

قواعد المنافسة

إعداد الاستاذ أحمد الطناني

محاضر دولي في تكوين الحكام والمنظمين المستوى الثاني ومحاضري المستوى

◀ الأول الناطقين باللغتين العربية والفرنسية

◀ ITO إداري فني دولي منذ 1985

مساح دولي للسباقات على الطريق خبير أ ومحاضر دولي في تكوين مساحي

◀ السباقات على الطريق الناطقين باللغتين العربية والفرنسية

2022

- الإداريون الدوليون
- مدير المنافسة
- الحكم
- قرارات التنبيه وبطاقات تأديبية
- قرار إعادة السباق أو جزء منه
- عدم تطبيق القاعدة في حال الإعاقة الجسدية
- مساعد آذن البدء
- مسجلو عدد اللفات لفة زائدة لفة ناقصة
- اختصارات تستعمل في قوائم البدء والنتائج
- للمشاركة تحت التحفظ

- مشاركة متزامنة وتغيير ترتيب المنافسة
- عدم المشاركة وقرار الحكم
- مساعدة المشاركين
- احتجاجات واستئنافات
- الجري خارج الحارة والدوس على الخطوط
- قياس سرعة الريح 50 و 60 متر 5 ثواني و 30 متر
- قراءة قياس سرعة الريح
- تسجيل الأزمنة اليدوية
- توزيع الحارات في الملتقيات الدولية
- سباقات الحواجز

- ارتفاعات ومسافات الحواجز
- أسباب الإقصاء
- إسقاط الحاجز باليد أو بمقدمة العضو السفلي
- إسقاط حاجز في حارة أخرى
- سباقات الموانع ارتفاعات ومسافات
- سباقات التتابع طول منطقة التسليم والتسلم
- تسليم العصا
- ترتيب إجراء محاولات الإحماء
- الميدان الأفقي حالة 8 و 8 أو أزيد
- 4 هل يمكن للمتنافس أن يتابع بعدما حقق سقف التأهيل

- توقيت المحاولات
- المحاولة البديلة
- غياب أثناء المنافسة
- القفز العمودي حل العقدة والسد
- الزانة تغيير وضع القائمين
- استعمال زانة متنافس آخر
- الرمي الأدوات والأدوات الشخصية
- البصق ورش بمادة من جسم الإنسان
- أشياء لاصقة بالمتنافس تتطاير عند الرمي

- القرص ورأس المطرقة والقفص
- سباقات المشي وزمن التوقف

فلسفة تحكيم منافسات ألعاب القوى

المبادئ الأساسية التي تركز عليها فلسفة تحكيم وتنظيم منافسات ألعاب القوى هي:

أ- المبدأ الأول: تكافؤ الفرص والعدالة والإنصاف

ب- المبدأ الثاني: الفاعل الرئيسي في مسابقات ألعاب القوى هو المتنافس.

ج- المبدأ الثالث: يعتبر الإداري الفني ضمانة المتنافس لتطبيق هذه المبادئ في تكافؤ الفرص وإعطاء ذي كل حق حقه.

أ- المبدأ الأول: تكافؤ الفرص والعدالة

- * كل المتنافسين سواسية إزاء القوانين والنظم.
- * لا يعامل أحد المتنافسين بطريقة مخالفة عن الآخرين أو متميزة عنهم.
- * لا يعطى أي متنافس امتياز غير عادل على حساب الآخرين.

ب - المبدأ الثاني: الفاعل الرئيسي في مسابقات ألعاب القوى هو المتنافس.

- * يجب العمل على تهيئة الظروف المناسبة في حدود الممكن، لتوفير جو ملائم يساعد على القيام بانجازات جيدة وتحقيق أرقام قياسية داخل منافسة شريفة.
- * لأن المتنافسين يستعدون خلال وقت طويل، يتعبون، يكدون، يحرمون أنفسهم من عدة أشياء وينتظرون المنافسة بفارغ الصبر.

**ج - المبدأ الثالث: يعتبر الإداري الفني ضماناً
المتنافس لتطبيق هذه المبادئ تكافؤ الفرص
وإعطاء ذي كل حق حقه.**

**ولذلك يجب على الإداري الناجح أن يتحلى
بصفات وقدرات متميزة وأخلاق حميدة تختزل
فيما يلي:**

فى المجال المعرفى.

* تعتبر معرفة قوانين وقواعد ونظم اللعبة من الأساسيات،
كما تعتبر أول أداة بيد الإداري الفني، ويجب استعمالها استعمالاً جيداً.

الاطلاع على المستجدات *

* معرفة وتتبع الحالات التي تقع أحياناً وتكون غير واردة في القانون.

• * تتبع التطور الحاصل في الأدوات والأرقام القياسية المحلية والوطنية والقارية والدولية.

على المستوى البدني

* القدرة على تحمل التعب الناتج عن تواجده الإداري
بالمضمار طيلة مدة المنافسة.

التوفر على:

* نظر جيد

* ردود فعل سريعة وجيدة

* تركيز قوي في بعض اللحظات

* يقظة مستمرة وانتباه

على المستوى النفسى والأخلاقى

يجب على الإداري أن يكون:

- * عادلاً في تطبيق القوانين
- * نزيهاً غير متحيز لأحد
- * هادئ الطباع
- * غير متردد
- * منطقي
- * حسن السمعة تسبقه سمعته إلى المضامير
- * لا يخشى في الحق لوم لائم

فى المجال التربوى والبيداغوجى

عليه أن يكون قادرا على:

* تفهم حاجيات المتنافسين

* تفهم نفسياتهم وحالاتهم عند التباري

* العمل بدون إثارة مشاكل ولا انتقادات ولا

احتجاجات

* لبق فى تصرفاته مع الجميع

على مستوى آخر

على الإداري أن:

* يكون هدامه مقبولا

* يتفادى التجمعات داخل المضمار لأنها تأخر بداية المنافسة

* يتفادى القيام بحركات تثير الانتباه

* يتفادى الصياح ومناداة الآخرين بصوت مرتفع

* يتفادى الكاميرات والتقاط الصور داخل المضمار بين

الإداريين وصحبة المتنافسين

* يتفادى التدخين والأكل داخل المضمار

يقفل هاتفه النقال خلال المنافسة

على لجنة التنظيم

* تقليص عدد الإداريين إلى الحد الأدنى اللازم لإدارة البطولة.

* توفير لباس موحد لجميع الإداريين مع تخصيص شارات مميزة للمندوب الفني، الإداريين الدوليين والحكام.

* توفير قاعة للاجتماع والاستراحة والصلاة بجميع مستلزماتها لتجمع الإداريين قبل وبعد كل حصة.

مهام الإداريين

• تتعدد وتتنوع مهام الإداريين على جميع مرافق المنافسة

- - على أرضية مضمار المنافسة
- - في المكاتب
- - على أرضية ملعب الإحماء
- - في مخازن الأدوات
- - في غرف النداء
- - على طرق مسارات السباقات

مهام الإداريين

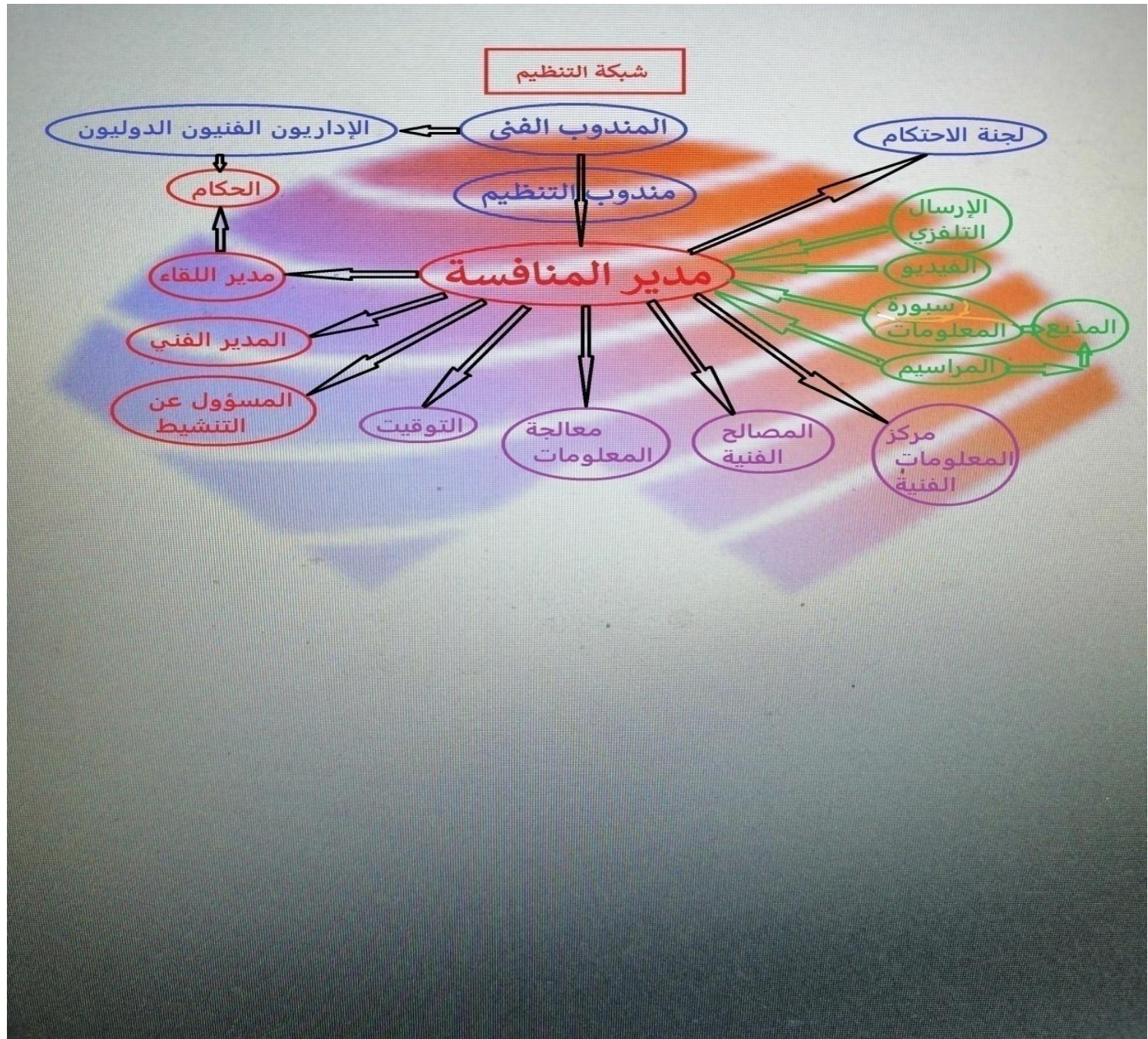
الإداريون يضمنون

- نجاح المنافسة
- احترام البرنامج
- صحة النتائج
- سلامة المتنافسين المشاركين في البطولة
- تطبيق القوانين
- حقوق جميع المتنافسين
- العدل والإنصاف

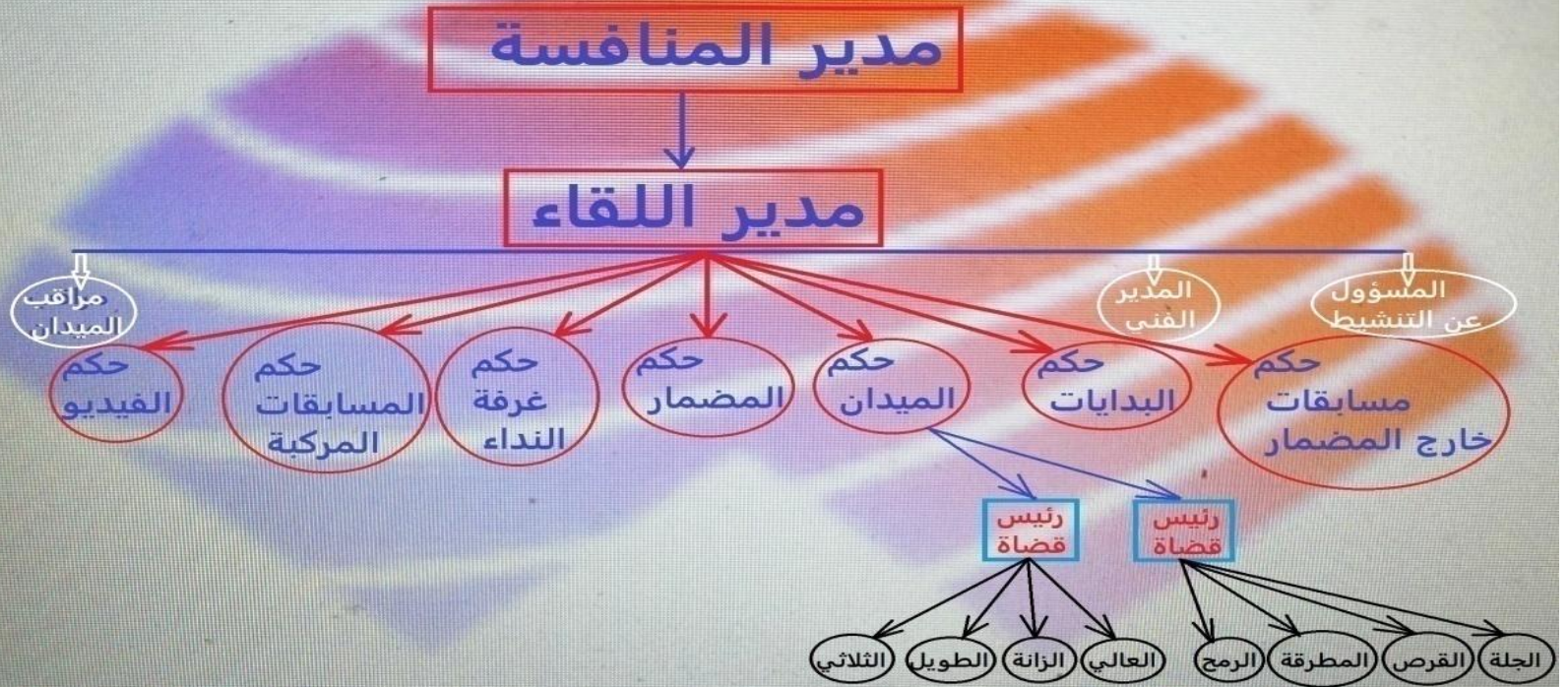
• مهام الإداريين

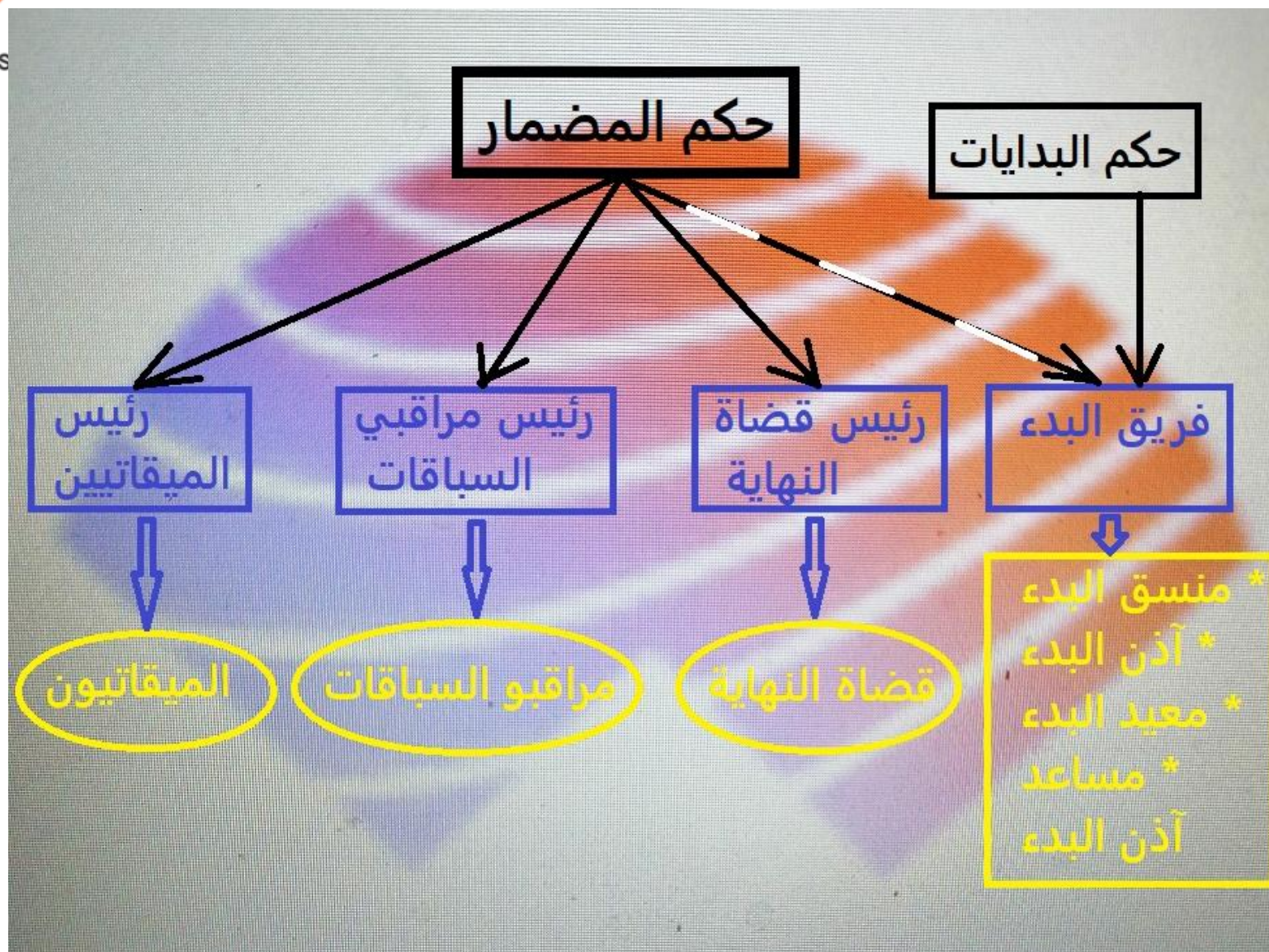
• تتعدد تدخلات الإداريين لتحضير وتسيير المنافسات

- - يفحصون الأدوات والمعدات
- - يراقبون أماكن التباري
- - ينسقون تطبيق البرنامج الزمني ومواعيد المسابقات
- - ينظمون أدوار التأهيل
- - ينظرون في الاحتجاج والاستئناف
- - يحضرون جميع الوثائق اللازمة للبطولة
- - يعتمدون النتائج

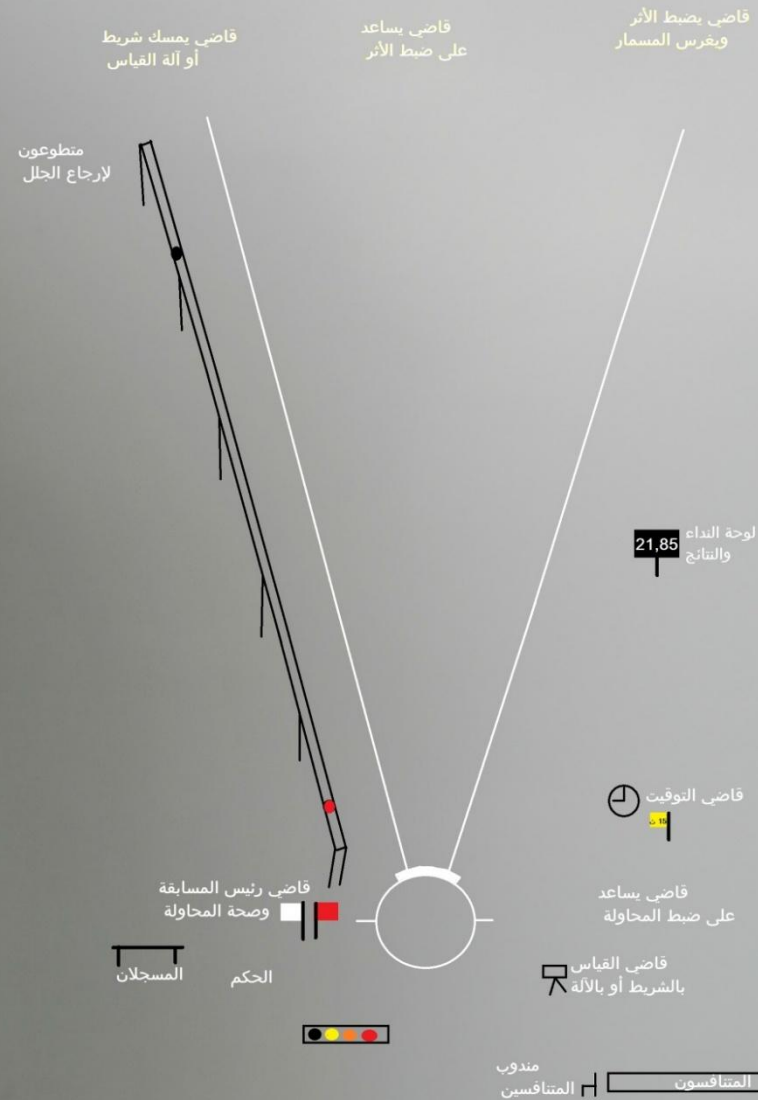


هيكل التنظيم



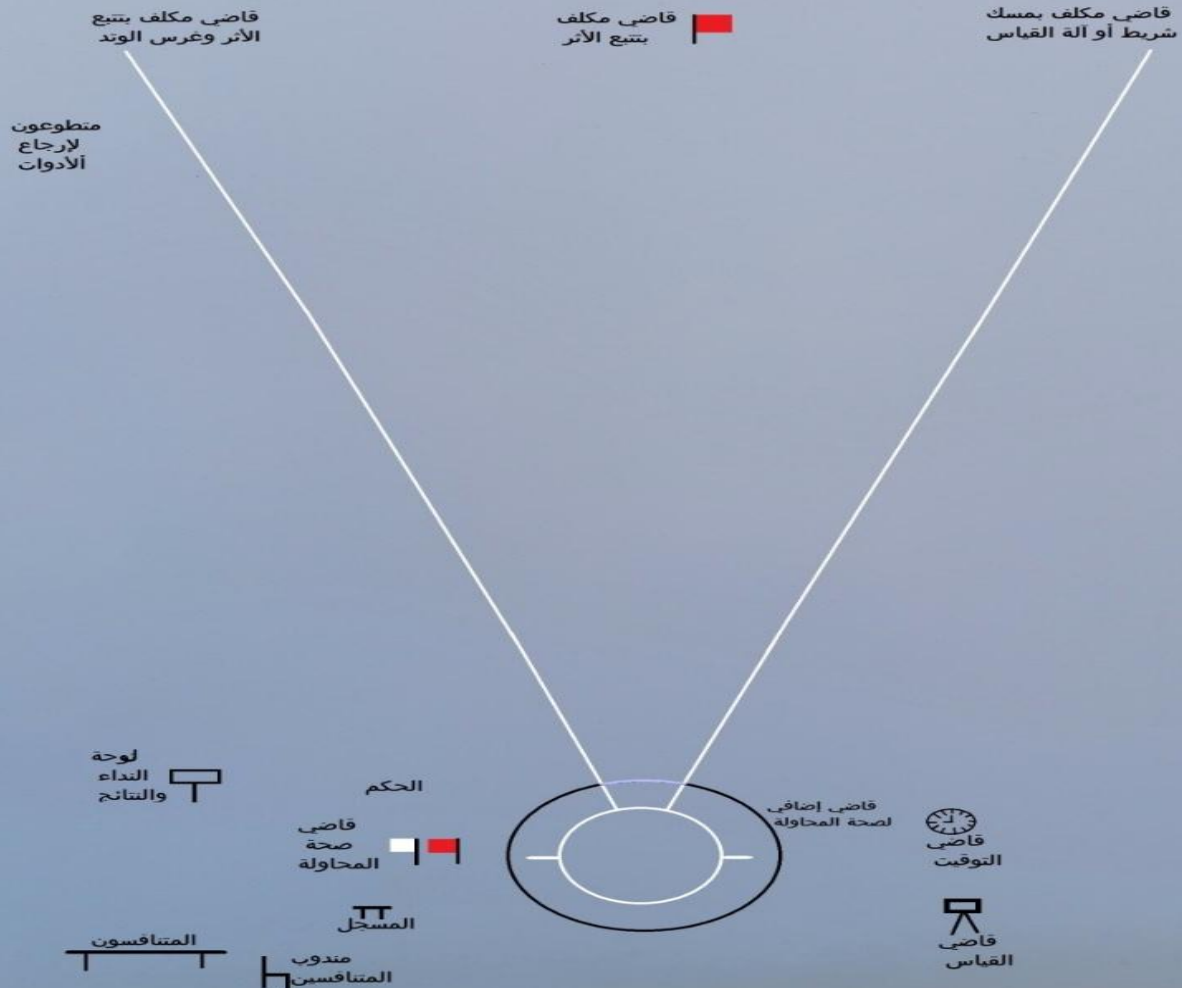


مهام الإداريين
دفع الجلة



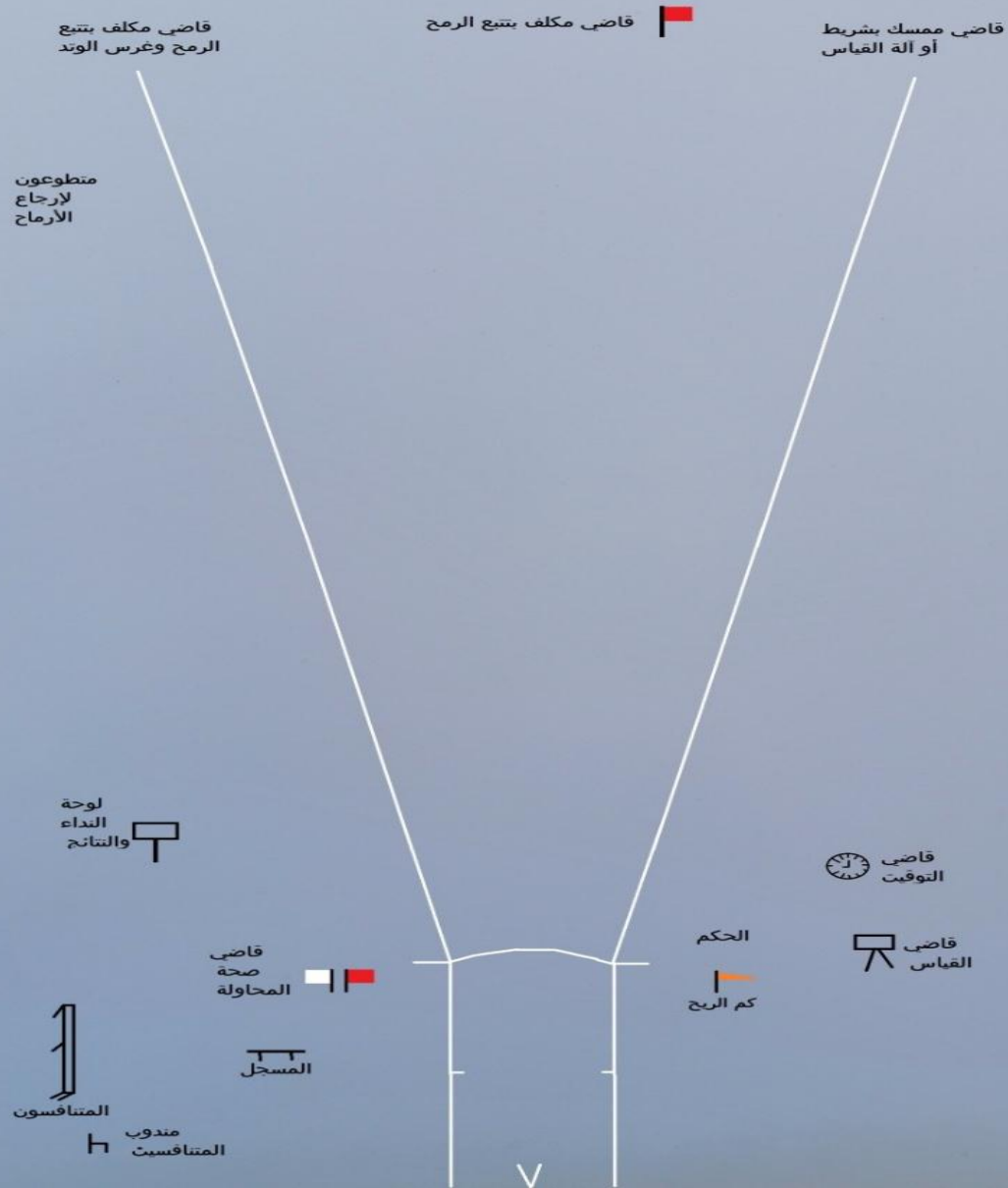
مهام الإداريين ومواقعهم

رمي القرص وإطاحة المطرقة



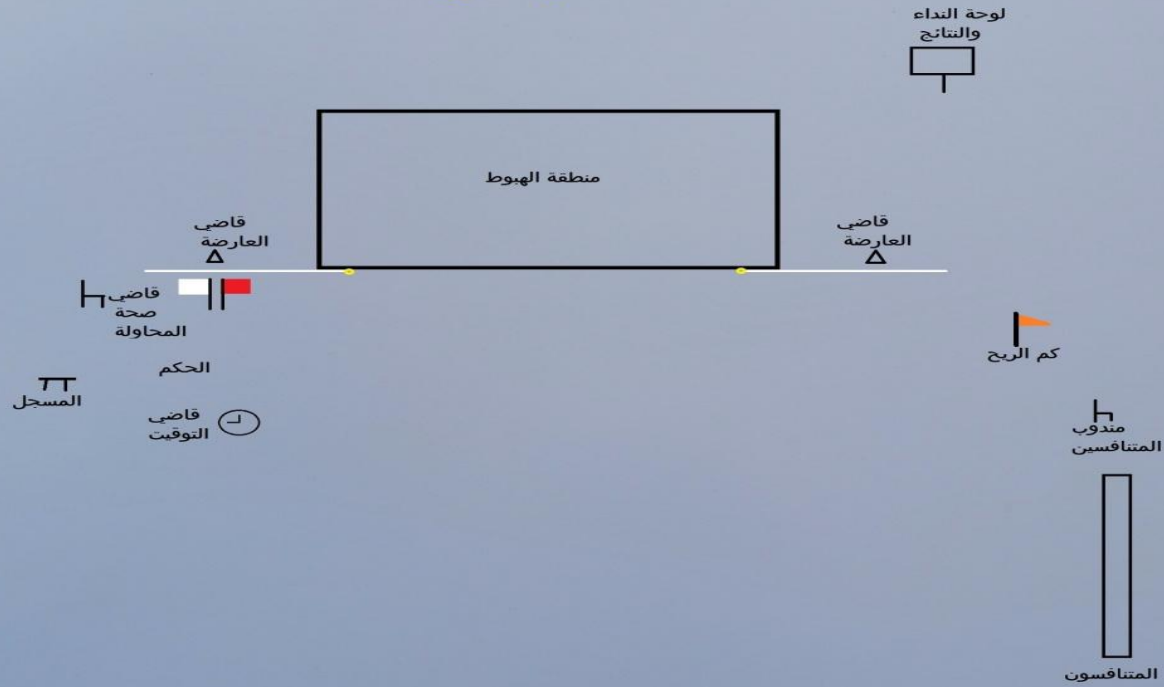
مهام ومواقع الإداريين

قذف الرمح



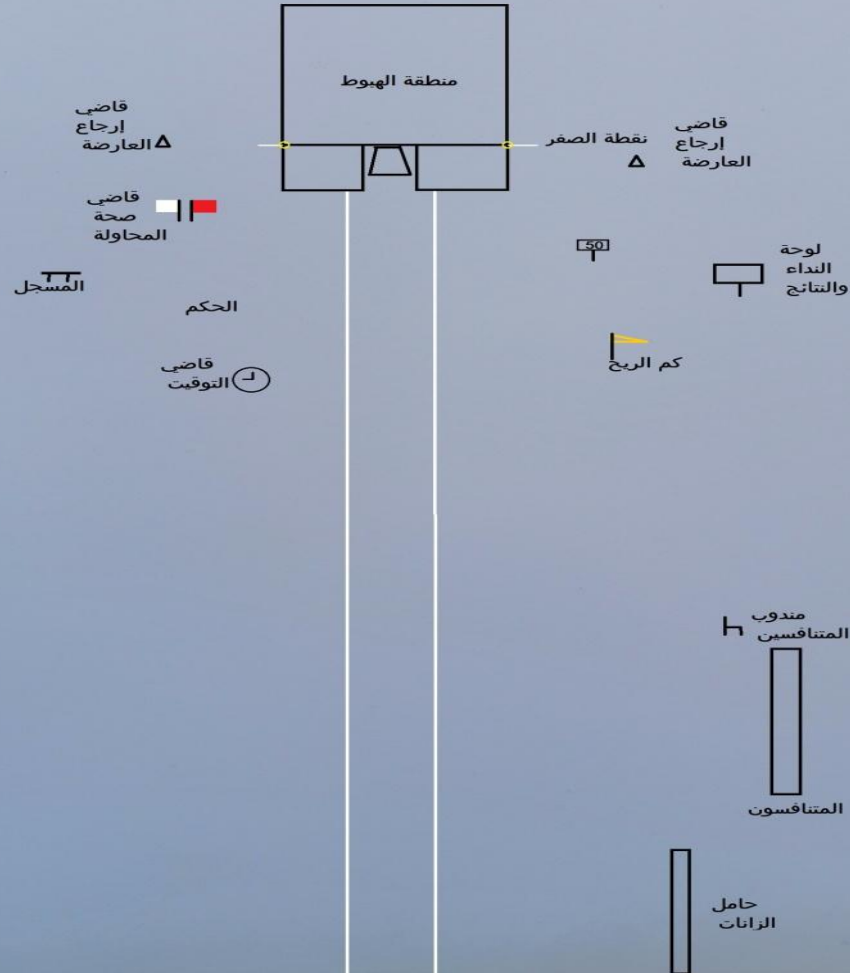
مهام ومواقع الإداريين

القفز العالي



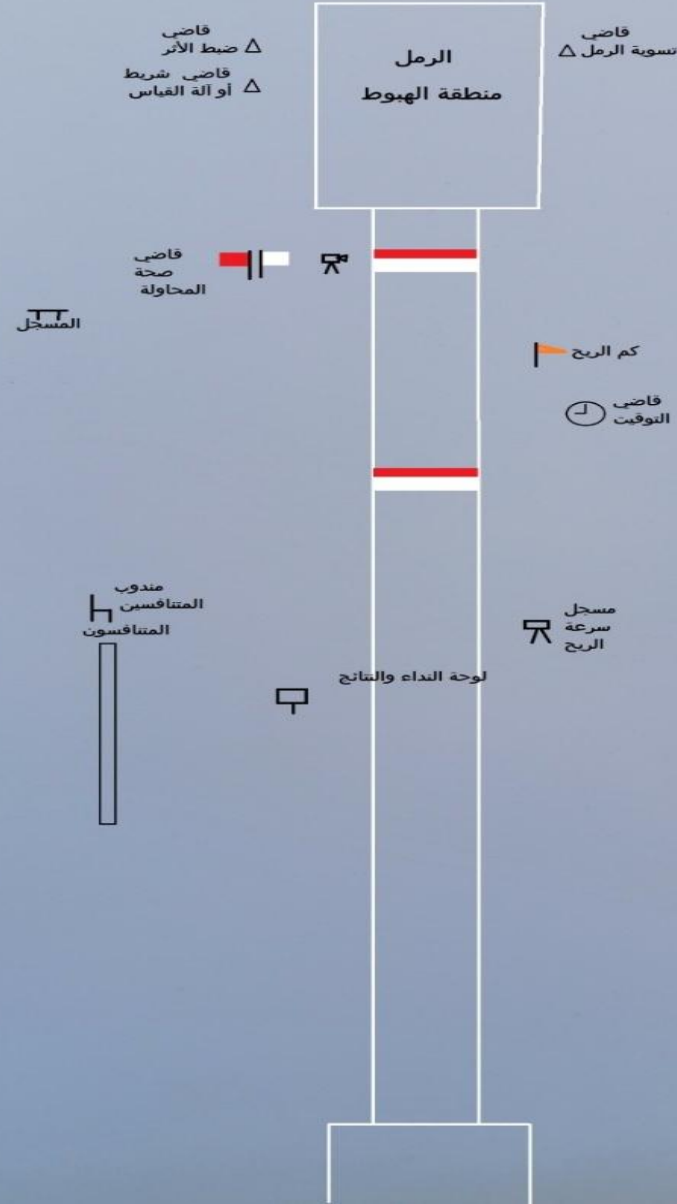
مهام ومواقع الإداريين

القفز بالزانة



مهام ومواقع الإداريين

القفز الطويل والثلاثي



النظام الجديد لتكوين وتصنيف حكام ألعاب القوى

إسم النظام القديم : TOECS
نظام تكوين وتصنيف الإداريين الفنيين

إسم النظام الجديد : WARCES
نظام تكوين وتصنيف حكام ألعاب القوى العالمية

مستويات وتسميات النظام الجديد - أربع مستويات

* **حكم وطني لألعاب القوى NAR**

إداري فني وطني NTO

* **حكم ألعاب القوى العالمية مستوى برنزي WARB**

مستوى لم يكن موجود

* **حكم ألعاب القوى العالمية مستوى فضي WARS**

إداري فني قاري ATO

* **حكم ألعاب القوى العالمية مستوى ذهبي WARG**

إداري فني دولي ITO

الحد الأدنى للسن والفواصل الزمنية بين مختلف المستويات

* قاضي وطني لألعاب القوى – ابتداء من 16 سنة

* حكم ألعاب القوى العالمية مستوى برنزي – قاضي وطني
+ 3 سنوات : ابتداء من 19 سنة

* حكم ألعاب القوى مستوى فضي – حكم برنزي + 4
سنوات : ابتداء من 23 سنة

* حكم ألعاب القوى العالمية ذهبي – حكم فضي + 4 سنوات
: ابتداء من 27 سنة

• إداريون دوليون • مدير المنافسة • الحكم •

ق 110 RC 3

- أ- مندوب التنظيم أو أكثر
- ب- مندوب فني أو أكثر
- ج- مندوب طبي
- د- مندوب الكشف عن المنشطات

- ه- إداريون فنيون دوليون / إداريون دوليون لاختراق
الضاحية والسباقات على الطريق وسباقات الجبل
والتراييل / قاريون
- و- قضاة المشي دوليون / قاريون
- ز- مساح دولي لقياس السباقات على الطريق
- ح- آذن البدء دولي
- ط- قاضي دولي لتصوير النهاية
- ع- هيئة الاحتكام

الإداريون	التعيين	الاقتراح	القائمة
م. التنظيم م. فني م. طبي م. كشف المنشطات هيئة الاحتكام	مجلس إدارة ألعاب القوى العالمية		
إداريون فنيون دوليون	مجلس إدارة ألعاب القوى العالمية	تعدّها اللجنة الفنية	ضمن قائمة إ.ف.د
قضاة المشي دوليون	مجلس إدارة ألعاب القوى العالمية	تعدّها لجنة المشي	ضمن قائمة قضاة مشي د.
مساح د.ق.س.ط	المندوب الفني		ضمن قائمة المساحين د. AIMS-WA
آذن البدء د. قاضي صورة النهاية د.	المندوب الفني		ضمن قائمة آذني البدء د. ضمن قائمة قضاة صورة النهاية د.

على شاكلة ألعاب القوى العالمية ، يعين الإتحاد القاري أو جهة الاختصاص أو الإتحاد العضو الإداريين اللازمين للمنافسة. يرتدي الإداريون الدوليون زياً مميزاً.

مندوب التنظيم ق 111 RC 4

- الاتصال و مداومته باللجنة المنظمة
- تبليغ ألعاب القوى العالمية بمراحل الاستعدادات
- التدخل في الواجبات و الالتزامات المالية مع اللجنة المنظمة
- التعاون مع المندوب الفني

RC 5 المندوب الفني ق 112

- ⇨ التأكد من تطابق جميع الترتيبات الفنية مع القواعد الفنية لألعاب القوى العالمية و كتيبها لتجهيزات ألعاب القوى
- ⇨ ربط الاتصال باللجنة المنظمة
- ⇨ اقتراح برنامج المسابقات - مستويات المشاركة - الأدوات المستخدمة
- ⇨ تحديد مستويات التأهيل بالميدان - أسس وضع التصنيفات و أدوار التأهيل بالمضمار
- مراقبة قوائم المشاركة

المندوب الفني ق 112 RC5

- ↔ التأكد من وصول النظم الفنية لجميع المشاركين في البطولة قبل بدايتها بوقت كافٍ
- ↔ الإشراف على عملية الاشتراك مع حق الرفض لأسباب فنية
- ↔ إعداد التصفيات – أدوار التأهيل – تصنيف مجموعات
- ↔ المسابقات المركبة
- ↔ تقديم تقرير بسير الترتيبات
- ↔ التعاون مع مندوب التنظيم
- ↔ ترأس الاجتماع الفني
- ↔ تزويد الإداريين الفنيين بالتعليمات

مندوب طبي ق RC6113

↔ السلطة المطلقة على جميع الجوانب
الطبية

↔ التأكد من توفر جميع التجهيزات الطبية
↔ تأمين الرعاية الطبية في أماكن المنافسة
و كذا في أماكن الإقامة

مندوب الكشف عن المنشطات ق 114 RC7

- مسؤول عن كل ما يتعلق بالكشف عن
المنشطات

- - الإعداد: التأكد من أماكن الفحص والترتيبات
اللازمة

- - الفحص – الإشراف - التتبع

الإداريون الفنيون الدوليون والإداريون الدوليون لاختراق الضاحية والسباقات على الطريق وسباقات الجبل والترايل

ق 115 RC 8

- يعين رئيس الإداريين الفنيين الدوليين من
طرف المندوب الفني
- يتم تعيين إداري فني دولي على الأقل لكل
مسابقة
- يقوم بمهمة الحكم

- السهر على إجراء المنافسة وفقاً لقوانين ألعاب القوى العالمية نظمها وقرارات المندوب الفني
- في حالة الضاحية والطريق والجبل والترايل يقدمون كل العون للمنظمين
- في حالة عدم قبول النصح و كان هناك انتهاك واضح يقرر ما يجب عمله
- تحكيم المندوب الفني في الحالات المستعصية
- توقيع استمارات تسجيل النتائج في مسابقات الميدان

حكام المشي الدوليون القاعدة RC9116

بالنسبة لمنافسات ق 1 أ يجب أن يكون
حكام المشي دوليين

بالنسبة لباقي المنافسات يجب أن يكونوا
دوليين أو قاريين

مساح قياسات السباقات على الطريق ق 117

RC 10

- يجب تعيين مساح دولي لقياس مسافة سباق الطريق في المسابقات ق 1
- يجب أن يكون المساح عضوا في قائمة ألعاب القوى العالمية ومنظمة مساحي سباقات الطريق درجة أ أو ب
- يجب قياس المسافة بوقت كافي قبل إجراء المنافسة
- يجب على المساح حضور ومتابعة السباق للتأكد من إتباع المتسابقين للمطاف المعتمد
- يسلم شهادة القياس للمندوب الفني

قاضي تصوير النهاية دولي. آذن البدء دولي

ق 1118 RC

يتم تعيين قاضي تصوير النهاية دولي و آذن البدء دولي في جميع
المنافسات 1.1 أ- ب - ج - و من قبل ألعاب القوى العالمية
الاتحاد القاري

الإشراف على جميع المهام الخاصة بتصوير النهاية وتحديد الأزمنة
إعطاء الانطلاقات و القيام بالمهام المسندة اليه من طرف المندوب
الفني

- يتم تعيين لجنة الاحتكام في جميع المنافسات حسب القاعدة 1.1 أ.ب.ج و ويوصى بها في باقي المنافسات
- تتكون من 3,5 أو 7 أشخاص أحدهم رئيساً وآخر سكرتيراً, وقد يعين هذا الأخير من غير أعضاء اللجنة
- في حالة اعتراض يتعلق بالقاعدة 230 يكون احد أعضاء اللجنة حكماً دولياً أو قارياً في المشي

.RT 54

- عدم حضور المداوولات لعضو من نفس بلد المعني بالاحتجاج.
تعويض العضو المعني وتعيين بديل.
- البت في جميع الاحتجاجات و المشكلات المطروحة عليها
قرارها نهائي, إلا إذا قُدمت أدلة دامغة فتعيد النظر في
قراراتها إذا كان القرار الجديد قابلاً للتنفيذ
- القرارات المتخذة الغير الواردة في القوانين ترفع إلى ألعاب
القوى العالمية

- يتم التعيين حسب نظم الهيئة المعنية، و يعتبر ما يلي ضروري لمنافسة دولية
- يمكن للجنة التنظيم التعديل إذا كان ذلك لازماً
- يمكن للهيئة المشرفة تعيين الإداريين

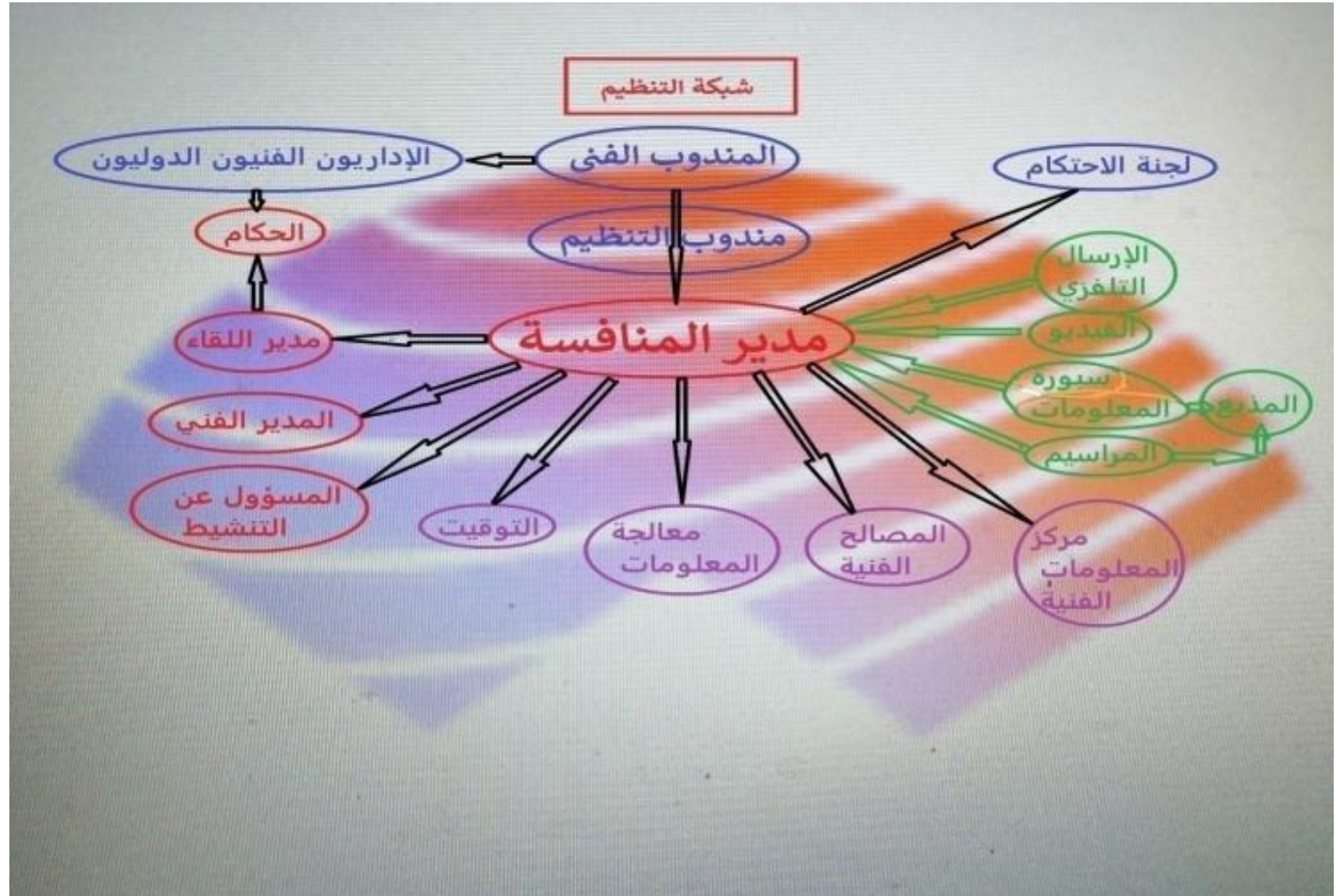
إداريو التسيير

القاعدة RC14121

مدير المنافسة

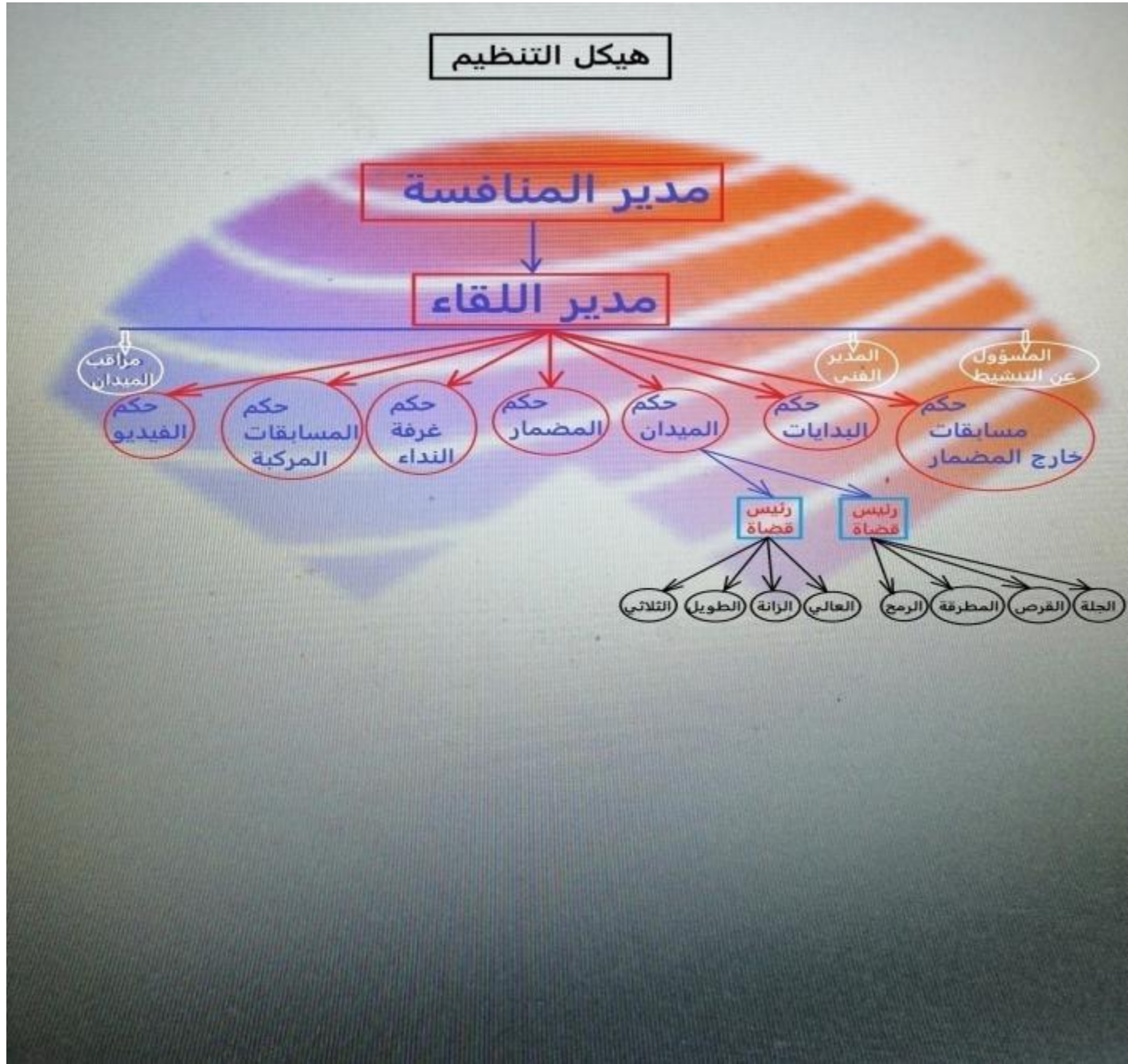
- التخطيط للمنافسة

- الاتصال و التواصل مع جميع
المتدخلين، تسيير التفاعلات بين
المتدخلين



- مدير اللقاء أو الحفل القاعدة 122 RC 15

: مسؤول عن جميع الإداريين, صحة
تنظيم البطولة، التعيين و التتبع،
السهر على إخلاء الملعب بمساعدة
مراقبي الميدان



القاعدة 123 RC16

مسؤول فني

- مدير فني : صلاحية المضمار – طرق
الاقتراب – الدوائر, الأقواس, قطاعات
الرمي, مناطق الهبوط و جميع الأدوات و
التجهيزات
يتأكد من وجود جميع الشهادات وتكون في
حوزته

مسؤول عن التنشيط القاعدة RC17124

- مسؤول عن التنشيط : وضع مخطط للتنشيط, و السهر على تطبيقه بالتعاون مع مندوب التنظيم و المندوب الفني
- التنسيق تدخلات أعضاء فريق التنشيط
- إخبار الجماهير بجميع ما يتعلق بالمنافسة.

- تعيين حكم مستقل لكل من : المضمار، الميدان، المسابقات المركبة، غرفة المناداة، السباقات خارج الميدان، البدايات، الفيديو، ليس لحكم المضمار حق التدخل في تحكيم طريقة المشي إذا لم يتم تعيين قاضي مكلف بالبدايات، تسند مهمة البث في البدايات لحكم المضمار.

- التأكد من تطبيق القواعد، و اتخاذ القرارات في المسائل الغير الواردة في القواعد

- تحديد الترتيب في السباقات إذا عجز القضاة عن ذلك

- اتخاذ قرار بشأن البدء إذا لم يتفق مع طاقم البدء، إلا في حالة وجود جهاز ضبط البدء الخاطئ

- عليه أن لا يقوم بمهام القاضي أو المراقب

- مراجعة النتائج، الإشراف على القياسات الإلكترونية في حالة عدم وجود قاضي للقياس

- اتخاذ قرار للاعتراضات المقدمة له
- اتخاذ قرار التحذير أو الاستبعاد ضد التصرفات
اللارياضية و اللاأخلاقية بإشهار ورقة صفراء أو
حمراء حسب الحالة
- تبليغ الإنذارات والاستبعادات إلى السكرتير وجميع الحكام
الآخرين, وفي حالة حصول المتنافس على بطاقة صفراء
وكانت لديه بطاقة صفراء أخرى يحول الحكم البطاقة
الصفراء إلى بطاقة حمراء

- حكام السباقات على الطريق : الإنذار قبل الاستبعاد إذا أمكن ذلك.
- سلطة إعادة أي سباق لظروف ما
- اتخاذ القرار فيما يخص حالات تقع بغرفة النداء
- في حالة بدء خاطئ غير معطن عنه, و احتج متسابق أنهى السباق, يقوم الحكم بإقصاء المتسابق المخطئ
- - يمكن للحكم التدخل في قرار فريق البدء الا في حالة وجود جهاز البدء الخاطئ ومع ذلك يمكنه التدخل إذا تبين أن الجهاز غير دقيق
- - تتسع سلطة حكم غرفة النداء الى حدود موقع المنافسة

الحكم (تابع)

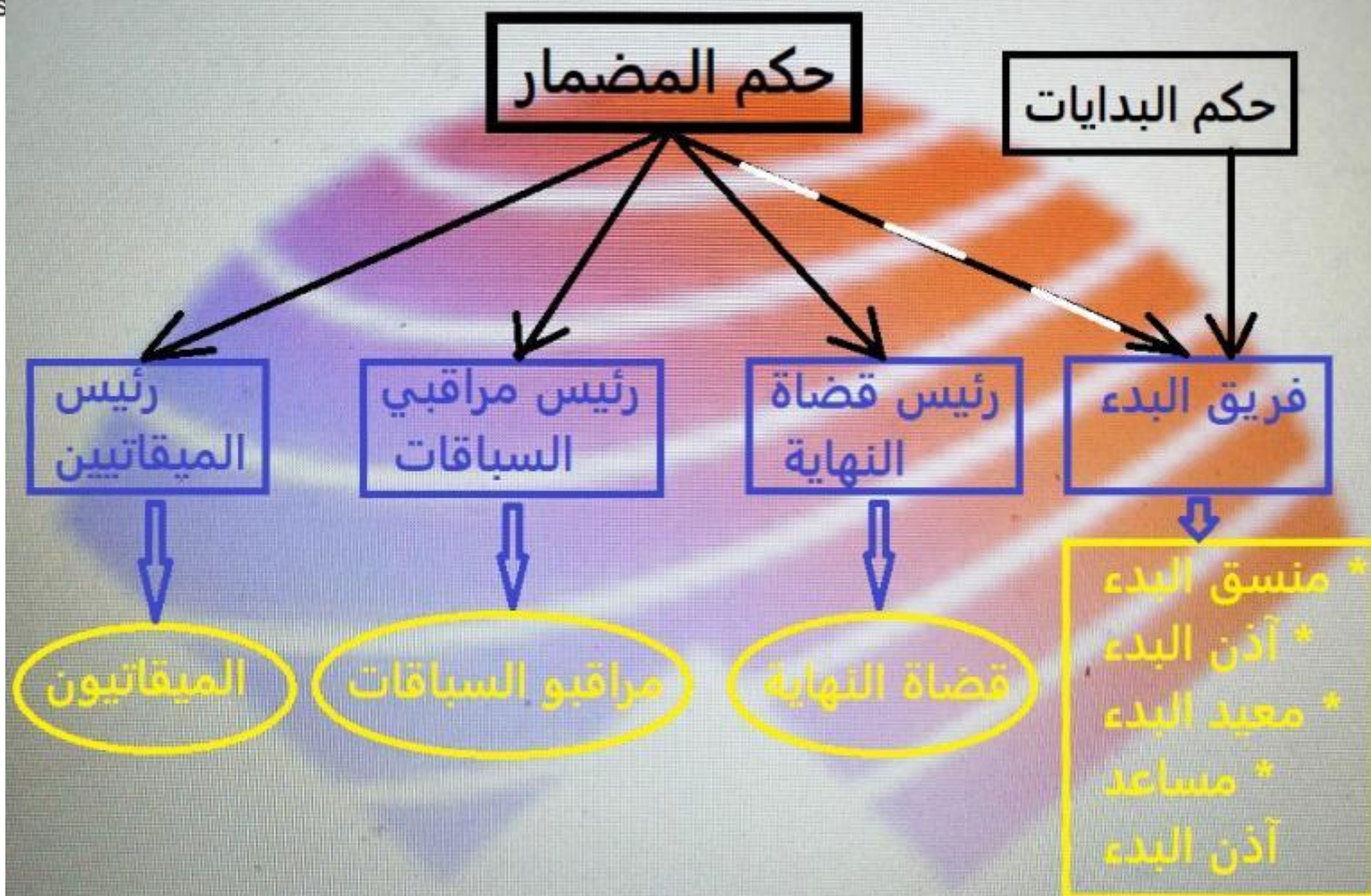
- تشمل مسؤولية حكم غرفة النداء منطقة الإحماء
- تشمل مسؤولية حكم المنافسة القائمة أو المنتهية الفترة الممتدة إلى، وشاملة، حفل توزيع الميداليات
- يمكن للحكم إعادة النظر في قراره إثر احتجاج على إثر ظهور حجة وذلك قبل توزيع الميداليات وصدور قرار لجنة الاحتكام
- يمكن للحكم أن يلغي قرار أحد القضاة
- يمكن لحكم المسابقات المركبة تحكيم جميع مسابقات المركبة ما عدا البدايات.

- يفحص حكم الميدان النتائج ويوقعها
- لحكم المسابقات المركبة السلطة على المسابقات الفردية داخل المسابقة المركبة ما عدا البدايات.
- في المسابقات التي يسمح فيها بالمشاركة لذوي الاحتياجات الخاصة, يحق للحكم إخضاع القاعدة بدون المساس بحقوق الآخرين, لا تشمل المشاركة بالدليل المساعد لذوي إعاقة بصرية

الحكم تنمة

- يشتغل حكم الفيديو داخل قاعة و يكون له اتصال دائم مع جميع الحكام الآخرين
- عندما يعتزم الحكم إقصاء شخص ما من غير المتنافسين يستشير مدير المنافسة
- توجه البطاقة الصفراء لأسباب تأديبية وكذا خرق تقني عندما يكون خطيرا ومتعمدا
- يمكن توجيه بطاقة حمراء مباشرة إذا كان السبب قاهرا

- في بعض الحالات لا يجوز توجيه البطاقة الصفراء وإنما الحمراء مباشرة
- يمكن توجيه البطاقة الحمراء مباشرة بعد الصفراء إذا كان رد فعل المتنافس عنيفا
- إذا كان الحكم على علم ان المتنافس المخطئ له بطاقة صفراء من حكم آخر يشهر البطاقة الصفراء وبعدها مباشرة الحمراء إذا أشهر البطاقة الصفراء مباشرة فهذا لا يلغي القرار
- إذ لم يكن الحكم على علم بالبطاقة الصفراء الموجهة من قبل حكم آخر وأشهر الصفراء فقط فإنه يتدارك ذلك وقت ما علم به



- ترتيب وصول المتسابقين عند خط
النهاية، الجلوس في جهة واحدة على
مدرج يسمح بالرؤية لجميع القضاة
على امتداد خط النهاية على بعد أدناه
5 أمتار في حالة الاختلاف ترفع إلى
حكم المضاير

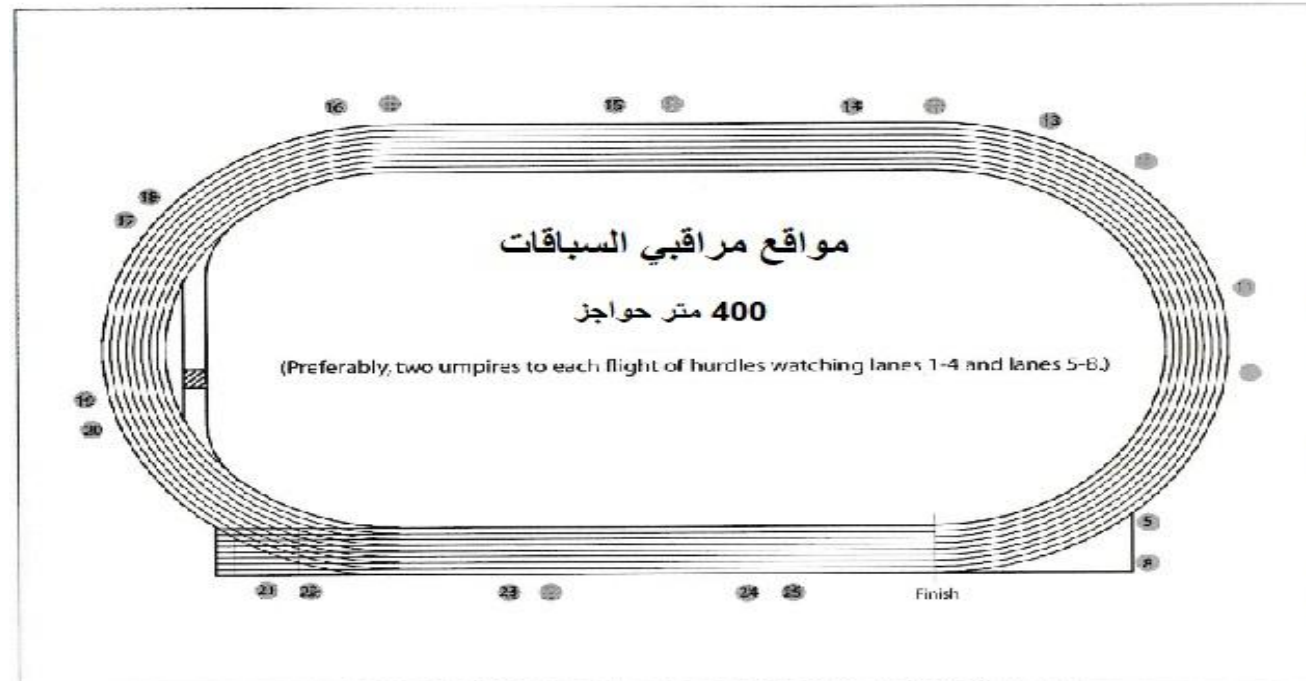
قضاة الميدان

- تحكيم، قياس، تسجيل المحاولات
بواسطة قاضيين على الأقل
- الإعلان عن صحة أو عدم صحة المحاولة
برفع علم أبيض أو أحمر
- يمكن للقضاة مراجعة القرار إذا تبين أن
هناك خطأ

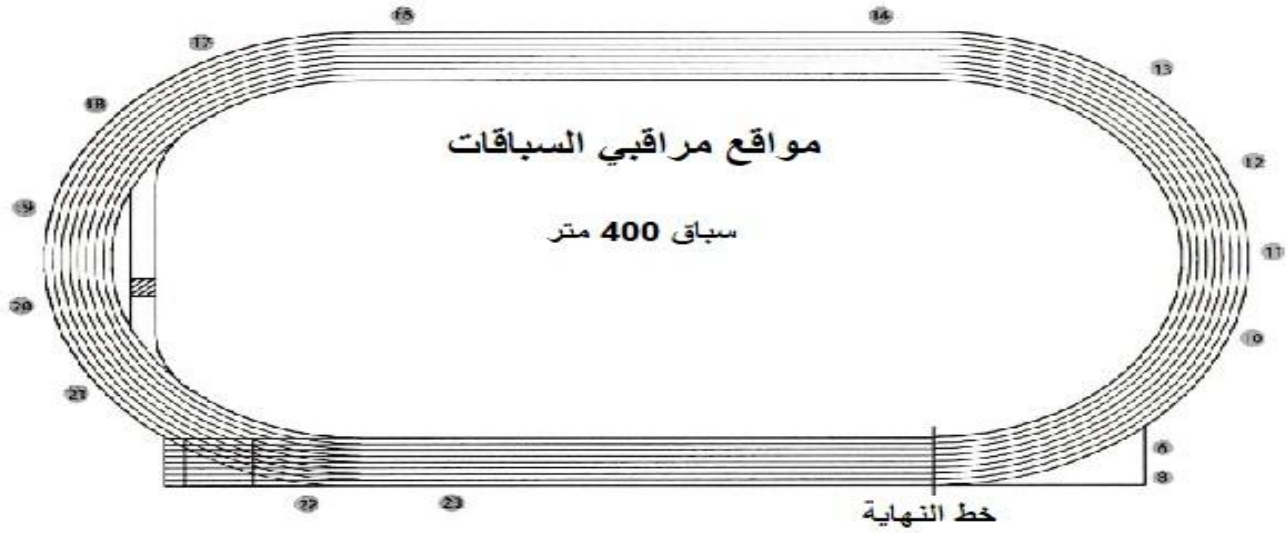
مراقبو السباق ق RC20127

- مساعدة الحكم في مراقبة السباقات (ليس لهم حق اتخاذ القرارات)
- الوقوف في المكان المحدد من طرف الحكم
- رفع علم أصفر أو أي شيء متفق عليه في حالة وقوع خطأ, وضع علامة في مكان حدوث الخطأ
- تدوين تقرير فوري
- إخبار الحكم بجميع الأخطاء حتى وإن لم ينهي المتسابق سباقه

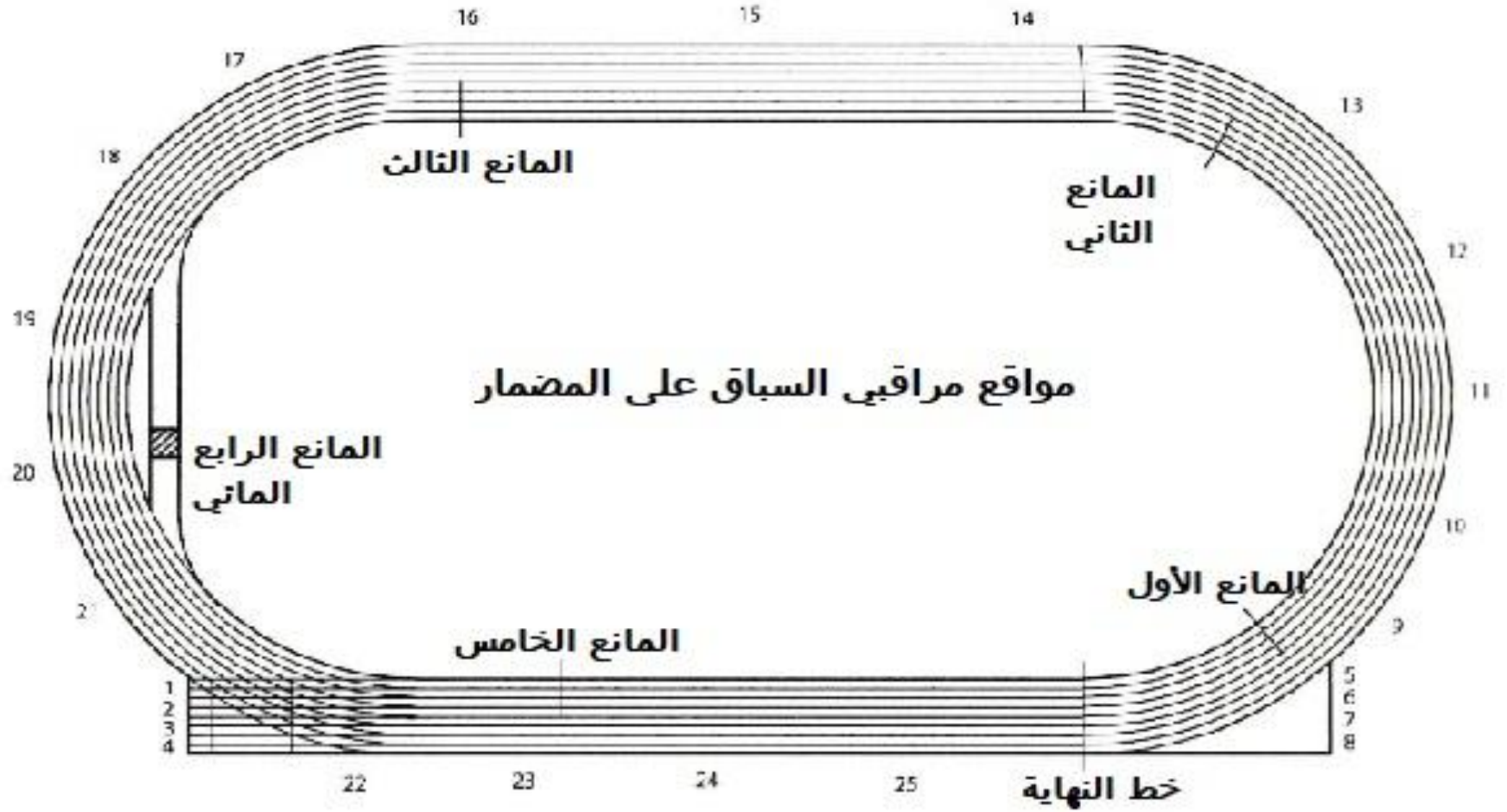












الميقاتيون و قضاة تصوير النهاية وقضاة اترنسبوندر ق RC21128

- تعيين ميقاتيين يدويين في حالة عدم وجود التوقيت الكامل الآلية - في حالة وجود التوقيت الآلي يعمل الميقاتيون كمساعدين احتياطيين
- تسجيل زمن كل المتسابقين الذين أنهوا السباق
- RT 19 - العمل حسب القاعدة 165

مهام منسق البدء ق RC22129

- توزيع مهام البدء على أعضاء الفريق ما عدا آذن البدء الدولي في المنافسات 1
- الإشراف على مهام الفريق
- إعطاء إشارة الشروع في البدء
- حلقة الوصل بين الفريق و الطاقم الفني
- الاحتفاظ بجميع المستندات بما فيها المنتجة من حاسوب ضبط البدء الخاطئ
- العمل كمنسق بين فريق البدء وشركة التوقيت

مهام الآذن بالبدء القاعدة RC22 291

مهمة آذن البدء تكمن في إعطاء بداية
صحيحة وعادلة

- السلطة الكاملة على المتسابقين :
- يضع سماعات عند استخدام جهاز
- كشف البدء الخاطئ لسماع الإشارة .
- التموضع الجيد لمراقبة كل العدائين،
وضع مكبر الصوت
- - مراقبة جميع المتسابقين في وضع
الاستعداد لإعطاء الطلقة



مهام معيد البدء القاعدة RC22 291

يعين معيد البدء أو أكثر وفي السباقات التي تكون فيها
فروق الحارات كبيرة يعين اثنين على الأقل
- يقف كل معيد بدء في المكان الذي يسمح له برؤية
المتسابقين الذين وكل بهم

- التموضع الجيد لمراقبة كل المتسابقين المنوط به
متابعتهم

- الإعلان عن البدء الخاطئ

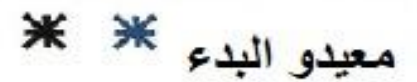
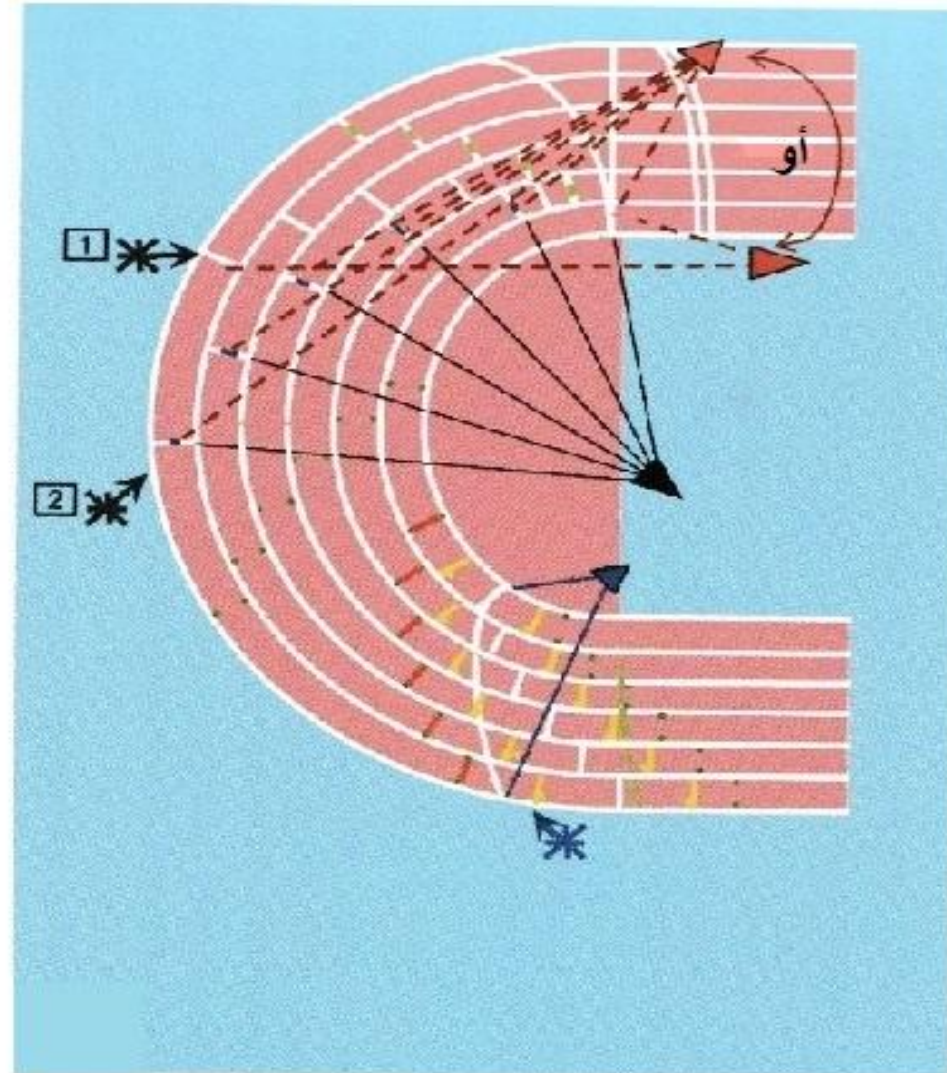
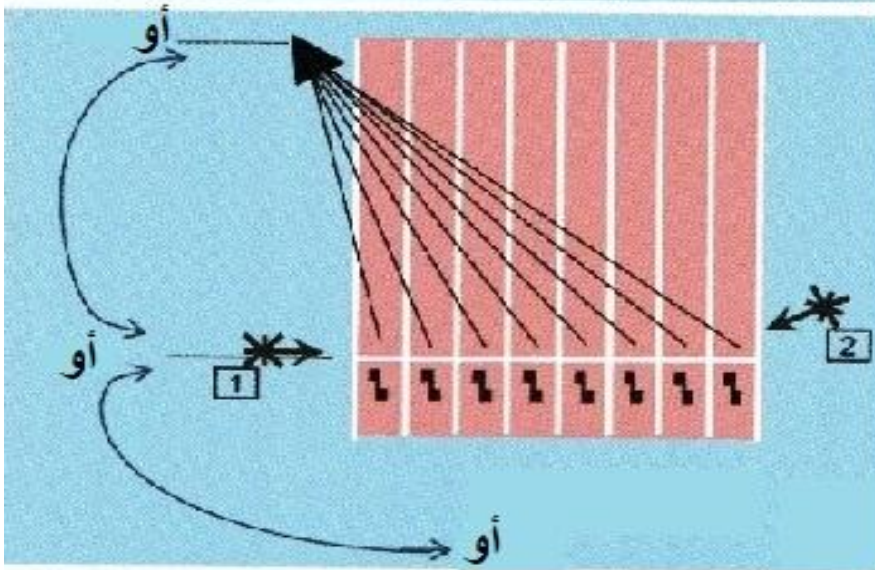
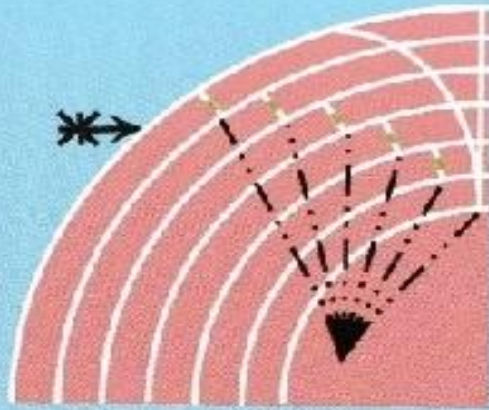
129 مهام معيد البدء القاعدة RC22

- يجب على معيد البدء إيقاف السباق إذا لاحظ بدء خاطئ وتبلغ آذن البدء بملاحظاته
- نقل الملاحظة إلى الآذن بالبدء
- التحذير و الاستبعاد هما من مهام الآذن

ق RC23130

مهام مساعد آذن البدء

- التأكد من السباق و التصفية و الحارة و الرقم
- تجميع المتسابقين وراء خط البداية و إعطاء الإشارة إلى الآذن بالبدء
- مراقبة المتسابقين في أمر “خذ مكانك” وإخطار آذن البدء بأن كل شيء جاهز لإعطاء الطلقة
- تجهيز عصي التتابع
- في حالة البدء الخاطئ يعيد نفس العمليات
- إشهار البطاقة الصفراء في وجه جميع المتسابقين في حالة البدء الخاطئ الأول في المسابقات المركبة وإشهار البطاقة الحمراء في وجه المتسابق الواجب إقصاؤه وفي الحالتين يتلقى الأمر من آذن البد



تسجيل عدد اللفات لكل متسابق في السباقات الأطول من 1500م.
في سباق 5000 م فأكثر و سباقات المشي : يعين مسجل لكل 4
أو 6 متسابقين حسب الحالة.

يعين حكم المضمار أحدهم للإعلان عن عدد اللفات المتبقية و كذا
قرع الجرس عندما يتبقى لفة واحدة

تغيير اللوحة عقب كل لفة عند وصول متسابق مقدم السباق
بداية المستقيم الذي ينتهي بخط النهاية.

يمكن استعمال جهاز الكتروني لضبط عدد اللفات لكل متسابق
بوضع شريحة لكل متسابق

إقامة مركز الإعلام الفني خلال المنافسات
وفق القاعدة 1 ويوصى به في جميع
المنافسات لتسهيل التواصل بين جميع
المتدخلين ويعتبر بمثابة مكتب الضبط
لتنظيم جميع المراسلات في جميع
الاتجاهات

- تجميع النتائج الكاملة لكل مسابقة من
- رئيس تصوير النهاية، الميقاتيين و مقيس سرعة الريح
- تزويد المذيع بهذه النتائج
- تسليمها إلى مدير المنافسة
- في حالة استعمال نظام الحاسوب المعمم، تمكين مدير المنافسة والمذيع من ولوج النظام

- - إذا كانت هناك أوزان أو مقاييس مختلفة في نفس المسابقة فيجب أن تظهر واضحة في النتائج
- - إذا كان هناك استعمال دليل لمساعدة المتسابق أو استعمال جهاز ميكانيكي لا تسمح به القوانين فيجب أن تظهر واضحة ومستقلة في النتائج

Règles de Compétit

N'a pas pris le départ لم يشارك	DNS
N'a pas terminé لم ينهي المسابقة	DNF
Aucun essai valable enregistré لم يسجل أي إنجاز	NM
Disqualifié(e) متقصي	DQ
Essai réussi en Saut en hauteur ou Saut à la perche محاولة ناجحة	"O"
Essai raté en Concours محاولة فاشلة	"X"
Essai passé (non tenté) en Concours لم يحاول	"~"
تخلي عن المنافسة في الميدان والمركمة	r
Abandon de la compétition (Concours ou Épreuves combinées)	
Qualifié(e) par place en Épreuves sur piste تأهل بالترتيب في المضمار	Q
Qualifié(e) par temps en Épreuves sur piste تأهل بالوقت في المضمار	q
Qualifié(e) par minima en Concours تأهل بالحد الأدنى في الميدان	Q
Qualifié(e) sans minima en Concours تأهل بدون حد في الميدان	q
Reversé(e) au tour suivant par le Juge-arbitre أضيف من قبل الحكم	qR
Reversé(e) au tour suivant par le Jury d'appel أضيف من قبل لجنة الحكام	qJ
Reversé(e) au tour suivant par tirage au sort أضيف بالقرعة	qD
Genou plié (Marche athlétique) ركبة متنية	">"
Perte de contact (Marche athlétique) طبران	"~"
Carton jaune (+ Règle applicable) بطاقة صفراء	YC
Deuxième carton jaune (+ Règle applicable) بطاقة صفراء ثانياً	YRC
Carton rouge بطاقة حمراء	RC

تستعمل الاختصارات التالية لتهيئ قوائم البدء وأوراق النتائج

DNS لم يبدأ المنافسة

DNF لم ينهي المنافسة

NM لم يسجل إنجاز

DQ استبعاد

O محاولة صحيحة في العالي والزانة

محاولة فاشلة في العالي والزانة **X**

O محاولة صحيحة في العالي والزانة

X محاولة فاشلة في الميدان الأفقي

- لم يحاول

r تراجع عن الاشتراك في المنافسة
Q تأهل بالترتيب في المضمار
q تأهل بالزمن في المضمار
Q تأهل وفقا للسقف في الميدان
q تأهل بدون سقف في الميدان
qr تأهل للجولة التالية من الحكم

qj تأهل للجولة التالية من لجنة الاحتكام

qD تأهل بالقرعة

L خرج عن الحارة

> ركبة مثنية في المشي

~ فقد الاتصال بالأرض في المشي

YC بطاقة صفراء

YRC بطاقة صفراء ثانية

RC بطاقة حمراء

P يشارك تحت التحفظ

مراقبة النظام ق 133 RC26

- مراقبة النظام داخل الحلبة
- السهر على إخلاءها إلا من المتنافسين
و الإداريين و المصرح لهم بالدخول

RC27 مشغل جهاز قياس سرعة الريح ق 134

- التأكد من وضع الجهاز في المكان المناسب

- تسجيل السرعة في اتجاه السباق،
توقيعتها و توصيلها إلى سكرتير
المنافسة

- الاجتماع بالفنيين للتعرف على الجهاز
- الإشراف على وضعية الجهاز
- يقوم قبل و بعد المنافسة بالقياسات الضرورية و مطابقتها لشريط القياس من الصلب
- يشغل الجهاز أثناء المنافسة
- تتم عملية ضبط الجهاز تحت إشراف الحكم والإداري الفني الدولي إذا تم تعيينه، يوقع المحضر من قبل الأشخاص المعنيين الحاضرين

قضاة غرفة النداء ق 135 RC29

- ضبط ومراقبة تنقل المتنافسين بين مكان الإحماء ومكان المنافسة
- التأكد من ارتداء الزي الوطني أو زي الفريق
- مطابقة الأرقام للقوائم
- مطابقة عدد المسامير وقياساتها
- مطابقة إشارات الدعاية على البدل والحقائب
- أي شيء غير مسموح بدخوله إلى ساحة المنافسة
- يبلغ القضاة الحكم بجميع النقاط العالقة التي ليتم حسمها

غرفة النداء :

- احترام المتنافسين عند مرورهم في غرفة المناداة
هم مستعدون , مركزون , يفكرون في المنافسة

و بالتالي يجب :

- السرعة في التنفيذ

- الفعالية

- تفادي النقاش الزائد

تفادي طلب الأوتوغراف أو الصور مع المتنافسين

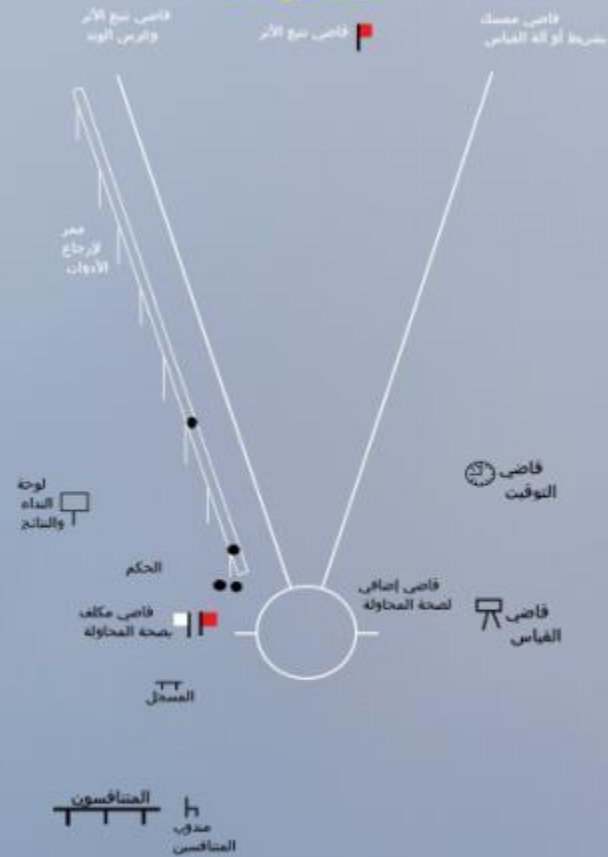
- تقليص المدة الزمنية قدر الإمكان خلال مرور المتنافسين من غرفة
المناداة

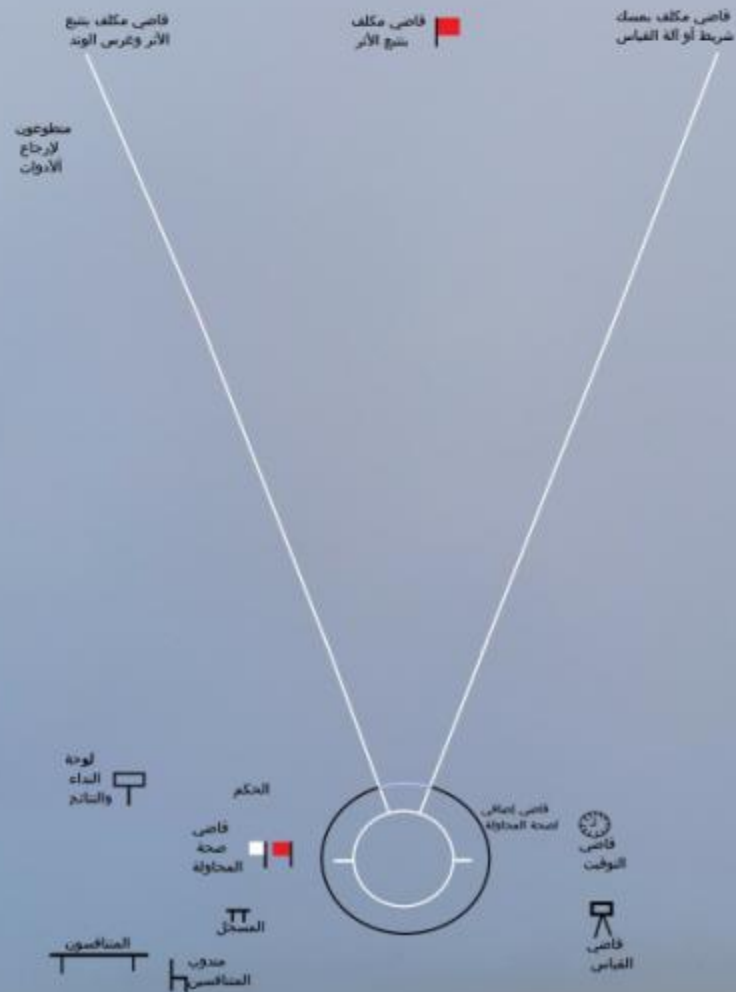
المراقبة التقنية داخل غرفة النداء :

مراقبة – تفتيش – ترصد – إخفاء – نزع



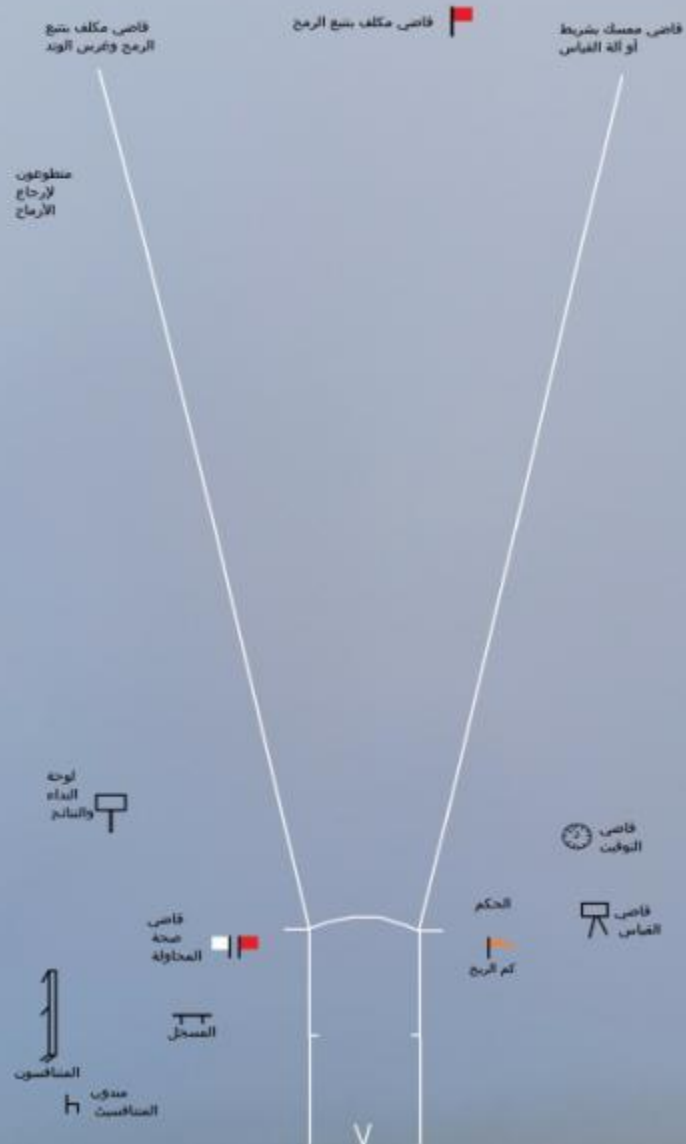
- البذلة : الرسمية للبلد أو النادي بدون إشهار ممنوع
- الإشهار على البذل و الحقائق : إخفاء أو نزع
- راديو أو غيره : نزع
- الأدوات الشخصية للمنافسة : نزع
- المسامير : العدد – القياس – الموضع
- الصدریات : الرقم الممنوح, لاصق بشكل جيد, واضح غير مثني
- رقم لصورة النهاية : توزع الأرقام في غرفة المناداة





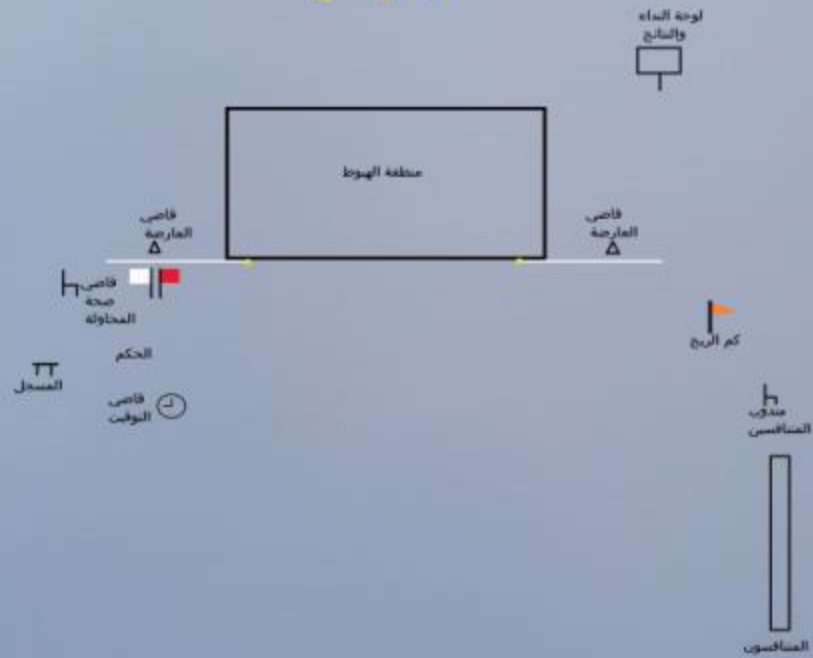
مهام ومواقع الإداريين

هدف الرفع



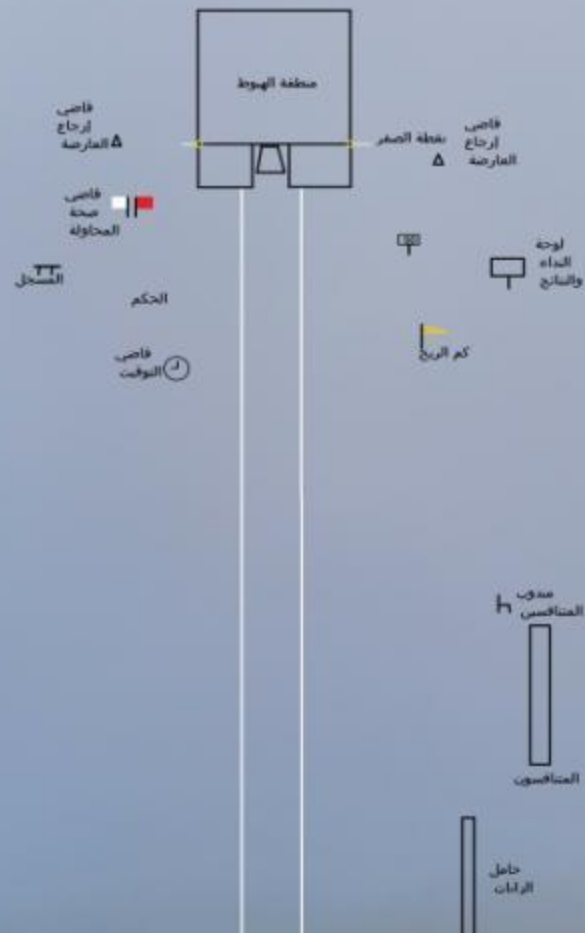
مهام ومواقع الإداريين

القنصر العالي



مهام ومواقع الإداريين

الفقر بالزائفة



مهام ومواقع الإداريين

الفقر الطويل والثلاثي



تجهيزات ألعاب القوى ق 140 RT2

- تستخدم جميع الأرضيات الصلبة المستوية المستوفية للمواصفات الواردة في كتيب الاتحاد الدولي للتجهيزات
- في المنافسات وفق القاعدة 1 المنافسات الخاضعة للإشراف المباشر للاتحاد الدولي لألعاب القوى تستخدم فقط أسطح مغطاة بالمواد الصناعية تحمل شهادة درجة أولى من الاتحاد الدولي.
- يوصى أن تستخدم الأسطح المغطاة بالمواد الصناعية إذا توفرت في جميع المنافسات الأخرى
 - تطلب شهادة من درجة ثانية في جميع المنافسات 1
 - يتوفر كتيب الاتحاد الدولي للتجهيزات على جميع القياسات و التخطيطات
 - توجد استمارة على الانترنت

المجموعات السنوية ق 141 RT3

- ناشئين تحت 18 : 16-17 سنة في
31 ديسمبر عام المنافسة رجال ونساء
- شباب تحت 20 : 18-19 سنة في 31
ديسمبر عام المنافسة رجال ونساء
- عمومي رجال وسيدات 20-34 سنة في
31 ديسمبر من عام المنافسة
- قدامى رجال و سيدات : 35 سنة فما
فوق

الفئات السنّية

• تأكيد المشاركة بواسطة جواز سفر صالح المدة،
عدم الإدلاء بالحجة ينتج عنه عدم أهلية المتنافس
للمشاركة

يمكن للمتنافس المشاركة في مسابقات الرجال إذا كان
قانونيا من جنس الرجال

يمكن للمتنافسة المشاركة في مسابقات النساء إذا
كانت قانونيا من جنس النساء

قواعد التأهيل الخاصة بالاتحاد الدولي لألعاب القوى

- الأهلية المكفولة من اتحاد بلده – مع تصريح بالاشتراك من اتحاد بلده
- تقبل المشاركة ما لم يكن اعتراض بشأن أهلية المتنافس
- - مطابقة إلا أحييت على المندوب الفني

المشاركة المتزامنة

- في حالة اشتراك متنافس في عدة مسابقات, يسمح له بالقيام بمحاولته في وقت و ترتيب مخالف للقرعة و ذلك لدور واحد في كل مرة أو لكل محاولة في القفز العالي و القفز بالزانة, و إذا تغيب عن المحاولة تعتبر كما لو تخلى عنها إذا ما انقضى الوقت.

- إذا لم يحضر متنافس في القفز العالي و الزانة بعد أن أنهى جميع المشاركين الحاضرين المنافسة يعتبر متخلياً عن المنافسة إذا ما انقضى الوقت المحدد للمحاولة.

التخلف عن الاشتراك

يستبعد المتنافس من الاشتراك في المنافسات إذا ما :

- أكد المشاركة و لم يشارك

- تأهل لدور تالي و لم يشارك فيه

ما عدا في حالة تقديم شهادة طبية تثبت عدم قدرته على المشاركة مع قدرته على المشاركة لاحقاً، أو تعذرت عليه المشاركة بسبب عامل خارج عن إرادته كالنقل الرسمي مثلاً.

ملحوظة :- يجب أن يحدد زمن تأكيد الاشتراك

- يعتبر الاشتراك بمجهود غير صادق تخلف عن الاشتراك و يتم تحديد ذلك من طرف الحكم

الملابس – الأحذية – الأرقام ق RT5143

← الملابس :

- ملابس نظيفة لا تشف و لو ابتلت, لا تعوق الرؤيا

- وجوب ارتداء الزي الرسمي للبلد أو النادي

- تعتبر مراسيم التتويج واللفة الشرفية حول الملعب جزء من المنافسة

(تكون الأقمصة ذات لون واحد سواء في الأمام أو الخلف) حذفت هذه القاعدة

القاعدة 1 إلى ح يسمح بوضع الاسم أو الترتيب على الصدرية

- يمكن للمتنافس ارتداء الحذاء أو المشاركة حافي القدمين أو القدم
- تصنع الأحذية بحيث لا تعطي أي مساعدة إضافية أو تكنولوجيا تمنح مساعدة غير عادلة
- يجب أن تكون جميع أنواع الأحذية في متناول الجميع وفقا للروح العالمية لألعاب القوى

يجب أن يكون صنع حذاء خاص خاضع
لمضمون القاعدة

يمكن للاتحاد الدولي أن يخضع أحذية
للفحص إذا تبين أن هناك عنصر في
الحذاء لا يستجيب لمتطلبات القاعدة

عدد المسامير

لا يزيد عدد المسامير على 11 مسمار و كذا 11 ثقب

أبعاد المسامير

أرضية صناعية: طول : 9مم و 12 في العالي و الرمح -
قطر : 4مم

أرضية غير صناعية : طول : 25مم - قطر : 4مم

في الضاحية يمكن للحكم الترخيص بأكثر من ذلك

تكون التحديات و البروزات في النعل و
الكعب من نفس مادة النعل

- في الوثب العالي و الوثب الطويل, سمك
النعل أقصاه 13مم

- سمك الكعب في العالي 19 مم كحد أقصى

إذا طلب مصنع المضمار أو من يستغل
المضمار أقل من 4 مليمتراً كعرض
للمسامير، أو منع استعمال بعض أنواع
المسامير، يخطر المتنافسون بذلك

الأرقام :

- رقمان : واحد على الصدر و الثاني على الظهر ما عدا القفز بأنواعه الأربع

- الأرقام مماثلة لما هو مسجل على اللوائح

- عدم تتي الأرقام أو قصها أو تشويهها

- يمكن ثقبها في السباقات على الطريق مع تفادي الأرقام و الحروف

- عند استخدام تصوير النهاية توضع الأرقام على جانب السروال

- حسب القاعدة 1، يسمح بالاسم أو الرتبة على الصدرية

مساعدة المتنافسين ق 144 RT6

إيضاح الأزمنة البينية :

يتم عرض الأزمنة بواسطة لوحات أو ميقاتيين بموافقة الحكم

مساعدة, مشورة, إخبار :

مسموح به : - اتصال المتنافسين بمدربيهم (تُخصَّصُ أماكن في المدرجات لهذا الغرض)

- تلقي العلاج من طرف شخص معيَّن من طرف المندوب الطبي و المندوب الفني يحمل شارة مميزة

- يسمح باستعمال أجهزة شخصية محمولة كجهاز تسجيل نبضات القلب أو ضابط السرعة أو ضابط الخطوة على أن لا تستعمل كوسائل اتصال
- المساعدة على القيام لمتنافس من قبل إداري أو متنافس آخر

غير مسموح به :

- لعب دور القاطرة من طرف أفراد غير مشاركين في نفس السباق أو متسابقين تم تجاوزهم بلفة أو أكثر
- حيازة و استخدام أي جهاز للاتصال استعمال أي مساعدة مادية تعطي امتياز توجيهات من احد القضاة
- مساعدة من متنافس آخر إلا في حالة مساعدة على الوقوف
- ينذر المتسابق وإذا تكرر ذلك يستبعد و عندها لا يعتد بأي أداء
- نتج في ذلك الوقت

← معلومات عن الريح :

يوضع كيس هوائي في مكان مناسب في جميع منافسات الوثب
و القرص و الرمح

← مياه الشرب و التبلل :

توفير المياه و الإسفنج المبلل في سباقات المضمار 5000م و
أطول

ما ينتج عن الاستبعاد ق RT7145

استبعاد متسابق لمخالفة القواعد : ذكر القاعدة – يمكن للمتسابق المشاركة في منافسة أخرى

استبعاد لتصرف غير رياضي و غير مهذب : ذكر أسباب الاستبعاد – حرمانه من متابعة البطولة

لا يعتد بأي إنجاز حقق إلى ذلك الحين في نفس الدور
المخالفة الخطيرة : - مدير المنافسة يبلغ الاتحاد الوطني للمتنافس
لإجراءات تأديبية إضافية

في حالة الانذار الثاني أو الإضافي يقصى من المنافسة التي تلقى فيها الانذار الثاني.

إذا أقصى فريق التتابع يمكن لأعضاء الفريق المشاركة في مسابقات أخرى باستثناء الأعضاء الذين صدر منهم سلوك لا أخلاقي.

الاحتجاجات و الاستئنافات ق RT8146

الاحتجاجات المتعلقة بالاشتراك :

- تقدم إلى المندوب الفني و يقدم الاستئناف إلى لجنة الاحتكام
- إذا لم يتم تسوية الموضوع يسمح للمتنافس بالاشتراك تحت التحفظ
- يجب أن يكون للمتنافس مصلحة صادقة في المسابقة المعنية

الاحتجاجات المتعلقة بالنتيجة :

- يقدم الاحتجاج إلى الحكم من طرف المتنافس نفسه أو من ينوب عنه شفويًا
- احتجاج شفوي مباشرة بعد الإعلان عن محاولة خطأ, يمكن للحكم الأمر بقياس المحاولة وتسجيلها للاحتياط،،إذا لم يؤهل للمحاولات الإضافية ، يسمح له بالمشاركة فيها تحت التحفظ. لا تقبل الإنجازات إلا إذا قبل التحفظ
- احتجاج شفوي على انطلاق خاطئ, يمكن للحكم الأمر بالسماح له بالمشاركة تحت التحفظ، سواء استعمل جهاز كشف البدء الخاطئ أو لا.
- إذا تبين أن متنافس استبعد خطأ يسمح له بالجري لوحده وتسجيل توقيت

- يقدم الاحتجاج المكتوب لهيئة الاحتكام في غضون 30 دقيقة من زمن الإعلان عن النتائج مصحوبا ب 100 دولار يصادر المبلغ في حالة عدم صحة الاحتجاج
- يعتبر قرار الحكم نهائي في حالة غياب هيئة الاحتكام أو المندوب الفني.
- يعتبر قرار لجنة الاحتكام، وقرار الحكم في غيابها، نهائيا ولا يقبل الطعن ولو أمام المحكمة الرياضية.

عندما يسمح لمتنافس بالمتابعة تحت
التحفظ، تحتسب إنجازات متنافس آخر
لم يكن ليتابع المنافسة لولا هذه الحالة،
سواء قبل الاحتجاج أم لم يقبل.

إذا استبعد متنافس من السباق خطأ بسبب
بداية خاطئة ، وتبين العكس بعد ذلك،
يسمح له بالجري لوحده لتسجيل توقيت
في المسابقة ويدخل غمار المرحلة
الموالية، لا يمكن لأي متنافس أن يدخل
غمار مرحلة تالية بدون تنافس في جميع
المراحل

تأخذ لجنة الاحتكام برأي الحكم
المعني ما عدا إذا كان قرار الحكم
يحتاج إلى تركية.

تأخذ لجنة الاحتكام برأي الحكم المعني ما عدا إذا
كان قرار

الحكم يحتاج إلى تزكية.

في حال احتجاج فريق لم يتم السباق، يتوجب
على حكم المضمار التأكد من أن الفريق أقصى
أو وجب إقصائه بإخلاله للقانون دون ما علاقة
بالاحتجاج، إذا حصل ذلك يرفض الاحتجاج.

المسابقات المختلطة العالمية القاعدة ق 147 RT9

لا يسمح مبدئيا بالمنافسات المختلطة.

المنافسات التي تقام كليا بالملعب من ميدان ومضمار من 5000م وأطول يسمح بها مختلطة وفق القاعدة 1بترخيص من اتحاد منطقة أو اتحاد وطني.

ترخص المسابقات العالمية كالتتابع أو أي سباق يشارك فيه الرجال والنساء معا أو المسابقات التي يتنافس فيها الرجال والنساء في ترتيب واحد طبقا للقوانين المعمول بها من طرف الهيئة المشرفة.

أ – تقوم المنافسة المختلطة لسباق 5000 متر وأكثر عندما يكون العدد قليلا للجنسين أو لجنس واحد.

يجب ذكر جنس المتنافس أو المتنافسة في ورقة النتائج، ولا تنظم مثل هذه السباقات من أجل منح الفرصة لجنس من الجنسين لتحقيق انجاز بمساعدة الجنس الآخر.

ب - يمكن تنظيم مسابقات الميدان مختلطة ولكن النتائج تسجل وتداع لكل جنس على حدة، وتقام الأدوار لأداء المحاولات إما بالنداء على متنافسين من نفس الجنس وبعد ذلك متنافسين من الجنس الآخر، أو بالتناوب بين متنافسين دون اعتبار الجنس، وحسب القاعدة يعتبر جميع المتنافسين من جنس واحد RT 25.

بالنسبة لمسابقات الميدان العمودية، تطبق القاعدة 181 و183 بما في ذلك رفع العارضة باستمرار حسب الارتفاعات المعلنة.

القياسات ق 148 RT10

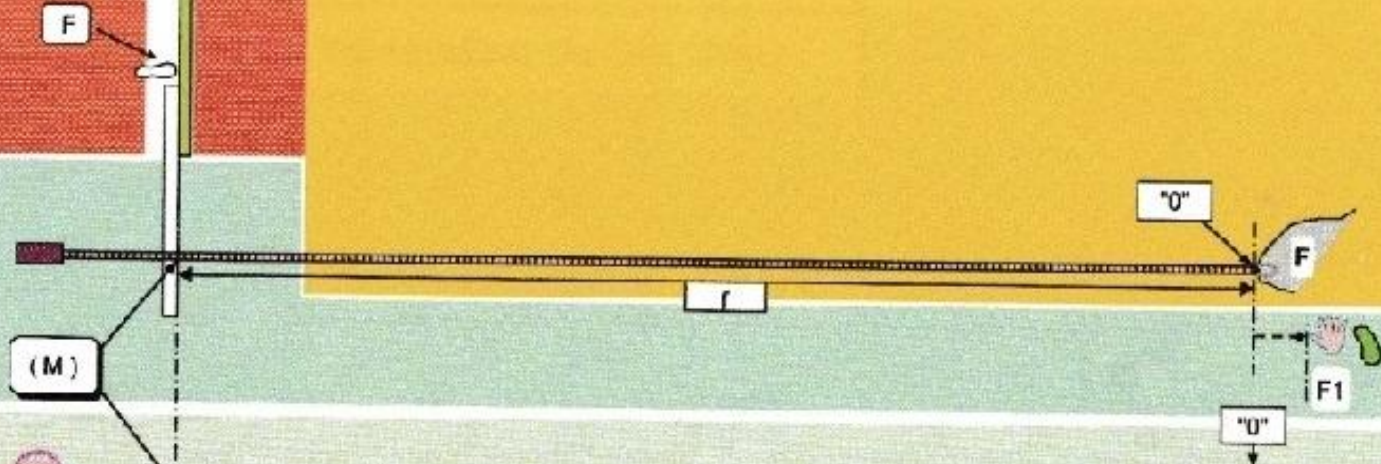
يجب استعمال شريط قياس أو قضيب من الصلب أو جهاز علمي في جميع المنافسات حسب القاعدة 1

في المنافسات الأخرى يمكن استعمال شريط من ألياف الزجاج تؤكد جميع قياسات منشأة ألعاب القوى من قبل مساح معتمد ويدلي هذا الأخير بشواهد خاصة لجميع القياسات للهيئة المسؤولة عن المنشأة.

ويزود المساح بجميع تصاميم ورسوم الملعب وكذا آخر تقرير للقياسات ليقوم بهذه المراقبة.

رسم
بياني

خط
الارتقاء



القياس هو
8,06م

القياس هو
8,06م

أختلاف بين الأشرطة

صحة الانجاز ق RT11149

لا يعتبر الإنجاز صحيحاً إلا إذا أنجز خلال منافسة
رسمية وفق قوانين ألعاب القوى العالمية
استجابة التجهيزات إلى المعايير الرسمية
ترخيص من الجهاز المسؤول
التحكيم من طاقم معتمد
استعمال الأدوات حسب القواعد
القياس من طرف مساح رسمي

لم يعد التسجيل بالفيديو مجرد توصية على أن يطابق تطلعات
المندوب الفني

ينصح بتسجيل جميع المنافسات بالفيديو وكذلك صحة وعدم
صحة المحاولات في اللقاءات 1

لم يعد التسجيل بالفيديو مجرد توصية على أن يطابق تطلعات
المندوب الفني
ينصح بتسجيل جميع المنافسات بالفيديو وكذلك صحة وعدم
صحة المحاولات في اللقاءات 1

مسابقات المضمار

قياسات المضمار ق 160 RT 14

- طول المضمار 400م – مستقيمين متوازيين و منحنيين بنفس الشعاع

5 سم x- يحدد المضمار بحافة 5

- خط أبيض في حالة إزالة الحافة و وضع أقماع أو أعلام ارتفاع 20سم, على مسافات 4 متر

- قياس المضمار : عند الحافة 30سم بدون الحافة 20سم

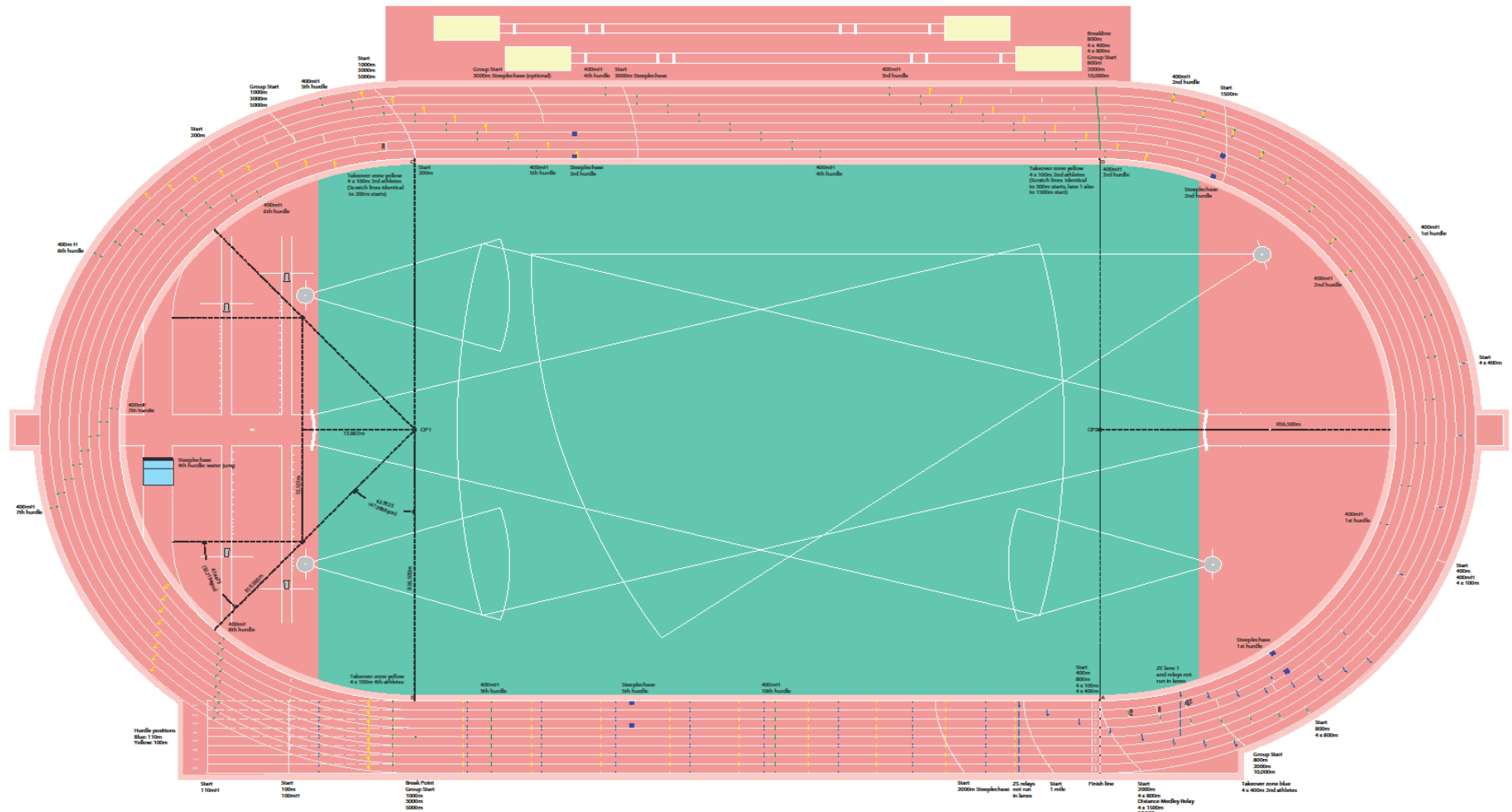
- المسافة من الحد الأبعد لخط البداية إلى الحد الأقرب لخط النهاية

- حارة لكل متسابق حتى و شاملة 400م عرض
1,22 خطين من عرض 5سم، يسمح بحارات
1.25م بالنسبة للمضامير قبل 2004 لكن إذا
تم الترميم فيجب تخطيط حارات ب 1.22
- 8 حارات في القاعدة 1
- يسمح بالانحدار 100/1 و 1000/1
- توجد جميع المعلومات في كتيب ألعاب القوى
العالمية لمنشآت ألعاب القوى

• يجب أن تعلم نقط تغيير مضمار
الموانع من المستقيم إلى المنعرج
ومن المنعرج إلى المستقيم من لدن
مساح معتمد وتوضع عليها أقماع
يوم السباق

400 METRE STANDARD TRACK, MARKING PLAN

SCALE - 1:350



HURDLE POSITIONS			
Colour	Symbol	Size (m), Position	Event
Blue*		0.05 x 0.10 both sides	110mH
Yellow		0.05 x 0.10 both sides	100mH
Green		0.05 x 0.10 both sides	400mH
Blue*		0.125 x 0.125 inside lane 1 and outside lane 2	Steepchase

* For blue coloured tracks, red should be used

KEY	
SY	Start
ZE	End of takeover zone (10m after SL)
SL	Scratch line (start of leg distance)
ZS	Start of takeover zone (20m before SL)

TRACK MARKINGS					
Width of all marks: 0.05m					
Colour	Symbol	Size (m), Position	Stage	Event	Marking Plan Area
White		Full track width	Finish	All events	A
		1.17 (full lane width)	ST	400m, 4 x 100m	A
		100m, 110mH	ST	100m, 110mH	B
		250m - SL, 4 x 100m 3rd athletes	ST	250m - SL, 4 x 100m 3rd athletes	C
		2000m, 10,000m	ST	2000m, 10,000m	A
		1 mile	ST	1 mile	A
		2000mSC	ST	2000mSC	A
		1000, 3000m, 5000m	ST	1000, 3000m, 5000m	A
		3000mSC	ST	3000mSC	A
		1000, 3000m, 5000m	ST	1000, 3000m, 5000m	A
White with blue* inset		Lanes 6 to 8	ST	Group start: 2000m, 10,000m	A
		0.40 in the middle	ST	Group starts: 1000m, 3000m, 5000m, 4 x 100m 2nd and 4th athletes	A
		1.17 (full lane width), 0.40 in the middle	ST	4 x 400m	A
		1.17 (full lane width), 0.40 in the middle	ST	800m - SL, 4 x 400m 2nd athletes	A

TRACK MARKINGS					
Width of all marks: 0.05m					
Colour	Symbol	Size (m), Position	Stage	Event	Marking Plan Area
Blue*		0.80 in the middle	ZE	For relay races or parts of races not run in lanes, e.g. 4 x 400m 2nd and 4th athletes	A
		10m after finish line, parallel to finish line in lanes 2 to 6	ZE		A
		10m before finish line in lanes 2 to 8	ZE		A
		0.80 from inner line, hook in 45°, outside 0.15	ZE	4 x 400m 2nd athletes	A
		0.80 from inner line, hook in 45°, outside 0.15	ZE	4 x 400m 2nd athletes	A
		1.10 from inner line, hook in 45°, outside 0.15	ZE	4 x 100m 2nd, 3rd and 4th athletes	B, C, D
		1.10 from inner line, hook in 45°, outside 0.15	ZE	4 x 100m 2nd, 3rd and 4th athletes	B, C, D
		0.05 x 0.05 on the line between lanes 4 and 5	ZE	Break point	B
		3000m, 5000m group start	ZE		B
		800m, 4 x 800m	ZE		D

* For blue coloured tracks, red should be used

Figure 2.2.1.6a - Marking plan for the 400m Standard Track



- استخدام مكعبات البدء في السباقات حتى و
شاملة 400م (متضمنة 4*200م و 4*400م)
- المكعب لا يتجاوز خطوط الحارة وإذا كان
التجاوز ضروريا فيجب أن لا يسبب مضايقة
لمتنافس آخر. أو خط البدء
- المكعب لا يتجاوز خط البدء

- توصيل مكعبات البدء بجهاز كشف البدء
الخاطئ 1

- يضع الآذن بالبدء سماعات لسماع الإشارة
الصوتية عندما يكون رد الفعل أقل من
100/1000 من الثانية

- وجوب استعمال المكعبات الممنوحة من طرف
لجنة التنظيم حسب القاعدة 1

- خط البداية 5 سم : إما خط مستقيم لكل حارة أو خط منحني للسباقات الطويلة
- تعطى الانطلاقة بطلقة مسدس أو آلة مشابهة
- تعطى البداية بلغة البلد المنظم, الفرنسية أو الإنجليزية
ما عدا في القاعدة 1.1 أ و ب تعطى بالإنجليزية فقط
- تكون الأوامر هي "خذ مكانك" – "استعد" ثم الطلقة
في السباقات حتى و شاملة 400م 4*200م و
4*400م

في السباقات الأخرى يحذف أمر استعداد, ولا

يجوز لمس الأرض باليد أو باليدين

- في وضعية "مكانك" لا يجوز لمس خط البداية أو الأرض بعده

- في جميع السباقات حتى و شاملة 400م, يجب استخدام المكعبات و كذا البدء المنخفض, كما يجب أن تلامس اليدان معاً و ركبة واحدة الأرض و أن تكون القدمان على اتصال بالمكعبات

- عند أمر "استعد" ترفع الركبة و تبقى اليدان و القدمان على اتصال بالأرض

- لا يسمح ببدء الانطلاق إلا بعد طلاقة
المسدس

- ينذر المتسابق إذا لم ينفذ أمر "خذ مكانك أو
"استعد" في وقت مناسب أو أزعج
المتسابقين الآخرين في وضعية "خذ مكانك"
أو رفع يده أو قام من مكانه ,ويستبعد إذا
كرر ذلك.

- إذا رأى الأمر أو معيد البدء أنَّ البدء لم يكن عادلاً يعيد المتسابقين
- إذا أعيد سباق بسبب آخر غير المتسابقين تشهر بطاقة خضراء في وجه المتسابقين
- باستثناء المسابقات المركبة، يقصى المتسابق عند ارتكابه بداية خاطئة
- في المسابقات المركبة يسمح بخطأ واحد فقط في السباق، أي خطأ آخر يستبعد صاحبه من السباق

- عند البدء الخاطئ في مسابقة فردية
ترفع بطاقة ملونة بالأحمر والأسود
- عند البدء الخاطئ الأول في مسابقة مركبة
ترفع بطاقة ملونة بالأصفر والأسود

• عندما يتأكد آذن البدء من أن كل شيء جاهز في وضعية استعداد:

• أ. يخطئ متسابق أو أكثر بالخروج قبل طلقة المسدس، يعتبر ذلك بداية خاطئة ويتوقف السباق.

- ب. في السباقات التي تستعمل فيها مكعبات البداية يخطئ متسابق أو أكثر إذا كانت حركته متواصلة من بدايتها قبل طلقة المسدس بدون توقف إلى البداية رغم التصاق اليدين بالأرض وعدم مغادرة رجل أو رجلين للمكعبات لحظة طلقة المسدس؛ أو إذا كانت حركة أولية؛ هذه الحركة لا تعتبر بداية للانطلاق إذا لم تغادر اليدين الأرض ورجل أو الرجلين مكعبات البداية؛ يأمر آذن البدء بالوقوف؛ أو بتوقيف السباق إذا خرجت طلقة المسدس

- ' ويمكن توجيه إنذار أو استبعاد.
- ملحوظة: إذا تسبب متسابق لمتسابق آخر في الحارات المجاورة متعمدا في ارتكاب خطأ بداية، لا تحمل المسؤولية لهذا الأخير، ويتحملها المتسابق الذي تسبب في ذلك.

ج. في السباقات التي تعتمد على وضعية الوقوف، لا تعتبر بداية خاطئة إذا ما تحرك متسابق أو أكثر أو داس على خط البداية، ويعتبر ذلك ناتجا عن فقدان التوازن، ولكن إذا تسبب متسابق في ذلك عن طريق الدفع يمكن إنذاره أو استبعاده.

المنحنى الثاني ومستقيم النهاية

خط النهاية
علامات
100م ح
110م ح

400م ح الحاجز 10

400م ح الحاجز 9

بداية 100م و 100م ح

بداية 110 ح

400م ح الحاجز 8

400م ح الحاجز 7

400م ح الحاجز 6

بداية 3000م موانع

400م ح الحاجز 5

بداية 200م

بداية 5000، 3000، 1000م

رسم بياني

علامات 400م ح الحاجز الرابع

اللون الأخضر

المانع الثالث

المانع الخامس

منطقة التتابع الثالثة 100*4م

الحوض المائي الموانع الرابع

بداية 800 متر في
الحارات
بداية 4*400 متر و
4*200 متر بأقل من
5 فرق

بداية سباق 800 متر بدون
حارات
بدايات سباقات 2000، 10000،

خط النهاية

بداية سباق المائل

بداية 2000 متر موانع بالحوض
المائي داخل المضمار ب 400 متر

بداية 400، 400 ح
و 4*100 متر

أول مانع

بداية 4*400 و 4*200

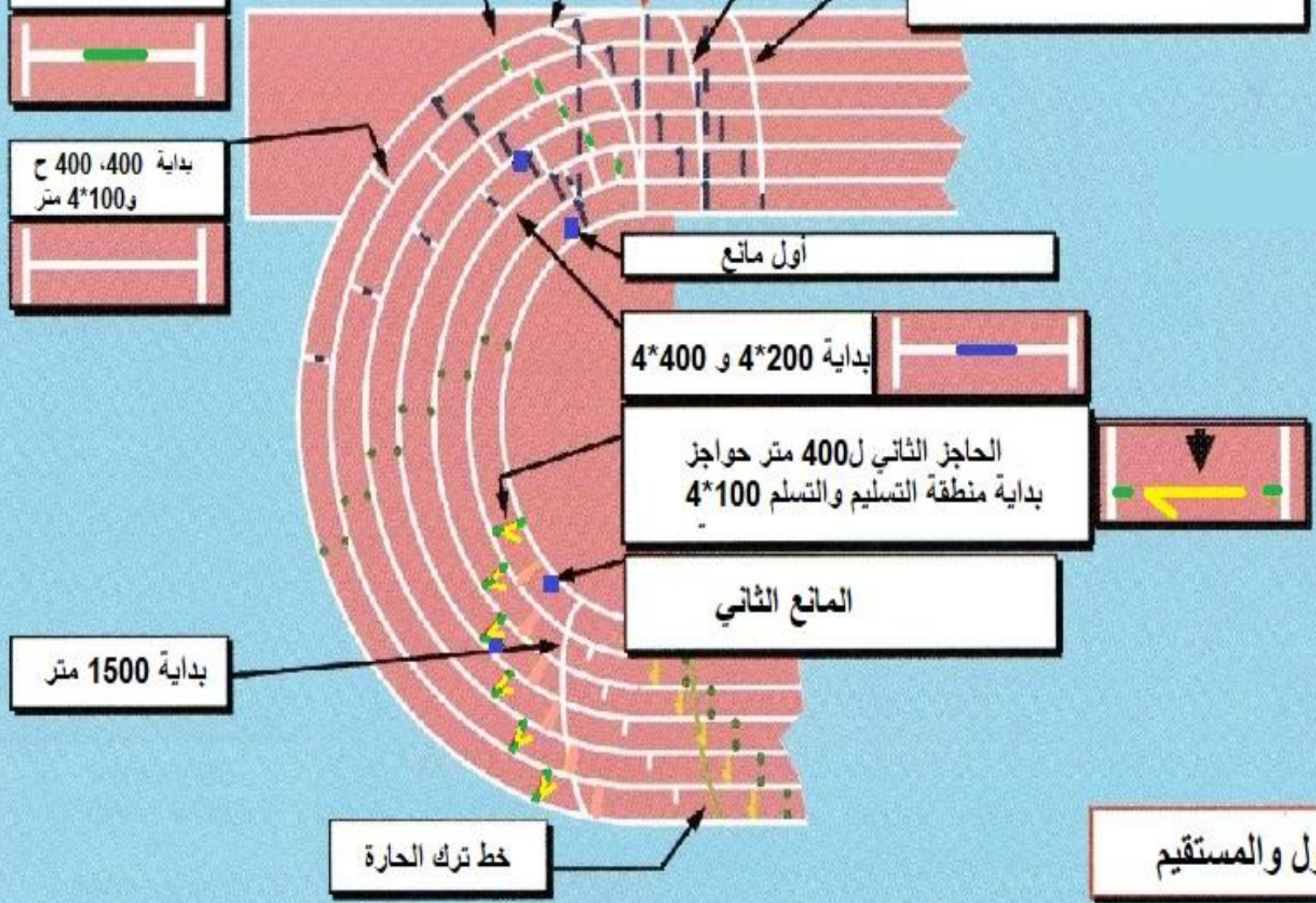
الحاجز الثاني ل 400 متر حواجز
بداية منطقة التسليم والتسلم 4*100

المانع الثاني

بداية 1500 متر

خط ترك الحارة

المنحنى الأول والمستقيم



مجموعات البداية في السباقات الطويلة :

- عدد المتسابقين أكثر من 12 = < مجموعاتان للبداية :
65% *المجموعة الأولى تضم
*المجموعة الثانية من خط يشمل نصف المضمار الخارجي الثاني
إلى نهاية المنحنى
- يستعمل خط ترك الحارة لسباق 800م في حالة سباق 2000م و
10000م
- يرسم خط ترك الحارة عند بداية المستقيم النهائي لسباقات 1000-
3000-5000م
- يجب أن يكون المسدس موجهًا إلى الأعلى
في السباقات خارج المضمار يكون خط البداية والنهاية بعرض 30 سم

بداية بمجموعتين

بداية 200 متر

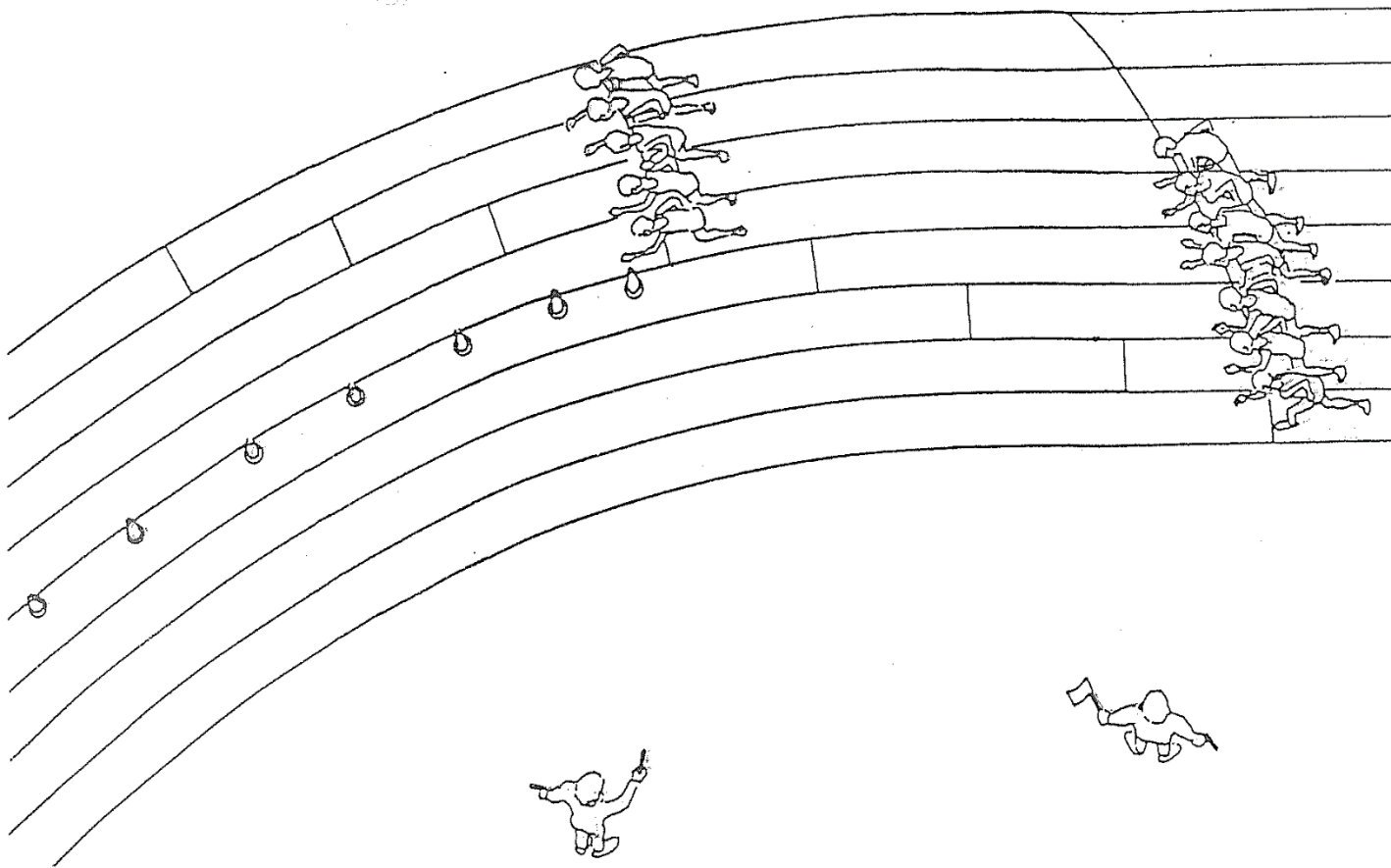
بداية 1000، 3000، 5000م

بداية
المجموعة
الثانية

أقمار توضع على الخط الفاصل
بين الحارة 3 والحارة 4
بالنسبة لمضمار ب 6 حارات،
بين الحارة 4 والحارة 5
بالنسبة لمضمار ب 8 حارات

خط النهاية





السباق ق 163 RT17

تجرى جميع السباقات على جهة اليد اليسرى و ترقم الحارات بدءاً من الداخل فى اتجاه الخارج

← الإعاقه :

- إذا تسبب متسابق فى إعاقه آخر يعرض نفسه للاستبعاد
- للحكم سلطة الاستبعاد و إعادة السباق أو تمكين المتضرر من التأهل

← الجري فى الحارات :

الالتزام بالحارة من بداية السباق إلى نهايته (كذلك فى حالة الجزء الأول فى الحارة)

لا يستبعد المتسابق إذا :

- أجبر على الجري خارج حارته و لم يحقق فائدة ملموسة
- جرى خارج حارته فى المستقيم و لم يحقق فائدة ملموسة
- جرى خارج الخط الخارجى لحارته و لم يحقق فائدة ملموسة

⇨ سباق 800م :

القاعدة 1.1 أ.ب.ج : يجرى المنحنى الأول في الحارات إلى نهاية خط ترك الحارة، وضع الأقماع مباشرة قبل تقاطع الخط بخطوط الحارات

⇨ مغادرة المضمار :

لا يسمح لمتسابق غادر المضمار بإرادته أن يعود للسباق

⇨ العلامات الضابطة :

ما عدا سباقات التتابع, لا يسمح بوضع علامات على المضمار أو جانبه

سباق 800 متر

بداية 800 م بحارات

خط النهاية

A

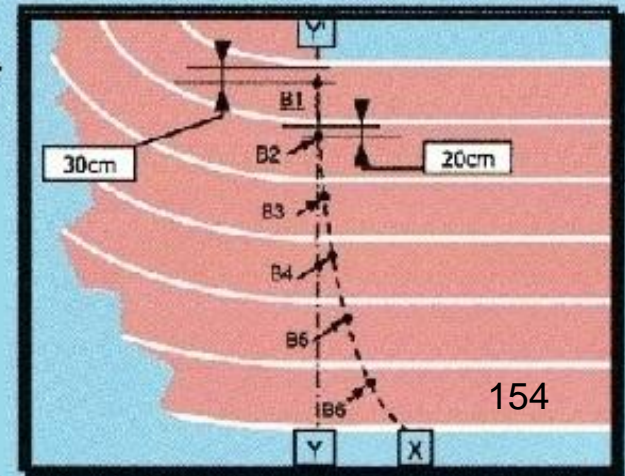
A

C

30cm

أقمار

أقمار بعرض 5 سم
وارتفاع 15 سم بلون مغاير
للون المضمار
توضع مباشرة قبل تقاطع
خطوط الحارات وخط ترك
الحارة



لا يعتبر خطأ إذا:

17.4.3 في جميع السباقات التي تجرى في الحارات، إذا لمس المتسابق مرة واحدة الخط الأيسر لحارته، أو الحافة الداخلية أو خط الحافة الداخلية كما هو موضح في القاعدة 17.3.2 من القواعد الفنية في المنحنى.

17.4.4 في جميع السباقات التي تجرى بدون حارات أو جزء منها، إذا لمس المتسابق مرة واحدة أو تجاوز الحافة الداخلية أو خط الحافة الداخلية كما هو موضح في القاعدة 17.3.2 من القواعد الفنية في المنحنى ولم يستفد استفادة واضحة ولم يعق أو يدفع متسابق آخر.

في السباقات التي تضم عدة لفات لا يسمح إلا بلمسة واضحة
في السباق كله كما هو موضح في القاعدتين 17.4.3 و
17.4.4 من القواعد الفنية.

اللمسة الثانية لنفس المتسابق تقصيه سواء حصلت في نفس
الدور أو في دور آخر من نفس السباق.

في سباقات التتابع كل لمسة ثانية كما هو موضح في
القاعدتين 17.4.3 و 17.4.4 من القواعد الفنية سواء
قام بها نفس المتسابق عضو الفريق أو أي متسابق آخر
عضو في نفس الفريق تقصي الفريق سواء حصلت في
نفس الدور أو في أي دور آخر من نفس السباق.

لا يعتبر خروج المتسابق من المضمار
لجلب عصا التتبع التي سقطت منه
خروجاً من المضمار.

يمكن للمتنافس أن يحمل الماء أو منعش في
يده أو متصل بجسمه خلال السباق ما دام
أخذه في البداية أو من إحدى المحطات في
المضمار

إذا تزود متسابق أو تلقى منعشات أو ماء من مكان غير المحطات الرسمية، (يستثنى من ذلك المساعدات المقترحة من طرف الطاقم الطبي) أو تناول منعشات متسابق آخر يتلقى إنذاراً من الحكم بإشهار ورقة صفراء في أول مرة؛ وإذا عاود الكرة يستبعد بإشهار الورقة الحمراء، ويجب عليه عندئذ مغادرة مسار السباق.

← سرعة الريح :

الفترات التي تقاس فيها سرعة الريح تبدأ من وهج طلقة المسدس :

- 100م – 10 ثواني

- 100م ح – 13 ثانية

- 110م ح – 13 ثانية

- 200 م – 10 ثواني من لحظة دخول قائد السباق المستقيم

50 و 60 متر 5 ثواني وعلى بعد 30 متر

يوضع جهاز قياس سرعة الريح بجانب المستقيم المتاخم للحارة الأولى على بعد 50م من النهاية, على ارتفاع 1.22م و أن لا يبعد عن المضمار بأكثر من 2 أمتار.

تقرأ سرعة الريح و تسجل على الشكل التالي : $+2.03 \leq +2.1 -2.03 \leq -2.0$

يمكن تشغيل الآلة أوتوماتيكيا و بعث النتائج إلى الحاسوب

يجب أن يكون الجهاز معتمدا من طرف ألعاب القوى العالمية

- تحدد النهاية بخط أبيض 5 سم بالمضمار و30 سم خارجه

- يرتب المتسابقون وفق وصول جزء الجذع و ليس الرأس أو الذراعين أو الرجلين إلى المستوى العمودي للحد الداخلي من خط النهاية

سباقات الساعة و السباقات حسب المسافة المقطوعة

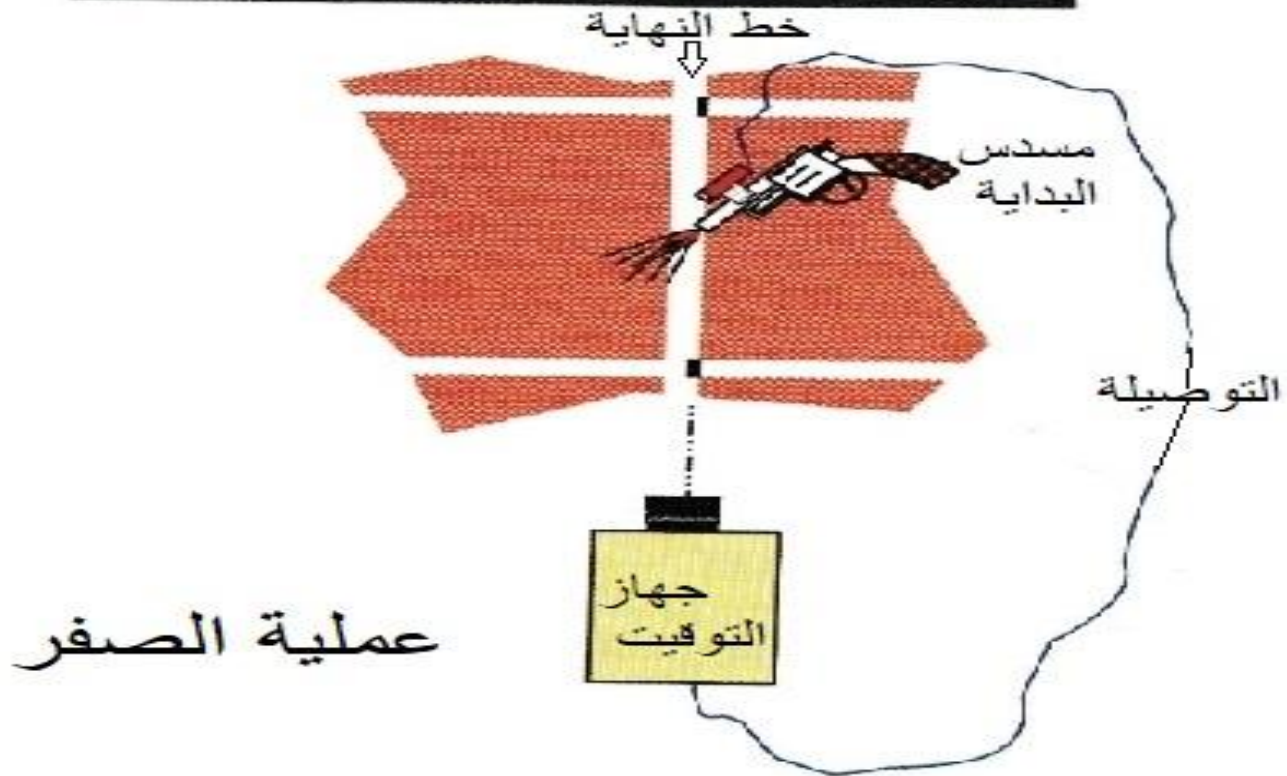
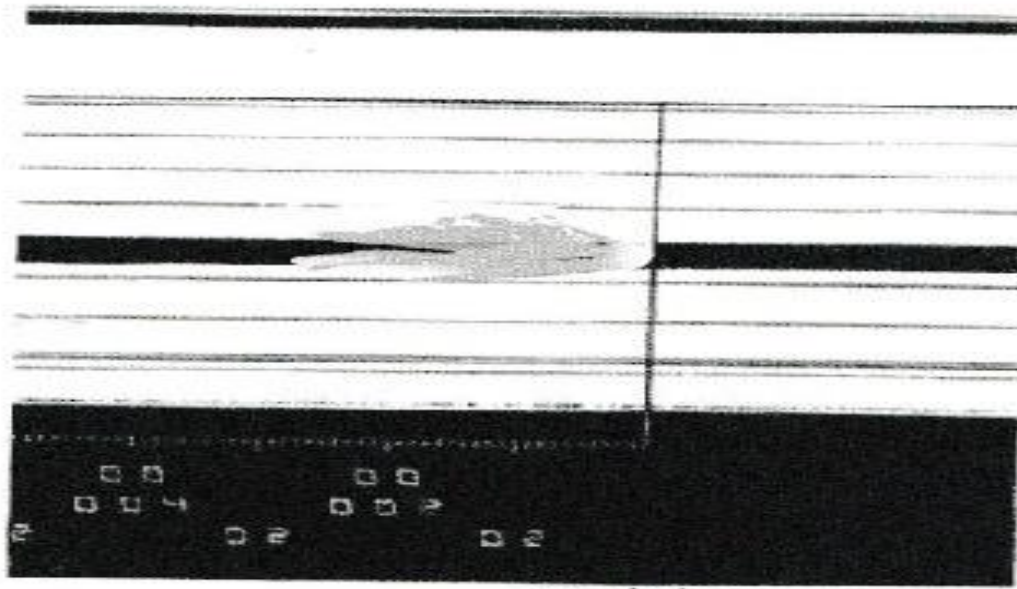
سباقات السرعة و السباقات حسب المسافة المقطوعة:

- تحتسب المسافة من آخر لمس للمضمار قبل طلقة المسدس
- يطلق الآذن طلقة مسدس عند نهاية الوقت و قبلها طلقة قبل دقيقة واحدة من نهاية الوقت
- يحدد القاضي المكلف بالمتنافس آخر لمس للمضمار
- تقاس المسافة المقطوعة إلى خط النهاية رجوعا إلى الوراء
- و يضاف إليها حاصل عدد اللفات التي قطعها المتسابق

التوقيت و تصوير النهاية ق 165 19 RT

⇐ 3 طرق رسمية للتوقيت :

- التوقيت اليدوي
- التوقيت الكامل الآلية
- نظام الاستقبال و الإرسال ترونسبوندر



التوقيت اليدوى :

- جلوس الميقاتيين على سلم متدرج خارج المضمار على امتداد خط النهاية على الأقل 5 أمتار
- يستخدم الميقاتيون جهازا يشغل يدوياً
- يسجل زمن كل المتسابقين الذين أنهوا السباق و كذا الأزمنة البينية واللفة و الكيلومتر
- يحتسب الزمن من لحظة ظهور وهج أو دخان المسدس حتى لحظة وصول جدع المتسابق المستوى العمودي للحافة الداخلية لخط النهاية

- يسجل زمن الفائز من طرف 3 ميقاتيين رسميين يكون أحدهم رئيساً و كذا ميقاتي أو اثنين احتياطيين
- كل ميقاتي يشتغل على حدة و بدون أن يناقش زمنه مع الآخرين, يسجله، يوقعه و يسلمه إلى الرئيس

قراءة الأزمنة و تسجيلها :

- داخل المضمار يحول الزمن إلى 10/1 من الثانية الأطول

- خارج المضمار كليا أو جزئيا إلى الثانية الأطول

تحديد الزمن :

إذا اختلفت الساعات الثلاث => الزمن الأوسط

إذا اتفقت ساعتان => زمن الاثنتين

في حالة زمنين : إذا اختلفت الاثنتين => الزمن الأطول

Règles Techniques

- RT17.15 + RT54.10 + RT55.8 : Postes de ravitaillement / Épongement et Boissons
- TR19.4 et plus: *Temps Manuels* توقيت يدوي
 - 100m M : 10.91 (11.0) ; 10.99 (11.0) ; 11.07 (11.1) **11.8**
 - 800m W: 2:00.61 (2:00.7) ; 2:00.79 (2:00.8) - **2:00.**
 - 10km road walk: 43.22.73 (43.23) ; 43.22.91 (43.23) ; 43.23.11 (43.24) - **43.23**
- Road mile: المايل على الطريق 3:58.79 (3:58.8) ; 3:58.91 (3:59.0) - **3:59.0**
 - si Chrono Automatique توقيت آلي 3:58.791 = 3:58.80 - **3:58.80**

جهاز التوقيت الذي يعمل يدويا في البداية
وآليا في النهاية يمكن استعماله

الجهاز الذي يعمل آليا في البداية
ويدويا في النهاية لا يمكن استعماله

التوقيت الكامل الآلية :

- يجب أن يعمل الجهاز بطريقة آلية في البدء و النهاية و أن يتم تشغيله بواسطة المسدس
- يجب أن يكون الجهاز معتمداً من طرف الاتحاد الدولي أربعة سنوات قبل البطولة
- يجب أن يكون فارق الزمن بين الوهج و بدء عمل الجهاز ثابتاً و أقل من 1000/1 من الثانية

- يجب استعمال كاميرتين مستقلتين واحدة على كل جانب و أن تحدد إحداهما كرسمية قبل بدء المنافسات بواسطة المندوب الفني
- تعتبر أزمدة الجهاز رسمية ما لم يقرر الحكم أنها غير دقيقة عندها تعتبر أزمدة الميقاتيين
- قبل بداية المسابقات يقوم قاضي تصوير النهاية -
بصحبة الحكم و آذن البدء بما يعرف بعملية
الصفرة وضبط الجهاز قبل بداية كل فترة

← التوقيت الكامل الآلية :

قراءة الأزمنة :

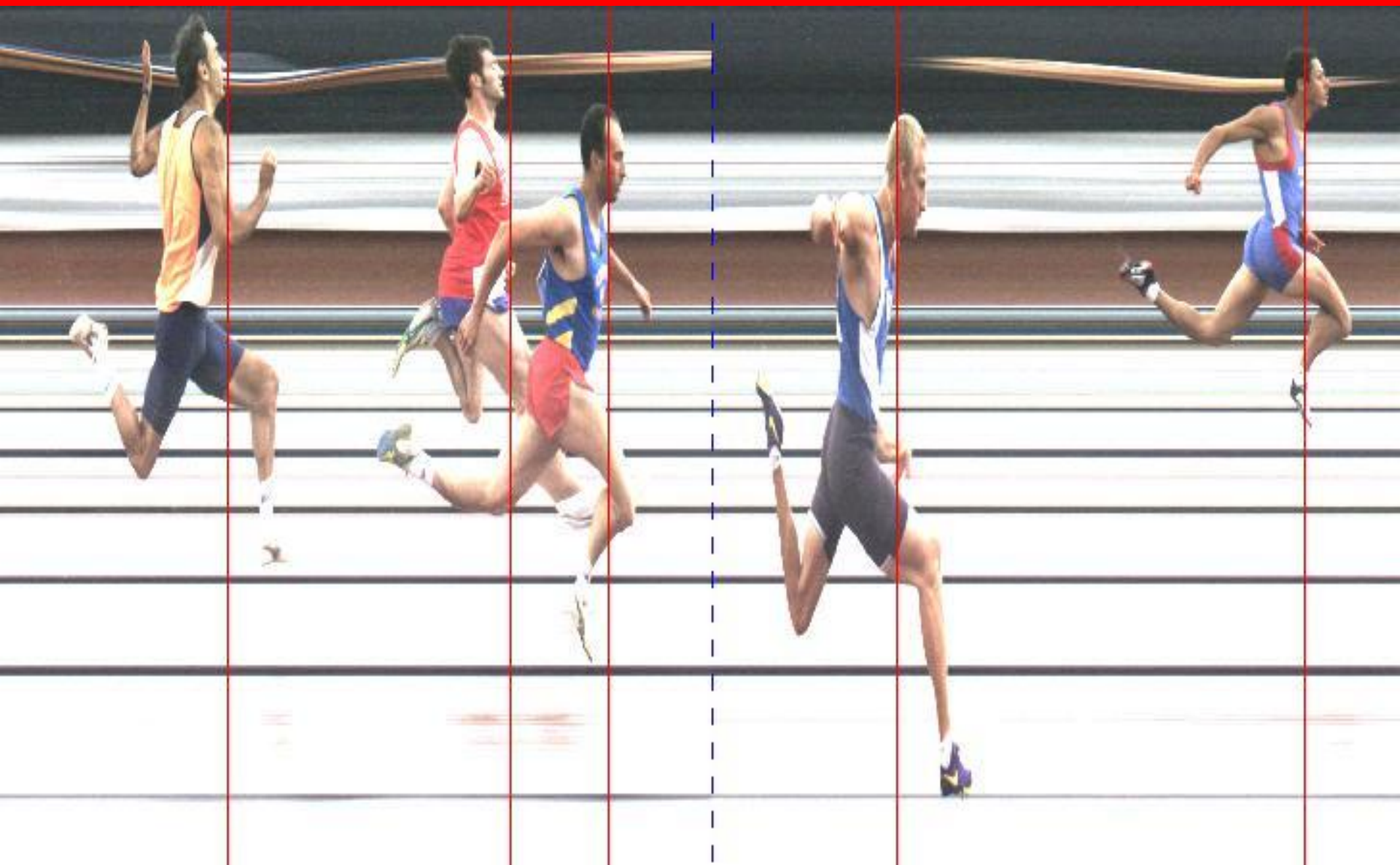
حتى و شاملة 10000م يقرأ و يسجل ب100/1 من الثانية الأطول
الأطول من 10000م بالمضمار تسجل ب10/1 من الثانية الأطول
خارج المضمار جزئياً أو كلياً تسجل بالثانية الأطول

نظام الاستقبال و الإرسال :

- يستعمل في مسابقات المشي، الجري على الطريق و
اختراق الضاحية القواعد 230، 240 و 250

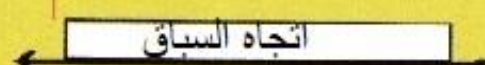
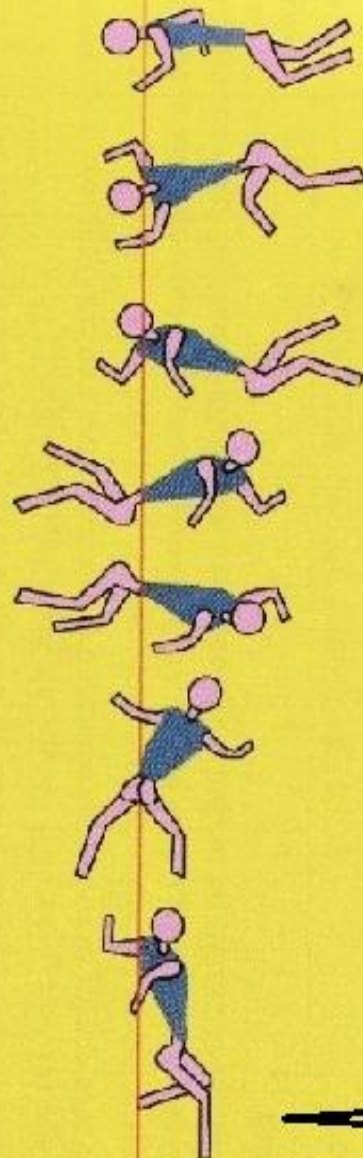
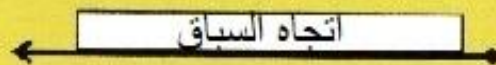
نموذج لبطاقة التوقيت لرئيس الميقاتيين

الزمن المعتمد	الأزمنة المسجلة من طرف الميقاتيين اليدويين								ترتيب الوصول
	الرئيس	أ	ب	ج	د	هـ	و	ز	
11.3	11.21	11.23	11.19						1
11.3				11.24	11.28	11.32			2
11.4							11.30	11.34	3
11.5		11.42	11.41						4
11.5				11.45	11.43				5
11.5							11.45	11.46	6
11.5	11.46					11.48			7



صور النهاية





تحكيم
النهاية

- عندما يتعذر إجراء سباق على شكل نهائي مباشر، تنظم أدوار تمهيدية يشارك فيها جميع المتنافسون بدون استثناء
- المندوب الفني هو المسؤول عن إعداد التصفيات الربع، النصف و النهائي و إلاً فاللجنة المنظمة

- تستخدم الجداول الموجودة في الكتيب عدا
الاستثناء

- يرجى وضع متسابقى الدولة الواحدة أو الفريق
الواحد في تصنيفات مختلفة خلال الأدوار
التمهيدية وفي الأدوار الموالية إذا كانوا في نفس
المستوى

- العمل على إيصال أجود المتسابقين إلى الدور
النهائي

**في السباقات الأطول من 800 متر وفي
حال تنظيم أدوار للتأهيل يوصى بتقليص
عدد المتنافسين المؤهلين بالتوقيت.**

يمكن للجهاز المنظم للمنافسة أن
يقرر حسب القاعدة 1 أنه سيكون
هناك دور تأهيلي يقتصر على
المتنافسين اللذين لم يحققوا الحد
الأدنى للمشاركة

ب: يجب أن تحتوي لوائح وقوانين كل منافسة على جداول تستعمل لتحديد عدد الأدوار وكيفية التأهيل بالترتيب والتوقيت وعدد الأدوار والمحاولات بالميدان. تنشر هذه الجداول على موقع ألعاب القوى العالمية على الأنترنت

في اللقاءات الخاضعة للقاعدة 1 يمكن توزيع
الحارات على المتسابقين طبقا للقوانين
واللوائح الخاصة باللقاء أو أية كيفية
محددة من قبل المنظمين على أن يكون
المتنافسون وممثليهم على علم بذلك
مسبقا.

مثال : 100 ، 200 ، 400 ، 100 ح ، 110 ح و 400 ح

المشاركون	الدور الأول			الدور الثاني			الدور الثالث	
	تصفية	ترتيب	زمن	تصفية	ترتيب	زمن	تصفية	ترتيب
9 -16	2	3	2					
17 -24	3	2	2					
25 -32	4	3	4	2	3	2		
33 -40	5	4	4	3	2	2		
41-48	6	3	6	3	2	2		
49 -56	7	3	3	3	2	2		
57-64	8	3	8	4	3	4	2	4
65 -72	9	3	5	4	3	4	2	4
73 -80	10	3	2	4	3	4	2	4
81-88	11	3	7	5	3	1	2	4
89 -96	12	3	4	5	3	1	2	4
97-104	13	3	9	6	3	6	3	2
105-112	14	3	6	6	3	6	3	2

التأهيل: الثلاثة الأوائل + أحسن أربعة أزمنة

العملية الأولى: التعرف على الثلاثة الأوائل وأحسن الأزمنة الأربعة

تصفية 1		تصفية 2		تصفية 3		تصفية 4	
أ	45.01	ح	46.02	ف	45.04	ظ	46.57
ي	45.10	ط	46.04	س	45.17	ض	46.60
ج	45.13	ك	46.06	ق	45.33	ت	46.68
د	45.28	ل	46.24	ر	45.48	ث	46.72
هـ	45.34	م	46.59	ش	46.73	أب	47.08
و	46.65	خ	46.75	غ	46.74	جذ	47.10
ز	46.70	ص	47.01	ب	46.80	أأ	47.13
ن	48.04	ع	47.02	ذ	47.78	بب	47.54

العملية الثانية: ترتيب المؤهلين الأوائل ثم الثواني ثم
الثالث ثم المؤهلين بالتوقيت حسب هذه الطريقة

أ- ف- ح- ظ- ي- س- ط- ض- ج- ق- ك- ت- د- ه- ر- ل

العملية الثالثة: توزيع المؤهلين على تصفيتي نصف النهاية

نصف نهائي 1 : أ - ظ - ي - ض - ج - ت - د - ل

نصف نهائي 2: ف- ح - س- ط - ق - ك - ه - ر

العقدة ق 167 RT21

← العقدة في حالة التأهيل :

- 1- قاضي صورة النهاية يحدد الزمن ب 1000/1 من الثانية و إذا استمرت العقدة
- 2- يؤهل المتسابقون المتعادلون إذا أمكن ذلك و إلا
- 3- تجرى قرعة

← العقدة على المركز الأول في النهائي :

- من حق الحكم أن يقرر ما إذا كان ممكناً إعادة السباق للمتعادلين و إلا فتبقى النتيجة قائمة
- لا تحل العقدة على المراكز الأخرى

مسابقات الحواجز ق 168 22 RT

المسافات القانونية :

للرجال عمومي-الشباب-الناشئين – 110م و 400م

لل سيدات عمومي-الشابات-الناشئات – 100م و 400م

عدد الحواجز :

10 حواجز في كل حارة و توضع حسب المقاييس المحددة في الجدول التالي

سيدات

رجال

مسافة السباق	خط البداية أول حاجز	بين الحواجز	آخر حاجز خط النهاية
100م	13.00	8.50	10.50
400م	45	35	40

مسافة السباق	خط البداية أول حاجز	بين الحواجز	آخر حاجز خط النهاية
110م	13.72	9.14	14.02
400م	45	35	40

مسابقات الحواجز تنمة

- يلتزم المتسابق بحارته طيلة السباق و يقفز على الحواجز الموجودة بحارته

- يرتكب المتسابق خطأ إذا مرر قدمه أو رجله تحت المستوى الأفقي للحاجز أو أسقط الحاجز متعمداً باليد أو بالرجل

- قفز على حاجز غير موجود في حارته

- لم يقفز على حاجز موجود في حارته

إذا ما تم احترام هذه القاعدة ولم يتم تحويل الحاجز من مكانه ولم يتم تخفيض علو الحاجز بشكل من الأشكال أو انحداره في أي اتجاه يمكن للمتسابق أن يعبر الحاجز بأية طريقة كانت.

تضاف إلى الأخطاء التي تقصي المتسابق إسقاط الحاجز بالجانب الأمامي للعضو السفلي من جسم المتسابق أي الرجل والفخذ، يستثنى من ذلك أخمص القدم والكاحل.

مسابقات الحواجز تنمة

ارتفاعات الحواجز سيدات

الناشئات	السيدات و الشابات	المسافة
0.762	0.840	100م
0.762	0.762	400م

ارتفاعات الحواجز رجال

الناشئين	الشبان	الرجال	المسافة
0.914	0.99-1.00	1.067	110م
0.840	0.914	0.914	400م



BON



MAUVAIS

- سباق 2000م موانع يتضمن 18 مانع و 5 موانع مائية كيفما كانت وضعية الحوض
- سباق 3000 موانع يتضمن 28 مانع و 7 موانع مائية كيفما كانت وضعية الحوض
- كل لفة تتضمن 4 موانع و مانع مائي يكون في الترتيب الرابع

- توزيع المسافات بين جميع الموانع بالتساوي
- في سباق 3000م أول مانع في السباق هو المانع الأول – في سباق 2000م أول مانع هو المانع الثالث
- ارتفاع الموانع : الرجال العموم وتحت 20 <= 0.91م, الرجال تحت 18 = 0.84م (تطبق من فاتح أبريل 2020) السيدات <= 0.76م
- طول و عرض الحوض المائي هو 3.66م بعمق 70سم أو 50سم على 30سم و يرتفع من هذه النقطة إلى نقطة الصفر.

- وزن المانع ما بين 80 و 100 كغ لتحمل ضغط المتسابقين

- طول الموانع على الأقل 3.94م

- يوصى بأن يكون أول مانع في السباق بطول 5 أمتار

- توضع الموانع بحيث تتجاوز الحافة الداخلية ب 0.30م

- يرتكب المتسابق خطأ إذا :

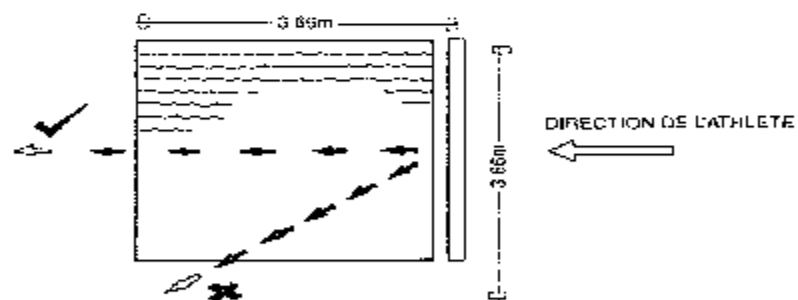
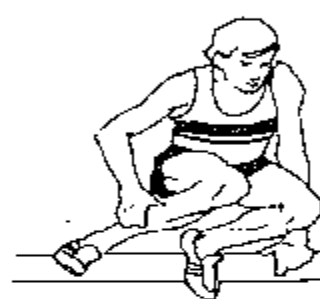
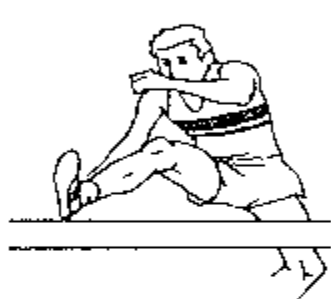
* لم يقفز على مانع ما

* مر بجانب الحوض

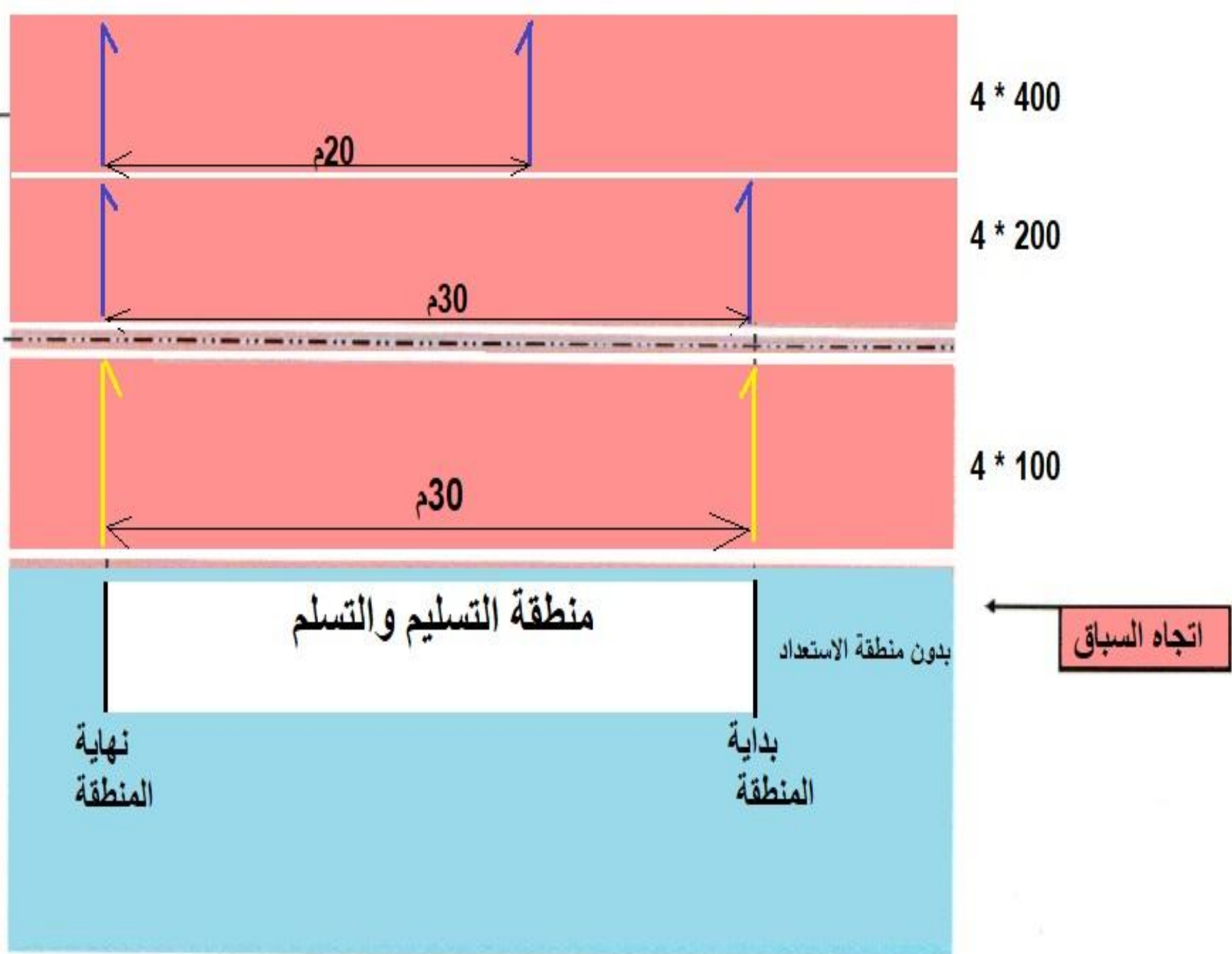
* مرر الرجل أو القدم تحت أعلى المانع

* ما عدا هذا يمكن للمتسابق أن يمر على

المانع كيفما شاء



- طول منطقة التسليم و التسلم هي 30م, تحدد بخطوط بعرض 5سم - خطوط منتصف مناطق التسليم الأول في سباق 4*400م و الثاني في سباق 4*200م هي نفس خطوط بداية سباق 800م . أخضر – أبيض
- يجرى سباق 4*100م بأكمله داخل الحارات و يوصى بنفس الشيء في 4*200م
- يجرى 4*400م : المرحلة الأول داخل الحارات, المنحنى الأول من المرحلة الثانية داخل الحارات و الباقي بدون



- يوصى في حالة عدم وجود أكثر من أربعة فرق بأن يجري المتسابقون المنحنى الأول فقط داخل الحارات

- يستعمل نفس خط ترك الحارة كما هو الشأن بالنسبة لسباق 800م

- في سباق 4*400م بالنسبة للعداء الثالث و الرابع يقف في المضمار حسب مرور زميله عند خط بداية 200م, تحت مراقبة الحكم

- يمكن وضع علامة واحدة ضابطة لاصقة داخل الحارة 40سم/5سم

- العصا تكون على شكل أنبوب مجوف 28-30سم طول، محيط 12-13سم، و وزن 50غرام

- تُحمَلُ العصا طول السباق. إذا سقطت يحملها المتسابق الذي أسقطها على أن لا يعرقل سير عداء آخر أو ينقص المسافة

- يمنع وضع القفاز على اليدين و كذا مادة معينة

- يمكن استخدام متسابقين اثنين كبداء فقط، و يتم استعمال فقط المتسابقين المشاركين في هذه المسابقة أو أي مسابقة أخرى

- يجب أن يعلن عن تشكيل الفريق و ترتيب المتسابقين رسميا بساعة على الأقل قبل بدء النداء على التصفية الأولى و يمكن تغيير متسابق بسبب طبي عند النداء على التصفية المعنية.

- لا يحق للمسلم مساعدة أو دفع المتسلم

- تحديد ساعة قبل لتقديم تشكيلة الفريق:
التوقيت الذي تحدده الساعة ابتداء منه هو
توقيت حضور الفرق إلى غرفة النداء
- تغييرات آخر لحظة والمرخص لها من قبل
الطاقم الطبي المعتمد هو التوقيت المحدد
لمغادرة الفرق لغرفة النداء

• -السباقات التقليدية هي: $4*100$ م –
 $4*200$ م – $4*400$ م – $4*800$ م – التابع
المختلط 100 م- 200 م- 300 م- 400 م –
 $4*1500$ م.

يمكن تنظيم سباق 4*200م بجميع الأشكال التالية:

أ – السباق كله في الحارات (4 منعرجات) إذا كان ذلك ممكناً.

ب – الشطران الأول والثاني في الحارات ومنعرج الشطر الثالث إلى حدود خط ترك الحارة القاعدة 163.5 (3 منعرجات)

ج – منعرج الشطر الأول في الحارات إلى حدود خط ترك الحارة وباقي الشطر والأشطار الثلاثة الأخرى بدون حارات (منعرج واحد)

ملحوظة: في حالة وجود 4 فرق أو أقل يمكن استعمال ج

الفقرة 14: يجري سباق التتابع المختلط في الحارات في شطريه الأول والثاني وجزء من الشطر الثالث إلى حدود خط ترك الحارة (منعرجين)

الفقرة 15: يجري سباق 4*400م بجميع الأشكال التالية:

أ – الشطر الأول والجزء الأول من الشطر الثاني في الحارات إلى حدود خط ترك الحارة (3 منعرجات)

ب – الجزء الأول من الشطر الأول في الحارات إلى حدود خط ترك الحارة (منعرج واحد)

ملحوظة: في حالة وجود 4 فرق أو أقل يمكن استعمال ب

**الفقرة 16: يجري سباق 4*800م
بجميع الأشكال التالية:**

**أ – الجزء الأول من الشطر الأول في
الحارات إلى حدود خط ترك الحارة
منعرج واحد)**

ب – بدون حارات.

الفقرة 17 : يجري سباق 4*1500م بدون استعمال الحارات.

الفقرة 18: في سباقات التتابع 4*100م – 4*200م – بالنسبة للمتسابقين الثلاث غير الأول وفي سباق التتابع المختلط بالنسبة للمتسابقين الثاني والثالث يمكنهم بداية الجري 10 أمتار قبل منطقة التسليم والتسلم أنظر القاعدة 170.3 ، توضع علامة مميزة لتحديد هذا الجزء، وإذا لم يحترم المتسابق هذه القاعدة يؤدي ذلك إلى إقصاء فريقه.

**الفقرة 19 : في آخر تسليم وتسلم لسباقات
التتابع المختلط، 4*400 م، 4*800م،
و4*1500م لا يسمح للمتنافسين بدء
الجري خارج المنطقة، ويجب أن ينطلقوا
من داخلها، وإذا لم يحترم المتسابق هذه
القاعدة يؤدي ذلك إلى إقصاء فريقه.**

الفقرة 20: في سباق التتابع المختلط بالنسبة لآخر متسابق، وفي سباق 4*400م بالنسبة للمتسابقين الثالث والرابع، تحت إدارة الإداري المكلف، يجب أن يأخذوا أماكن الانتظار بمحض إرادتهم من الحافة الداخلية إلى الخارج بنفس ترتيب زملائهم عند دخول المنعرج، ويجب أن يحتفظوا بهذا الترتيب، وإذا لم يحترم المتسابق هذه القاعدة يؤدي ذلك إلى إقصاء فريقه.

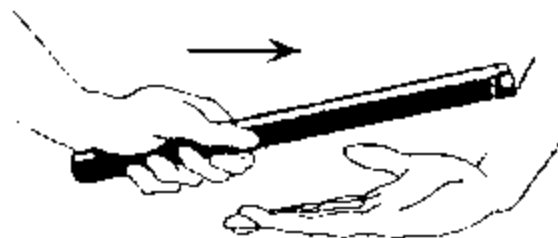
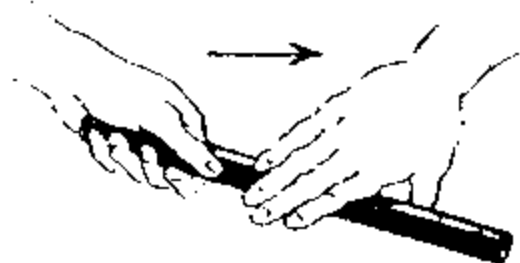
ملحوظة: في سباق التتابع 4*200م إذا لم يجرى بكامله في الحارات، يجب على متسابقى الشطر الرابع أن يصطفوا حسب خط البداية من الحافة الداخلية إلى الخارج.

**الفقرة 21: في جميع سباقات التتابع وعند
عدم استعمال الحارات بما في ذلك
4*200م – 4*400م والمختلط، عند
الانتظار يمكن للمتسابقين لحظة اقتراب
زملائهم الاقتراب من الحافة الداخلية شرط
عدم عرقلة متسابق آخر أو قطع الطريق
عليه**

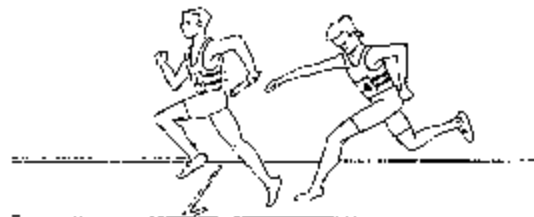
في سباقات 4*200م – 4*400م
والمختلط، على المتسابقين الذين
ينتظرون الاحتفاظ بالترتيب حسب
القاعدة 170.20 وإذا لم يحترم
المتسابق هذه القاعدة يؤدي ذلك إلى
إقصاء فريقه.

في حال سباقات التتابع الغير الواردة
في القوانين، يجب أن يشار إلى
طريقة إجرائها وقوانينها في قانون
المشاركة.

Sens de la course



SORTIE DE ZONE
MAUVAIS



SORTIE DE ZONE
BON

مسابقات الميدان

-بعض التوجيهات لقضاة الميدان

-تفتيش، فحص و اعتماد الأدوات الرسمية و الشخصية

-تفتيش و فحص الزانات

-تخطيط و مراقبة مقاطع الرمي

-مراقبة مستوى الرمل في حفرة الهبوط للطويل والثلاثي

-التأكد من أن الرمل مبلل، التزود برشاش للماء

-التأكد من أن الأدوات و الزانات موجودة في المكان و الزمان المناسبين

-مراقبة لوحات الارتقاء و لوحات الصلصال

-مراقبة القوائم و مناطق الهبوط في العالي و الزانة

-مراقبة القفص في القرص و المطرقة

-وضع جهاز قياس سرعة الريح و ساعات التركيز في الأماكن المناسبة

- و وضع أشرطة اتجاه الريح في المكان المناسب

- وضع العلامات رهن إشارة المتنافسين و الأشرطة اللاصقة

- التأكد من وجود الأعلام و العوارض...

- توفير مادة المانيزي

- التأكد من وجود مقاعد و شمسيات للمتنافسين و الحكام

- فحص سبورات النتائج

ق 180 RT 25 شروط عامة

الإحماء عند منطقة المنافسة :

- يمنح المتنافسون محاولات للإحماء وفق ترتيب القرعة
بمجرد بدء المنافسة يمنع استعمال :
- طريق الاقتراب
 - الزانة - الأدوات
 - الدوائر أو المقطع ولو بدون أدوات

العلامات :

يمكن استخدام علامة أو علامتين على جانبي طرق الاقتراب بارزة و أخرى لاصقة عند القفز العالي

ترتيب المنافسة :

يترتب المتنافسون لأداء محاولاتهم بالقرعة

إذا قام أحد المتنافسين من نفسه بمحاولة
مخالفاً بذلك الترتيب، يمكن إنذاره، أما
نتيجة المحاولة فتحتسب أكانت ناجحة أم
فاشلة

يمكن للقاضي المسؤول عن صحة المحاولة أن
يتراجع عن قراره في رفع العلم إذا ظن أنه
أخطأ في رفع أحد العلمين

- في مسابقات الميدان الأفقية يمنح المتنافسون 6 محاولات إذا كان عددهم 8 أو أقل, و 3 محاولات بالإضافة إلى 3 محاولات إضافية لـ 8 الأوائل إذا كان عددهم أكثر من 8 (تطبق قاعدة حل العقدة)
- في كلتا الحالتين يكون ترتيب التنافس للمحاولتين الرابعة والخامسة والسادسة عكس ترتيب إنجازاتهم
- ملحوظة: يحق للجهاز المنظم أن يدون في نظم المنافسات أنه في حال وجود أكثر من 8 متنافسين، تمنح 4 محاولات لكل متنافس

في حالة 8 متنافسين، و لم يسجل اثنان
منهم على الأقل محاولة مقبولة، يكون
ترتيبهم للتنافس في المحاولات
الإضافية قبل الآخرين وفق ترتيب
التنافس السابق،
يطبق على المتنافسين المتعادلين.

- لمواصلة التباري تحت التحفظ يبدأ المتنافس قبل الآخرين

- في مسابقات الميدان الأفقية لا يسمح بالحصول على أكثر من محاولة واحدة فيدور من أدوار المنافسة

ملحوظة: يحق للجهاز المنظم أن يحدد عدد المحاولات في منافسة ما على أن لا تفوق 6، وتدون في نظم المنافسات ويخبر بها الجميع

- إذا تعذر تنظيم نهائي مباشر لكل المتنافسين، ينظم دور تأهيلي يشارك فيه جميع المتنافسين
- ينظم الدور التأهيلي على شكل مجموعات تتنافس إما في نفس الوقت، أو الواحدة تلو الأخرى، عندما تنهي المجموعة الأولى، تبدأ المجموعة الثانية في الإحماء

- يوصى في هذه الحالة بتوفير يوم راحة بين التأهيل و النهائي في مسابقات القفز العالي
- يقوم المندوب الفني و إلا فاللجنة المنظمة بتحديد شروط التأهيل، مستويات التأهيل، و عدد المتنافسين المؤهلين (12) في البطولات الدولية 1
- في المسابقات الأفقية تمنح 3 محاولات فقط على أن يتوقف المتنافس عند إنجازه المستوى المطلوب

يمكن للهيئة المنظمة أن تغير
ترتيب المنافسة لأداء المحاولات
بعد المحاولة الثالثة

- في المسابقات العمودية، يستمر المتنافس ما لم يسجل 3 محاولات خاطئة متتالية أو سقف التأهيل
- إذا لم يسجل السقف المطلوب أو كان عدد المؤهلين قليل، يمكن رفع العدد إلى الرقم المطلوب وفق الإنجازات و تستعمل قاعدة حل العقدة
- في المنافسات العمودية عندما تجرى منافسات التأهيل في نفس الوقت، يوصى بأن تكون المجموعات بنفس القوة و أن ترفع العارضة في نفس الوقت

الإعاقَة: للحكم سلطة إعطاء محاولة بديلة

الزمن المرخص به :

- يجب على المتنافس أن لا يتأخر عن أداء محاولته و إلا فتحسب المحاولة فاشلة

- إذا بدأ المتنافس محاولته مباشرة مع انتهاء المدة لا تحتسب خاطئة

- للحكم حق تقرير ذلك مراعاة لجميع الظروف

- إذا قرر المتنافس بعد عدم إجراء المحاولة تحسب فاشلة بعد انقضاء الزمن

- عندما يبقى متنافس واحد تحتسب الأزمنة أسفله في المحاولة الأولى إذا تمت المحاولة التي سبقتها من طرف نفس المتنافس

المسابقات المركبة

المسابقات الفردية

الأفقي	الزانة	العالي	عدد المتنافسين	الأفقي	الزانة	العالي	عدد المتنافسين
1د	1 د	1د	أكثر من 3	1د	1 د	1د	أكثر من 3
1	2	1.30	2 أو 3	1	2	1.30	2 أو 3
-	3	2	1	-	5	3	1
2	3	2	محاولات متعاقبة	2	3	2	محاولات متعاقبة

تستخدم ساعات ترى من طرف المتنافس, يرفع علم أصفر عندما يتبقى 15 ثانية و يستمر مرفوعاً إلى نهاية الوقت

عندما يتبقى متنافس واحد ويكون قد فاز بالمسابقة في الزانة والعالي وأراد تحطيم الرقم القياسي العالمي أو رقم قياسي آخر له ارتباط بالمنافسة، يجب أن تضاف دقيقة واحدة للزمن المنصوص عليه في الجدول.

في حالة عدم تمكن متنافس من القيام
بمحاولته في الزمن المحدد وذلك لسبب
خارج عن إرادته، يمكن للحكم تعويضه
بمحاولة بديلة أو إعادة زمن المحاولة إما
جزئيا أو كليا

التغيب أثناء المنافسة:

يحق للمتنافس بعد الاستئذان و مصحوباً بقاضي التغيب عن المنافسة وإذا تغيب في ظروف أخرى يعرض نفسه للإنذار أو الاستبعاد

تغيير منطقة التنافس:

للحكم سلطة تغيير منطقة المنافسة إذا كان ذلك ضرورياً و يتم بعد انتهاء دور كامل
العقدة:

- في المسابقات الأفقية, تحل العقدة بثنائي أحسن إنجاز و إلا
فالثالث, و الرابع و هكذا

-إذا استمرت العقدة في مسابقات الميدان الأفقية تبقى كما هي

الوثبات العمودية

يعلن رئيس القضاة قبل بداية المنافسة عن ارتفاع البداية و الارتفاعات الأخرى إلى أن يبقى متسابق واحد و يكون فائزاً أو عند العقدة

⇐ المحاولات :

- يمنح كل متنافس 3 محاولات على كل ارتفاع، يمكن للمنظمين تطبيق شكل آخر لتحديد أو تقليص عدد المحاولات لكل متنافس.

- للمتنافس الحق في أن يبدأ على أي ارتفاع شاء و أن يقفز على أي ارتفاع تالي

- يقصى المتنافس إذا فشل في 3 محاولات متعاقبة بغض النظر على الارتفاعات التي فشل فيها

- في حالة الامتناع عن ارتفاع معين لا يحق المحاولة على هذا الارتفاع ما عداً²³⁰ في حالة حل العقدة

⇐ المحاولات :

- لا ترفع العارضة أقل من 2سم في العالي و 5سم في الزانة
- لا يزيد مقدار العارضة بين دور و آخر (ما عدا إذا اتفق المتسابقون لرفع العارضة للرقم القياسي العالمي)
- يمكن للفائز بالمسابقة تقرير ارتفاع العارضة باستشارة القاضي
- في المسابقات المركبة ترفع العارضة بانتظام ب 3سم في العالي و 10سم في الزانة
- في القفز العالي والعصا، إذا لم يحضر متنافس بعدما أنهى كل المتنافسين الحاضرين المنافسة، يعتبر الحكم بأن المتنافس تخطى عن المنافسة بعد مرور الفترة الزمنية المخصصة لمحاولة إضافية.

⇐ القياسات :

- تقاس الارتفاعات قبل المحاولة عليها و في جميع الأرقام القياسية، و كذا إذا ما تم لمس العارضة
- تقاس المسافة بالسنتيمتر الكامل عموديا على الأرض

تصنع من الألياف الزجاجية أو أي مادة و لكن ليس من المعدن، دائرية المقطع
طول العارضة 4م في العالي، 4م 50 في الزانة (+ أو - 2 سم)
جوانب العارضة تكون مسطحة و ملساء و غير مغطاة بالمطاط
الانحناء المسموح به هو 2سم بالعالي و 3سم بالزانة
مراقبة المرونة : تعليق وزن مقداره 3 كغرام بوسط العارضة، الانحناء
المسموح به هو 7سم بالعالي و 11سم بالزانة

يرتب المتعادلون على الشكل التالي ؛ يرتب المتنافس المتعادل قبل الآخر إذا :

- اجتاز الارتفاع الذي حصلت فيه العقدة بأقل عدد من المحاولات, و إلاً

- فأقل عدد المحاولات الفاشلة في المنافسة كلها متضمنة الارتفاع الأخير ، و إلاً

- خاص بالمركز الأول, ينظم السد إلا إذا اتفق على شيء آخر قبل المنافسة أو خلالها من قبل المندوب الفني أو الحكم في غياب المندوب الفني أو قرر المتعادلون عدم الاستمرار

• محاولة أخرى على الارتفاع الذي يلي الارتفاع الذي نجح فيه المتنافسون.

• ترفع العارضة إذا نجح المتعادلون أو تخفض إذا فشلوا إلى أن تحل العقدة

• مقدار رفع أو خفض العارضة هو 2سم بالعالي و 5سم بالزانة

• تمنح محاولة واحدة في كل مرة

• إذا لم يحاول أحد المتعادلين يترك المركز الأول للآخر

SAT 10 AUG 2024

Start Time 19:01

End Time 21:05

Barrages

Men's High Jump

Final



Results

Résultats

WORLD RECORD	2.45	SOTOMAYOR Javier	CUB	Salamanca (ESP)	27 JUL 1993
OLYMPIC RECORD	2.39	AUSTIN Charles	USA	Atlanta, GA (USA)	28 JUL 1996

Rank	Athlete Bib	Name	NOC Code	Date of Birth	2.17	2.22	2.27	2.31	2.34	2.36	2.38	Result	
					2.36	2.34							
1	1107	KERR Hamish	NZL	17 AUG 1996	o	o	o	xxo	o	o	xxx	x	2.36 =AR
					x	o							
2	1332	McEWEN Shelby	USA	6 APR 1996	o	o	o	o	xxo	o	xxx	x	2.36 PB
					x	x							
3	1166	BARSHIM Mutaz Essa	QAT	24 JUN 1991	-	o	o	o	o	xx-	x		2.34 SB
4	871	SOTTILE Stefano	ITA	26 JAN 1998	o	o	o	xo	o	xxx			2.34 PB
5	925	AKAMATSU Ryoichi	JPN	2 MAY 1995	o	o	xo	o	xxx				2.31 PB
6	1279	DOROSHCHUK Oleh	UKR	4 JUL 2001	o	o	xo	xo	xxx				2.31 PB
7	996	WOO Sanghyeok	KOR	23 APR 1996	o	o	xo	xxx					2.27
8	443	IVANOV Tihomir	BUL	11 JUL 1994	xo	o	xo	xxx					2.27 SB
9	551	STEFELA Jan	CZE	20 APR 2001	xxo	o	xxx						2.22
10	888	BECKFORD Romaine	JAM	9 JUL 2002	o	xo	xxx						2.22
11	873	TAMBERI Gianmarco	ITA	1 JUN 1992	-	xxo	xxx						2.22
12	1189	RAATS Brian	RSA	17 JAN 2004	o	xxx							2.17

Barrages

Rank	Athlete Bib	Name	NOC Code	Date of Birth	2.17	2.22	2.27	2.31	2.34	2.36	2.38	2.38	Result
					2.36	2.34							
1	1107	KERR Hamish	NZL	17 AUG 1996	o	o	o	xxo	o	o	xxx	x	2.36 =AR
					x	o							
2	1332	McEWEN Shelby	USA	6 APR 1996	o	o	o	o	xxo	o	xxx	x	2.36 PB
					x	x							
3	1166	BARSHIM Mutaz Essa	QAT	24 JUN 1991	-	o	o	o	o	xx-	x		2.34 SB
4	871	SOTTILE Stefano	ITA	26 JAN 1998	o	o	o	xo	o	xxx			2.34 PB
5	925	AKAMATSU Ryoichi	JPN	2 MAY 1995	o	o	xo	o	xxx				2.31 PB
6	1279	DOROSHCHUK Oleh	UKR	4 JUL 2001	o	o	xo	xo	xxx				2.31 PB



مثال حل العقدة في العالي

متناس	الارتفاعات							إنجاز	السد				ترتيب
	1.75	1.80	1.84	1.88	1.91	1.94	1.97		أخطاء	1.91	1.89	1.91	
أ	0	*0	0	*0	*-	**		1.88	2/1	*	0	*	2
ب	-	*0	-	*0	-	-	***	1.88	2/1	*	0	0	1
ج	-	0	*0	*0	-	***		1.88	2/1	*	*		3
د	-	*0	*0	*0	***			1.88	3/1				4

- عندما تسقط العارضة من جراء قوة خارجية :
- إذا حصل ذلك بعد اجتياز العارضة تحتسب المحاولة صحيحة
- إذا حصل ذلك في ظروف أخرى يمنح المتنافس محاولة بديلة

← المنافسة :

- وجوب الارتفاع بقدم واحدة
- يفشل المتنافس إذا :
 - لم تستقر العارضة أثناء القفز بسبب حركة المتنافس
 - لمس العارضة أو منطقة الهبوط خلف مستوى أقرب حافة للقوائم بدون اجتياز العارضة
 - وجوب رسم خطين بعرض 5سم و طول 3 أمتار على جانبي القائمين امتدادا لخط أقرب الحافة
 - إذا لمس المتنافس منطقة الهبوط و لم يستفد من ذلك فلا تعتبر محاولته فاشلة

↩ طريق الاقتراب و منطقة الارتقاء :

150 متر على الأقل

20 متر القاعدة 1.1 أ.ب.ج

25 متر عندما تسمح الظروف

أرض مستوية لأقصى ميل 1 / 250 باتجاه مركز العارضة

↩ الأجهزة :

• القوائم : 10 سم على الأقل فوق أعلى ارتفاع

• الحوامل : عرض 4 سم، طول 6 سم، مثبتة في القوائم

↩ منطقة الهبوط :

6م × 4م × 70, 0م لجميع المنافسات

القفز بالزانة ق 183 RT 28

← المنافسة :

- تحريك العارضة أقصاه 80 سم في اتجاه منطقة الهبوط
- إبلاغ القاضي المسؤول قبل بداية المنافسة, و كل ما استدعى الأمر ذلك و إلا فسيحتسب الوقت المسموح به لأداء المحاولة
- يرسم خط بعرض 1سم امتداداً للحد الداخلي لسطح صندوق الإيقاف

- * لم تستقر العارضة أثناء القفز بسبب حركة المتنافس
- * لمس العارضة أو منطقة الهبوط خلف خط الصفر بجسمه أو بعصاه بدون اجتياز العارضة
- * وضع اليد السفلى فوق اليد العليا بعد ترك الأرض أو حرَّك اليد العليا
- * قام أثناء القفز بتثبيت العارضة أو إعادتها إلى مكانها بيده أو بيديه معا

- الجري خارج خطي طريق الاقتراب لا يعتبر خطأ
- يسمح بوضع مادة على اليدين و كذلك الزانة
- لا يسمح بوضع شريط على اليدين أو الأصابع إلا لتغطية جرح مفتوح
- لا يسمح بمسك الزانة إلا إذا كانت ستسقط بعيداً عن العارضة و القائمين
- إذا انكسرت الزانة أثناء المحاولة تمنح محاولة جديدة
- مجرد لمس الزانة للمرتبة بعد وضعها في صندوق الايقاف لا تشكل خطأ.

⇐ طريق الاقتراب :

الطول : (40 متر) كحد أدنى و (45 متر) إذا سمحت الظروف
العرض : 1,22 , عرض الخطين هو 5سم و الميل هو 1000/1

⇐ الأجهزة :

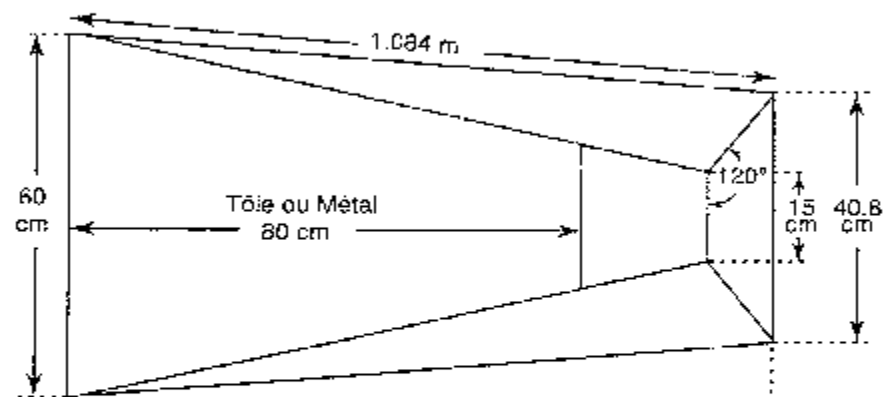
- صندوق الإيقاف (البيانات موجودة على الرسم)
- القوائم (البيانات موجودة على الرسم)
- الحوامل (البيانات موجودة على الرسم)
- ذراعي الإطالة (البيانات موجودة على الرسم)

↪ الزانة :

يشترط في الزانة أن تكون ملساء السطح
يمكن استخدام طبقات من الشريط عند القبضة و عند الأسفل
يستخدم المتنافس الزانة الخاصة به، و لا يمكنه استعمال زانة
أحد آخر إلا بموافقة

↪ منطقة الهبوط :

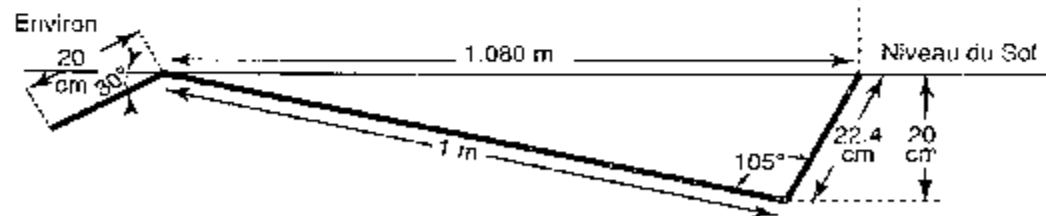
5م * 5م – القاعدة 1 6م * 6م * 0,80م + الجزء الأمامي
الجزءان الأماميان بطول 2م



Vue en plan

PLAN (BAC D'APPEL)

Ligne 0



Vue en coupe

الوثبات الأفقية

ق 184 RT 29

طريق الاقتراب :

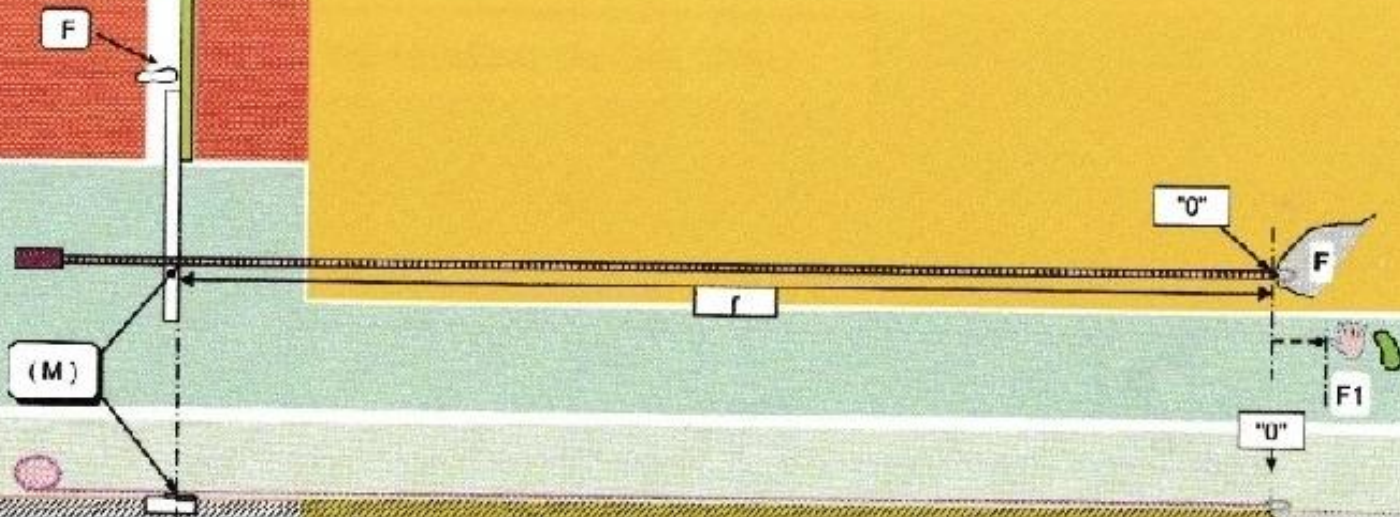
- طول : 40م كحد أدنى من خط الارتقاء إلى نهاية الطريق
- عرض : 1,22م
- الميل : 1000/1

قياس سرعة الريح :

- المدة : 5 ثواني من لحظة الانطلاق أو المرور على نقطة 40م, 35م
- وضعية الجهاز : 20 متر من خط الارتقاء، 2 م كحد أقصى من الطريق، 1,22م من الأرض

رسم
بياني

خط
الارتقاء



القياس هو
8,06م

القياس هو
8,06م

أختلاف بين الأشرطة

← المنافسة :

يفشل المتنافس إذا :

- إذا اخترق المجال فوق خط الارتقاء بالوثب أو بدون وثب. (تطبق من فاتح نوفمبر 2020)

- ارتقى من خارج نهايتي اللوحة

- لمس الأرض بين خط الارتقاء و منطقة الهبوط

- استعمل أي نوع من الشقلبة أثناء الجري أو الوثب

- عند الهبوط لمس الأرض خارج المنطقة وراء آخر أثر على الرمل

248 غادر المنطقة وراء آخر أثر على الرمل بما في ذلك فقدان التوازن

لا تعتبر المحاولة فاشلة إذا :

- جرى المتنافس خارج الخطين المحددين لطريق الاقتراب
- لمس المتنافس بجزء من الحذاء و القدم خارج نهاية لوحة الارتقاء قبل خط الارتقاء
- إذا غادر المتنافس منطقة الهبوط بطريقة صحيحة ثم عاد ماشياً للخلف
- إذا ارتقى المتنافس قبل خط الارتقاء

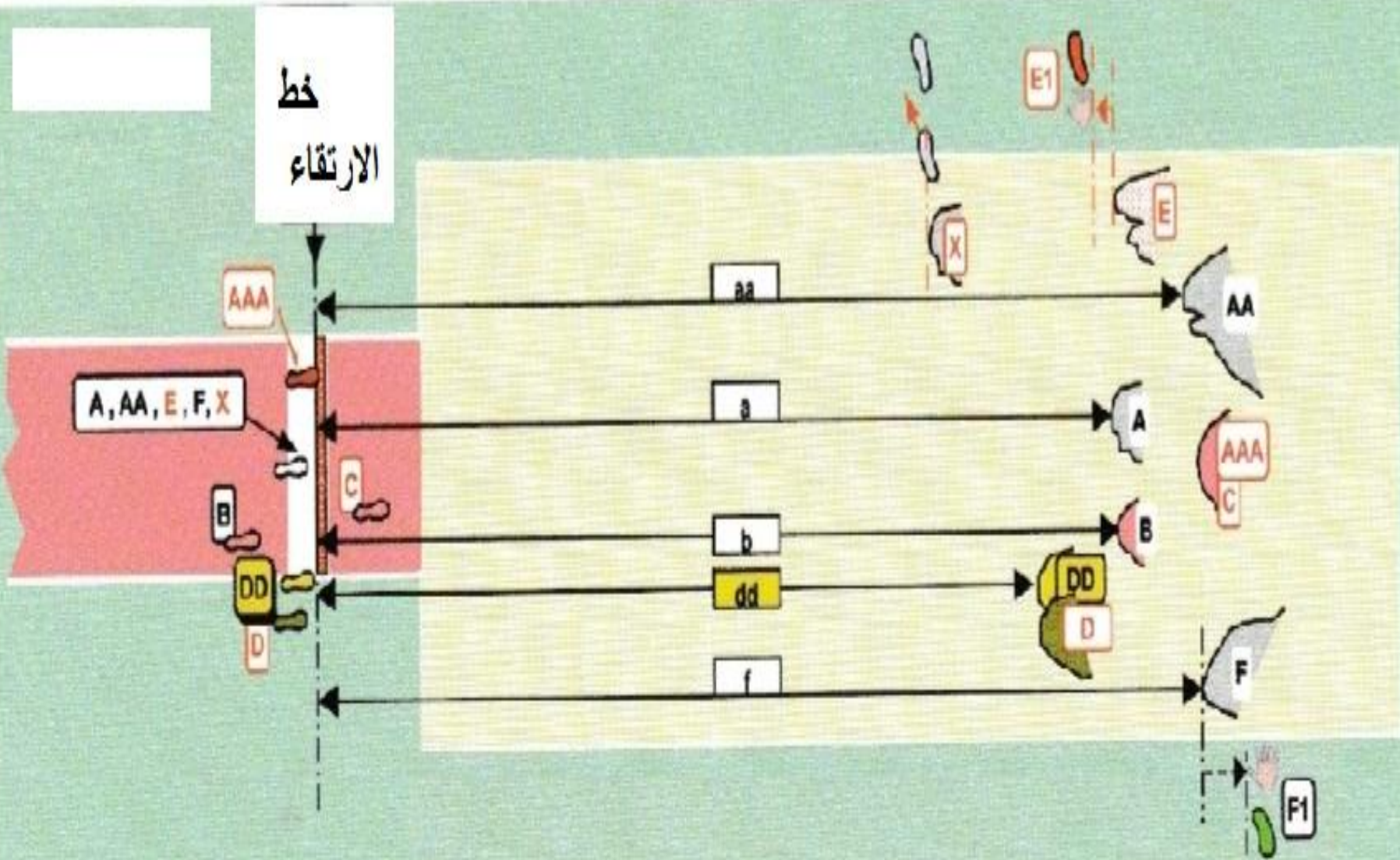
↩ القياس :

تقاس جميع الوثبات من أقرب أثر في الرمل إلى خط الارتقاء أو امتداده عمودياً

↩ لوحة الارتقاء :

- تصنع من الخشب أو أي مادة صلبة, غاطسة في مستوى طريق الاقتراب
- طولها 1,22, عرضها 20سم و عمقها 10سم
- تكون أدنى مسافة بين لوحة الارتقاء و أقصى الحفرة 10م

خط
الارتقاء



مختلف الوضعيات في الطويل والثلاثي وكيفية قياس المحاولات

⇐ لوحة الصلصال :

لوحة صلبة طولها 1,22, عرضها 10سم و تثبت في الأرض مباشرة بعد خط الارتفاع

يغطي الجزء العلوي حتى 10 مم وعلى طول اللوحة بمادة الصلصال
تطلى بلون مغاير للون لوحة الارتفاع لم تعد إلزامية (تطبق من فاتح نوفمبر 2020)

⇐ منطقة الهبوط :

العرض : أدنى 2,75م وأقصى 3,00م وتحدد بشريطين إذا لزم ذلك
تغطي بالرمل حتى مستوى منطقة الاقتراب ولوحة الارتفاع وعمقها أدناه 30سم

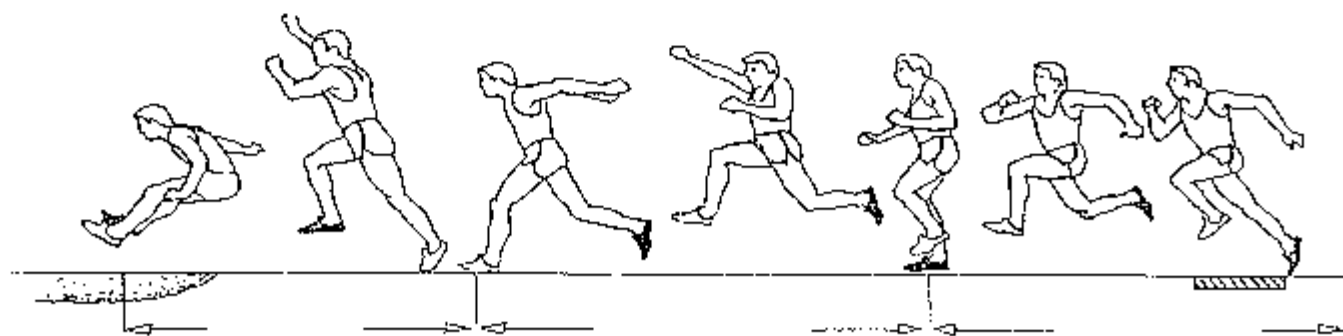
مثال لحل العقدة في القفز الطويل

متنافس	ترتيب المرور	مح 1	مح 2	مح 3	أحسن إنجاز	ترتيب المرور	مح 4	مح 5	مح 6	الإنجاز	ترتيب
أ	1	X	7.38	X	7.38	6	7.12	X	7.10	7.38	1
ب	2	6.94	6.50	X	6.94	3	6.76	6.90	X	6.94	6
ج	3	X	6.80	7.12	7.12	5	X	X	7.10	7.12	3
د	4	6.76	6.90	X	6.90	2	6.44	6.50	6.94	6.94	5
هـ	5	X	X	7.10	7.10	4	X	7.12	7.38	7.38	1
و	6	X	6.80	X	6.80	1	X	7.10	7.12	7.12	3

الوثب الثلاثي 31 RT ق 186

← المنافسة :

- يتكون الوثب الثلاثي من **حجلة** - **خطوة** - **وثبة** و تتجز بهذا الترتيب
- يهبط المتنافس على نفس القدم التي ارتقى بها في الحجلة ثم على القدم الأخرى ليتم الخطوة ، و بهذه القدم يؤدي الوثبة
- لا يشكل لمس الأرض بالرجل الميتة خطأ
- لا تقل المسافة الفاصلة بين خط الارتقاء و نهاية منطقة الهبوط على 21 متر
- لا تقل المسافة الفاصلة بين خط الارتقاء و بداية منطقة الهبوط على 13 متر للرجال و 11 متر للسيدات . و تكون مناسبة بالنسبة للبطولات الأخرى
- لا يشكل الارتقاء الوسطي خارج الطريق خطأ



منافسات الرمي

الأدوات الرسمية المستعملة في البطولات الدولية

- مطابقة الأدوات لمواصفات الاتحاد الدولي لألعاب القوى
- استعمال الأدوات المقدمة من طرف لجنة التنظيم
- حسب القاعدة 1.1 (أ) يحق للمندوب الفني الترخيص باستعمال أداة شخصية على أن تفحص و تعتمد و توضع رهن إشارة جميع المتنافسين إذا لم تكن الأداة متوفرة من طرف لجنة التنظيم. **لا يسمح بأكثر من أداتين اثنتين**
- لا يسمح بإدخال تغييرات على الأدوات

رجال			سيدات تحت 20	تحت 18	الأداة
كبار	تحت 20	تحت 18			
7,260 كلغ	6 كلغ	5 كلغ	4 كلغ	3كلغ	الجلة
7,260 كلغ	6 كلغ	5 كلغ	4 كلغ	3كلغ	المطرقة
2 كلغ	1,750 كلغ	1,500 كلغ	1 كلغ	1 كلغ	القرص
0,800 كلغ	0,800 كلغ	0,700 كلغ	0,600 كلغ	0,500 كلغ	الرمح

⇐ الوقاية الشخصية :

لا يسمح ب :

- لصق أصبعين أو أكثر بشريط
- لصق شريط على اليد ما عدا لتغطية جرح مفتوح
- وضع أثقال على الجسم
- ارتداء واقي الفخذ إلا بإذن طبي
- خدش الدائرة لتخشينها
- وضع أو رش الدائرة بمادة ما

يسمح ب :

- وضع مادة مناسبة على الأيدي فقط

- استخدام حزام لوقاية العمود الفقري

- لصق شريط على كل أصبع على حدة في المطرقة

- استخدام القفازات في المطرقة مع ابقاء رؤوس الأصابع الأربعة عارية

- استعمال مادة مناسبة على القفازات في المطرقة

- استعمال مادة مناسبة على الرقبة في الجلة

- ارتداء رباط ضاغط على الرسغ في الجلة

- استعمال واقي المرفق في الرمح

← دوائر الرمي :

- يصنع الإطار الخارجي من الحديد و يكون في مستوى الأرض خارج الدائرة بسمك 6مم
- تصنع الدائرة من الخرسانة أو الإسفلت او مادة أخرى صلبة لا تساعد على الانزلاق
- ينخفض سطح الدائرة على أعلى الإطار الخارجي ب14 إلى 26 مم
- قطر الدائرة : الجلة و المطرقة : 2,135م - القرص : 2,50م (الرسم)
- رسم خطين بعرض 5 سم و طول 75 سم على جانبي الدائرة

← طريق الاقتراب في الرمح :

- الطول : لا يزيد عن 36،5م و لا يقل عن 30م
- العرض : 4م محدّد بخطّين أبيضين بعرض 5سم
- القوس : جزء من دائرة شعاعها 8م – عرضه 7سم مدهون في الأرض أو من الخشب



⇐ طريق الاقتراب في الرمح :

- يمتد القوس من جانبيه بخطين بطول 0,75م و عرض 7سم

⇐ مقطع الارتطام :

- من تراب , عشب أو أي مادة أخرى تحتفظ بالأثر

- بزاوية مقدارها 34,92 ° محدد بخطين بعرض 5سم. الرمح : 29° تقريباً

- رسمه : خطان على مسافة 20م من مركز الدائرة, يربطهما خط بمسافة
12م (20 * 0,60)

- رسم مقطع الرمح : خطان يربط كل منهما مركز الدائرة بنقطة تقاطع القوس
بخطي طريق الاقتراب

- يتم الرمي من داخل الدائرة و طريق الاقتراب
- يجب على المتنافس بدء محاولته من وضع الثبات داخل الدائرة
- يسمح بلمس الإطار الحديدي و كذا لوحة الإيقاف من الداخل

تعتبر المحاولة فاشلة عند :

- * التخلص الغير الصحيح في الجلة و الرمح
- * لمس الجزء العلوي من الإطار الحديدي أو لوحة الإيقاف
- * لمس الأرض خارج الدائرة أو خارج الخطوط المحددة لطريق الاقتراب في الرمح
- * خروج قبل أن تلمس الأداة الأرض
- * إذا لمست الجلة ، القرص ، رأس المطرقة أو سن الرمح الأرض خارج مقطع الارتطام أو خطيه

تعتبر المحاولة فاشلة عند :

* سقوط الأداة خارج مقطع الارتطام أو فوق خطيه

* خروج من الجزء الأمامي للدائرة أو أمام الخطين في الرمح

* تجاوز الزمن المسموح به

لا تعتبر المحاولة فاشلة عند :

* التوقف بعد بداية المحاولة, وضع الأداة داخل أو خارج الدائرة أو طريق الاقتراب, الخروج منهما و العودة لأداء المحاولة (الخروج في هذه الحالة غير محدد)

* لمس القرص أو المطرقة للقفص من جهة الذراع الرامية بعد تخلص المتنافس منهما' أما اللمس من الجهة المعاكسة فيعتبر خطأ.

يحتسب القياس بالسنتمتر الأدنى الكامل
تقاس الرمية مباشرة بعد أدائها من أقرب أثر إلى الحافة الداخلية
للدائرة أو لوحة الإيقاف أو القوس
يمكن وضع علامات خارج خطي المقطع لبيان أفضل الرميات أو
الرقم القياسي
يرمى القرص و المطرقة من داخل قفص

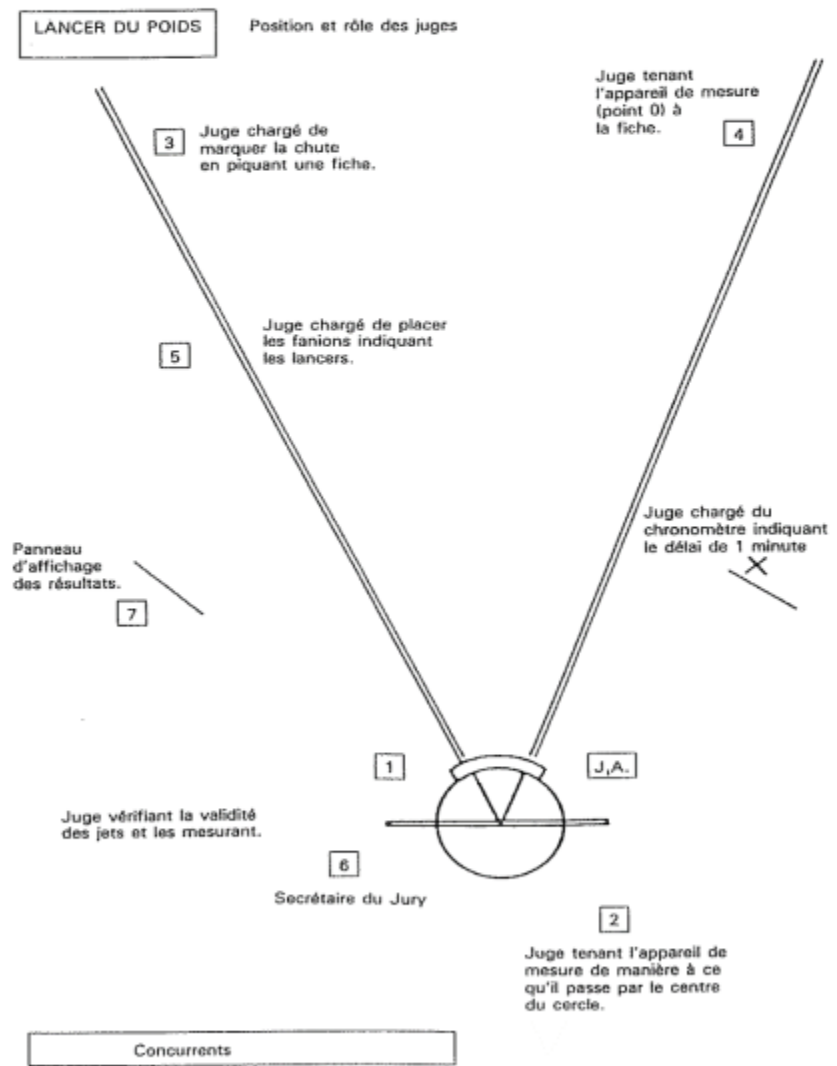
⇨ كيفية الرمي :

- تدفع الجلة من الكتف بيد واحدة
- عند وضع الوقوف تلامس الجلة الذقن أو الرقبة أو تقاربهما
- أثناء الدفع لا تسقط اليد إلى الأسفل
- لا ترجع الجلة خلف خط الكتفين

⇨ لوحة الإيقاف :

⇨ أنظر الرسم البياني

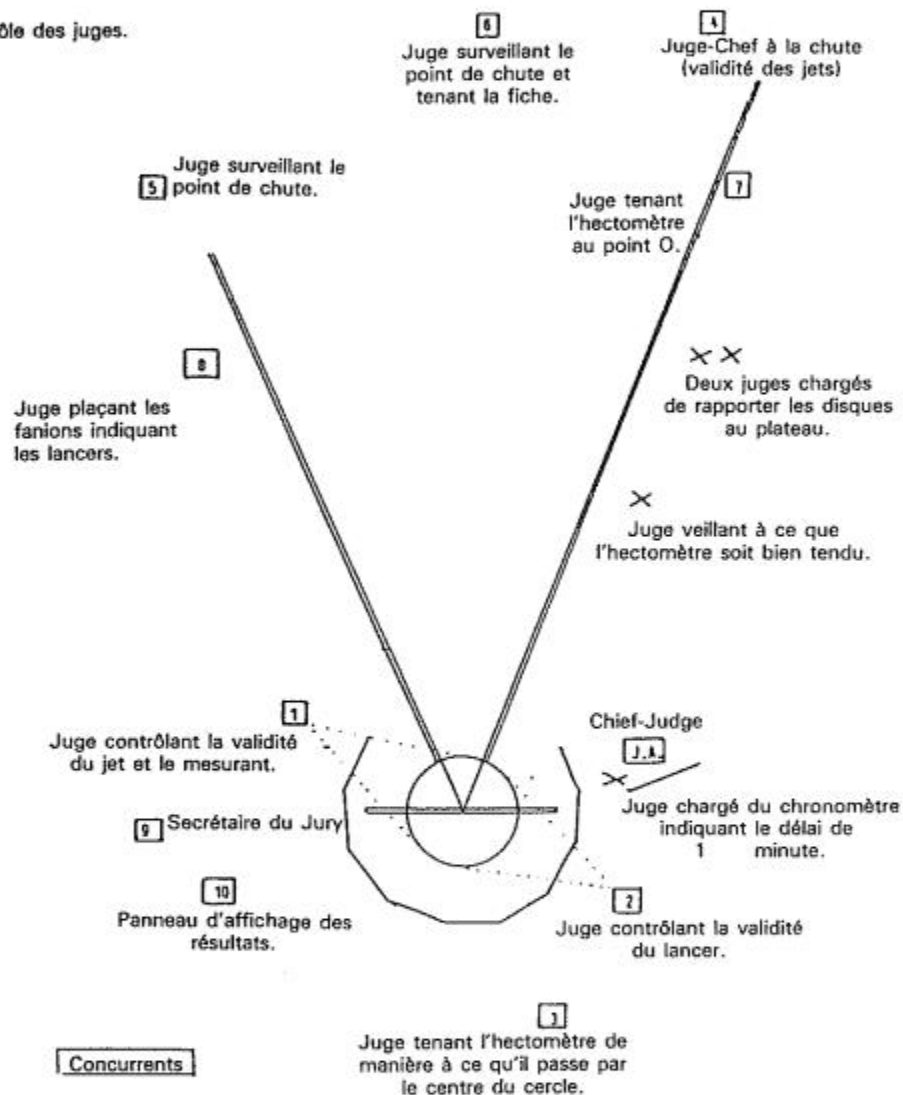
- تصنع من الحديد أو النحاس أو معدن آخر
- كروية الشكل ملساء السطح
- وزن المنافسة و الاعتراف بالرقم : 4 كلغ عند السيدات مثلاً
- وزن الصنع : الأدنى 4,005 كلغ, الأقصى 4,025 كلغ



← القرص :

- يصنع من الخشب أو مادة أخرى مناسبة, له إطار معدني ذو حافة دائرية و به قرصين دائريين من المعدن
- لا توجد به خدوش أو بروزات
- وزن المنافسة و الاعتراف بالرقم : 1 كلف
- وزن الصنع : الأدنى 1,005 كلف – الأقصى 1,025 كلف

LANCER DU DISQUE : Position et rôle des juges.



← المنافسة :

- يسمح بوضع رأس المطرقة على الأرض داخل أو خارج الدائرة في وضع الثبات
- إذا لمس رأس المطرقة الأرض خلال الدوران لا تحتسب المحاولة فاشلة, يمكن للمتنافس التوقف واستئناف المحاولة ما لم يرتكب خطأ آخر
- إذا انكسرت المطرقة أثناء المحاولة أو في الهواء لا تحتسب المحاولة فاشلة, وإذا أعيق المتنافس بسبب ذلك وفقد توازنه تمنح له محاولة تعويضية

← المطرقة :

- تتكون من 3 أجزاء : الرأس المعدني – السلك – المقبض
الرأس (أنظر الجلة)

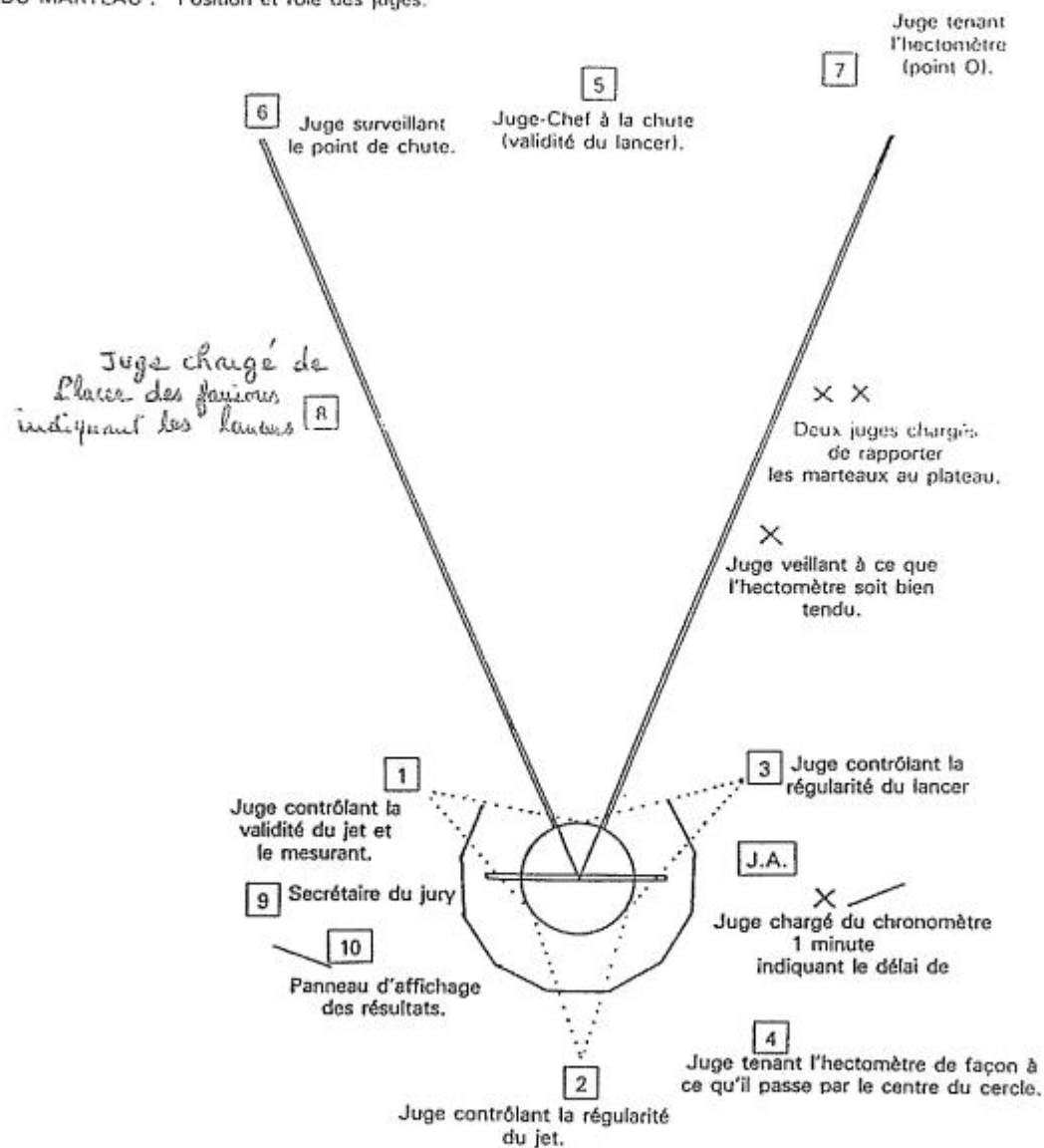
- السلك : من الصلب لا يلوى بسهولة، أدنى قطره 3مم ، غير قابل للتمدد

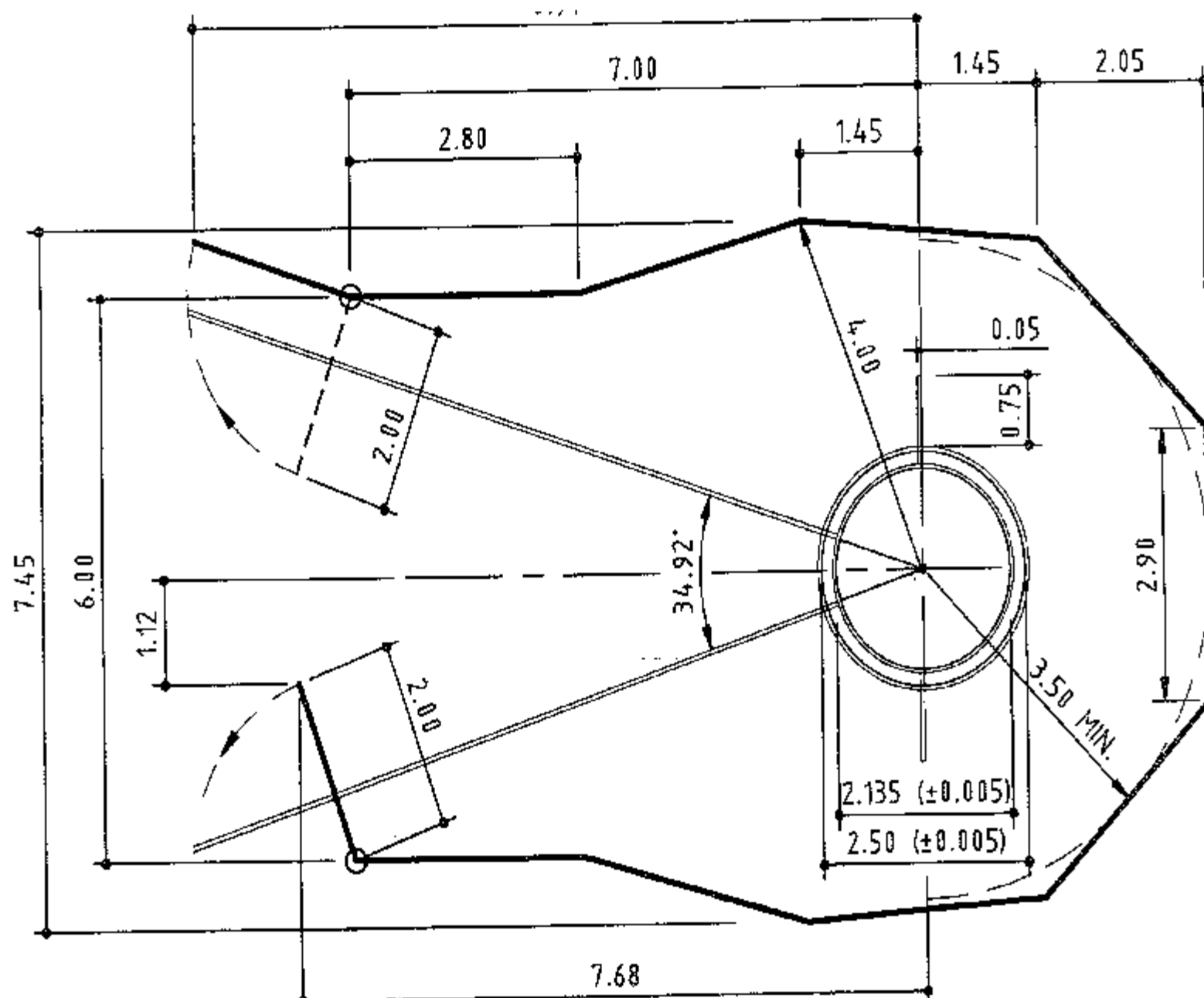
- المقبض : مصنوع من الصلب من قطعة واحدة, مثلث الشكل، غير قابل للتمدد. أقصى عرضه 130مم و طوله من الداخل 110مم

- توصيلة السلك : يوصل السلك بالمطرقة بواسطة محور بدحرجة

- الوزن بما فيه جميع المكونات (أنظر الجلة)

LANCER DU MARTEAU : Position et rôle des juges.







← كيفية الرمي :

- يمسك الرمح من المقبض ويرمى من فوق مستوى الكتف أو من أعلى جزء للذراع الرامية بدون دوران, ولا تقبل الرمية الغير المألوفة
- يجب أن يرتطم سن الرمح بالأرض قبل أي جزء آخر منه
- لا يسمح بدوران الظهر جهة القوس أثناء الرمي
- لا تحتسب الرمية فاشلة إذا انكسر الرمح في الهواء, وتعوض إذا أعيق المتنافس وفقد توازنه
- يبدأ المتنافس الجري داخل طريق الاقتراب

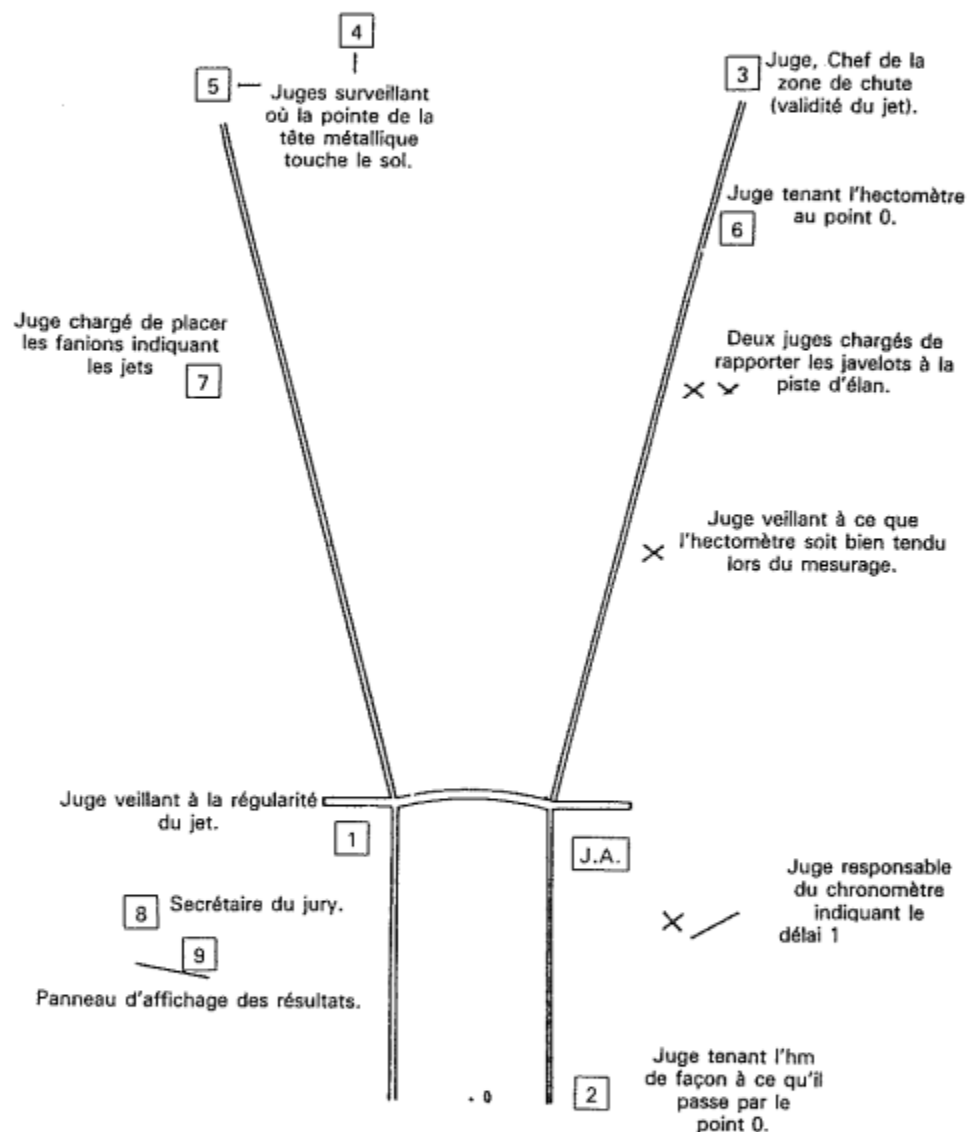
← الرمح :

يتكون الرمح من 3 أجزاء : الرأس أو السن – الجسم – المقبض من الحبل

وزن المنافسة و الاعتراف بالرقم : 600 غ كمثال

الوزن للصنع : أدنى 605 غ – أقصى 625 غ

LANCER DU JAVELOT : Position et rôle des juges.



تتكون المسابقات المركبة من عدة منافسات, مضمار وميدان وتجري على مدى يوم أو يومين وحسب ترتيب معيّن

الجنس و الفئة	المسابقات	المدة	اليوم الأول	اليوم الثاني
الرجال كبار و شباب	الخماسي	يوم 1	الطويل -الرمح -200م- القرص -1500م	
	العشاري	يومان	100م -الطويل -الجلة- العالى -400م	110م ح -القرص -الزانة- الرمح -1500م
الرجال الناشئين	الثمانى	يومان	100م -الطويل -الجلة - 400 م	110م ح - العالى -الرمح - 1000م
السيدات جميع الفئات	السباعي	يومان	100 م ح - العالى -الجلة - 200م	الطويل - الرمح - 800م
السيدات كبيرات و شابات	العشاري	يومان	100م - القرص - الزانة - الرمح -400م	100م ح - الطويل - الجلة - العالى - 1500م

← المنافسة :

- تمنح فترة أقلها 30 دقيقة بين نهاية مسابقة وبداية أخرى
- تمنح فترة أقلها 10 ساعات بين نهاية آخر مسابقة في اليوم الأول وبداية أول مسابقة في اليوم الثاني
- يتم تكوين المجموعات في الميدان والمضمار وفق تقارب مستوياتهم
- في آخر المنافسة تشكل مجموعة من متزعمي الترتيب
- للمندوب الفني أو الحكم حق إعادة تشكيل المجموعات إذا رأى ذلك مناسباً
- تطبق قواعد الاتحاد الدولي لكل مسابقة ما عدا :
 - في مسابقات الميدان الأفقية تمنح 3 محاولات فقط
 - في حالة عدم توفر التوقيت الآلي يؤخذ زمن كل متسابق بواسطة 3 مقياتيين

• يستبعد من منافسات المضمار كل متنافس قام
ببداية خاطئة إضافية (يسمح فقط بالبداية
الخاطئة الأولى وتحتسب للجميع)

• يستبعد من منافسات المسابقات المركبة كل
متنافس تخلف عن البدء

في منافسة من المنافسات, و لا يصنف في
الترتيب النهائي

- يجب إعلان النتائج لكل منافسة منفصلة ولمجموع المنافسة عقب الانتهاء من كل منافسة
- يعتبر فائزا المتنافس الذي حصل على أكبر مجموع نقط
- تستعمل جداول احتساب النقط المعتمدة من طرف ألعاب القوى العالمية

سياقات المشي

القاعدة 230 RT 54 تعريف سباق المشي

التعريف الوحيد لسباق المشي:

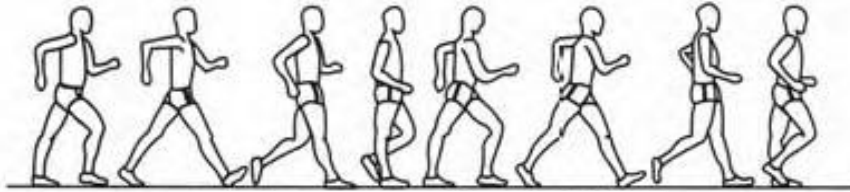
هناك عنصرين أساسيين هامين أثناء شروع متسابق المشي في سلسلة من الخطوات:

يجب على المتسابق الاتصال بالأرض بحيث لا يحدث فقدان مرئي لهذا الاتصال

كما يجب أن تكون الرجل المتقدمة مستقيمة (أي عدم انثناء منطقة الركبة) منذ اللحظة الأولى من اتصالها بالأرض حتى الوصول إلى الوضع العمودي المستقيم

يكون التحكم بالعين المجردة وبدون استخدام أي وسائل فنية مساعدة

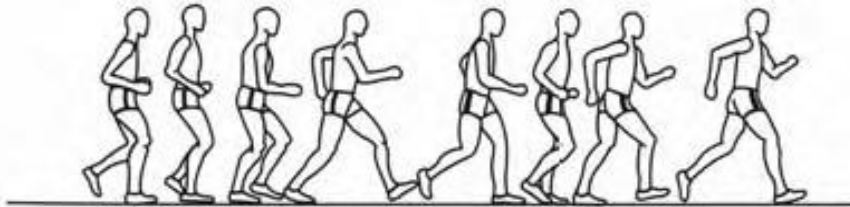
تعريف سباق المشي واللوحة الصفراء



التكنيك الصحيح



فقدان الإتصال



الركبة منثنية



فقد الإتصال
بالأرض



إنشاء
الركبة

بالنسبة لسباقات الطريق: يكون الحد الأدنى 6 قضاة
والحد الأقصى 9 قضاة من بينهم رئيس القضاة
بالنسبة لسباقات المضمار: يكون هناك عادة 6 قضاة
من بينهم رئيس قضاة
يجب على قضاة سباق المشي انتخاب رئيس لهم
وذلك إذا لم يكن قد تم تعيينه مسبقا
يجب على جميع قضاة المشي أن يعملوا بشكل فردي
كما يجب أن يبنوا حكمهم على الملاحظة بالعين
المجردة فقط

رئيس القضاة

على رئيس القضاة أن يتخذ وظيفة الإداري المشرف
أما في المنافسات الرئيسية لا يؤدي دوره كقاضي إلا
في بعض الحالات الخاصة التي سبق الإشارة إليها في

القاعدة 230.4 (أ)

في البطولات الرئيسية، يجوز لرئيس القضاة بمفرده
استبعاد المتسابق في آخر 100م من السباق وفقا

للقاعدة 230.4 (أ)

التحذيرات والاستبعاد

اللوحة الصفراء

إذا لم يكن القاضي راضيا بشكل تام من الالتزام الكامل للمتسابق ببنود القاعدة 230.2 ينبغي عليه إظهار (إذا كان ذلك ممكنا) اللوحة الصفراء للمتسابق.

ملحوظة: لا تساهم هذه العملية في استبعاد المتسابق يظهر القاضي اللوحة الصفراء إلى نفس المتسابق مرة واحدة فقط لكل مخالفة من المخالفتين

على كل قاضي من القضاة عقب المنافسة التشاور مع رئيس القضاة على اللوحات الصفراء التي أصدرت

البطاقات الحمراء

إذا لاحظ القاضي أن متسابق من المتسابقين
أخفق في الامتثال للقاعدة 230.2 عن
طريق إظهار فقدان الاتصال بالأرض أو ثنى
الركبة، يجب عليه إرسال بطاقة حمراء إلى
رئيس القضاة.

الاستبعاد (القاعدة 230.7)

يستبعد المتسابق من السباق عند حصوله على ثلاث كروت حمراء من ثلاث قضاة مختلفين يجب على رئيس القضاة إخطار المتسابق بالاستبعاد عن طريق إظهار اللوحة الحمراء في بعض المسابقات الرئيسية يجب أن تكون جميع البطاقات الحمراء الثلاثة من قضاة من دول مختلفة

منطقة العقاب (penalty lane)

في بعض المسابقات التي تنص فيها اللوائح على ذلك، أو وفقا لما تقررہ اللجنة المنظمة المحلية المختصة أو الجهة الحاكمة، يمكن استخدام منطقة العقاب في مسابقات المشي. حيث يجرى في هذه الحالات:

بمجرد حصول المتسابق على ثلاث بطاقات حمراء يتم توجيهه للدخول في هذه المنطقة من طرف الشخص المفوض بذلك، وينبغي عليه دخول منطقة العقاب **وإذا لم يمثل أقصى من قبل حكم السباقات خارج الميدان**

ينبغي أن يظل المتسابق متواجدا هناك في الزمن
المناسب والمنصوص عليه لمسافة المسابقة في
اللوائح أو قرارات اللجنة المنظمة المحلية
penalty إذا أخفق المتسابق في الدخول
عند توجيهه للدخول هناك أو أخفق في **lane**
البقاء للفترة الزمنية المطبقة، **يقوم الحكم**
باستبعاده

اللوحات الصفراء والحمراء والاستبعاد

بعض الأمور الهامة التي يجب ملاحظتها :
عندما يقوم القاضي بإعطاء بطاقات حمراء إلى متسابق من المتسابقين، فلا يتم إبلاغ المتسابق بها في نفس الوقت الذي أصدرت فيه. لا يتم إبلاغ المتسابق بشكل مباشر إلا باللوحات الصفراء وأي استبعاد نهائي في المسابقات المنظمة تنظيماً جيداً، فإن البطاقات الحمراء التي قدمت إلى رئيس القضاة يتم وضعهم في لوحة أو أكثر من لوحات الانذار وذلك بغرض إعلام المتسابقين بعدد الكروت التي أصدرت

على المتسابق أو المتسابقة ترك المضمار فوراً
عند استبعاده من مسابقات المضمار.
عند استبعاد المتسابق من سباق الطريق عليه
القيام بنزع أرقام الصدر ومغادرة طريق السباق
إذا لم يقر رئيس القضاة أو لم يستطع إظهار
اللوحة الحمراء الخاصة باستبعاد المتسابق فإن
الإخفاق في القيام بذلك لا ينتج عنه عدم استبعاد
المتسابق أو إعادته إلى السباق

إن حكم المضمار أو حكم المسابقات التي تقام خارج
المضمار ليس له أي سلطة على الأمور التي تقع تحت
نطاق سلطة قضاة المشي (أي الأمور التي تشملها
القاعدة 230.2 إلى 230.7)

ومع ذلك فله السلطة على جميع الأمور الأخرى
مثلما يفعل في السباقات الأخرى
بالإضافة إلى ذلك يقوم رئيس قضاة المشي
بإخطار الحكم بجميع البطاقات الحمراء والاستبعادات التي
تم إصدارها (فيما عدا السباقات التي يستخدم فيها أجهزة
إرسال البطاقات الحمراء عن طريق الكمبيوتر).

تنظيم مسابقات المشي

تبدأ السباقات بأمر "خذ مكانك" ثم طلقة

المسدس. (القاعدة 230.8)

ينبغي دائما اتخاذ الإجراءات الملائمة الخاصة

بعوامل الأمان والنواحي الطبية (القاعدة

230.9)

يجب توفير محطات المياه / المرطبات الإسفنج

والمنعشات وفقا لما يلي (القاعدة 230.10):

يجب توافر المياه وأي منعشات أخرى
مناسبة في بداية ونهاية السباق
يجب تأمين محطات المياه والمرطبات
الأسفنجية على مسافات مناسبة في
المسابقات من 5 كم حتى وشاملة 10
كيلومتر إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.

في المسابقات الأطول، يجب توفير محطات
المنعشات في كل لفة بالإضافة إلى تقديم الماء
والترطيب الإسفنجي في منتصف المسافة ما بين
محطات المنعشات

يمكن للمنظمين أو المتسابق أو كلاهما تقديم
المنعشات التي تخضع للظروف التي يمكن فيها
تقديم المنعشات في المحطات من خلال
الأشخاص المأذون لهم بذلك.

المتسابق الذى يتناول المنعشات أو المياه أو يقوم
بتجميعها من مكان آخر غير محطة المنعشات
المخصصة يعرض نفسه للاستبعاد من السباق من قبل
الحكم. إلا أنه يجوز للمتسابق حملها باليد أو التصاقها
بجسده إذا أخذها عند البدء أو عند المحطة الرسمية
في سباقات 20 كم فأكثر، يمكن أن يترك المتسابق
الطريق أو المضمار وذلك بإذن من الإداري وتحت
إشرافه. ولكن إذا قام المتسابق نتيجة لذلك بتقليل مسافة
السباق التي يجب تغطيتها سيتم استبعاده. (القاعدة
230.12 و 230.13).

ق 240 RT 55

سباقات الطريق

← المسافات :

- 10 – 15 – 20 – نصف الماراتون (21,0975 كلم) – 25 – 30 كلم – سباق الساعة - 35 كلم - الماراتون (42,195 كلم) 50 كلم – 100 كلم – تتابع الطريق
- تتابع الطريق على الماراتون : (5 – 10 – 5 – 10 – 5 – 7,195 كلم)
- تتابع الطريق على نصف الماراتون : (5 – 5 – 5 – 6,0975 كلم)
- الفترة : أبريل- ماي و ما بين سبتمبر و ديسمبر

سباقات الطريق

← المسار :

- تقام السباقات على طريق ممهدة صلبة و لا تقام على أرض رخوة ذات عشب
- يمكن لنقطتي البداية و النهاية أن تكونا في المضمار
- لا تبعد نقطتا البداية و النهاية عن بعضهما بأكثر من 50 بالمائة من مسافة السباق
- في السباقات التي يشارك فيها عدد كبير من المتسابقين يجب تفادي الممرات الضيقة والمنحنيات في 300 متر الأولى.

← المسار :

- تحدد بداية و نهاية السباق بخط أبيض 5 سم ويمكن أن يكون بعرض 30 سم بلون مغاير للون الأرض
- يقاس المسار حسب أقصر مسافة
- يتم التصديق على المسار من طرف مساح دولي معتمد من طرف الاتحاد الدولي
- تستعمل دراجة هوائية بعداد جونس, لا تفوق نسبة الخطأ 0.1 بالمائة
- توضع علامات لتحديد المسافة بالكيلومتر
- في تتابع الطريق تحدد منطقة التسليم بخطين على مسافة 20متر

← البداء :

- بطلقة مسدس وأوامر السباقات الأطول من 400م
- يتم تحذير المتسابقين 5 دقائق قبل البداية

➡ السلامة و الحماية الطبية :

- تأمين سلامة الطريق والعاملين والمتسابقين
- إغلاق الطريق في وجه حركة المرور
- يجب على المتسابق أن ينسحب فوراً من السباق إذا وجه له الأمر من طرف اللجنة الطبية

➡ محطات الشرب و المرطبات :

- توفير الماء والمنعشات في بداية ونهاية السباق وخلالها على مسافات مناسبة
- المسابقات الأطول من 10 كلم : كل 5 كلم محطة للماء و بينهما محطة الإسفنج
- يمكن للمتسابقين تقديم منعشاتهم الشخصية للجنة التنظيم , توضع في الأماكن المرغوب فيها
- توضع المنعشات حيث تكون سهلة المنال
- المتسابق الذي يتزود خارج النقط يعرض نفسه للإقصاء

⇐ محطات الشرب و المرطبات : (تابع)

- لا يمكن للمتسابق أخذ أي شيء إلا من المحطات الرسمية
- يتم استبعاد متسابق من طرف الحكم إذا اقتنع بتقرير مراقب السباق
- يسمح للمتسابق بترك المسار بطلب منه مصحوبا بقاضي

⇐ أنظمة التوقيت باستعمال الإرسال





ق 250

RT 56

اختراق الضاحية

⇨ عام :

- يرجى اتباع هذه القواعد كدليل نظراً لاختلاف الظروف في سباقات اختراق الضاحية

⇨ الموسم :

- مباشرة بعد انتهاء موسم منافسات الميدان و المضمار أي نهاية فصل الخريف و خلال فصل الشتاء

⇨ موقع إقامة السباق :

- في غابات مغطاة بالأعشاب, أماكن مفتوحة مع وجود عوائق طبيعية
- منطقة واسعة تكفي لمسار السباق و كذا المرافق الضرورية

← طريق السباق :

- **الطول : بين 1500م و 2000م**
- **يمكن إضافة لفة صغيرة لضبط المسافات, و تكون في بداية السباق**
- **تفادي الحفر العميقة و العوائق الشديدة الارتفاع و الانحدارات الخطيرة**
- **في حالة وجود أعداد كبيرة من المتسابقين, يجب تفادي الممرات الضيقة و المنحنيات الضيقة في بداية السباق**
- **تجنب تقاطع الطرق أو الطرق المرصوفة و إلا فتغطي بالعشب أو ببساط**
- **ما عدا البداية و النهاية يجب أن يحتوي المسار على دوران و طرق مستقيمة قصيرة**
- **يحدد المسار بشرط على الجانبين و يترك بجانبه مسار من 1م لتتنقل المنظمين و الإعلاميين**
- **تحاط مناطق الإحماء, غرفة النداء, البداية , النهاية بسياج**
- **عرض المسار 5م و يوسع في البداية و النهاية**

↩ المسابقات (بطولات العالم) :

- الرجال : ≤ 10 كلم الناشئين أقل من 18 : ≤ 6 كلم
- السيدات : ≤ 10 كلم الناشئات أقل من 18 : ≤ 4 كلم
- الشبان أقل من 20 : ≤ 8 كلم
- الشابات أقل من 20 : ≤ 6 كلم

↩ البدء :

- عن طريق طلقة مسدس، الأوامر المستعملة هي نفس أوامر السباقات الأطول من 400م
- يجب التنبيه قبل البدء ب 5 ، 3 ، دقيقة واحدة
- **تعطى البداية داخل صناديق** أصبحت اختيارية، و يقف أعضاء نفس الفريق خلف بعضهم
- يسمح بوسائل أخرى لإعطاء البدايات كطلقة المدفع وصوت المنبه

⇐ محطات الشرب و المرطبات و الإسفنج :

- توفير المياه و الإسفنج المبلل في البداية و النهاية و خلال كل لفة حسب مسافات معينة إذا كانت أحوال الطقس تفرض ذلك

تتابع سباق اختراق الضاحية: يتم تحديد منطقة التسليم والتسلم بطول 20 متر بواسطة خطين بعرض 5 سم ' ما عدا ترتيبات خاصة من لدن المنظمين ' جميع عمليات التسليم والتسلم تفرض تلامس بدني بين المتسابق الوافد والمتسابق المنتظر.

أ. أحمد الطناني

- محاضر دولي في تكوين الحكام والمنظمين المستوى الثاني
- إداري فني دولي منذ 1985
- مساح دولي للسباقات على الطريق خبير أ

العنوان : شارع بوردو، 4 زنقة بوعرفة إقامة ياسين بوركون
الدار البيضاء

الهاتف : 212 668 79 27 73 +

البريد الإلكتروني : ahmed.ettannani@gmail.com