

REGULIERE ATLETIEKWEDSTRIJDEN

VOOR PUPILLEN

Uittreksel reglementenkennis
t.b.v. helpers bij baanatletiek wedstrijden.

Versie Januari 2016

Taken en bevoegdheden jury/helper bij pupillenwedstrijden.

- * volgen en beoordelen wedstrijdverloop
- * opmeten en vastleggen geleverde prestaties
- * let op veiligheid
- * zorg voor materiaal en veilig terugbrengen
- * juiste volgorde deelnemers
- * juiste aantal pogingen
- * startnummers duidelijk zichtbaar

Gedragsregels:

- * voorbeeldfunctie dus
- * op tijd aanwezig
- * niet roken en geen alcohol
- * duidelijk spreken
- * informatie doorgeven

Vorbereidingen

- * zijn alle materialen aanwezig
- * tijdig opnemen of iedereen aanwezig is
- * bepaal volgorde atleten
- * geef gelegenheid tot inspringen/werpen

Leeftijdsindeling:

(leeftijd welke in de loop van het jaar wordt bereikt)

mini's	jonger dan 8 jaar
C pupillen	8 jaar
B pupillen	9 jaar
A pupillen	10 en 11 jaar

NB: Mini's doen mee bij de C-pupillen

LOPEN

Sprint

C en B pupillen 40 meter
A pupillen 60 meter

Juryhelper helpt bij het in de blokken plaatsen van de atleten.
(Let op: in de startblokken starten is niet verplicht)

Komt een atleet zonder opzet te vallen dan mag overgelopen worden (scheidstrechter beslist).

Bij een valse start wordt de atleet gewaarschuwd en niet uitgesloten

Afstandlopen

C pupillen 600 meter
B en A pupillen 1000 meter

Juryhelper helpt bij het in de goede volgorde op rij houden van de atleten aan de finish. Volgorde wordt genoteerd.

Estafettes

C en B pupillen 4 x 40 meter
A pupillen 4 x 60 meter

Juryhelper helpt op de wisselpunten bij het beoordelen van een mogelijke foute wissel.

Een foute wissel is

- * stokje wisselen buiten wisselvak (plaats stokje is bepalend)
- * als andere lopers gehinderd worden

Let op:

- * wissel is voltooid als de overnemende loper het stokje alleen in handen heeft
- * stokje moet overgegeven worden (dus niet gooien)
- * een vallend stokje mag opgeraapt worden door diegene die het stokje laat vallen

Noteer wie foute wissel maakt in welke baan en steek vlag omhoog. Scheidsrechter komt vervolgens langs.

Tekening wisselen

Springonderdelen

Verspringen

Elke atleet krijgt drie pogingen
(NB: Als een atleet drie foute pogingen heeft mag de jury bepalen dat de betreffende atleet nog 2 extra pogingen krijgt)

Afgezet moet worden uit een wit gemarkeerd vlak van 80 cm inclusief de balk.

Er wordt gemeten van de voorkant van de afzetvoet tot de dichtst bijzijnde afdruk in het zand. Er mag schuin gemeten worden.

Op de jurylijst wordt genoteerd:

geldige poging	resultaat
ongeldige poging	x
geen poging.	-

Op jurylijst beste prestatie vermelden in kolom prestatie

Rangvolgorde vermelden in kolom uitslag

* beste sprong

* een na beste sprong enz.

Bij gelijke prestatie beslist de daarop volgende prestatie.

Hoogspringen

Aanvangshoogtes zijn:
(verhogen gaat steeds met 5 cm)

pupillen C	55 cm
pupillen B	60 cm
pupillen A	70 cm

Elke atleet krijgt op elke hoogte drie pogingen

Drie keer aanlopen zonder te springen geldt als een ongeldige poging

Beoordeling:

- * lat afvallen door atleet is een ongeldige sprong
- * er moet met één voet afgezet worden
- * grond of mat raken voorbij de lat zonder eerst de lat te zijn gepasseerd is een foute sprong
- * drie achtereenvolgende ongeldige pogingen betekent uitschakeling

Op de jurylijst:

geldige pogingen	0
ongeldige pogingen	X
overgeslagen poging	—

De laatst gehaalde hoogte noteren in kolom prestaties

De volgorde noteren in de kolom uitslag. Daarbij is bepalend:

- * laatst gehaalde hoogte
- * minste pogingen op laatst gehaalde hoogte
- * minste totale aantal foutsprongen

Werpen

Alle atleten krijgen drie pogingen

Balwerpen

Geworpen wordt met een bal met een gewicht van:

pupillen C 80 to 100 gram
pupillen B 140 tot 160 gram
pupillen A 170 tot 200 gram

Er moet geworpen worden met een bovenhandse strekwerp.
Er mag dus niet met een slinger beweging geworpen worden.

Een poging is ongeldig als de aanworplijn wordt overschreden,

De bal moet landen binnen de binnenzijden van de sectorlijnen.

Elke poging moet direct opgemeten worden. Meten gebeurt vanaf de binnenzijde van de aanworplijn. Afronden op hele centimeters naar beneden.

Op de jurylijst wordt de geworpen afstand genoteerd. Een ongeldige poging wordt aangegeven met een X.

Kogelstoten

Gestoten wordt met een kogel van:

pupillen A en B 2 kg (pupillen C doen geen kogel)

Begonnen moet worden vanuit een stilstaande positie in de ring. De kogel moet in of vlakbij de hals of kin zijn. Er mag niet gestoten worden vanachter de schouderlijn.

Voet mag stootbalk of ring raken

De ring moet achter de middellijn van de ring verlaten worden nadat de kogel de grond heeft geraakt.

Elke poging moet direct na de worp worden opgemeten.

Het meetlint moet gehouden worden over het middelpunt van de ring tot aan de eerste afdruk van de kogel in de bak. De afstand wordt afgelezen aan de binnenzijde van de stootbalk

Op de jurylijst wordt de prestatie genoteerd. Bij een ongeldige worp wordt een X geplaatst.

Op de jurylijst in de kolom prestatie de beste stoot noteren.
In de kolom uitslag de rangvolgorde aangeven.