



VLAAMSE
ATLETIEKLIGA

REGLEMENT INDOORMEETINGS 2023-2024

1. Algemeen

Het indoorseizoen loopt vanaf zaterdag **28 oktober 2023** tot en met zondag **17 maart 2024**.

2. Inschrijvingsgeld

- ~~o Alle accommodaties: €3,00/nummer vanaf cadet (voor jeugd zie specifieke reglementering).~~
- ~~o Indien de organisator uitsluitend werkt met voorinschrijvingen én betaalmodule, mag er €4,00/nummer gevraagd worden.~~
- o De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.**

3. Toegangsgeld

- o De organisator mag vrij zijn toegangsgeld bepalen, gratis t/m 13j.
- o KVV Cad/Sch: €5,00 - KVV A.C.: €6,00.

4. Elektronische tijdopname verplicht voor alle meetings. Elektronisch startsignaal verplicht. Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.

5. Programma

- o Bij elke aanvraag dient een tijdschema te worden bijgevoegd. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.
- o Organisatoren mogen de tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen (na het afsluiten van de inschrijvingen). Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.

Rekenregels

Aan de hand van de voorziene tijd per nummer (verschil tussen startuur eerste wedstrijd en startuur volgende wedstrijd) kan je het maximaal aantal deelnemers berekenen (opwarming is inbegrepen in deze tijden):

- 3 minuten per reeks voor loopnummers in banen: vb. op een piste met 6 banen kunnen 60 atleten per half uur starten (10 reeksen van 6 deelnemers per reeks)
- 5 à 20 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen afhankelijk van de geprogrammeerde afstand (800m - 5000m)
- 10 minuten per deelnemende atleet in hoogspringen: vb. op 2u kunnen 12 atleten deelnemen
- 15 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen: vb. op 2u kunnen 8 atleten deelnemen
- 6 minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers: vb. op 1u kunnen 10 atleten deelnemen
- o Geen hoogspringen voorzien tijdens de 60h wanneer de aanloopzone van het hoogspringen de banen voor de 60h overlapt.
- o Wanneer in het tijdschema **twee of meer standen** vermeld staan, dienen deze ook **effectief gebruikt te worden** voor de verschillende nummers.
- o De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te splitsen bij veel deelnemers. De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.
- o Polsstok:
 - Vanaf Cad t/m A.C. mogen jongens en meisjes samen springen.
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden welke categorie hij samenvoegt (min. tijdsduur van 2u voorzien per groep).

- De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden dat hij de wedstrijd opsplijt in twee of drie groepen, volgens hoogten.
- Nadat de eerste groep gedaan heeft, mag de tweede groep inspringen en aan haar wedstrijd beginnen.
- De laatst overgebleven atleet van elke groep mag zijn hoogte kiezen.
- Startdetectie: voor 60m/60h en 200m/400m, vanaf cadet.
- Aanvragen indoormeetings dienen te gebeuren via Alabus.
- Lunchpakket voorzien ('s middags) voor jury, hulpdiensten en medewerkers voor een volledige dag en 's avonds indien meeting later eindigt dan 18.00u.

6. Baanindeling Reeksen/Finale (alleen van toepassing bij kampioenschappen)

Tijd in reeks	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Nummer
	4	5	3	6	2	7	1	8		60 / 60H
	5	6	4	3	2	1				200 / 400
	5	6	4	3	2	1				300
	5	6	6	4	4	3	2	2	1	800

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

7. Inschrijvingen

- Provinciale Kampioenschappen: ENKEL aangesloten atleten bij een vereniging van de eigen provincie mogen deelnemen, tenzij het een open Provinciaal Kampioenschap betreft.
- men mag aan maximum 2 individuele nummers deelnemen per PK, ook indien dit gespreid is over meerdere dagen.
- alle atleten die niet in het bezit zijn van een startnummer kunnen enkel starten met een papieren startnummer. Aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS zonder vergunning en niet aangesloten CAD-SCH-JUN-SEN-MAS betalen een dagvergunning van 10,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
- buitenlanders kunnen een gratis dagvergunning krijgen om te starten indien ze aangesloten zijn bij een buitenlandse federatie.
- buitenlanders, aangesloten bij de VAL, dienen steeds op te treden voor hun VAL-vereniging en niet voor hun buitenlandse vereniging.
- voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.
- verplichte aanmelding van atleten.

Proefspecificaties: WA-reglement vanaf art. 40

NOTA: de technische directie van de Vlaamse Atletiekliga kan in functie van selectiewedstrijden de toelating geven om van dit reglement af te wijken.



Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Kan/Ben)

1. Inschrijvingsgeld
 - ~~o 5,00 euro~~
 - o De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.
2. Programma
 - o Het programma wordt steeds georganiseerd als meerkamp (specifieke bepalingen in het handboek op de website). De competitie wordt gemengd (jongens en meisjes samen) georganiseerd en er kunnen maximaal 3x25 kinderen per categorie inschrijven.
 - o De competitie voor kangoeroes en benjamins kan gelijktijdig of achtereenvolgend aangeboden worden.
 - o De totale duur van de wedstrijd mag max. 2u in beslag nemen. Indien KAN en BEN na elkaar worden ingericht is de maximale duur 4u.
 - o Kangoeroes-Benjamins meerkamp **vrije keuze disciplines (1 per disciplinegroep):**
 - KAN: 30m sprint - hoogspringen **of verspringen** - stoten - 10x30m aflossing
 - BEN: **40m of** 40m hindernis - **hoogspringen of verspringen** - stoten - 10x40m aflossing
 - ~~o Kangoeroes-Benjamins meerkamp set 2:~~
 - ~~• KAN: 30m sprint - verspringen - stoten - 10x30m aflossing~~
 - ~~• BEN: 40m sprint - hoogspringen - stoten - 10x40m aflossing~~
3. Inschrijvingen
 - o Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.
 - o Aangesloten KAN-BEN zonder vergunning en niet aangesloten KAN-BEN betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
4. Bescherming Jeugddag: geen wedstrijden op zaterdag **16 maart 2024**.

Specifieke reglementering voor jeugdwedstrijden (Pup/Min)

1. Aanvangsuur
 - o Apart aanvangsuur voor jeugd (Pup/Min) en andere categorieën vermelden.
 - o Geen nummers voor jeugd (Pup/Min) tijdens avondmeetings (uitgezonderd tijdens vakantieperiodes).
2. Inschrijvingsgeld
 - ~~a. 2,00 euro/nummer voor de jeugd~~
 - ~~b. Indien de organisator uitsluitend werkt met voorinschrijvingen én betaalmodule, mag er 3 euro/nummer gevraagd worden.~~
 - c. De organisator mag vrij zijn inschrijvingsgeld bepalen.
3. Programma
 - a. Bij een OMJ dient er rekening mee gehouden te worden dat het jeugdgedeelte is afgewerkt alvorens te beginnen met de nummers vanaf scholier (uitgezonderd PSS). Nummers voor cadetten kunnen geïntegreerd worden tijdens het jeugdprogramma of Open meeting gedeelte.
 - b. Organisatoren mogen de tijdsduur tussen de nummers aanpassen afhankelijk van het aantal inschrijvingen (na het afsluiten van de inschrijvingen). Zij moeten het aangepaste tijdschema ten laatste 48u voor de start van de meeting publiceren.

Rekenregels Jeugdwedstrijden (pup/min)

- i. **Voor loopwedstrijden:**

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:

 - o ~~3~~ **2,5** minuten per reeks voor loopnummers in banen: vb. op een piste met 6 banen kunnen ~~60~~ **72** atleten per half uur starten (10 reeksen van 6 deelnemers per reeks), **op een piste met 8 banen kunnen 96 atleten per half uur starten (10 reeksen van 8 deelnemers per reeks)**
 - o 6 minuten per reeks voor loopnummers niet in banen: indien je wedstrijden met 15 atleten per reeks laat lopen kunnen er 75 atleten per half uur starten (5 reeksen van 15 deelnemers per reeks)
 - ii. **Voor kampnummers:**

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

 - o **Opwarmtijd:** Bij kampnummers krijgen atleten enkele 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:
 - hoogspringen: 1 minuut/atleet
 - polsstokspringen 2 minuten per atleet
 - andere kampnummers: 30 seconden per atleet.
 - o **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~~ **5** minuten per deelnemende atleet in hoogspringen: vb. op 2u kunnen ~~20~~ **24** atleten deelnemen
 - 10 minuten per deelnemende atleet in polsstokspringen: vb. op 2u kunnen 12 atleten deelnemen
 - ~~3~~ **2** minuten per deelnemende atleet in alle andere kampnummers: vb. op 1u kunnen ~~20~~ **30** atleten deelnemen
 - iii. **Voorbeeld: wedstrijd 14u verspringen: 20 deelnemers**
 - o Start opwarming (ten laatste): 13u50 -> 20 x 0,5 minuten = 10 minuten.
 - o Einde wedstrijd: 14u40 -> 20 x 2 minuten = 40 minuten
 - o Opwarming voor volgende wedstrijd kan (neem best altijd minstens 5 minuten marge) om 14u45 starten. Indien voor deze wedstrijd 30 deelnemers kunnen inschrijven dan hebben zij 15 minuten opwarmtijd nodig en kan de wedstrijd om 15u starten. Einde wedstrijd om 16u.
- ~~c. De organisator heeft de mogelijkheid om bij de kampnummers vanaf 30 deelnemers twee pogingen toe te kennen. Dit moet bij de voorinschrijving beslist worden. Dit is niet van toepassing bij jeugdmeerkampen. Er worden maximaal 3 pogingen bij de kampnummers toegestaan per categorie. De organisator is verplicht altijd 3 pogingen toe te kennen bij de kampnummers.~~
- d. De organisator heeft de mogelijkheid om bij alle kampnummers het nummer te splitsen bij veel deelnemers.
 - i. ~~bij hoog is dit aantal voor jeugdathleten bepaald op 30 deelnemers~~
 - ii. ~~bij polsstokspringen op 15 deelnemers~~
 - iii. ~~bij ver en kogel op 40 deelnemers~~

De organisator mag dus de atleten in twee **of meer** groepen laten presteren, ~~ingedeeld op basis van leeftijd.~~ **waarbij voor hoogspringen en polsstokspringen bij voorkeur met 2 verschillende aanvangshoogtes wordt gewerkt.** De tweede groep mag pas starten met opwarmen nadat de wedstrijd van de eerste groep volledig is afgewerkt.
 - e. Polsstok: Miniemen jongens en meisjes mogen samen springen (min. tijdsduur van 2u voorzien).
 - f. Indien er meer dan driemaal hoogspringen op het programma staat dient de organisator een tweede stand te voorzien.
 - g. Bij een indoor-jeugdmeerkamp waar de accommodatie geen afstandsnummer toelaat, kan ter vervanging geopteerd worden voor een alternatieve discipline.

4. Begeleiding van jeugdathleten op het terrein
 - a. Startgebeuren Pup & Min: de organisator voorziet twee personen die helpen met het plaatsen van de startblokken.
 - b. De inrichtende vereniging voorziet minimum 2 eigen medewerkers per kampnummer.
Om een vlot verloop van de wedstrijd te kunnen garanderen wordt voor aanvang van de kampnummers door de organisatie begeleiding voorzien zodat de opwarming is afgelopen tegen het startuur van de wedstrijd. Ook minimaal 1 jurylid per kampnummer is tijdig aanwezig. Te voorziene tijd opwarming: hoogspringen: 1 minuut/atleet, polsstokspringen 2 minuten per atleet, andere kampnummers: 30 seconden per atleet. Zie ook bij punt 3.b. rekenregels jeugdwedstrijden.
5. Elektronisch startsignaal verplicht. Aanbeveling om ook voor valse start elektronisch signaal te gebruiken.
6. Inschrijvingen
 - a. Voorinschrijvingen verplicht! Let wel: voorinschrijvingen worden verplicht, daarom niet per definitie betaalde voorinschrijvingen.
 - b. Aangesloten PUP-MIN zonder vergunning en niet aangesloten PUP-MIN betalen een dagvergunning van 5,00 euro (exclusief het eventuele inschrijvingsgeld).
7. Bescherming Jeugddag: geen wedstrijden op zaterdag **16 maart 2024**.