

22. Hordeloop

22.1 De standaardafstanden moeten zijn:

Mannen, U20 mannen en U18 mannen: 110 m, 300 m, 400 m;

Vrouwen, U20 vrouwen en U18 vrouwen: 100 m, 300 m, 400 m.

Voor de 100 m, 110 m en 400m horden moeten in iedere baan tien horden zijn geplaatst, voor de 300 m horden moeten er in iedere baan zeven horden zijn geplaatst. De horden moeten worden geplaatst volgens onderstaand schema:

Mannen, U20 mannen, U18 mannen

Loopafstand	Afstand van de startlijn tot de eerste horde	Afstand tussen de horden	Afstand van de laatste horde tot de finishlijn
110 m	13,72 m	9,14 m	14,02 m
300 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m

Vrouwen, U20 vrouwen, U18 vrouwen

Loopafstand	Afstand van de startlijn tot de eerste horde	Afstand tussen de horden	Afstand van de laatste horde tot de finishlijn
100 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m
300 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
400 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m

De horde moet zodanig in de baan worden geplaatst, dat de voetstukken zich bevinden aan de kant vanwaar de atleet nadert. Het verticale vlak door de voorzijde van de dwarslat, gezien vanaf de naderende hordeloper, moet samenvallen met de voorkant van de belijning, gezien in de looprichting.

22.2 De horde moet zijn vervaardigd van metaal of van een ander geschikt materiaal en de dwarslat moet van hout of van een ander geschikt materiaal (dat niet uit metaal bestaat) zijn gemaakt. De horde moet zijn samengesteld uit twee voetstukken en twee staanders, die een rechthoekig raam versterkt door één of twee kruislatten, ondersteunen. De staanders moeten zijn bevestigd aan de uiteinden van de voetstukken. De horde moet zodanig zijn ontworpen, dat tenminste een horizontale kracht van 3,6 kg tegen het midden van de bovenkant van de dwarslat nodig is om haar te laten kantelen. De hoogte van de horde mag verstelbaar zijn. De contragewichten moeten zodanig ingesteld kunnen worden, dat voor iedere hordehoogte een kracht van tenminste 3,6 kg en niet meer dan 4 kg nodig is om de horde te laten kantelen.

De maximale doorbuiging van de dwarslat (inclusief een eventuele doorbuiging van de staanders) mag, als er op het midden een horizontale kracht wordt uitgeoefend die overeenkomt met een gewicht van 10 kg, niet meer dan 35 mm zijn.

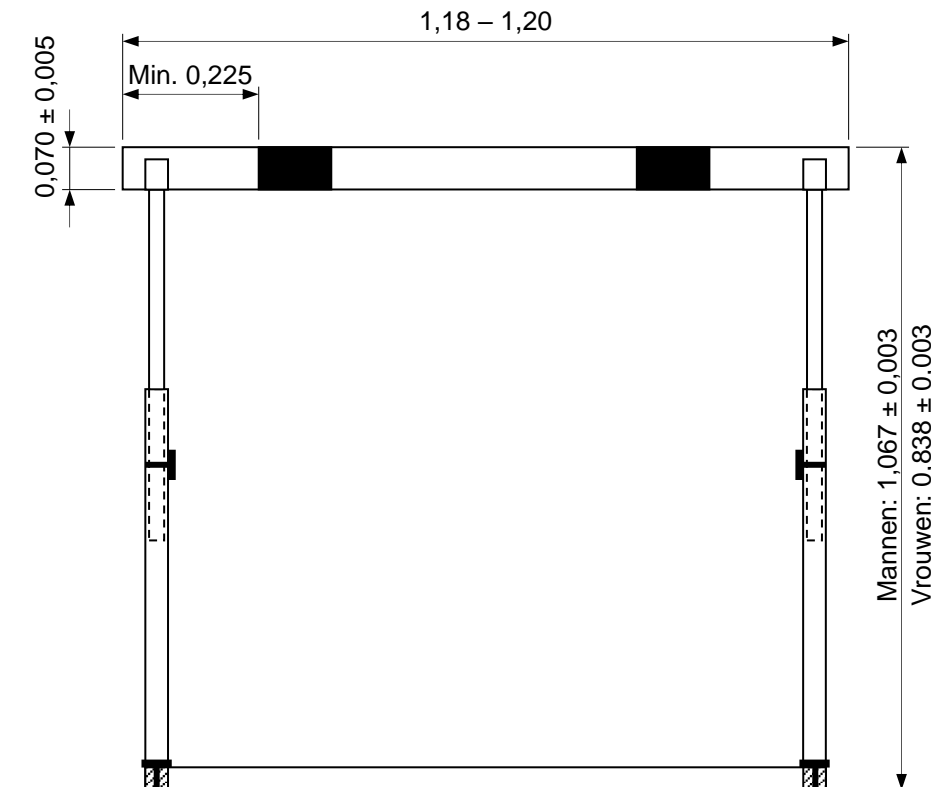


Fig. (a) TR22 - Voorbeeld van een horde
(Aanzicht vanuit looprichting; alle afmetingen in m)

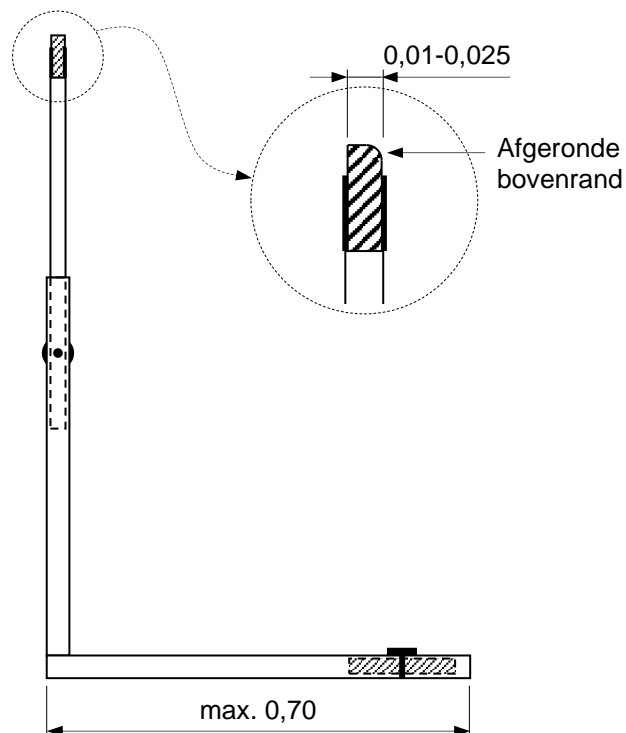


Fig. (b) TR22 - Voorbeeld van een horde
(Zijaanzicht, alle afmetingen in m)

22.3 Afmetingen: De standaardhoogten van de horden zijn:

Afstand	Mannen	U20 mannen	U18 mannen	Vrouwen, U20 vrouwen	U18 vrouwen
110 m / 100 m	1,067	0,991	0,914	0,838	0,762
300 m	0,914	0,914	0,838	0,762	0,762
400 m	0,914	0,914	0,838	0,762	0,762

Alle afmetingen in m

Opmerking: Als gevolg van hoogteverschillen van horden van verschillende merken zijn voor de U20 mannen hordehoogten tot 1,000 m acceptabel.

In verband met variaties in de productieprocessen van de horden is in de hoogte - zowel naar boven als naar beneden - een tolerantie toegestaan van 3 mm. De horde moet 1,18 m tot 1,20 m breed zijn. De voetstukken mogen niet langer zijn dan 0,70 m. Het totale gewicht van de horde moet tenminste 10 kg zijn.

22.4 De hoogte van de dwarslat moet 70 mm \pm 5 mm zijn. De dikte van de lat mag variëren van 10 mm tot 25 mm en de bovenranden moeten zijn afgerond. De dwarslat moet stevig aan de staanders zijn bevestigd.

22.5 De dwarslat moet zijn voorzien van zwarte en witte strepen of andere contrasterende kleuren (en ook afwijkend van de omgevingskleuren), waarbij de lichtere strepen, die tenminste 0,225 m breed moeten zijn, zich aan de buitenzijden bevinden. De latten moeten zodanig zijn gekleurd dat ze zichtbaar zijn voor atleten met normaal gezichtsvermogen.

22.6 Alle hordewedstrijden moeten in banen worden gelopen en iedere atleet moet gedurende de gehele afstand over elke horde gaan en in zijn eigen baan blijven. Als hij dit niet doet moet hij worden gediskwalificeerd, tenzij regel TR17.3 van toepassing is.

Daarnaast moet een atleet worden gediskwalificeerd als hij:

22.6.1 tijdens de hordepassage met zijn voet of been naast de horde (aan één van de zijden) en onder het horizontale vlak door de bovenzijde van de horde sleept; of

22.6.2 hij met zijn handen, zijn lichaam of met de voorkant van zijn opzwaaibeen een horde omverwerpt of verplaatst.

22.6.3 hij door een directe of indirecte actie een horde in zijn eigen of in een andere baan omverwerpt of verplaatst, zodanig dat een andere atleet / andere atleten in de wedstrijd er door beïnvloed of gehinderd wordt/worden en / of ook een andere regel wordt overtreden.

Als de horde niet verplaatst wordt, of de hoogte op geen enkele manier verlaagd wordt (inclusief het kantelen in welke richting dan ook), dan mag een atleet op iedere manier over de horde gaan, als tenminste op alle andere punten dit reglement wordt nageleefd.

De eis om over elke horde te gaan moet niet worden gelezen als de eis dat iedere atleet over elke horde in zijn eigen baan moet gaan – vooropgesteld dat altijd de bedoeling van TR17.1 en TR17.3 wordt nageleefd. Maar wanneer een atleet een horde omverwerpt of een horde in een andere baan verplaatst en

daardoor de loop van een andere atleet beïnvloedt, moet hij worden gediskwalificeerd.

Situaties waarbij een atleet een horde in een andere baan omver werpt of verplaatst, moeten op een logische manier worden geïnterpreteerd. Bijvoorbeeld, een atleet die een horde omver werpt of verplaatst in de baan van een atleet die al over die horde is gegaan hoeft niet per se te worden gediskwalificeerd, tenzij hij op een andere manier het reglement overtreedt, bijvoorbeeld door in de bocht in een meer naar binnen gelegen baan te gaan lopen of tijdens de hordepassage (aan één van de zijden) met zijn voet of been onder het horizontale vlak door de bovenzijde van de horde sleept. De bedoeling van deze regel is om duidelijk te maken dat een atleet die bij het doen van zo'n actie een andere atleet beïnvloedt, zich blootstelt aan diskwalificatie.

Scheidsrechters en baancommissarissen moeten niettemin opletten en er zeker van zijn dat iedere atleet binnen zijn eigen baan is gebleven. Daarbij is het in hordewedstrijden normaal dat atleten hun armen uitslaan wanneer zij over de horde gaan en zo de atleet in de naastgelegen baan kunnen raken of hinderen. Dit kan het beste worden opgemerkt door baancommissarissen of een videocamera die de atleten van voren ziet. In dit opzicht kan regel TR17.1 worden toegepast.

Regel TR22.6.1 is van toepassing op beide benen van de hordeloper. Het omver werpen van de horde is op zichzelf geen reden voor diskwalificatie. De vroegere verwijzing naar het opzettelijk omver werpen van de horde is geschrapt. In regel TR22.6.2 is dit vervangen door enkele meer objectieve factoren die door de scheidsrechter in overweging kunnen worden genomen. Het meest duidelijke voorbeeld is wanneer de atleet daarbij zijn hand gebruikt maar bijvoorbeeld ook als hij met zijn borst “door de horde” loopt.

De voorkant van het opzwaaibeen omvat de hele voorkant van het opzwaaibeen, vanaf het bovenste deel van de dij tot aan de punt van de voet.

Met betrekking tot de opmerking: dit is hoofdzakelijk relevant voor wedstrijden op een lager niveau maar is niettemin op iedereen van toepassing. In wezen staat het een atleet toe om bijvoorbeeld zijn handen op de horde te plaatsen en eroverheen te klimmen wanneer hij is gevallen of zijn pasritme kwijt is.

- 22.7 Met uitzondering van wat in regel TR22.6.2 en TR22.6.3 is bepaald, leidt het omverwerpen van horden niet tot diskwalificatie, noch zal dit het vestigen van een record in de weg staan.

23. Steeplechase

- 23.1 De standaardafstanden moeten zijn 2 000 m en 3 000 m.

- 23.2 Bij de 3 000 m steeplechase moeten de atleten 28 keer over een hindernis en 7 keer over de waterbak springen. Er mogen vanaf de start tot aan het begin van de eerste volledige ronde geen hindernissen worden opgesteld. De hindernissen die hier zouden moeten staan, mogen pas worden geplaatst zodra de atleten aan de eerste volledige ronde zijn begonnen.

- 23.3 Bij de 2 000 m steeplechase moeten de atleten 18 keer over een hindernis en 5 keer over de waterbak springen. Er wordt als eerste over de derde hindernis van een ronde gesprongen. De hindernissen die er vóór zouden moeten staan, mogen pas worden geplaatst als de atleten de plaats van die hindernissen de eerste keer gepasseerd zijn.

Opmerking: Als de waterbak zich aan de binnenkant van de loopbaan bevindt, moet bij de 2 000 m steeplechase de finishlijn twee keer zijn gepasseerd, voordat de eerste keer aan de ronde met vijf hindernissen wordt begonnen.

- 23.4 Bij de steeplechase moeten er in een volledige ronde 5 hindernissen staan, waarbij de waterbak steeds als vierde hindernis fungeert. De hindernissen zouden gelijkmatig over de baan moeten worden verdeeld, zodat de afstand tussen twee hindernissen ongeveer gelijk is aan $1/5^e$ deel van de lengte van een ronde.

Opmerking: Aanpassing van de afstand tussen de hindernissen kan nodig zijn om ervoor te zorgen dat er een veilige afstand tussen een hindernis en de startlijn en tussen een volgende hindernis voor en na de finishlijn kan worden gehandhaafd zoals aangegeven in de World Athletics "Track and Field Facilities Manual".

- 23.5 De hindernissen moeten $0,914 \text{ m} \pm 0,003 \text{ m}$ hoog zijn in wedstrijden voor mannen en U20 mannen, $0,838 \text{ m} \pm 0,003 \text{ m}$ in wedstrijden voor U18 mannen en $0,762 \text{ m} \pm 0,003 \text{ m}$ in wedstrijden voor vrouwen, U20 en U18 vrouwen en moeten tenminste 3,94 m breed zijn.

De doorsnede van de bovenbalk van de hindernissen en van de hindernis voor de waterbak moet vierkant zijn; alle zijden van dit vierkant moeten 0,127 m zijn.

Het gewicht van elke hindernis moet tussen 80 kg en 100 kg zijn. De hindernis moet aan weerszijden op voetstukken steunen, waarvan de afmetingen tenminste 1,20 m en ten hoogste 1,40 m breed zijn (zie figuur (a) TR23).

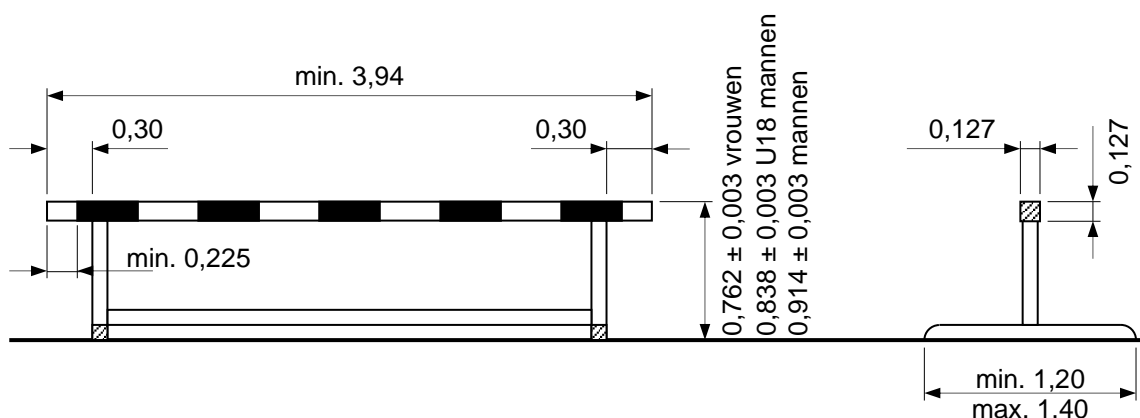


Fig. (a) TR23 - Voorbeeld van een hindernis
(alle afmetingen in m)

De hindernis bij de waterbak moet $3,66\text{ m} \pm 0,02\text{ m}$ breed zijn en moet zodanig stevig aan de betonnen wand van de waterbak verankerd zijn, dat er slechts een minimale horizontale beweging mogelijk is.

De bovenbalken, gemaakt van hout of een ander geschikt materiaal, moeten zijn voorzien van witte en zwarte strepen, of van andere duidelijk contrasterende kleuren (en ook afwijkend van de omgevingskleuren) en wel zodanig, dat de lichtere strepen, die tenminste $0,225\text{ m}$ breed moeten zijn, zich aan de buitenzijden bevinden. De balken moeten zodanig zijn gekleurd dat ze zichtbaar zijn voor atleten met normaal gezichtsvermogen. De hindernis moet zodanig op de baan worden geplaatst, dat ten minste $0,30\text{ m}$ van de bovenbalk in de richting van het middenveld buiten de baan uitsteekt.

Opmerking: Aanbevolen wordt dat de eerste hindernis waarover bij wedstrijden moet worden gegaan tenminste 5 m breed is.

- 23.6 De waterbak, inclusief de hindernis, moet $3,66\text{ m} \pm 0,02\text{ m}$ breed en $3,66\text{ m} \pm 0,02\text{ m}$ lang zijn.

De bodem van de waterbak moet bestaan uit een kunststof oppervlak of matwerk van voldoende dikte om een veilige landing te waarborgen en om de spikes voldoende grip te geven. Het water direct na de hindernis moet $0,50\text{ m} \pm 0,05\text{ m}$ diep zijn over een afstand van ongeveer $1,20\text{ m}$. Vanaf daar loopt de bodem onder een gelijkblijvende hoek van $12,4^\circ \pm 1^\circ$ geleidelijk op naar het niveau van de baan aan het einde van de waterbak. Bij de start van de wedstrijd moet het water zich, binnen een marge van 20 mm , op hetzelfde niveau als het oppervlak van de baan bevinden.

Opmerking: Waterbakken die voldoen aan de specificaties van 2018 / 2019 blijven aanvaardbaar.

- 23.7 Elke atleet moet zich door het water voortbewegen of eroverheen springen en hij moet, ongeacht de wijze waarop, **over** iedere hindernis gaan. Als hij dit niet doet moet hij worden gediskwalificeerd.

Daarnaast moet een atleet worden gediskwalificeerd, als hij:

23.7.1 op een van de zijranden van de waterbak stapt, of

23.7.2 tijdens de passage van de hindernis met zijn voet of been, naast een van beide zijden van de hindernis, onder het horizontale vlak door de bovenzijde van de hindernis komt.

Met inachtneming van het hiervoor bepaalde, mag een atleet op elke willekeurige manier de hindernissen passeren.

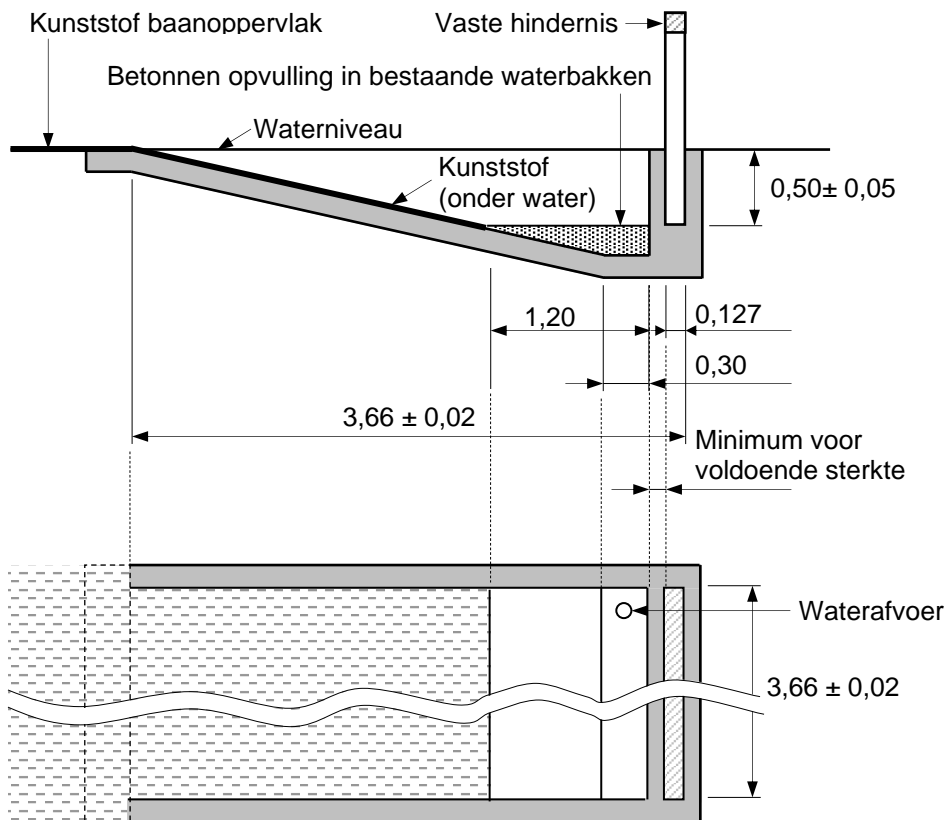


Fig. (b) TR23 - De waterbak
(alle afmetingen in m)

24. Estafettes

- 24.1 De standaard afstanden moeten zijn: 4 x 100 m, 4 x 100 m gemengd, 4 x 200 m, 100 m – 200 m – 300 m – 400 m (medley relay), 4 x 400 m, 4 x 400 m gemengd, 4 x 800 m, 1 200 m – 400 m – 800 m – 1 600 m (afstands medley relay), 4 x 1 500 m.

Opmerking: Bij de medley relay mogen de verschillende afstanden ook in een andere volgorde gelopen worden. In dat geval moet de toepassing van de bepalingen in de regels TR24.3, TR24.16 en TR24.22 worden aangepast.

- 24.2 Op de baan moeten 50 mm brede lijnen worden aangebracht om het begin van de te lopen deelafstanden aan te geven.

- 24.3 Bij de 4 x 100 m, de 4 x 100 m gemengd, de 4 x 200 m estafettes en de eerste en tweede wissels van de medley relay moet iedere wisselzone 30 meter lang zijn, waarin op 20 meter vanaf het begin van de wisselzone een korte lijn in de baan is getrokken. Bij de derde wissel in de medley relay en bij de 4 x 400 m, 4 x 400 m gemengd en langere estafettes moet iedere wisselzone 20 meter lang zijn met een korte lijn in het midden van die zone. De wisselzones moeten beginnen en eindigen op de rand van de lijn die in de looprichting het dichtste bij de start ligt. Bij iedere wissel

in banen moet een daarvoor aangewezen baancommissaris erop toezien dat de atleten op de juiste wijze hun plaats in het wisselzone innemen. Deze aangewezen baancommissaris moet er ook op toezien dat regel TR24.4 wordt nageleefd.

De wisselpuntcommissarissen moeten ervoor zorgen dat iedere atleet van elk team zijn positie in de juiste baan inneemt. De startcommissarissen zijn verantwoordelijk voor het opstellen van de startlopers en zorgen ervoor dat zij allen een estafettestokje hebben. Zij kunnen ook worden aangesteld om te assisteren bij wisselzones die zich bij de startlijn bevinden. De chefs voor elke wisselzone en hun wisselpuntcommissarissen zijn verantwoordelijk voor het opstellen van de volgende lopers. Wanneer alle atleten op de juiste plaats zijn opgesteld moet de chef dit melden aan de betreffende andere officials met een afgesproken communicatiemiddel, bij grote wedstrijden normaliter per portofoon.

Zij moeten er ook voor zorgen dat bij elke wissel de voeten van de ontvangende lopers geheel binnen de wisselzone zijn voordat zij beginnen met hun loop / beweging die eindigt met het overnemen van het stokje. Deze loop / beweging mag op geen enkel punt buiten de wisselzone beginnen.

- 24.4 Als een estafette geheel of gedeeltelijk in aparte banen wordt gelopen, mag de atleet in zijn eigen baan één merkteken met kleeftape met maximale afmetingen van 0,05 m x 0,40 m aanbrengen in een kleur die niet verward kan worden met andere, bestaande markeringen. Andersoortige merktekens mogen niet worden gebruikt. De baancommissarissen moeten de desbetreffende atleet opdracht geven de markeringen of voorwerpen die niet aan deze regel voldoen aan te passen of te verwijderen. Als hij dit niet doet moeten de baancommissarissen deze markeringen of voorwerpen verwijderen.

Opmerking: Ernstige gevallen kunnen verder worden afgehandeld volgens de regels TR7.1 en TR7.3.

- 24.5 Bij alle estafettes in een stadion moet een estafettestok worden gebruikt die tijdens de gehele wedstrijd in de hand moet worden gehouden. In ieder geval bij wedstrijden volgens paragrafen 1. (a), (b), (c) en 2. (a), (b) van de definitie van World Rankings Competition moeten alle estafettestokken genummerd zijn en verschillende kleuren hebben; er mag een transponder in aangebracht zijn.

De estafettestok moet bestaan uit een gladde holle koker met een cirkelvormige doorsnede, gemaakt van hout of metaal of van een ander stevig materiaal. De estafettestok moet uit één stuk bestaan en mag niet langer dan 0,30 m en niet korter dan 0,28 m zijn. De buitendiameter moet 40 mm \pm 2 mm zijn en het gewicht moet tenminste 50 g zijn. De stok moet een zodanige kleur hebben dat deze tijdens de wedstrijd goed zichtbaar is.

Het is de atleten niet toegestaan om handschoenen te dragen of om een substantie waarmee een betere grip op de stok verkregen wordt (anders dan toegestaan volgens regel TR6.4.3) op de handen of op de estafettestok aan te brengen.

Als een atleet deze regel overtreedt, dan moet zijn team worden gediskwalificeerd.

Opmerking: Indien mogelijk moet de toewijzing van een kleur aan iedere baan of startpositie op de startlijst worden aangegeven.

- 24.6 Als de estafettestok valt, moet deze worden opgeraapt door de atleet die de estafettestok heeft laten vallen. Hij mag zijn baan verlaten om de estafettestok op te pakken, op voorwaarde dat hierbij de te lopen afstand niet verkort wordt. Bovendien, als de estafettestok zijwaarts of naar voren in de looprichting (met inbegrip van een plaats voorbij de finishlijn) is gevallen, dan moet de atleet die de estafettestok heeft laten vallen, nadat hij die opgeraapt heeft terugkeren naar het punt waar hij het laatst de estafettestok in zijn hand had, voordat hij verder kan gaan met zijn race. Als deze procedures, indien van toepassing, worden aangehouden en hierbij geen andere atleten worden gehinderd, zal het laten vallen van de estafettestok geen diskwalificatie tot gevolg hebben. Als een atleet deze regels niet volgt, dan zal zijn ploeg worden gediskwalificeerd.
- 24.7 De estafettestok moet binnen de wisselzone worden overgegeven. De overdracht van de estafettestok begint op het moment dat deze door de ontvangende loper wordt aangeraakt en is voltooid op het moment dat deze zich alleen in de hand van de ontvangende loper bevindt. Binnen de wisselzone is alleen de plaats van de estafettestok bepalend. Als de estafettestok buiten de wisselzone wordt overgegeven moet het team worden gediskwalificeerd. Regel TR 17.3.2 moet worden toegepast indien relevant.

De toepassing van regel TR 17.3.2 kan noodzakelijk zijn als een atleet, bij het overgeven van de estafettestok, binnen de wisselzone buiten de hem toegewezen baan stapt zonder dat hij daar voordeel van had en zonder dat hij een of meerdere andere atleten heeft gehinderd. Bij het vaststellen van de positie van het stokje moet het gehele stokje worden beschouwd.

Wisselpuntcommissarissen moeten zorgvuldig zijn om ervoor te zorgen dat zij enig contact kunnen zien tussen de ontvangende loper en het stokje voordat het stokje de wisselzone binnenkomt. Als de ontvangende loper het stokje ook maar aanraakt voordat het stokje zich in de wisselzone bevindt zal het team worden gediskwalificeerd. Zij moeten zich er ook van verzekeren dat het stokje zich enkel in de hand van de vertrekkende atleet bevindt voordat het de wisselzone verlaat.

- 24.8 Tot het moment dat de estafettestok uitsluitend in de handen van de ontvangende atleet is, moet regel TR17.3 alleen toegepast worden op de aankomende atleet. Daarna moet deze regel uitsluitend worden toegepast op de ontvangende atleet.
- Bovendien moeten atleten voor het ontvangen en / of na het overgeven van de estafettestok in hun baan of zone blijven tot de baan vrij is om zodoende het hinderen van andere atleten te vermijden. Op deze atleten zijn hierbij de regels TR17.2 en TR17.3 niet van toepassing. Als echter

een atleet na een wissel een atleet van een andere ploeg hindert door zijn positie te veranderen of zijn baan te verlaten, moet regel TR17.1 worden toegepast.

- 24.9 Als tijdens de race een atleet de estafettestok van een ander team aanneemt of opraapt, moet zijn team worden gediskwalificeerd. Het andere team zou dan niet moeten worden bestraft, tenzij er een duidelijk voordeel is verkregen.
- 24.10 Ieder lid van een estafetteploeg mag slechts een van de deelafstanden lopen. Van alle atleten die zijn ingeschreven voor de desbetreffende wedstrijd mogen er, ongeacht het onderdeel waarvoor zij zijn ingeschreven, voor iedere ronde steeds vier worden aangewezen voor deelname aan de estafette. Als echter een estafetteploeg in een bepaalde samenstelling aan de wedstrijd heeft deelgenomen, dan mogen er in totaal tot maximaal vier atleten als vervanging in de samenstelling van dat team worden gebruikt. Estafetteploegen die zich niet aan deze regel houden moeten worden gediskwalificeerd.
- 24.11 In de 4 x 100 m gemengd moet ieder team bestaan uit twee mannen en twee vrouwen. De volgorde waarin gelopen moet worden is: vrouw – vrouw – man – man.
- 24.12 In de 4 x 400 m gemengd moet ieder team bestaan uit twee mannen en twee vrouwen. De volgorde waarin gelopen moet worden is: man – vrouw – man - vrouw
- 24.13 De samenstelling van de ploeg en de volgorde waarin wordt gelopen moeten uiterlijk één uur vóór de gepubliceerde eerste meldtijd (het tijdstip waarop de atleten in de call room moeten zijn) van de eerste serie van elke ronde van de wedstrijd worden ingediend. De ploeg moet lopen met de atleten en in de volgorde zoals opgegeven. Als een ploeg deze regel overtreedt, moet die ploeg gediskwalificeerd worden.
- 24.14 De 4 x 100 m en de 4 x 100 m gemengd moet geheel in banen worden gelopen.
- 24.15 De 4 x 200 m kan op een van de volgende manieren worden gelopen:
 - 24.15.1 indien mogelijk geheel in banen (vier bochten in banen);
 - 24.15.2 de eerste twee lopers lopen in banen; de derde lopers lopen in banen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de overgangslijn zoals beschreven in regel TR17.5, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (drie bochten in banen);
 - 24.15.3 alleen de eerste lopers lopen in banen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de overgangslijn zoals beschreven in regel TR17.5, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (één bocht in banen).

Opmerking: Als er (op een 8-baans accommodatie) niet meer dan vier ploegen starten, en het niet mogelijk is om volgens TR24.15.1 te lopen dan dient TR24.15.3 toegepast te worden.

NED

In afwijking van het bepaalde in regel TR24.15, wordt in wedstrijden van de Atletiekunie bij het onderdeel 4 x 200 m, ongeacht het aantal

deelnemende ploegen, uitsluitend de eerste bocht na de start in banen gelopen.

- 24.16 In de medley relay zouden de eerste twee lopers in banen moeten lopen; de derde lopers zouden dan in banen moeten lopen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de in regel TR17.5 beschreven overgangslijn, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (twee bochten in banen).
- 24.17 De 4 x 400 m en de 4 x 400 m gemengd kan op een van de volgende manieren worden gelopen:
- 24.17.1 de eerste lopers lopen in banen; de tweede lopers lopen in banen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de overgangslijn zoals beschreven in regel TR17.5, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (drie bochten in banen);
- 24.17.2 alleen de eerste lopers lopen in banen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de overgangslijn zoals beschreven in regel TR17.5, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (één bocht in banen).
- Opmerking: Als (op een 8-baans accommodatie) er niet meer dan vier ploegen starten, dient optie (b) te worden gebruikt.
- 24.18 De 4 x 800 m kan op een van de volgende manieren worden gelopen:
- 24.18.1 alleen de eerste lopers lopen in banen tot aan de dichtstbijzijnde rand van de overgangslijn zoals beschreven in regel TR17.5, vanaf waar de atleten hun baan mogen verlaten (één bocht in banen);
- 24.18.2 er wordt niet in banen gelopen.
- 24.19 Als een atleet de bepalingen van de regels TR24.15, TR24.16, TR24.17 of TR24.18.1 niet opvolgt, dan moet zijn team worden gediskwalificeerd.
- 24.20 Bij de afstands medley relay en de 4 x 1 500 m wordt er niet in banen gelopen.
- 24.21 Bij alle wissels mogen de atleten hun loop niet buiten de wisselzone beginnen; zij moeten dus binnen de wisselzone starten. Als een atleet zich niet aan deze regel houdt, moet zijn ploeg worden gediskwalificeerd.
- 24.22 De laatste lopers in de medley relay en de derde en vierde lopers (of volgens regel TR24.17.2 ook de tweede loper) van de 4 x 400 m en de 4 x 400 m gemengd moeten zich, onder toezicht van een daarvoor aangewezen jurylid, in dezelfde volgorde (van binnen naar buiten) opstellen, als die waarin hun aankomende ploeggenoten de laatste bocht ingaan. Als de aankomende atleten dit punt eenmaal gepasseerd zijn, moeten de wachtende atleten deze volgorde aanhouden en mag de plaats bij het begin van de wisselzone niet meer worden veranderd. Als een atleet zich niet aan deze regel houdt, moet zijn ploeg worden gediskwalificeerd.
- Opmerking: Als de 4 x 200 m niet volledig in banen gelopen wordt, en de voorgaande afstand niet geheel in banen gelopen is, dan moeten de atleten zich (van binnen naar buiten) opstellen in de volgorde van de startlijst.
- 24.23 In alle andere estafettes, waarbij geen gebruik wordt gemaakt van aparte banen met inbegrip indien van toepassing van de 4 x 200 m, de medley relay, de 4 x 400 m en de 4 x 400 m gemengd, mogen de wachtende

atleten voor het overnemen van de estafettestok van hun ploeggenoten zich in de binnenbaan opstellen, onder de voorwaarde dat zij niet duwen, dringen of andere atleten de doorgang belemmeren. Bij de 4 x 200 m, de medley relay, de 4 x 400 m en de 4 x 400 m gemengd moeten de wachtende atleten de volgorde handhaven zoals die in regel TR24.22 is beschreven. Als een atleet zich niet aan deze regel houdt, moet zijn ploeg worden gediskwalificeerd.

- 24.24 In het geval van estafettewedstrijden die niet in deze regel worden beschreven, moeten de regels die toegepast moeten worden, en de methode waarop de estafette moet worden uitgevoerd in de desbetreffende wedstrijdbepalingen worden gespecificeerd.

De chefs moeten bij de wisselzone blijven die aan hem en zijn wisselpuntcommissarissen is toegewezen. Zodra de atleten op de juiste plaats in hun baan zijn opgesteld en de wedstrijd is gestart, zijn de chef en zijn wisselpuntcommissarissen verantwoordelijk voor het rapporteren van alle overtredingen van deze regels maar ook van andere overtredingen en in het bijzonder die van regel TR17.

► **NED**

Zweedse estafette

- 24.25 Voor de Zweedse estafette (400 m - 300 m - 200 m - 100 m) gelden, onafhankelijk van het aantal ploegen dat eraan deelneemt, de volgende regels:

- met estafettestok;
- start op de speciale startlijnen van de Zweedse estafette nabij de startlijnen van de 200 meter;
- de eerste loper van elke ploeg mag meteen na de bocht bij de overgangslijn Zweedse estafette naar de binnenbaan;
- eerste wissel in wisselzone van 30 m;
- tweede wissel in wisselzone van 30 m;
- derde wissel in wisselzone van 30 m;
- finish op de finishlijn;
- wachtende atleten mogen zich vrij in de binnenbaan opstellen, onder de voorwaarde dat zij niet duwen, dringen of andere atleten de doorgang belemmeren.