwedstrijd nog extra disciplines (vb aflossingen) te programmeren.
28.1.4. Indien een 1000m geprogrammeerd wordt moet dit de laatste discipline zijn.
28.1.5. De wedstrijd wordt afgewerkt binnen 3u, de disciplines volgen elkaar dus snel op met beperkte pauzes.

De reglementen voor elke discipline waaruit de meerkamp bestaat zijn van toepassing zoals bepaald in bovenstaande artikels. Zonder uitzonderingen.

28.2. **Deelname en uitslag**
28.2.1. Atleten **moeten deelnemen aan alle 4 onderdelen** van de meerkamp.
28.2.2. Wie zich inschrijft maar **niet start in één van de onderdelen**, wordt beschouwd als **opgegeven**. Een opgave wordt gemeld bij de (jeugd)scheidsrechter.
28.2.3. Wanneer een atleet zich teruggetrokken heeft uit een proef, hetzij op eigen initiatief, hetzij na een diskwalificatie, mag deze niet verder deelnemen aan eender welke volgende proef van die meerkamp.
28.2.4. De prestaties worden omgerekend naar punten via de **officiële meerkampentabellen** van Atletiek Vlaanderen (editie april 1998). (dit document zal in de toekomst een opfrissing krijgen, tot dan blijft het huidige van toepassing en worden de resultaten van vortexwerpen overgenomen zoals genoteerd onder hockeybalwerpen.)
28.2.5. De atleet met het **hoogste totaal aantal punten** wint.
28.2.6. Bij gelijke puntenaantallen wordt de plaats **gedeeld (ex aequo)**.
28.3. **Regels per discipline**
28.3.1. De reglementen van de individuele disciplines (zoals hoogspringen, kogelstoten, enz.) zijn **volledig van toepassing** binnen de meerkamp.
28.3.2. Bij hoogspringen wordt de lat verhoogd met **5 cm per ronde** (niet 3 cm zoals bij meerkampen vanaf Cadet).