

Deel VI - Snelwandelen

54. Snelwandelen

Afstanden

- 54.1 De standaard afstanden op een korte baan zijn: 3 000 m en 5 000 m; op een 400 m standaard rondbaan: 5 000 m, 10 000 m, 20 000 m, 35 000 m en 50 000 m en op de weg: 10 km, 20 km, 35 km en 50 km.

Van kracht vanaf 1 januari 2026:

De standaard afstanden op een korte baan zijn: 3 000 m, 5 000 m; op een 400 m standaard rondbaan: 5 000 m, 10 000 m, halve marathon, marathon, 50 000 m en op de weg: 10 km, halve marathon, marathon, 50 km.

Definitie van Snelwandelen

- 54.2 Snelwandelen is het zich voortbewegen door middel van stappen waarbij, voor zover (met het menselijke oog) zichtbaar, het contact met de grond ononderbroken gehandhaafd blijft. Het voorste been moet gestrekt zijn (dat wil zeggen, niet gebogen in de knie) vanaf het moment van het eerste contact met de grond tot het moment dat dit been zich in verticale stand bevindt.

Jureren

- 54.3 Jureren als volgt:

- 54.3.1 Als deze niet van tevoren is aangewezen, kiest de jury snelwandelen uit hun midden een chef jury snelwandelen.
- 54.3.2 Alle juryleden handelen zelfstandig. Hun jurering moet gebaseerd zijn op directe visuele waarneming.
- 54.3.3 Waar dat van toepassing is, moeten de juryleden worden benoemd volgens regel WR9.
- 54.3.4 Bij (internationale) wegwedstrijden moeten er normaliter minimaal zes en maximaal negen juryleden, inclusief de chef jury snelwandelen, in functie zijn.
- 54.3.5 Bij (internationale) baanwedstrijden moeten er normaliter, inclusief de chef jury snelwandelen, zes juryleden in functie zijn.
- 54.3.6 Bij wedstrijden die vallen onder paragraaf 1. (a) en (b) van de definitie van World Rankings Competition mag er niet meer dan één jurylid per aangesloten land worden benoemd (de chef jury uitgezonderd).

Opmerking: Van ieder jurylid (snelwandelen) is in de actuele lijst van World Athletics Race Walking Judges (goud, zilver of brons) correct aangegeven bij welk land hij aangesloten is.

Chef jury

- 54.4 Chef Jury, als volgt:

- 54.4.1 Bij alle World Rankings Competitions heeft de chef jury

snelwandelen, onafhankelijk van het aantal rode kaarten dat hij voor die atleet heeft ontvangen, het recht om in de laatste 100 m van de wedstrijd een atleet te diskwalificeren, als zijn stijl van lopen duidelijk niet overeenkomt met regel TR54.2.

Een atleet die op deze manier wordt gediskwalificeerd, mag de race beëindigen. De diskwalificatie zal hem bij de eerste gelegenheid nadat hij de finish heeft gepasseerd kenbaar worden gemaakt door het tonen van een rood bordje door de chef jury snelwandelen of diens assistent.

54.4.2 De chef jury snelwandelen treedt tijdens de wedstrijd op als toezien official en mag alleen als jurylid optreden in de situaties zoals die in regel TR54.4.1 zijn beschreven. Bij wedstrijden die vallen onder paragrafen 1. (a), (b), (c) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition moeten twee of meer assistenten voor de chef jury snelwandelen worden benoemd. De taak van de assistenten is uitsluitend het kenbaar maken van diskwalificaties aan de atleten. Zij mogen niet als jury snelwandelen optreden.

54.4.3 Bij wedstrijden die vallen onder paragrafen 1. (a), (b), (c) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition, en indien mogelijk bij andere wedstrijden, moet er een official die verantwoordelijk is voor het “diskwalificatiebord” en een secretaris voor de chef jury snelwandelen worden benoemd.

Geel bordje

54.5 Als een jurylid er niet van overtuigd is, dat de gebezigde stijl van lopen van een atleet geheel voldoet aan regel TR54.2, dan moet hij indien enigszins mogelijk de atleet een geel bordje tonen waarop aan beide zijden het symbool van het type overtreding is aangegeven. Een atleet mag voor dezelfde overtreding geen tweede geel bordje van hetzelfde jurylid krijgen. Het betreffende jurylid moet het tonen van een geel bordje na de wedstrijd aan de chef jury melden.

Rode kaarten

54.6 Als een jurylid waarneemt dat gedurende enig deel van de wedstrijd, de manier van voortbewegen van een atleet in strijd is met het gestelde in regel TR54.2, doordat hij zichtbaar het contact met de grond verbreekt, of loopt met een gebogen knie, dan moet het jurylid een rode kaart sturen naar de chef jury.

Diskwalificatie

54.7 Diskwalificatie als volgt

54.7.1 Met uitzondering van het bepaalde in regel TR54.7.3 geldt dat, als voor een atleet drie rode kaarten door drie verschillende juryleden naar de chef jury zijn gestuurd, de desbetreffende atleet wordt gediskwalificeerd. Hij moet daarover door de chef jury of

zijn assistent worden geïnformeerd door het tonen van een rood bordje. Als het niet gelukt is de atleet het rode bordje te tonen dan zal dit niet tot gevolg hebben dat de diskwalificatie teniet wordt gedaan.

- 54.7.2 Bij alle wedstrijden die worden gehouden volgens paragrafen 1. (a), (b), (c) en (d) van de definitie van de World Rankings Competition, mag geen enkele atleet worden gediskwalificeerd door rode kaarten van twee juryleden die bij hetzelfde land aangesloten zijn.

Opmerking: Van ieder jurylid (snelwandelen) is in de actuele lijst van World Athletics Race Walking Judges (goud, zilver of brons) correct aangegeven bij welk land hij aangesloten is.

- 54.7.3 Bij iedere snelwandewedstrijd waarbij de van toepassing zijnde wedstrijdbepalingen dit voorschrijven moet een strafzone worden gebruikt; dit kan eveneens plaatsvinden bij andere wedstrijden als dat door de desbetreffende atletiekfederatie of door de organisatoren wordt bepaald. In zulke gevallen moet de atleet, die drie rode kaarten heeft gekregen, op aanwijzing van de chef jury of diens gedelegeerde naar de strafzone gaan en daar de voorgeschreven periode blijven.

Voor de volgende afstanden is de verblijftijd in de strafzone als volgt:

Afstand tot en met	Tijd
5000 m / 5 km	0,5 min
10 000 m / 10 km	1 min
20 000 m / 20 km	2 min
30 000 m / 30 km	3 min
35 000 m / 35 km	3,5 min
40 000 m / 40 km	4 min
50 000 m / 50 km	5 min

Van kracht vanaf 1 januari 2026:

Voor de volgende afstanden is de verblijftijd in de strafzone als volgt:

Afstand tot en met	Tijd
5000 m / 5 km	0,5 min
10 000 m / 10 km	1 min
Halve marathon	2 min
30 000 m / 30 km	3 min
Marathon	4 min
50 000 m / 50 km	5 min

Een atleet die verzuimt om naar de strafzone te gaan als hem dat opgedragen wordt, of die daar niet de voorgeschreven tijd verblijft, moet door de scheidsrechter worden gediskwalificeerd.

- 54.7.4 Als een atleet een derde rode kaart krijgt conform regel TR54.7.3 en het niet meer uitvoerbaar is om hem vóór het einde van de wedstrijd naar de strafzone te sturen, dan moet de scheidsrechter de tijd die hij in de strafzone had moeten verblijven optellen bij zijn eindtijd en indien nodig de aankomstvolgorde aanpassen.
- 54.7.5 Als op enig moment een atleet opnieuw een rode kaart krijgt voor overtreding van regel TR54.7.3 van een ander jurylid dan degene waarvan hij de eerste drie rode kaarten gekregen heeft, dan moet hij worden gediskwalificeerd. De chef jurylid of diens assistent moet de atleet op de hoogte stellen van de diskwalificatie door het tonen van een rood bordje. Als dit niet gebeurt dan wordt daarmee de diskwalificatie van de atleet niet opgeheven.
- 54.7.6 Bij baanwedstrijden moet de gediskwalificeerde atleet onmiddellijk de baan verlaten en bij wegwedstrijden moet de atleet onmiddellijk na de diskwalificatie de startnummers verwijderen en het parcours verlaten. Iedere gediskwalificeerde atleet, die verzuimt de baan of het parcours te verlaten, of niet voldoet aan de bepalingen van regel TR54.7.3 om gedurende de vastgestelde tijd naar de strafzone te gaan, kan worden blootgesteld aan verdere disciplinaire maatregelen volgens de regels TR7.1 en TR7.3.
- 54.7.7 Op het parcours en nabij de finish moeten een of meer borden worden geplaatst waarop, ter informatie van de atleten, het aantal rode kaarten is vermeld dat voor elke atleet aan de chef jury is gestuurd. Het symbool van elke overtreding zou eveneens op dit bord kenbaar gemaakt moeten worden.
- 54.7.8 Bij alle wedstrijden die vallen onder paragraaf 1. (a) en (b) van de definitie van de World Rankings Competition moeten de juryleden draagbare communicatieapparatuur gebruiken, waarmee alle rode kaarten rechtstreeks naar de secretaris en het waarschuwingbord kunnen worden verzonden.
Bij alle andere wedstrijden, waarin een dergelijk systeem niet wordt gebruikt, moet de chef jury snelwandelen onmiddellijk na afloop van het onderdeel aan de scheidsrechter doorgeven welke atleten zijn gediskwalificeerd volgens de regels TR54.4.1, TR54.7.1 of TR54.7.5. Daarbij moeten worden vermeld het startnummer, het tijdstip van bekendmaking en de overtreding; hetzelfde moet gebeuren voor alle atleten die een rode kaart hebben gekregen.

Start

- 54.8 De wedstrijd moet worden gestart door het afvuren van een startrevolver, een kanon, een luchthoorn of andersoortige geluidsapparatuur, waarbij de startcommando's voor looponderdelen langer dan 400 m moeten worden gehanteerd (regel TR16.2.2). Bij wedstrijden waaraan veel atleten deelnemen, moeten 5 minuten, 3 minuten en 1 minuut voor de start waarschuwingssignalen gegeven worden. Na het commando

“Op uw plaatsen” moeten de atleten zich op de startlijn opstellen zoals door de organisator is vastgesteld. De starter moet er zich van overtuigen dat geen enkele atleet met zijn voet (of enig ander deel van zijn lichaam) de startlijn of de grond voorbij de startlijn raakt. Als dit het geval is moet hij de race starten.

Veiligheid

- 54.9 De organisatoren van snelwandelwedstrijden zijn verantwoordelijk voor de veiligheid van atleten en officials. Bij wedstrijden die vallen onder paragrafen 1. (a), (b), (c) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition moeten de organisatoren ervoor zorgen dat het gehele parcours waarop de wedstrijd wordt gehouden in alle richtingen is afgesloten voor gemotoriseerd verkeer.

Drink-, spons- en verfrissingposten bij wegwedstrijden

- 54.10 Drink-, spons- en verfrissingposten bij wegwedstrijden, als volgt:
- 54.10.1 Bij alle snelwandelwedstrijden moeten bij de start en de finish water en andere geschikte verfrissingen beschikbaar zijn.
 - 54.10.2 Bij alle snelwandelwedstrijden vanaf 5 km tot en met 10 km moeten, afhankelijk van de weersomstandigheden, spons-/drinkposten met alleen water worden ingericht op daarvoor geschikte onderlinge afstanden.
Opmerking: Ook mogen nevelinstallaties worden opgesteld als dat bij bepaalde organisatorische en / of klimatologische omstandigheden passend wordt geacht.
 - 54.10.3 Bij alle wedstrijden langer dan 10 km moet iedere ronde een verfrissingpost beschikbaar zijn. Voorts moeten de organisatoren ongeveer halverwege de verfrissingposten, of als de weersomstandigheden dit vereisen, op meerdere plaatsen drink- / sponsposten inrichten, waar alleen water ter beschikking wordt gesteld.
 - 54.10.4 Verfrissingen, die óf door de organisatoren óf door de atleet zelf kunnen worden verzorgd, moeten zo zijn opgesteld dat de atleten ze gemakkelijk zelf kunnen pakken, of door daarvoor aangewezen personen aan de atleten aangereikt kunnen worden. Verfrissingen die door de atleten zelf worden aangeleverd, moeten onder toezicht blijven van een door de organisatiecommissie aangewezen official, vanaf het moment dat de verfrissingen door de atleten of hun vertegenwoordigers worden afgegeven. Deze official dient er voor te zorgen dat de verfrissingen niet worden veranderd of er op enige wijze mee wordt geknoeid.
 - 54.10.5 Aangewezen personen mogen noch het parcours betreden noch atleten hinderen. Zij mogen de verfrissing aan de atleet overhandigen hetzij van achter de tafel, hetzij vanaf een plaats niet verder dan één meter naast de tafel, maar zeker niet vanaf de voorkant van de tafel.

- 54.10.6 Bij wedstrijden die vallen onder paragrafen 1. (a), (b), (c) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition mogen te allen tijde per land maximaal twee officials achter de tafel met verfrissingen plaatsnemen.

Opmerking: In wedstrijden waarbij een land door meer dan drie atleten vertegenwoordigd wordt, mag de Technische Regels extra officials bij de verfrissingposten toestaan.

- 54.10.7 Een atleet mag te allen tijde water of verfrissingen in zijn hand of bevestigd aan zijn lichaam meedragen onder voorwaarde dat hij het al bij de start bij zich had of bij een van de officiële posten heeft opgepakt of ontvangen.

- 54.10.8 Een atleet die op andere plaatsen dan door de organisatoren ingerichte posten verfrissingen aanneemt of ophaalt, behalve wanneer dat om medische redenen verstrekt wordt door of op aanwijzing van een race official, of verfrissingen aanneemt van een andere atleet, moet bij een eerste overtreding door de scheidsrechter worden gewaarschuwd normaal gesproken doordat hem een gele kaart wordt getoond. Bij een tweede overtreding moet de scheidsrechter de atleet diskwalificeren door hem een rode kaart te tonen. Die atleet moet dan onmiddellijk het parcours verlaten.

Opmerking: Atleten mogen aan elkaar verfrissingen, water of sponzen aanreiken, op voorwaarde dat deze vanaf de start waren meegenomen, of bij een officiële post waren opgepakt of ontvangen. Echter, een dergelijke voortdurende ondersteuning van één atleet aan een of meer andere atleten kan worden beschouwd als onsportieve assistentie en dan mogen waarschuwingen en / of diskwalificaties zoals boven omschreven worden uitgesproken.

In het algemeen, daar waar het logisch is en overeenkomt met de praktijk, is er uniformiteit in de voorzieningen zoals opgenomen in de regels TR54, TR55 en TR56 aangaande outdoor onderdelen. Opgemerkt moet worden dat bovenstaande regel TR54.10.5 bewust afwijkt van regel TR55.8.5, daar bij het snelwandelen de volgens deze regel aangewezen personen niet voor de tafels mogen staan.

Wegparcours

- 54.11 Wegparcours, als volgt:

- 54.11.1 Een ronde mag niet korter dan 1 km en niet langer dan 2 km zijn. Voor wedstrijden waarbij de start en finish op een atletiekbaan liggen, moeten de ronden zo dicht mogelijk bij de atletiekbaan zijn gelegen.
- 54.11.2 De lengte van een wegparcours moet volgens de bepalingen van regel TR55.3 worden gemeten.

De wedstrijd

- 54.12 Een atleet mag met toestemming en onder toezicht van een official het gemarkeerde parcours verlaten onder de voorwaarde dat daardoor de af te leggen afstand niet wordt verkleind.
- 54.13 Als de scheidsrechter, op aangeven van een jurylid of baancommissaris of op andere wijze, er van overtuigd is dat een atleet het aangegeven parcours verlaten heeft en zo de af te leggen afstand heeft verkleind, dan moet die atleet worden gediskwalificeerd.
- 54.14 Bij snelwandelwedstrijden die niet vallen onder deze regels moet in de toegepaste reglementen zijn gespecificeerd welke regels zullen gelden en volgens welke methode de wedstrijd zal worden uitgevoerd.