

## 28. Polsstokhoogspringen

### Wedstrijd

28.1 Atleten mogen de lat uitsluitend in de richting van de landingsmat laten verplaatsen, waarbij de kant van de lat die zich het dichtst bij de atleet bevindt op ieder punt tussen de achterkant van de insteekbak en een punt dat zich 0,80 m in de richting van de landingsmat bevindt, geplaatst mag worden.

Een atleet moet voor het begin van de wedstrijd aan de jury meedelen waar hij de staanders voor zijn eerste poging wil hebben. Deze positie moet op het juryformulier worden genoteerd.

Als een atleet vervolgens hierin wijzigingen wil aanbrengen, moet hij dat direct aan het verantwoordelijke jurylid meedelen, voordat de staanders zijn geplaatst volgens zijn oorspronkelijke wens.

Nadat de tijd voor de poging is gestart, mag de positie van de staanders niet meer veranderd worden.

Opmerking: Ter hoogte van de achterkant van de insteekbak moet, loodrecht op de as van de aanloop, een 10 mm brede lijn in een opvallende kleur worden getrokken (de “nullijn”). Een dergelijke lijn, tot aan 50 mm breed, moet ook over de landingsmat lopen en moet worden verlengd tot de buitenkant van de staanders. De rand van deze lijn die het dichtst bij de aanlopende atleet ligt, moet in hetzelfde verticale vlak liggen als de achterkant van de insteekbak.

28.2 De poging van een atleet is mislukt als:

28.2.1 door het springen van de atleet na de sprong de lat niet op beide pennen blijft liggen, of

28.2.2 de atleet met enig deel van zijn lichaam of met de polsstok de grond of de landingsmat raakt voorbij het denkbeeldige verticale vlak door de achterkant van de insteekbak zonder eerst over de lat te zijn gegaan, of

28.2.3 de atleet na de grond te hebben verlaten, de onderste hand boven de bovenste plaatst of de bovenste hand hoger aan de polsstok plaatst, of

28.2.4 de atleet tijdens de sprong met zijn hand(en) de lat stabiliseert of teruglegt op de pennen.

Opmerking (i): Als de atleet bij zijn aanloop op enig punt buiten de witte lijnen loopt die de aanloop markeren, wordt dat niet als fout aangerekend.

Opmerking (ii): Als de polsstok de landingsmat raakt nadat deze tijdens een poging op correcte wijze in de insteekbak was geplaatst, wordt dat niet als fout aangerekend.

Het volgende hoort in acht genomen te worden bij de toepassing en interpretatie van regel TR28.2:

- a. De lat moet afgeworpen worden door de atleet ‘tijdens de poging’. Als de atleet dus na een correcte poging (waarbij regel TR28.4 niet is overtreden) de lat of de staanders raakt met de polsstok waardoor de lat valt,

leidt dit niet tot een foutpoging want het is niet veroorzaakt door de atleet “tijdens de poging”, tenzij de lat nog steeds bewoog en daardoor de jury nog geen witte vlag had geheven.

- b. Rekening houden met het effect van opmerking (ii) omdat er veel oorzaken zijn waarbij de polsstok bij het buigen de mat voorbij de nullijn raakt.
- c. Om bewust te zijn van de mogelijkheid dat de atleet zodanig afzet, dat zijn lichaam of de gebogen stok door het verticale vlak van de nullijn gaat maar daarna op de aanloop terugkomt zonder te proberen over de lat te gaan. Als er genoeg tijd is voor zijn poging en hij niet de grond na de nullijn heeft geraakt, mag hij verder gaan met zijn poging. Dit geldt ook in die gevallen waarbij de atleet in de tijd die hij voor zijn poging beschikbaar heeft om welke reden dan ook de polsstok in de insteekbak plaatst, of anderszins voorbij het vlak door de nullijn gaat en de polsstok de grond raakt voorbij de nullijn, dan is dit een foutpoging.
- d. Juryleden moeten in het bijzonder opletten dat er zich geen verboden actie volgens regel TR28.2.4 voordoet. Niet alleen betekent het, dat het daarvoor aangewezen jurylid continu moet blijven kijken naar de atleet tijdens de poging, maar hij moet ook beslissen dat zo’n actie niet slechts een incidenteel raken is als de atleet over de lat gaat. In het algemeen geldt, dat regel TR28.2.4 toegepast wordt als er een directe actie is door de atleet om de lat te stabiliseren of op de pennen terug te leggen.
- e. In de praktijk gaan atleten na hun (geldige of ongeldige) poging vaak terug naar de insteekbak. Zij plaatsen dan hun polsstok in de insteekbak om de plaats waar zij zich afgezet hebben te controleren. Dit is toegestaan op voorwaarde dat dit gebeurt nadat de poging is afgrond in overeenstemming met regel TR25.8 en vóórdat de tijd voor de volgende atleet wordt gestart en ook het verloop van de wedstrijd niet vertraagt.

- 28.3 Om een beter houvast te krijgen is het de atleten tijdens de wedstrijd toegestaan een substantie op hun handen of op de polsstok aan te brengen. Het gebruik van handschoenen is toegestaan.

Hoewel het niet verboden is om handschoenen te dragen of een toegestane substantie op de handschoenen te gebruiken, hoort de scheidsrechter dit goed te volgen voor het geval de uitvoering hiervan reden tot bezorgdheid over en vermoeden van oneerlijke assistentie bestaat.

- 28.4 Nadat de polsstok is losgelaten, mag niemand, ook de atleet niet, de polsstok aanraken tenzij deze van de lat of staanders wegvalt. Als dat toch gebeurt en de scheidsrechter is van mening dat de lat zou zijn afgeworpen als er niet zou zijn ingegrepen, dan zal de poging als fout worden aange-merkt.

Dit is een van de weinige regels waar het gedrag van een jurylid kan resulteren in een foutpoging. Het is daarom belangrijk dat de juryleden bij de staanders heel zeker weten dat zij de polsstok niet aanraken of vangen, behalve als deze

duidelijk van de lat en / of de staanders afvalt.

- 28.5 Als tijdens een poging de polsstok van een atleet breekt, zal deze poging niet als mislukt worden beschouwd en krijgt hij een vervangende poging toegewezen.

### **Aanloop**

- 28.6 De minimumlengte van de aanloop, gemeten vanaf de “nullijn” moet 40 m zijn en als de omstandigheden dit toelaten 45 m. De breedte moet 1,22 m  $\pm$  0,01 m zijn. De aanloop moet worden afgebakend door witte lijnen van 50 mm breed.

Opmerking: Op alle atletiekbanen die voor 1 mei 2004 zijn aangelegd, mag de aanloop een maximale breedte hebben van 1,25 m. Echter, zodra de aanloop een nieuw oppervlak krijgt, moet de breedte voldoen aan deze regel.

- 28.7 De zijdelingse helling van de aanloop mag niet meer dan 1:100 (1%), tenzij er zich speciale omstandigheden voordoen die rechtvaardigen dat WA een uitzondering toestaat. De totale neerwaartse helling in de looprichting mag over de laatste 40 m van de aanloop niet meer dan 1:1 000 (0,1%) zijn, tenzij er zich speciale omstandigheden voordoen die rechtvaardigen dat World Athletics een uitzondering toestaat.

### **Polsstokhoog installatie**

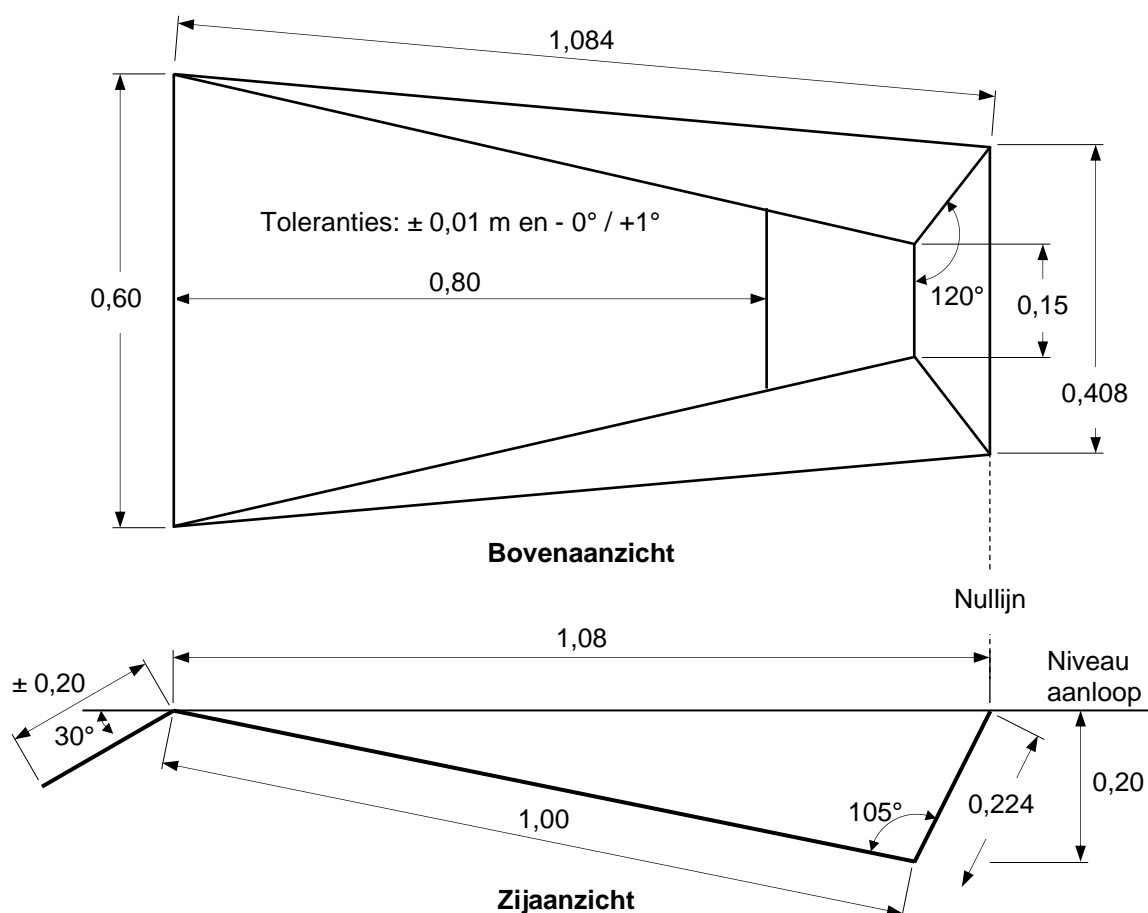
- 28.8 De afzet bij het polsstokhoogspringen moet gebeuren vanuit een insteekebak. De insteekebak moet uit een daarvoor geschikt materiaal gemaakt zijn, moet aan de bovenkant afgeronde of zachte hoeken hebben en moet zijn ingegraven tot het niveau van de aanloop, waarbij het kunststof al of niet over de bovenrand van de insteekebak mag zijn gelegd. In dat geval moeten de afmetingen van de kunststof vallen binnen de toleranties voor de hoogte van de insteekebak.

De insteekebak moet 1,00 m lang zijn, gemeten langs de binnenkant van de bodem van de bak, 0,60 m breed aan de voorkant en hij moet op de bodem aan de achterkant schuin aflopen tot 0,15 m breed. De lengte van de bak op aanlooptniveau, evenals de hoogte van de achterkant, worden bepaald door de hoek, gevormd door de bodem en de achterkant van de bak. Deze hoek bedraagt 105° (toleranties op de afmetingen en de hoeken  $\pm$  0,01 m en -0° / +1°).

De bodem van de bak helt af vanaf het aanlooptniveau tot een diepte van 0,20 m op het punt waar hij de achterkant raakt. De bak moet zodanig worden vervaardigd, dat de zijkanten naar buiten hellen onder een hoek, die bij de achterkant ongeveer 120° bedraagt.

Opmerking: Voor extra veiligheid tijdens zijn pogingen mag een atleet een bescherming rond de insteekebak aanbrengen. Die bescherming moet worden aangebracht binnen de tijd die de atleet voor zijn poging heeft en moet direct nadat hij zijn poging heeft voltooid, door hem worden weggehaald. Bij wedstrijden volgens paragrafen 1. (a), (b), (c), (d) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition moet de organisator dit

beschikbaar stellen.

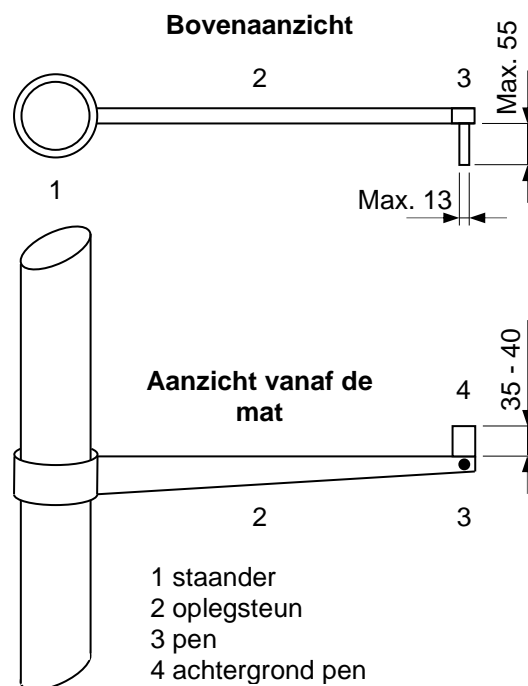


**Fig. (a) TR28 - Insteekbak polsstokhoogspringen** (alle afmetingen in m)

- 28.9 Alle soorten staanders mogen worden gebruikt mits zij onbuigzaam zijn. De metalen voet en het onderste gedeelte van de staanders dat zich boven de landingsmat bevindt, moeten ter bescherming van de atleet en de polsstok bekleed zijn met een daarvoor geschikt materiaal.
- 28.10 De lat moet zodanig op de horizontale pennen rusten dat hij, indien de lat door een atleet of door de polsstok wordt aangeraakt, gemakkelijk in de richting van de landingsmat kan vallen. In de pennen mogen geen inkepingen of groeven zijn aangebracht. Ze moeten overal even dik zijn met een maximum diameter van 13 mm.
- Ze mogen niet meer dan 55 mm buiten de oplegsteunen, die glad moeten zijn, uitsteken. De verticale oplegsteunen, waaraan de pennen zijn bevestigd, moeten ook glad zijn en moeten op een zodanige manier zijn geconstrueerd dat de lat er niet bovenop kan blijven liggen. Zij moeten 35 tot 40 mm boven de pennen uitsteken.
- De afstand tussen de pennen mag niet minder dan 4,28 m en niet meer dan 4,37 m zijn. De pennen mogen niet van rubber zijn en ze mogen ook niet bekleed zijn met rubber of met enig ander materiaal, dat de wrijving tussen de pennen en het uiteinde van de lat kan vergroten en zij mogen

niet zijn voorzien van veren of dergelijke. De pennen moeten de lat in het midden van de eindstukken ondersteunen. Beide oplegsteunen moeten op gelijke hoogte staan boven het oppervlak waarop de twee metalen grondstukken van de staanders zijn aangebracht.

Opmerking: Om de kans te verminderen dat een atleet zich blesseert, doordat hij bij het neerkomen op de voet van de staanders terechtkomt, mogen de pennen waarop de lat rust, geplaatst worden op steunen, die vast aan de staanders bevestigd zijn. Daardoor kunnen de staanders verder van elkaar worden geplaatst, zonder dat hiervoor de lat langer moet worden (zie figuur (b) TR28).



**Fig. (b) TR28 - Oplegsteun voor de lat**  
(alle afmetingen in mm)

## Polsstokken

28.11 Atleten mogen hun eigen polsstok gebruiken. Het is atleten niet toegestaan de polsstok van een andere atleet te gebruiken, behalve als de eigenaar hiermee instemt.

Opmerking: als een atleet deze regel overtreedt dan moeten de juryleden, zodra zij dit merken, de atleet opdracht geven dit te herstellen. Als hij dit niet doet dan moet de poging als ongeldig worden beschouwd. De poging is ook ongeldig als de poging is voltooid, voordat de afwijking van deze regel is vastgesteld. In alle gevallen waarbij de overtreding ernstig genoeg is, kunnen ook regels TR7.1 en TR7.3 worden toegepast.

De polsstok mag van elk soort materiaal of van een combinatie van materialen zijn vervaardigd en mag elke lengte of diameter hebben, maar de buitenkant moet glad zijn.

Op de polsstok mogen (om de hand te beschermen) ter hoogte van de

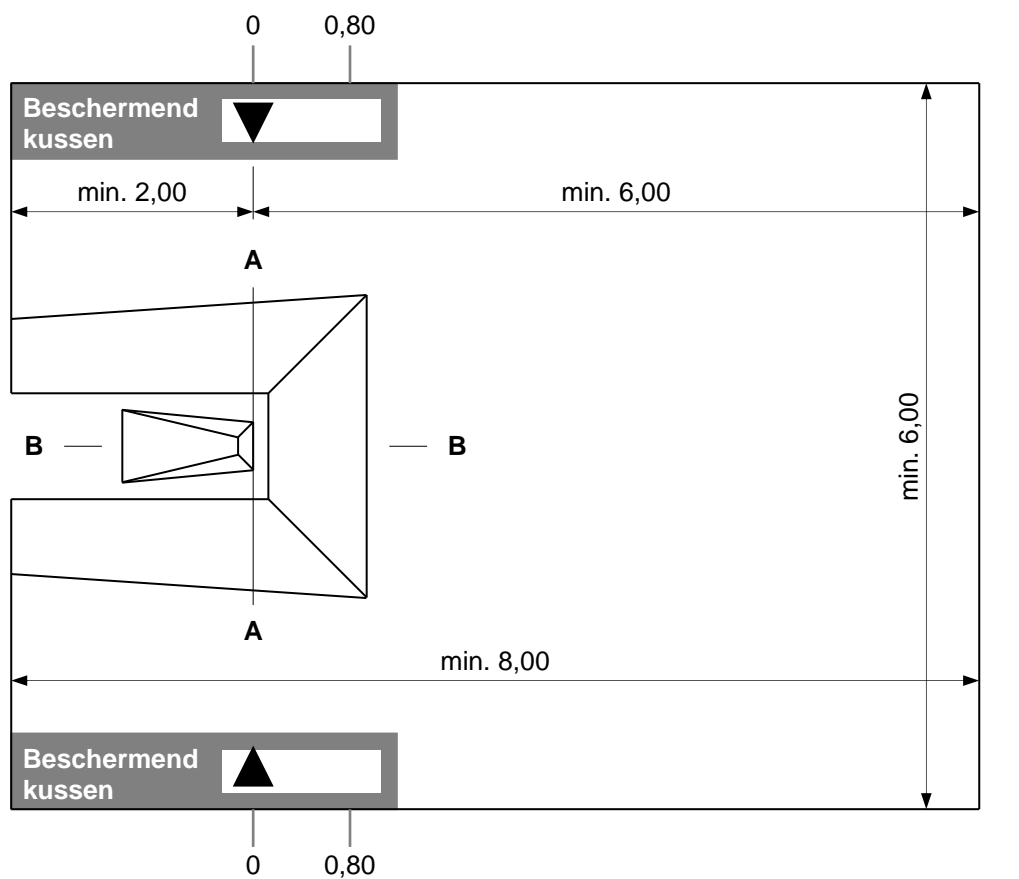
greep lagen tape en aan de onderkant (om de polsstok te beschermen) tape en / of ieder ander geschikt materiaal zijn aangebracht. De tape bij de greep moet gelijkmatig zijn aangebracht, behalve op die plaatsen waar de lagen tape elkaar overlappen, maar dit mag niet leiden tot een plotselinge verandering in diameter bijv. om zo een “ring” om de polsstok te maken.

Alleen een regelmatig gewonden tape in overeenstemming met het regel is bij de greep toegestaan – ringen, lussen en wat daar op lijkt zijn niet toegestaan. Er is geen beperking in hoever een dergelijke tape moet doorlopen maar het moet dienstbaar zijn voor het doel – de hand beschermen. Er is echter geen beperking aan de onderkant van de polsstok en in het algemeen is elke vorm van tapen toegestaan mits het de atleet geen enkel voordeel geeft.

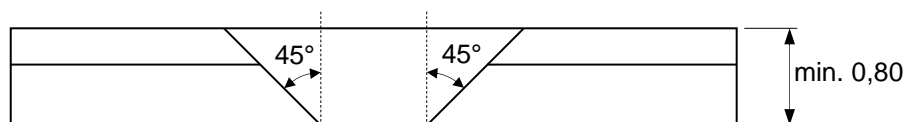
### **Landingsmat**

28.12 Voor wedstrijden volgens paragrafen 1. (a), (b), (c), (d) en 2. (a), (b) van de definitie van de World Rankings Competition moet de oppervlakte van de landingsmat (achter de nullijn en zonder de voorstukken) tenminste 6 m lang x 6 m breed x 0,8 m hoog zijn. De voorstukken moeten tenminste 2 m lang zijn.

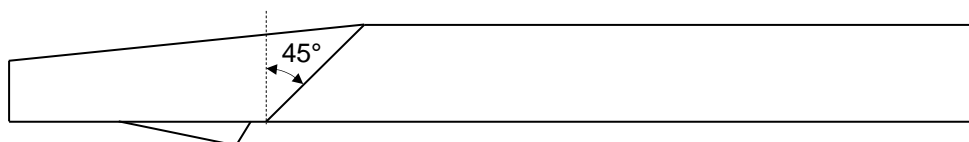
De zijden van de landingsmat die zich het dichtst bij de insteekbak bevinden, moeten 0,10 m tot 0,15 m van de insteekbak worden geplaatst en moeten er onder een hoek van ten minste 45° en niet meer dan 48° schuin van weglopen (zie figuur (c) regel TR28).



**Bovenaanzicht** (alle afmetingen in m)



**Doorsnede A-A** (hoogte in m)



**Doorsnede B-B**

**Fig. (c) TR28 - Landingsmat polsstokhoogspringen**

### Juryteam

Voor een juryteam polsstokhoogspringen is de volgende juryindeling aanbevolen:

- a. De Chef overziet het gehele onderdeel en bevestigt de metingen. Hij moet twee vlaggen ter beschikking hebben: wit om te tonen dat de poging geldig is verlopen en rood voor een foutpoging. Hij moet een zodanige positie kiezen dat hij twee zaken goed kan aansturen:
  - i Het gebeurt vaak dat de lat trilt na geraakt te zijn door de atleet. De chef moet, al naar gelang de positie van de lat beslissen wanneer dat trillen moet worden gestopt en de betreffende vlag moet worden geheven, vooral bij situaties als beschreven in de regels TR26.10 en TR28.4.
  - ii Vanaf het moment voor de afzet mag de atleet de grond niet raken voorbij het verticale vlak dat begint aan de binnenkant van de achterkant aan de bovenzijde van de insteekebak. Het jurylid moet een zodanige positie innemen dat hij in staat is dit goed vast te stellen.
- b. Twee juryleden aan elke kant van de nullijn met als taak de lat weer op te leggen als deze gevallen is en de chef te helpen bij het toepassen van de hiervoor vermelde regels. Zij zijn ook verantwoordelijk voor de juiste positionering van de lat zoals de secretaris hen heeft aangegeven conform de wens van de atleet.
- c. Jurylid dat de gevraagde positie van de lat en de resultaten noteert, de positie van de lat bekend maakt en iedere atleet oproept (plus degene die daarna volgt).
- d. Jurylid dat het scorebord bedient (poging – startnummer – resultaat).
- e. Jurylid dat de klok bedient en de atleten toont, dat zij een vastgestelde tijd hebben voor een poging.
- f. Jurylid dat toezicht houdt op de atleten (marshal).

Opmerking (i): Dit is de traditionele taakverdeling voor de juryleden. In wedstrijden waarin een datasysteem en elektronische scoreborden beschikbaar zijn, is daarvoor zeker gespecialiseerd personeel nodig. Voor de duidelijkheid: in deze gevallen worden de voortgang van het onderdeel en de resultaten door zowel de secretaris op een geschreven lijst als in het datasysteem bijgehouden.

Opmerking (ii): Juryleden en apparatuur moeten zo zijn gepositioneerd, dat atleten er niet door belemmerd worden en het publiek goed zicht behoudt.

Opmerking (iii): Er moet plaats worden gereserveerd voor een windvaan om de windrichting en -sterkte te tonen.