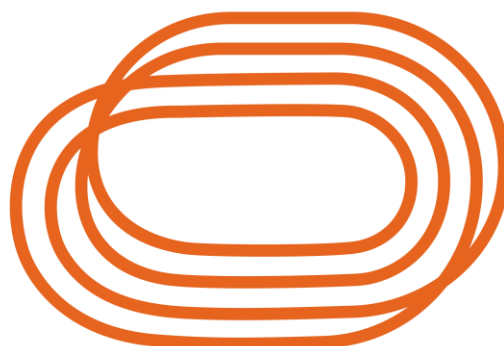


WEDSTRIJDENPROGRAMMERING

ZOMER 2019



VLAAMSE
ATLETIEKLIGA

INHOUDSOPGAVE

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | BESCHERMDE MEETINGS | 3 |
| 1.1 | Flanders Cup Meetings | 3 |
| 1.2 | Athletics Classic Meetings | 5 |
| 1.3 | Flanders Cup Meerkampen | 7 |
| 1.4 | VAL-Jongerentrofee | 8 |
| 2 | MEETINGS VOOR JEUGD (B/P/M) | 9 |
| 2.1 | Soorten meetings | 9 |
| 2.1.1 | Jeugdmeerkamp..... | 9 |
| 2.1.2 | Jeugdmeeting | 9 |
| 2.1.3 | Kids' athletics wedstrijd | 10 |
| 2.2 | Disciplines voor de Jeugdmeerkamp en de Jeugdmeeting: | 10 |
| 2.3 | Begeleiders | 11 |
| 3 | OPEN MEETINGS | 12 |
| 3.1 | Soorten Open Meetings: | 12 |
| 3.1.1 | Open Meeting voor Cad/Sch/Jun/Sen/Mas ("OM") | 12 |
| 3.1.2 | Open Meeting met Jeugd (B/P/M) ("OMJ") | 12 |
| 3.1.3 | Open Meeting voor Cad/Sch | 12 |
| 3.1.4 | Open Meeting voor Mas ("MM") | 12 |
| 3.2 | Programma:..... | 12 |
| 3.3 | Bijzondere bepalingen: | 13 |
| 4 | BEPERKINGEN | 16 |
| 4.1 | Quota..... | 16 |
| 4.2 | Beperking avondmeeting | 16 |
| 4.3 | Beperking weekenddagen | 16 |
| 4.4 | Andere beperkingen | 17 |
| 4.5 | Deelname van Atleten Met een Handicap (AMH) | 17 |
| 5 | KALENDER | 18 |
| 5.1 | RICHTLIJNEN VERENIGINGEN | 18 |
| 6 | BIJLAGE | 19 |

1 BESCHERMDE MEETINGS

Binnen de VAL zijn er VIJF soorten beschermde meetings :

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

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

1.1 Flanders Cup Meetings

1. Formule

- Géén proeven voor jeugd toegelaten.
- Programma alleen onder formule “Alle Categorieën”. Men kan geen aparte nummers toevoegen voor andere categorieën, **uitgezonderd 110m Horden voor Junioren mannen.**
Aan een Flanders Cup mogen Cadetten en Scholieren deelnemen.
Zij mogen echter uitsluitend deelnemen aan de nummers die ook voor hun eigen categorie zijn voorbehouden (zelfde afstanden, hoogten van de horden, gewichten van de tuigen).

Cadetten meisjes mogen NIET deelnemen aan:

3000 en meer-100H-400H-steeple-kogel-speer-hamer-gewicht

Scholieren meisjes mogen NIET deelnemen aan:

5000 en meer-100H-3000st-kogel-speer-hamer-gewicht

Cadetten jongens mogen NIET deelnemen aan:

3000 en meer-110H-400H-steeple-kogel-discus-speer-hamer-gewicht

Scholieren jongens mogen NIET deelnemen aan:

5000 en meer-110H-400H-3000st-kogel-discus-speer-hamer-gewicht

- Enkel de 8 beste atleten uit het hoofdprogramma krijgen 3 bijkomende pogingen.
- een vereniging kan slechts één Flanders Cup meeting aanvragen.
- FC organisator heeft de mogelijkheid om max. twee extra nummers toe te voegen aan het bestaande programma van zijn FC meeting.
- Atleten verplicht te lopen met KBAB-startnummer.
- De organisator kan kiezen om zelf startnummers te maken, mits een afkoopsom van €500,00. De sponsor(s) startnummers KBAB dient steeds vermeld te worden op de startnummers. De organisator kan een andere sponsor op zijn startnummers vermelden door een afkoopsom van €1000,00 te betalen.

2. Verplichtingen van de organisator

- minimum prijzenbedrag: € 2500 aan podium of bonussen te vermelden op de website (geen naturaprijzen).
- Premies dienen uiterlijk binnen de drie weken na de wedstrijd uitbetaald te worden aan de atleet;

- hazen verplicht voor het hoofdprogramma, kenbaar door een rugnummer met de vermelding “Haas” of “Pace”; hazen door dezelfde atleet is toegelaten op meerdere reeksen van dezelfde discipline.
- voorinschrijving voor de hoofdreeks. Deze verplichting dient vermeld te worden in de wedstrijdenkalender.
- vermelding Flanders Cup, logo VAL en eventuele sponsors van de VAL op alle briefwisseling, uitnodigingen, affiches, flyers, spandoeken sponsor uithangen.
- organisatierecht: zie bijlage begroting VAL.
- Hoofdprogramma mag enkel A en/of B-finales omvatten. Een C-reeks kan bijgevoegd worden indien het aantal atleten van hoog niveau te groot is voor twee reeksen. De overige reeksen dienen in het voor- of naprogramma opgenomen te worden. (behalve de hordenummers) Tijdschema dient bij aanvraag gevoegd te worden.
- werp- en springnummers: maximum 15 atleten in hoofdprogramma. Anderen in naprogramma (maximum 3 pogingen). Alle pogingen dienen gemeten te worden.
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, degelijke micro-installatie met omroeper, scoreborden voor elektronische tijdopneming en kampnummers, afbakening afstanden voor werpnummers, affichering van reeksen en resultaten.
- Field Terminals
- Valse startdetectie
- Dubbele ET (waarvan minstens 1 met ethernet-systeem)
- lokaal voor dopingcontrole.
- erkende hulppost (Rode Kruis of...);
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL).
- resultaten (live-results VERPLICHT)
- Inschrijvingsgeld: €5/nr. (voorinschrijving) €10/nr. (daginschrijving)

Deze punten worden beoordeeld met een controleformulier.

3. Beoordeling prestatieniveau en organisatienormen

De prestaties worden beoordeeld op basis van de “IAAF Competition Performance Rankings”.

Om in aanmerking te komen moet de meeting minstens 70.000 punten behaald hebben tijdens de laatste 2 jaar (gemiddelde van de laatste 2 jaar).

Indien niet voldaan wordt aan het minimum van de punten, vervalt het Flanders Cup-label automatisch.

Indien niet voldaan wordt aan de verplichtingen onder punt 2 zal per niet nagekomen verplichting 1000 punten afgehouden worden van het totaal.

4. Kalender

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

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

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

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

5. Bescherming

- i) 1 per wedstrijddag en 1 per weekend
- ii) geen Athletics Classic meeting de dag voordien, de dag zelf en de dag erna

- iii) geen open meeting/kampenmeeting/**meerkamp** binnen eigen provincie of eigen provinciaal kampioenschap.
- iv) geen open meeting/kampenmeeting binnen straal van 50 km (andere provincie)
- v) organisatoren van een Flanders Cup meeting mogen elkaar geen concurrentie aan doen. Geen open meeting dezelfde dag als een Flanders Cup meeting.
- vi) De organisatoren kunnen bij verdeling van gewone meetings niet benadeeld worden.

1.2 Athletics Classic Meetings

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

1. Formule.

- **Geén proeven voor jeugd toegelaten.**
- programma voorziet maximum 12 nummers “Alle Categorieën”. **Hieraan mogen Cadetten en Scholieren deelnemen. Zij mogen echter uitsluitend deelnemen aan de “A.C.”-nummers die ook voor hun eigen categorie zijn voorbehouden (zelfde afstanden, hoogten van de horden, gewichten van de tuigen).**

Cadetten meisjes mogen NIET deelnemen aan:

3000 en meer-100H-400H-steeple-kogel-speer-hamer-gewicht

Scholieren meisjes mogen NIET deelnemen aan:

5000 en meer-100H-3000st-kogel-speer-hamer-gewicht

Cadetten jongens mogen NIET deelnemen aan:

3000 en meer-110H-400H-steeple-kogel-discus-speer-hamer-gewicht

Scholieren jongens mogen NIET deelnemen aan:

5000 en meer-110H-400H-3000st-kogel-discus-speer-hamer-gewicht

De aparte nummers die toegevoegd worden gaan door voor Cad en/of Schol en of J/S.

- een vereniging kan slechts één Athletics Classic Meeting aanvragen. Verenigingen die een Flanders Cup meeting hebben kunnen géén Athletics Classic Meeting aanvragen.
- Organisator van een Athletics Classic Meeting heeft de mogelijkheid om max. twee extra nummers toe te voegen aan het bestaande programma van zijn Athletics Classic meeting.

2. Verplichtingen van de organisator.

- minimum prijzenbedrag: € 2000 aan podium of bonussen te vermelden op de website (geen naturaprijzen), (bonussen, prijzengeld, hazen, ...);
- Premies dienen uiterlijk binnen de drie weken na de wedstrijd uitbetaald te worden aan de atleet.
- hazen verplicht voor de nummers Alle Categorieën, kenbaar door een rugnummer met de vermelding Haas of Pace; hazen door dezelfde atleet is toegelaten op meerdere reeksen van dezelfde discipline.
- Inschrijvingsgeld: €4,00/nr. (voorinschrijving) - €8,00/nr. (daginschrijving)
- **Dubbele ET (waarvan minstens 1 met ethernet-systeem)**
- organisatierecht: zie bijlage begroting VAL.
- organisatie: vlotdraaiend secretariaat, degelijke micro-installatie met omroeper, scoreborden voor elektronische tijdopneming en kampnummers, afbakening afstanden voor werpnummers, afficheren van reeksen en resultaten.
- werp- en springnummers: maximum 15 atleten in hoofdprogramma. Anderen in naprogramma (maximum 3 pogingen). Alle pogingen dienen gemeten te worden.
- lokaal voor dopingcontrole.

- erkende hulppost (Rode Kruis of...)
- alle resultaten dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en VAL);
- resultaten (live-results VERPLICHT)
- vermelding van VAL logo op alle briefwisseling, uitnodigingen, affiches, flyers.

Opm: Al deze punten worden beoordeeld met een controleformulier.

3. Beoordeling kwaliteitsniveau

Om in aanmerking te komen moet de meeting bij de 6 beste kandidaat-organisatoren voor Athletics Classic Meeting behoren. **Bovendien moet de meeting minstens 35.000 punten behaald hebben tijdens de laatste 2 jaar (gemiddelde van de laatste 2 jaar).**

Indien niet voldaan wordt aan het minimum van de punten, vervalt het ACM-label automatisch.

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

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

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

*Demonstratienummers tellen niet mee voor de puntentelling.

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

4. Kalender

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

Er worden maximaal 6 Athletics Classic Meetings aanvaard.

5. Bescherming

- i) 1 per wedstrijddag
- ii) geen open meeting/kampenmeeting binnen eigen provincie
- iii) geen twee Athletics Classic Meetings binnen het zelfde weekend binnen eigen provincie.
- iv) geen open meeting/kampenmeeting binnen straal 40 km grens (andere provincie)
- v) **organisatoren van een ACM mogen elkaar geen concurrentie aan doen. Geen open meeting dezelfde dag als een ACM.**

6. Beoordeling prestatieniveau en organisatienormen

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

1.3 Flanders Cup Meerkampen

1. Formule

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

2. Verplichtingen van de organisator

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

3. Kalender

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

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

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

4. Bescherming

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

1.4 VAL-Jongerentrofee

1. Formule

- Meerkampformule voor Benjamins, Pupillen en Miniemen. Kids' Athletics is **enkel** toegelaten voor **Kangoeroes**);
- estafetten kunnen voorafgaand of volgend op meerkampen georganiseerd worden (niet verplicht);
- een vereniging kan slechts één VAL Jongerentrofee aanvragen;
- aan het eind van het jaar wordt een eindklassement opgemaakt voor de Miniemen, waarbij de 3 beste meerkampresultaten uit de Jongerentrofee per atleet worden samengeteld.
- Ben/Pup/Min: Atleten die niet deelgenomen hebben aan alle nummers worden niet geschrapt uit de eindstand. Bij deelname aan minder dan 3 nummers van de meerkamp zijn de individuele prestaties + het puntentotaal niet homologeerbaar.
- Atleten dienen zich vóór aanvang van de meerkamp in te schrijven en dienen het volledige inschrijvingsgeld te betalen.
- Indien een atleet wegens blessure de meerkamp niet volledig kan afwerken, dient hij/zij dit te melden aan de scheidsrechter die dit op zijn/haar beurt vermeldt in het scheidsrechtersverslag opdat de gepresteerde individuele prestaties gehomologeerd zouden worden.

2. Verplichtingen van de organisator

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

3. Beoordeling prestatieniveau

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

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

Een minimum van 80 deelnemers (Benjamins tem Miniemen) is vereist (gemiddelde laatste 2 jaren) Slechts 12 meetings worden weerhouden zelfs zo meer meetings boven dit quotum uitkomen. Evenwel heeft elke provincie recht op minimaal één VAL-Jongerentrofee (quotum van 80 deelnemers dient evenwel behaald te worden).

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

4. Kalender

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

De VAL-Jongerentrofee heeft binnen de provincie wel voorrang op de aanvraag van een jeugdmeeting bij een Athletics Classic meeting.

5. Bescherming

- i) 2 per weekend (1 per provincie, op min. 60km afstand van elkaar verwijderd)
- ii) geen andere jeugdmeerkamp binnen de provincie

2 MEETINGS VOOR JEUGD (B/P/M)

2.1 Soorten meetings

Er zijn drie soorten meetings voor de jeugd:

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

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

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

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

2.1.1 Jeugdmeerkamp

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

Deze meeting mag alleen overdag plaatshebben.

Het programma:

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

2.1.2 Jeugdmeeting

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

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

2.1.3 Kids' athletics wedstrijd

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

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

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

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

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

2.2 Disciplines voor de Jeugdmeerkamp en de Jeugdmeeting:

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

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

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

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

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

De organisator heeft de mogelijkheid om bij de kampnummers vanaf 30 deelnemers twee pogingen toe te kennen.

Dit is niet van toepassing bij jeugdmeerkampen.

Er worden maximaal 3 pogingen bij de kampnummers toegestaan per categorie.

2.3 Begeleiders

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

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

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

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

3 OPEN MEETINGS

3.1 Soorten Open Meetings:

- 4 types
- Nooit “Alle Categorieën”, behalve bij estafetten
- Elektronische tijdsopname is verplicht. Alle resultaten (ook op sintelbanen) dienen opgemaakt te worden met het WV of MM-programma (zelfde kopie voor scheidsrechter en Vlaamse Atletiekliga).

3.1.1 Open Meeting voor Cad/Sch/Jun/Sen/Mas (“OM”)

- Max. 45 nummers, waarvan max. 24 loopnummers.

3.1.2 Open Meeting met Jeugd (B/P/M) (“OMJ”)

- Géén Kangoeroes
- Maximaal 4 nummers per jeugd categorie
- Geen avondmeeting (= startuur meeting ná 16u)
- Nummers voor B/P/M moeten geprogrammeerd staan vóór nummers van andere categorieën.

3.1.3 Open Meeting voor Cad/Sch

- Meeting voorbehouden enkel voor Cad en Sch

3.1.4 Open Meeting voor Mas (“MM”)

Meeting voorbehouden enkel voor Mas

3.2 Programma:

Jongens / Mannen:

- Cadetten: 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2000-100H-300H-1500st-4x100-4x800-5000sw-hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-achtkamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay*-Lange afstand Medley relay*
- Scholieren: 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2000-3000-110H-400H-2000st-4x100-4x800-5000sw-10 km snelw-1/2uur snelw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-tienkamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay*-Lange afstand Medley relay*
- Jun/Sen/Mas: 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2mijl-2000-3000-5000-10.000-20.000-25.000-30.000-uurloop-110H-400H-2000st-3000st-4x100-4x200 (niet Jun)-4x400-Mixed 4x400-4x800-4x1500-
snelw.: 5 km-10 km-15 km-20 km-30 km (niet Jun)-35 km (niet Jun)-50 km (niet Jun)-100 km.(niet Jun)-uur -twee uur (niet Jun)
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer-gewichtwerpen-werpmeerkamp-vijfkamp-tienkamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay*-Lange afstand Medley relay*

Meisjes / Vrouwen:

- Cadetten 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2000-80H-300H-1500st-4x100-4x800-3 km snelw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-zeskamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay*-Lange afstand Medley relay*

- Scholieren 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2000-3000-100H-400H-2000st-4x100-4x800-3 km snelw.-5 km snelw.
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer
vijfkamp-zevenkamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay* Lange afstand Medley relay*
- Jun/Sen/Mas 100-150-200-300-400-600-800-1000-1500-mijl-2mijl-2000-3000-5000-10.000-20.000-25.000-30.000-uurloop-100H-400H-2000st-3000st (niet Mas)
4x100-4x200 (niet Jun)-4x400-Mixed 4x400-4x800-
3km snelw-5km snelw-10km snelw- half uur snw
hoog-polsstok-ver-hinkstap-kogel-discus-speer-hamer-gewichtwerpen-
werpmeerkamp-vijfkamp-zevenkamp-tienkamp-Olympische estafette*-Zweedse estafette*-Medley relay*-Lange afstand Medley relay*

*Olympische estafette: 800-400-200-200

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

*Medley relay: 100-200-300-400

*Lange afstand medley relay: 1200-400-800-1600

3.3 Bijzondere bepalingen:

A) Maximum aantal nummers

- Nummers voor Juniores, Seniores en Masters worden als één nummer (voor bepalen van **het max. aantal nummers**) beschouwd zelfs indien ze gooien met verschillende gewichten of de hordehoogten verschillend zijn. tellen niet mee voor het aantal nummers: estafetten, snelwandelen en nummers voor andersvaliden. Hordenummers (korte en lange) en steepnummers worden als één nummer beschouwd voor het bepalen van **het max. aantal nummers**, (mannen en vrouwen apart).

B) Wedstrijden samenvoegen

- voor kampnummers mogen verschillende categorieën (wel zelfde geslacht) worden samengevoegd. Voor de werpnummers dient er wel met hetzelfde gewicht gegooid te worden. De eerste 8 per leeftijdscategorie gaan naar de finale.
- Bij de horden mogen de categorieën samengevoegd worden indien de horden op dezelfde afstand staan (toegelaten met verschillende hoogten, apart invoeren in WV of MM-programma). Masters mogen ook samenlopen met Cadetten en Scholieren **als het nummer expliciet voor Masters werd aangevraagd**. Indien de tussenafstanden dezelfde en de hoogten verschillend zijn dient er een baan opengelaten te worden, indien mogelijk.
- Polsstok + hoogspringen:
 - Vanaf Cad t/m A.C. mogen jongens en meisjes samen springen.
 - Mag in verschillende groepen met een verschillende aanvangshoogte opgesplitst worden.
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden welke categorie hij samenvoegt.
 - De organisator dient bij zijn aanvraag te vermelden dat hij de wedstrijd opsplijst in twee of drie groepen, volgens hoogten.
 - De organisator mag op de dag van de wedstrijd jongens en meisjes niet samenvoegen indien dit niet op voorhand is aangevraagd.
 - Als de eerste groep gedaan heeft, mag de tweede groep inspringen en aan hun wedstrijd beginnen.
 - Laatst overgebleven atleet van elke groep mag zijn hoogte kiezen.
 - Resultaten zijn homologueerbaar maar tellen niet voor het behalen van limieten.

C) Wedstrijden vanaf 5.000m:

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

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

Rekening houdend met bovenstaande regel, zijn tijden voor mannen en vrouwen homologeerbaar bij gemengde pistewedstrijden vanaf 5000m. Bij gemengde wedstrijden dienen de resultaten opgemaakt te worden in WV of MM, mannen en vrouwen samen.

D) Juniores

Juniores mannen werpen steeds (behalve tijdens meeting A.C.) met eigen gewicht (kogel, discus, hamer) en bij de horden op eigen hoogten (1m). De Juniores dienen dan ook apart ingevoerd te worden in het WV of MM -programma.

E) Masters:

- Mastersproeven dienen expliciet aangevraagd te worden. Zij zullen ook apart vermeld worden in de wedstrijdkalender, zodat men duidelijk weet welke proeven voor masters georganiseerd worden in een open meeting.
- bij voorkeur afzonderlijke wedstrijd indien nummer apart aangevraagd werd voor Masters. De resultaten dienen in dit geval ook per leeftijdscategorie ingevoerd te worden (bij verschillen in gewichten tuigen, hoogten horden,...).
- Bij de vermelding masters bedoelt men alle verschillende leeftijdscategorieën masters.
- Kampnummers: de eerste 8 per leeftijdscategorie gaan naar de finale.

F) AMH

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

G) Andere

- Werpmeerkamp (kogel, discus, speer en hamer) met drie of vier van de vier werpnummers. Puntentabel: Hongaarse tabel. Deelname aan alle nummers niet verplicht. (reglementering zie bijlage!)
- Werpvijskamp (kogel, discus, speerwerpen, hamer en gewichtwerpen) Puntenverwerking via WV of MM-programma. Bij een Mastermeerkamp dient men de punten te berekenen, rekening houdend met de age-factors.
- Zweedse estafette: 400-300-200-100:
De Zweedse estafette wordt met de klassieke estafettestok gelopen men gebruikt voor geen enkele afstand een aanloopzone. De startlijn valt samen met de gebogen startlijn van de 1000m. De eerste wissel heeft plaats ter hoogte van de tweede wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De tweede wissel heeft plaats ter hoogte van de eerste wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De derde wissel heeft plaats ter hoogte van de derde wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m. De aankomstlijn is de klassieke aankomstlijn. De lopers zullen zich, op aanwijzing van een bevoegd Jurylid, opstellen volgens de startlijst (van binnen naar buiten).
- Olympische Estafette: 800-400-200-200:
De Olympische estafette wordt met de klassieke estafettestok gelopen, men gebruikt voor geen enkele wissel een aanloopzone. De 800m wordt in banen gelopen tot aan de dichtste rand van de zwenklijn waar de atleten hun respectievelijke banen mogen verlaten.
De startlijnen vallen samen met de startlijnen van de 800m.
De eerste en de tweede wissel heeft plaats in de tweede en derde wisselzone van de 4x400m (tweede wisselzone is 30 meter). De derde wissel heeft plaats ter hoogte van de tweede wisselzone van de binnenbaan van de 4x100m (wisselzone is 30 meter).
Bij de wissels zullen de lopers zich spontaan, onder supervisie van een jurylid, opstellen in hun afwachthouding in de volgorde van de startlijst (van binnen naar buiten).

De aankomstlijn is de klassieke aankomstlijn.

- Medley Estafette: 100-200-300-400:

De Medley aflossing wordt met de klassieke estafettestok gelopen

Bij de Medley Aflossing zouden de eerste en tweede lopers volledig in banen moeten lopen, evenals de derde loper tot aan de dichtste rand van de zwenklijn waar de atleten hun respectievelijke banen mogen verlaten (twee bochten in banen).

De laatste lopers moeten zich onder toezicht van een daartoe aangestelde officieel uit zichzelf 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. Wanneer een atleet een overtreding begaat tegen dit artikel wordt zijn ploeg gediskwalificeerd.

De startlijn van de Medley aflossing is verschillend van de startlijn van de 1.000 meter of van de startlijnen van de 200 meter.

Ook de verschillende aflossingszones corresponderen niet met deze van de 4 x 100, 4 x 200 meter.

De aankomstlijn is de klassieke aankomstlijn.

4 BEPERKINGEN

4.1 Quota

Het systeem van quota blijft bestaan.

Antwerpen en Oost-Vlaanderen

45 jeugdmeetings

40 open meetings

Vlaams-Brabant, Limburg en West-Vlaanderen

25 jeugdmeetings

20 open meetings

Elk PC mag maximum 5 meetings overbrengen naar een andere categorie (b.v. Antwerpen 50 jeugdmeetings en 35 open meetings).

Per vereniging worden maximaal 11 meetings (kampioenschappen, Bekers van Vlaanderen en open- en jeugdmeetings) aangevraagd en toegelaten.

Open universitaire of andere kampioenschappen worden meegeteld bij het quotum.

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

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

Overzicht quota provincies/verenigingen

| Soort meeting | Quota prov. open meeting | Quota prov. jeugdmeeting | Quota vereniging |
|---|-----------------------------|-----------------------------|---------------------|
| 1. Jeugdmeeting | neen | ja | ja |
| 2. Jeugdmeerkamp | neen | ja | ja |
| 3. Open meeting (+ kampenmeetings) | ja | neen | ja |
| 4. Open meeting met jeugd | ja | ja | 2 meetings |
| 5. Bekers van Vlaanderen | neen | neen | ja |
| 6. Kampioenschappen | neen | neen | ja |
| 7. Masters meetings | neen | neen | neen |
| 8. Meerkampenmeetings (geen andere nummers) | neen | neen | ja (1 meeting) |
| 9. Snelwandelm meetings | neen | neen | ja |
| 10. Uurlopm meeting (met bijnummers wordt ze beschouwd als een open meeting) | neen | neen | ja |
| 11. KidsAthletics | neen | neen | neen |
| 12. Bijzondere Meeting | neen | neen | neen |

4.2 Beperking avondmeeting

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

4.3 Beperking weekenddagen

Weekend (zaterdag en zondag)

Antwerpen en Oost-Vlaanderen:

5/weekend, max. 3/dag

Vl. Brabant, West-Vlaanderen en Limburg:

3/weekend, max. 2/dag

Verlengd weekend (vrijdag of maandag) + feestdag in de week: 1 bijkomende meeting toegestaan.

Waar twee meetings voor dezelfde categorieën (jeugd/open) toegelaten zijn dienen de terreinen binnen de provincie minstens **35km** uit elkaar te liggen. Dit geldt niet als de ene meeting georganiseerd wordt voor Cad/Sch en de andere meeting voor Jun/Sen of Masters. Een open meeting met jeugd dient **35km** verwijderd te zijn van een terrein waar een jeugd- en/of een open meeting doorgaat.

4.4 Andere beperkingen

- Geen jeugdmeeting en jeugdmeerkamp in de maand oktober tellend vanaf het eerste weekend,
- Open-meetings zijn tem **13** oktober mogelijk.
- Kids' Athletics zijn tot laatste weekend van oktober toegestaan.
- Kampenmeeting zijn tot laatste weekend van oktober toegestaan.
- Zuivere meetings voor Masters tellen niet mee voor het quotum. Jeugdmeerkampen hebben geen voorrang op jeugdmeetings.
- Er mogen geen twee meetings per dag op hetzelfde terrein georganiseerd worden (door dezelfde of door verschillende verenigingen)
- Bij meetings en kampioenschappen, voor- en namiddag of namiddag en avond dienen de organisatoren gratis eten (b.v. een lunchpakket) te voorzien voor de juryleden.

4.5 Deelname van Niet Aangeslotenen (NA)

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

4.6 Deelname van Atleten Met een Handicap (AMH)

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

Zie specifieke wedstrijdenprogrammering voor AMH

5 KALENDER

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

Richtdata: (te bevestigen in de officiële berichten)

- ▶ **6-25 november**: data verenigingen (zie richtlijnen via officiële berichten)
- ▶ **tussen 1-9 december**: kalendercongres Provinciaal Comité
- ▶ **10 december**: lijst Provinciaal Comité in bezit VAL
- ▶ **13 januari**: meeting programma's verenigingen via Alabus in het bezit VAL

5.1 RICHTLIJNEN VERENIGINGEN

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

Wedstrijden aanvragen via Alabus.

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

6 BIJLAGE

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

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

o reglementering 150 horden

| afstand | Hoogte horden | Aantal horden | Eerste horde | Tussen afstand | Laatste horde voor aankomst |
|---------|---------------|---------------|--------------|----------------|-----------------------------|
| 150H | 0.762 | 3 | 40.00 | 35.00 | 40.00 |

o reglementering gewichtwerpen

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

o Steeple

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

o Werptuigen

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

| | | | | |
|--------|----------|--------|--------|----------|
| M35-45 | 7,260 kg | 2 kg | 800 gr | 7,260 kg |
| M50-55 | 6 kg | 1,5 kg | 700 gr | 6 kg |
| M60-65 | 5 kg | 1 kg | 600 gr | 5 kg |
| M70/75 | 4 kg | 1 kg | 500 gr | 4 kg |
| M80+ | 3 kg | 1 kg | 400 gr | 3 kg |

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

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

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

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

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

○ Hinkstapspringen

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