

Règlements techniques et procédures

Les courses 80m, 800m et relais

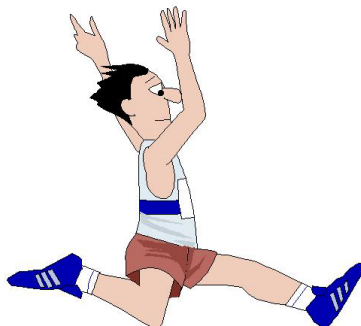
- Le préposé au parcours alignera tous les compétiteurs dans leur corridor au début de chaque course, selon l'ordre des vagues.
- L'officiel au départ commencera l'épreuve avec ces directives : À vos marques – prêt – pistolet. Les départs se font en position debout.
- En cas de faux départ, si le même coureur est responsable d'un deuxième faux départ, il sera disqualifié de la course.
- Vagues de 80 m – Les 12 meilleurs temps passent en demi-finale et les 6 meilleurs temps passeront en finale.
- 800 mètres – Les coureurs de l'extérieur n'ont pas le droit de traverser à l'intérieur avant la ligne établie. Le responsable indiquera où cette ligne est située.
- Relais 4 X 80 mètres, course à relais – Les coureurs doivent rester à l'intérieur de leur corridor, même après l'échange du témoin. Il faut respecter la zone de transmission du témoin.



Règlements techniques et procédures

Saut en longueur

- Les compétiteurs auront 2 essais non consécutifs.
- S'il y a faute, le saut ne comptera pas mais sera noté comme un essai.
- Une faute est commise lorsqu'un compétiteur met le pied sur, ou **dépasse la planche d'appel**.
- En cas d'égalité, le compétiteur qui saute le plus loin au prochain meilleur essai, gagne.
- Les compétiteurs sauteront selon l'ordre inscrit sur la feuille à la manière « five alive » (i.e. 5 élèves à la fois sauteront un premier saut mesuré puis un second. Et ainsi de suite 5 autres élèves seront nommés pour sauter.)



Règlements techniques et procédures

Saut en hauteur

La première hauteur indiquée est la hauteur de départ

<u>MF5</u>	<u>MG5</u>	<u>MF6</u>	<u>MG6</u>
0,95	1,00	1,00	1,05
1,00	1,05	1,05	1,10
1,05	1,10	1,10	1,15
1,10	1,15	1,15	1,20
1,15	1,20	1,20	1,25
1,20	1,25	1,25	1,30
1,25	1,30	1,30	1,35
+(3)	+(3)	+(3)	+(3)



- Deux techniques seront acceptées – ciseaux et dorsal (le saut à deux pieds pas accepté)
- Chaque compétiteur aura droit à 2 essais consécutifs. Après un premier essai manqué, l'athlète doit reprendre immédiatement. Si l'athlète ne réussit pas à franchir une hauteur après 2 essais, il sera éliminé du concours.
- Un compétiteur ne réussit pas lorsqu'il fait tomber la barre de ses soutiens et lorsqu'il quitte le sol avec deux pieds (pas d'appel avec deux pieds).
- La barre sera levée de 5 cm pour les 7 premiers sauts et 3 cm par après.
- Le gagnant est le compétiteur qui a réussi à sauter le plus haut.

En cas d'égalité, le classement sera déterminé selon ceci :

- S'il y a égalité, le compétiteur avec le moins d'échecs durant toute la compétition y compris la dernière hauteur réussie, gagne;
- **Le barrage** : S'il y a encore égalité, les compétiteurs auront un essai à la hauteur ratée. Si encore ratée, la barre sera baissée de 3 cm à la fois (maximum 6 cm) et par la suite, il faudra lever de 3 cm jusqu'au moment où l'un des compétiteurs ratera une telle hauteur. Tous les compétiteurs non éliminés devront essayer chaque hauteur.

S'il manque de temps, l'égalité sera conservée.

1 fosse utilisée. S'il y a du retard et bien la 2^e fosse va servir pour groupe d'athlète suivant.

Règlements techniques et procédures

Lancer du poids

Catégorie et poids

Moustique féminin	5e année	2 kg
Moustique masculin	5e année	2 kg
Moustique féminin	6e année	2 kg
Moustique masculin	6e année	3 kg

- Les compétiteurs lanceront le poids selon l'ordre écrit sur la feuille.
- Chaque compétiteur aura 2 lancers **consécutifs**.
- Le lancer sera fait dans un cercle mesurant 2,2 m de diamètre.
- Le poids sera lancé **de l'épaule** avec une main seulement.
- Le poids ne peut pas être placé plus haut que l'épaule.
- Tous les lancers seront mesurés immédiatement. Une faute ne compte pas pour un lancer.
- Une faute arrive lorsqu'un compétiteur :
 - Pile sur où dépasse la ligne devant le cercle durant un lancer.
 - Marche en dehors du cercle par en avant suite à un lancer (il faut ressortir par en arrière).
 - Décolle trop son bras lors du lancer
- Une faute ne sera pas mesurée mais comptée pour un essai.
- Tous les lancers doivent tomber à l'intérieur du secteur de 90 degrés.
- En cas d'égalité, les compétiteurs auront un nouvel essai et celui-là décidera du gagnant.



Règlements techniques et procédures

Lancer du javelot

Nous utiliserons un javelot de pratique (intérieur, extérieur) de 300 g, le numéro de modèle est le TPJ (Tom Pétranov turbo jazz).

- Les compétiteurs lanceront le javelot selon l'ordre écrit sur la feuille.
- Chaque compétiteur aura 2 lancers **consécutifs**.
- Le lanceur pourra utiliser une course d'élan.
- **Le javelot doit être lancé par-dessus l'épaule**, ou au-dessus de la partie supérieure du bras utilisé pour le lancer. Il ne doit pas être projeté dans un mouvement rotatif. Les styles non orthodoxes sont interdits
- Un essai ne sera valable que si la pointe de la tête touche le sol avant une autre partie quelconque du restant du javelot.
- Le lancer ne sera pas valable si le concurrent après qu'il ait commencé le lancer touche avec n'importe quelle partie de son corps ou de ses membres le sol à l'extérieur de la piste d'élan y compris les lignes la délimitant.
- **Le meilleur lancer sera mesuré** immédiatement. Une faute ne compte pas pour un lancer.
- Tous les lancers doivent tomber à l'intérieur du secteur de 90 degrés.
- En cas d'égalité, les compétiteurs auront un nouvel essai et celui-là décidera du gagnant.
- Lorsqu'une compétition est commencée, les concurrents ne sont pas autorisés à utiliser la piste d'élan ni le terrain à l'intérieur des secteurs pour s'entraîner que ce soit avec ou sans engins.

Une faute arrive lorsqu'un compétiteur :

- Met le pied sur, ou **dépasse la ligne de lancement**.
- Marche en dehors du cercle par en avant suite à un **lancer (il faut toujours sortir du cercle par en arrière)**.
- Si le lanceur décolle trop son bras, **il devra reprendre son lancer**.
- Une faute ne sera pas mesurée mais comptée pour un essai.

