

Competition Rules

قواعد المنافسة
2008

Competition Rules

**قواعد المنافسة
2008**

17, rue Princesse Florestine - BP 359
MC 98007 MONACO Cedex
+377 93 10 88 88 - Fax +377 93 15 95 15
<http://www.iaaf.org>

DRAFT

DRAFT

Foreword

مقدمة

يطيب لى أن أقوم بتقديم الطبعة الحديثة لقواعد المنافسة للإتحاد الدولي لألعاب القوى عقب مؤتمر الإتحاد الدولي السادس والعشرين بأوساكا ، والذي أخذ فى اعتباره جميع المتغيرات من جانب مندوبى (212) من الإتحادات الأعضاء بالإتحاد الدولي لألعاب القوى.

ومع أن هذا الكتاب يحتوى على عدد وافى من المتغيرات المطبعية من أجل تأكيد المطابقة والوضوح ، ربما تكون تغير القاعدة (1) الأكثر أهمية ، التى حددت المنافسات الدولية التى تستخدم قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى باعتبارها نتيجة لقبول المزيد من تأكيد مسئولية المناطق ، التى هى إحدى مفاتيح أهداف الخطة العالمية لألعاب القوى. كذلك هناك أختلاف واحد هام بين هذه الطبعة والطبعات السابقة لأن قواعد المنافسة هذه تتعلق فقط بعام 2008 أكثر من عام 2008-2009 .

أن سبب البعد عن التطبيق الدائم هو الدستور العالمى لمكافحة المنشطات الجديد الذى سوف يتم وضعه عقب مؤتمر (WADA) فى نهاية نوفمبر 2007 وسوف يتم تطبيقه أول يناير 2009.

أن دستور (WADA) الجديد سوف يجبر الإتحاد الدولي لألعاب القوى على قبول الجدل فى الباب (3) الخاص بمكافحة المنشطات ، والباب (4) الخاص بالمنازعات بالنسبة لقواعد المنافسة.

وطبقاً للأوامر المعطاه إلى المؤتمر ، فإن مجلس الإتحاد الدولي لألعاب القوى سوف يراجع تلك التحسينات فى قواعد المنافسة لعام 2008 لأجل عام 2009 ، (فضلاً عن تحسين الأبواب) التى ستنتشر.

وسوف يبقى لى أن أشكر جميع اللذين شاركوا فى مسودة هذه الطبعة الجديدة، وكذلك أعضاء أسرة ألعاب القوى فى العالم ، ومجلس الإتحاد الدولي لألعاب القوى ، واللجنة الفنية للإتحاد ولجنة التحقيق، فضلاً عن فريق العمل التابع للإتحاد الدولي لألعاب القوى.

لامين دياك

رئيس الإتحاد الدولي لألعاب القوى

DRAFT

DRAFT

DRAFT

المصطلحات

DEFINITIONS

DRAFT

Definitions

المصطلحات

AREA

المنطقة

المنطقة من الناحية الجغرافية تشمل كل الدولة والمقاطعات التابعة، وأحدى مناطق الإتحاد الستة

Athletics

العاب القوى

المضمار و الميدان , جري الطريق , سباق المشي , اختراق الضاحية جري الجبال.

CAS

محكمة التحكيم الرياضى

محكمة التحكيم الرياضى يلوزان

Citizen

المواطن

هو الشخص الذى يتمتع بحق المواطنة القانونية فى دولة ما، أو فى حالة المقاطعة فهو الشخص الذى يتمتع بحق المواطنة فى المقاطعة التابعة للدولة الأم ولديه أهلية قانونية فى ظل القوانين المطبقة فى المقاطعة.

Citizenship

الجنسية

هى الجنسية القانونية لدولة ما فى حالة المقاطعة فهى الجنسية القانونية للوالدين فى تلك المقاطعة والوضع القانونى المناسب فى تلك المقاطعة بموجب القوانين التى يتم تطبيقها هناك.

club

النادي

النادي او الجمعية التى تضم لاعبين وتنتمى الى الاتحاد العضو طبقا لقواعد الاتحاد العضو

Commission

لجنة

لجنة تابعة للإتحاد الدولى لألعاب القوى يقوم مجلس إدارة الإتحاد بتعيينها طبقاً لبنود اللائحة الأساسية.

Constitutio

اللائحة الأساسي

ويشار بها للائحة الأساسية للإتحاد الدولى لألعاب القوى.

Council

المجلس

ويقصد به مجلس إدارة الاتحاد الدولي لألعاب القوى

Country

الدولة

يقصد بالدولة منطقة جغرافية من العالم تتمتع بحكم ذاتى ومُعترف بها ككيان مستقل من قبل القانون الدولى والهيئات الحكومية والدولية

IAAF

الاتحاد الدولي لألعاب القوى

(IAAF) الحروف الاولى المختصرة لاسم الاتحاد الدولي لألعاب القوى

International Association of Athletics Federations.

International Invitation Meeting

دعوة لمنافسة دولية

منافسة فى ألعاب القوى والتي يشترك فيها لاعبون ينتمون إلى عضوين أو أكثر من الإتحادات ويشتركون بناء على دعوة منظم المنافسة.

المنافسة الدولية International Competition
أى من المنافسات الدولية المدونة تحت القاعدة 1.1 من هذه القواعد.

اللجنة الأولمبية الدولية IOC
الحروف الأولى المختصرة لاسم اللجنة الأولمبية الدولية

العضو Member
الإتحاد الوطنى لألعاب القوى المنضم إلى الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

العضوية Membership
عضوية الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

الإتحاد الوطنى National Federation
العضو المنضم للإتحاد الدولي لألعاب القوى والذي يخضع اللاعب أو أى شخص آخر لقواعده

الإرشادات الإجرائية Procedural Guidelines
الإرشادات الإجرائية الخاصة بفحص المنشطات كما تم التصديق عليها من قبل مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى..

النظم Regulations
نظم الإتحاد الدولي لألعاب القوى والتي يعتمدها من حين لآخر

القواعد Rules
قواعد المنافسة التى أقرها الإتحاد الدولي لألعاب القوى كما هى موضحة فى كتيب قواعد المنافسة.

المقاطعة Territory
منطقة جغرافية أو منطقة ليست بدولة و لكن تتميز بالحكم الذاتي ,على الاقل من ناحية ذاتية التحكم فى مجالاته الرياضية , و بالتالى معترف به بواسطة الاتحاد الدولي لألعاب القوى .

مجموعة ألعاب القوى العالمية World Athletics Series
المنافسات الدولية الرئيسية كل اربع سنوات للإتحاد الدولي لألعاب القوى تبعاً لبرنامج المنافسة المعتمدة.

ألعاب القوى العالمية السياحية World Athletics Series
مجموعات اللقاءات الدعوية السنوية ، والتي يشترك فيها اللاعبين والتي يمكن لهم تسجيل النقاط تبعاً للنظم المعتمدة من المجلس . مجموعة هذه اللقاءات ينظمها الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

التحدى العالمى للمسابقات المركبة World Combined Events Challenge
مجموعة المنافسات السنوية للمسابقات المركبة ، والتي يشترك فيها اللاعبين والتي يمكن لهم تسجيل النقاط تبعاً للنظم المعتمدة من المجلس . مجموعة هذه اللقاءات ينظمها الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

مجموعات المنافسات فى سباق المشى السنوية World Race Walking Challenge

التي يشترك فيها اللاعبون والتي يمكن لهم تسجيل النقاط تبعاً للنظم المعتمدة من المجلس مجموعة هذه اللقاءات ينظمها الإتحاد الدولي لألعاب القوى..

ملحوظة 1

المصطلحات السابقة تطلق على جميع القواعد وهناك مصطلحات في الباب (3) تطلق على مكافحة المنشطات.

ملحوظة 2

جميع الإشارات من تلك القواعد بصيغة المذكر تشمل أيضاً المؤنث- كذلك جميع الإرشادات بصيغة المفرد تشمل صيغة الجمع.

ملحوظة 3

التعديلات (غير التعديلات المحررة) والمتعلقة بقواعد المنافسة للإتحاد الدولي لألعاب القوى 2006-2007 والمصدق عليها من قبل المؤتمر 2007، قد تم تحديدها بالخطين الرأسيين على الهوامش

الفصل الأول

CHAPTER 1

المنافسات الدولية

INTERNATIONAL COMPETITIONS

الفصل الخامس
CHAPTER 5
القواعد الفنية
TECHNICAL RULES

القاعدة 100 Rule

عام General

تخضع جميع المنافسات الدولية الموضحة في القاعدة (1.1) لقواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى ، ويجب أن يذكر هذا في جميع الإذاعات والإعلانات ووسائل الدعاية والبرامج والمواد المطبوعة

ملحوظة: يوصى بأن تطبق الإتحادات الأهلية قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى عند إدارتها للمنافسات الخاصة بها

الباب الأول - SECTION I الإداريون - OFFICIALS

القاعدة 110 Rule

الإداريون الدوليون International Officials

في المنافسات التي يتم تنظيمها وفقا للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) يجب تعيين الإداريين التاليين دولياً :

(أ) مندوب التنظيم أو أكثر

(ب) المندوب الفني أو أكثر

(ج) المندوب الطبي

(د) مندوب الكشف عن المنشطات

(هـ) إداريون فنيون دوليون / إداريون دوليون لإختراق الضاحية والسباقات على الطريق وسباقات الجبل / الإداريون الفنيون للمنطقة .

(و) قضاة مشي دوليون/ قضاة المنطقة للمشبي

(ز) مساح دولي لقياس سباقات الطريق

(ح) قاضي دولي لتصوير النهاية

(ط) هيئة الاحتكام

يجب تعيين عدد الأشخاص لكل فئة من الفئات المبينة في قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى الفنية (أ) أو إتحادات / المناطق) في المنافسات التي يتم تنظيمها وفقا للقاعدة 1.1 (أ) كما يلي :-

يتم إختيار الأشخاص المشار إليهم في (أ) ، (ب) ، (ج) ، (د) وكذلك (ط) بواسطة مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى . ويتم إختيار الأشخاص المشار إليهم في (هـ) بواسطة مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى من قائمة تعدها اللجنة الفنية من قائمتي الإداريون الدوليون لإختراق الضاحية والسباقات على الطريق وسباقات الجبال . ويتم إختيار الأشخاص المشار إليهم في (و) بواسطة مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى من قائمة تعدها لجنة المشي . ويتم إختيار الشخص المشار إليه في (ح) بواسطة المندوبين الفنيين ومن بين أعضاء الإتحاد الدولي لألعاب القوى ومن قائمة AIMS للمساحين الدوليين لمسار الطريق . والأشخاص المختارين في (ط) يعينون بواسطة المندوبين الفنيين من بين أعضاء قائمة الأذنين بالبدء الدوليين للإتحاد الدولي لألعاب القوى . وإختيار الشخص في (أ) من قبل المندوبين الفنيين ومن بين أعضاء الإتحاد الدولي لألعاب القوى ومن قائمة القضاة الدوليين لتصوير النهاية .

وسوف يعتمد مجلس الإتحاد الدولي لألعاب القوى معايير الإختيار ، والمؤهله والواجبات للإداريين أعلاه . ويمكن لأعضاء الإتحاد الدولي لألعاب القوى إقتراح الأشخاص المؤهلين من الإختيار .

وفى المنافسات المنظمة تحت القاعدة (ج) 1.1 و (ز) هؤلاء الأشخاص سوف يتم إختيارهم من قبل إتحاد المنطقة المعنى . وفى حالة الإداريين الفنيين للمنطقة ، وقضاة المنطقة لسباق المشى ، فإن الإختيار يتم من إتحاد المنطقة المعنى ومن قائمتهم للإداريين الفنيين للمنطقة ، وكذلك من سباق المشى للمنطقة . ويمكن للإتحاد الدولى لألعاب القوى تعيين مندوب الدعاية فى المنافسات التى تنظم تبعاً للقواعد (أ) 1.1 ، (هـ) ، (ط) . وفى المنافسات طبقاً للقواعد (ج) 1.1 (و) ، (ك) فإن أى تعيين سوف يتم بواسطة إتحاد المنطقة المعنى ، وفى المنافسات بناء على القاعدة (ب) 1.1 ومن قبل العضو المعنى ، ومن أجل المنافسة طبقاً للقواعد (د) 1.1 ، (ح) ، (ط) يتم بواسطة عضو الإتحاد الدولى لألعاب القوى المعنى . إن مصاريف السفر لكل شخص معين من الإتحاد الدولى لألعاب القوى أو من إتحاد المنطقة تبعاً للقواعد أو القاعدة (3.2) سوف يصرف له بواسطة المنظمين للمنافسة وليس لأكثر من (14) يوماً من مغادرته إلى المكان . وفى حالات الطيران لأطول من 1500 ميل ، فسوف تؤمن لهم درجة الأعمال والعودة جواً . أما مصاريف الإقامة فسوف يتم دفعها أيضاً بواسطة المنظمين وليس متأخراً عن اليوم الأخير للمنافسات ، أو قسم ألعاب القوى للألعاب ، أو فى يوم اللقاء نفسه ، إذا كانت المنافسة ليوم واحد من اللقاء .

ملاحظة : الإداريون الدوليون يجب ارتدائهم زياً مميزاً .

القاعدة 111 Rule **مندوبوا التنظيم Organisational**

يجب على مندوبي التنظيم مداومة الإتصال الوثيق باللجنة المنظمة بصفة دائمة والتبليغ المنتظم إلى إدارة الإتحاد الدولى لألعاب القوى ، كما أن عليهم عند الضرورة التعامل مع المسائل المتعلقة بالواجبات والالتزامات المالية مع العضو المنظم واللجنة المنظمة ، وعليهم التعاون مع المندوب أو المندوبين الفنيين .

القاعدة 112 Rule **المندوبون الفنيون Technical Delegates**

المندوبون الفنيون بالتعاون مع اللجنة المنظمة ، والتي توفر لهم كل مساعدة ممكنة ، مسئولون عن التأكد من أن جميع الترتيبات الفنية تتطابق تماماً مع القواعد الفنية للإتحاد الدولى لألعاب القوى ودليل الإتحاد الدولى لألعاب القوى الخاص بتجهيزات المضمار والميدان .

يجب أن يقدم المندوبون الفنيون للجهة المعينة الإقتراحات الخاصة ببرنامج المسابقات ، ومستويات المشاركة والأدوات المستخدمة ، ويجب عليهم تحديد المستويات الخاصة بالتأهيل لمسابقات الميدان ، والأسس التى يتم بموجبها سحب قرعة التصنيفات وأدوار التأهيل لسباقات المضمار .

كما أن عليهم التأكد من أن النظم الفنية قد وصلت لجميع الأعضاء المتنافسين المشاركين فى البطولة قبل بدايتها بوقت كاف .

المندوبون الفنيون مسئولون عن جميع الترتيبات الفنية الأخرى الضرورية لإقامة مسابقات ألعاب القوى . كما أن عليهم ضبط عملية الإشتراك ولهم الحق فى رفض طلبات الإشتراك لأسباب فنية أو وفقاً للقاعدة 146.1 (الرفض لأي أسباب غير فنية يجب أن تكون بموجب قواعد الإتحاد الدولى لألعاب القوى أو مجلس إتحاد المنطقة المعنى) .

وهم يقومون بإعداد التصنيفات وأدوار التأهيل وكذا المجموعات للمسابقات المركبة . كما أن عليهم تقديم تقارير مكتوبة وفق ما هو مناسب حيال الترتيبات الخاصة بالإعداد للمنافسة . وعليهم التعاون مع مندوب أو مندوبى التنظيم التى يتم تنظيمها وفقاً للقاعدة 1.1 (أ)، (ب)، (ج)، (و) . ويرأس المندوبون الفنيون جلسة الإجتماع الفني ، ويجب عليهم إعطاء تعليمات مختصرة للإداريين الفنيين .

القاعدة Rule113 **المندوب الطبي Medical Delegates**

المندوب الطبي له السلطة المطلقة حيال كافة المسائل الطبية ، وعليه التأكد من توافر التجهيزات الطبية المناسبة لإجراء الفحوص الطبية والعلاج وتأمين الرعاية الطبية للحالات الطارئة في موقع المنافسة وفي أماكن إقامة المتسابقين . وللمندوب الطبي السلطة كذلك في النظر في تحديد الجنس للمتسابق إذا رأي ذلك .

القاعدة Rule114 **مندوب الكشف عن منشطات** **Doping Control Delegates**

مندوب الكشف عن المنشطات عليه الاتصال باللجنة المنظمة للتأكد من توافر التجهيزات المناسبة للكشف عن المنشطات. وهو مسئول كذلك عن كافة المسائل التي لها علاقة بالكشف عن المنشطات.

القاعدة Rule 115 **الإداريون الفنيون الدوليون وإداريو إختراق الضاحية وجرى الطريق وجرى الجبال** **International Technical Officials (ITO) and Cross Country, Road** **Running and Mountain Running Officials (ICRO)**

1. يجب على المندوبين الفنيين تعيين رئيساً من بين الإداريين الفنيين الدوليين المعيّنين، إذا لم يكن قد تم ذلك من قبل ، كلما كان ذلك ممكناً أن يقوم رئيس الإداريين الفنيين الدوليين بتعيين واحد من الإداريين الفنيين الدوليين على الأقل لكل مسابقة في البرنامج . ويجب على الإداري الفني الدولي تقديم كل عون ممكن لحكم السباق.

ويجب على الإداريين الفنيين الدوليين الحضور المستمر أثناء إجراء المسابقة الذي عينوا لأجله وذلك للتأكد من إن المنافسة يتم تنظيمها وفقاً للقواعد الفنية ونظم الإتحاد الدولي لألعاب القوى والقرارات المتعلقة بها المتخذة من طرف المندوب / المندوبين الفنيين .

أما في حالة ظهور مشكلة ، ولاحظ الإداريون الفنيون حسب رأيهم أنها تحتاج إلى تعليق ، فعليهم منذ اللحظة الأولى تبليغها إلى حكم السباق ، وإذا تطلب الأمر فعليهم تقديم النصح حيال ما يجب عمله. وإذا لم تقبل النصيحة وكان هناك إنتهاك واضح لقواعد الإتحاد الدولي أو لنظم المنافسة أو لقرارات إتخذت بواسطة المندوبين الفنيين الدوليين ، فيجب على الإداريين الفنيين الدوليين أن يقرروا ما يجب عمله ، وإذا ظلت المشكلة كما هي ولم تحل فيجب تحكيم المندوب الفني للإتحاد الدولي لألعاب القوى والمندوبون . ويجب أن يقوم الإداريون الفنيون أيضاً بالتوقيع على إستمارات تسجيل النتائج بعد إنتهاء سباقات الميدان .

ملحوظة (i) : في البطولات التي يتم تنظيمها بموجب القاعدة 1.1 (ج) ، (و) ينطبق ما سلف ذكره أيضاً على تعيين الإداريين الفنيين للمنطقة.

ملحوظة (ii) : في حالة غياب الحكم فعلى الإداري الفني الدولي أن يعمل بدلاً عنه مع رئيس القضاة التابع له

2. فى منافسات إختراق الضاحية وجرى الطريق وجرى الجبال فعلى المندوبين الفنيين المعينين أن يوفرُوا كل الدعم الضرورى لمنظمى المنافسة . كما يجب عليهم أن يكونوا متواجدين طول الوقت عندما تؤدى المنافسة . وعليهم تأمين سير المنافسة وتبعاً للقواعد الفنية للإتحاد الدولى لألعاب القوى والنظم الفنية وقرارات المندوبين الفنيين .

القاعدة 116 Rule **قضاة المشي الدوليين** **International RaceWalking Judges**

يجب ترشيح قائمة بأسماء قضاة المشي الدوليين بواسطة لجنة المشي بالإتحاد الدولى لألعاب القوى والمعتمدة من مجلس إدارته.
يجب أن يكون قضاة سباق المشي يعينون لكل المنافسات الدولية التي تتم وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) أعضاء ضمن القائمة الدولية لقضاة المشي .
ملحوظة : يجب أن يكون قضاة المشي المعينون فى المنافسات التي تتم وفقاً للقاعدة 1.1 (ب) ، (ج) ، (هـ) (و) ، (ز) ، (ك) أعضاء ضمن أحد القوائم الدولية لقضاة المشي أو قوائم المنطقة أو لقضاة المشي .

القاعدة 117 Rule **مساح سباق الطريق الدولي** **International Race Road Measurer**

فى المنافسات التي يتم تنظيمها وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) يجب تعيين مساح دولى لقياس مسافة طريق السباق للتأكد من صحة مسافة السباق عندما يجرى سباق الطريق كلياً أو جزئياً خارج الإستاد .
يجب أن يكون المساح المعين عضواً فى قائمة الإتحاد الدولى لألعاب القوى لمساحي سباقات الطرق الدرجة A) (أو B) .
يجب قياس مسافة السباق فى توقيت جيد قبل المنافسة.
يجب أن يتأكد المساح من مسافة السباق ويعتمدها طالما وجد أنها مطابقة لقواعد الإتحاد الدولى لألعاب القوى (القاعدة 240.3 والملاحظة الخاصة بها)
ويجب عليه أن يتعاون مع اللجنة المنظمة فى ترتيبات السباق ومشاهدة تنظيم السباق للتأكد من أن السباق قد تم مع إتباع اللاعبين لنفس المسافة المقاسة والمعتمدة . ويجب عليه ترتيب شهادة مناسبة للمندوب أو المندوبين الفنيين .

القاعدة 118 Rule **الآذن بالبداة الدولى وقاضى تصوير النهاية الدولى** **International Starter and International Photo Finish Judge**

فى كافة البطولات التى تقام فى الإستاد وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) يقوم الإتحاد الدولى لألعاب القوى أو الإتحاد القارى المختص بتعيين قاضى بدء دولى وقاضى تصوير النهاية الدولى على التوالى و يقوم قاضى البدء الدولى بالإعلان عن بدء السباق (بالإضافة إلى القيام بأى مهام أخرى) يكلفه بها المندوبين الفنيين كما يقوم قاضى تصوير النهاية الدولى بالإشراف على جميع الوظائف المتعلقة بتصوير خط النهاية.

القاعدة 119 Rule هيئة الاحتكام Jury of Appeal

في جميع البطولات التي يتم تنظيمها وفقا للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (هـ) يجب تعيين هيئة إحتكام وتتكون عادة من ثلاثة أو خمسة أو سبعة أشخاص ، ويكون أحدهم رئيساً وآخر سكرتيراً . وقد يعين السكرتير من غير أعضاء اللجنة إذا رأت هيئة الاحتكام إن ذلك ملائماً .
وعلاوة على ذلك أيضا يجب تعيين هيئة إحتكام في اللقاءات الأخرى والتي يعتقد فيها المنظمون أن ذلك من المرغوب فيه ومن الضرورة لضمان حسن سير تنظيم البطولات .
إن الوظائف الأساسية لهذه الهيئة هي البت في جميع الإحتجاجات وفقا للقاعدة 146 ، بالإضافة إلى أي موضوعات قد تظهر خلال سير المنافسة والتي ستحال إليها لإتخاذ قرار بشأنها ويعتبر قرارها نهائياً . ويمكنها في حالة تقديم أدله دامغة أن تعيد النظر في قرارها إذا كان القرار الجديد قابلاً للتنفيذ .
إن القرارات التي تشتمل على نقاط لم تستوفيها القواعد يجب أن ترفع بها مذكرة من رئيس هيئة الإحتكام إلى السكرتير العام للإتحاد الدولي لألعاب القوى .

القاعدة 120 Rule إداريو اللقاءات Officials of the Meeting

تقوم اللجنة المنظمة للقاء بتعيين جميع الإداريين ، ويخضع ذلك للقواعد الخاصة بالإتحاد المحلي عضو الإتحاد الدولي والذي يقام اللقاء في بلده ، بينما يخضع تعيين إداريي اللقاءات التي تقام بموجب القاعدة 1.1 (أ) ، (ب) أو (ج) ، (و) إلى القواعد والإجراءات الخاصة بالهيئة الدولية المعنية .
وتوضح القائمة التالية لهذه القاعدة الإداريين الرسميين الذين يعتبر وجودهم ضرورياً في اللقاءات الدولية الرئيسية ولجنة المنظمة حرية تعديل ذلك تبعاً للظروف المحلية .

الإداريون الرسميون

- مديراً واحداً للمنافسة .
- مديراً واحداً فنياً .
- مديراً واحداً لعروض المسابقة .

إداريو البطولة

- حكم لغرفة النداء .
- حكم (أو أكثر) لمسابقات المضمار .
- حكم (أو أكثر) لمسابقات الميدان .
- حكم (أو أكثر) للسباقات المركبة .
- حكم (أو أكثر) للسباقات التي تقام خارج الاستاد .
- رئيس لقضاة المضمار وعدد كاف ومناسب من القضاة .
- رئيس لقضاة الميدان وعدد كاف ومناسب من القضاة لكل مسابقة ميدان .
- رئيس لقضاة المشي ثمانية قضاة لكل سباق مشي خارج الاستاد .
- إداريون آخرون لبطولات المشي عند الضرورة ، منهم المسجلون وإداريو لوحات الإنذار .. إلخ .
- رئيس مراقبين وعدد كاف ومناسب من المراقبين .
- رئيس مقياتين وعدد كاف ومناسب من المقياتين .
- منسق للبدء وعدد كاف ومناسب من آذني البدء ومعيدي السباق .
- مساعد (أو أكثر) لآذن البدء .
- رئيس لعدادي اللغات وعدد كاف ومناسب من عدادي اللغات .

- سكرتير (أو أكثر) للبطولة وعدد كاف ومناسب من المساعدين.
- رئيس مراقبي النظام وعدد مناسب وكاف من مراقبي النظام .
- قياس لسرعة الريح (أو أكثر) .
- رئيس قضاة تصوير النهاية وعدد كاف ومناسب من قضاة تصوير النهاية المساعدين .
- قاض للقياس الالكتروني (أو أكثر) .
- رئيس لعدد مناسب من قضاة غرفة النداء .

إداريون اضافيون

- مذيع (أو أكثر) .
 - إحصائي (أو أكثر) .
 - مندوب الدعاية والإعلان .
 - مساح معتمد .
 - طبيب (أو أكثر) .
 - معاونون للمتسابقين ، للمسؤولين وللصحافة .
- يجب على الحكام ورؤساء القضاة وضع شارة أو رباط على الذراع لتمييزهم، كما يمكن تعيين مساعدين إذا لزم الأمر وبراغي ضرورة عدم إزدحام ساحة المنافسة بالإداريين قدر المكان . كما يجب تعيين طبيبة عند إقامة منافسات الإناث إذا كان ذلك ممكناً .

القاعدة 121 Rule

مدير المنافسة Competition Director

يجب على مدير المنافسة التخطيط للتنظيم الفني للبطولة بالتعاون مع المندوب الفني أو المندوبين الفنيين بشكل قابل للتطبيق، ويتأكد أنها منجزة وعليه أن يحل كافة المشكلات الفنية مع المندوب الفني أو المندوبين الفنيين . كما أن عليه إن يدير العلاقة مع المشاركين في البطولة وكذلك من خلال نظام الاتصالات ويجب عليه أن يكون على إتصال مع جميع الإداريين.

القاعدة 122 Rule

مدير اللقاء Meeting Manager

مدير اللقاء يكون مسؤولاً عن صحة تنظيم البطولة . كما يجب عليه التأكد من وجود جميع الإداريين مستعدين للعمل وتعيين بدلاء عند الضرورة كما أن له الصلاحية لإستبعاد أي إداري لا يتقيد بإتباع القواعد . ويجب عليه بالتعاون مع مراقب النظام المعين وضع الترتيبات للتأكد من إنه لا يوجد في مركز ساحة اللقاء سوى الأشخاص المسؤولين فقط المصرح لهم بذلك . ملحوظة: بالنسبة للقاءات التي قد تستغرق أربعة ساعات أو أكثر من يوم فيوصى بأن يكون للمدير عدد كاف من المديرين المساعدين.

القاعدة 123 Rule

المدير الفني Technical Manager

يجب أن يكون المدير الفني مسؤولاً عن التأكد من صلاحية المضمار وطرق الإقتراب، والدوائر والأقواس وقطاعات الرمي ، ومناطق الهبوط في سباقات الميدان ، والتأكد من أن جميع الأدوات والتجهيزات مطابقة لقواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

القاعدة 124 Rule مدير عروض المسابقة Event Presentation Manger

يقوم مدير عروض المسابقة بوضع خطة لتجهيزات عروض المسابقة بالتنسيق مع مدير المسابقة وبالتعاون مع مندوبي اللجنة المنظمة والمندوبين الفنيين في كافة المجالات كما يجب عليه أيضا التأكد من تحقيق أهداف الخطة بالإضافة إلى إيجاد حلول لأى من المشاكل التى ربما يواجهها وذلك بالتعاون مع مدير المسابقة والمندوبين المختصين كما يباشر التفاعل بين أفراد فريق عروض المسابقة عن طريق إستخدام وسائل الإتصال مع كل واحد منهم .

القاعدة 125 Rule الحكام Referees

1. يجب تعيين حكم مستقل لغرفة النداء لكل من سباقات المضمار، ولمسابقات الميدان، وللسباقات المركبة ، ولسباقات الجري والمشي التي تؤدي خارج الإستاد.
ليس لحكام المضمار أو السباقات خارج الإستاد أي إختصاص أو تدخل في الأمور التي تدخل ضمن مسؤوليات رئيس قضاة سباقات المشي.
2. يجب على الحكام التأكد من تطبيق القواعد و (التعليمات الفنية القابلة للتطبيق) وإصدار القرار في الشؤون التي قد تظهر أثناء المنافسة (و داخل غرفة النداء) وغير الواردة في القواعد (و أى تعليمات فنية يمكن تطبيقها) .
وفي الحالة التنظيمية فلحكم غرفة النداء السلطة التي تبدأ أولاً من غرفة النداء حتى مكان المنافسة .
ولحكم سباقات المضمار والسباقات خارج الإستاد المعينين إتخاذ القرار المطلق في وضع السباق فقط عندما لا يتمكن القضاة من الوصول إلى حل النزاع على الأماكن في السباق فقط .
ولحكم المضمار المختص القدرة على إتخاذ قرار حول أى حقائق متعلقة بالبداية إذا لم يتفق مع القرارات التي أتخذت بواسطة طاقم البدء بإستثناء ما يخص البدء الخاطئ و التي تكتشف بواسطة جهاز كشف البدء الخاطئ المعتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى إلا إذا ما أقر الحكم لأى سبب أن المعلومات المزودة من الجهاز غير صحيحة .
إن حكم المضمار معين لإعادة النظر في البدايات المشار إليها من حكم البداية . وليس للحكم ان يعمل كقاضى أو مراقب .
3. على الحكم المختص مراجعة النتائج النهائية، والتعامل مع النقاط التي يثار حولها خلاف يثار حولها خلاف، وفي حالة عدم وجود قاض للقياس الالكتروني فعليه أن يقوم بالإشراف على القياسات التي يمكن أن تؤدي إلى أرقام قياسية وفي ختام كل مسابقة يجب إنهاء بطاقة النتيجة مع توقيع الحكم المعنى وتسليمها إلى سكرتير المنافسة .
4. للحكم المعنى الحكم في أى إحتجاج أو إعتراض فيما يتعلق بالمنافسة بما في ذلك أى أمور تحدث في غرفة النداء .
5. وللحكم السلطة في التحذير أو الإستبعاد من المنافسة أى لاعب مذنب لسوء التصرف الرياضي أو أمور غير سوية .
وقد تتضمن التحذيرات إظهار الكارت الأصفر للاعب والطرد بإظهار الكارت الأحمر . كما يجب أن تدخل التحذيرات والطرد في بطاقة النتيجة .
6. إذ كان من رأى الحكم المعنى ظهور حالات في أى منافسة تتطلب العدالة في أى مسابقة أو أى جزء في المسابقة ، فيجب النظر إليها ثانياً ، وله الحق في إلغاء المسابقة على أن تعاد ثانياً ، إما في نفس اليوم أو في مناسبة أخرى ، وعليه إتخاذ القرار .

7. حكم المسابقات المركبة له سلطة الإشراف على تنظيم منافسات السباقات المركبة. وله أيضا سلطة الإشراف على تنظيم السباقات الفردية الخاصة بالمسابقات المركبة في البطولة.

القاعدة 126 Rule القضاة Judges

عام General

1. يجب أن يقوم رئيس القضاة في سباقات المضمار، ورئيس القضاة لكل سباق من سباقات الميدان بتنسيق مهام القضاة في سباقاتهم المحددة. وإذا لم يقم الشخص المتخصص بتحديد المهام للقضاة فعليهم تحديد المهام.

سباقات المضمار وسباقات الطريق Track Events and Road Events

2. على القضاة الذين يعملون جميعا على جانب واحد من المضمار أن يقررو ترتيب وصول المتسابقين عند خط النهاية، وإذا لم يتوصلوا لقرار فعليهم إيصال الأمر إلى الحكم الذي يقوم بالبت فيه.

ملحوظة: وضع القضاة وعلى بعد خمسة أمتار على إستقامة خط النهاية من الحافة الداخلية للمضمار ويجهز لهم مدرج مرتفع.

سباقات الميدان Field Events

3. على القضاة أن يحكموا كل محاولة وأن يقيسوا ويسجلوا كل محاولة صحيحة للاعبين في كافة سباقات الميدان وفي الوثب العالي والقفز بالزانة يجب القيام بالقياس الدقيق للإرتفاع عند رفع العارضة، وعلى الأخص عند محاولة تسجيل الأرقام القياسية. قاضيان على الأقل يقومان بتسجيل الأرقام لجميع المحاولات ويطابقان تسجيلاتهما بعد نهاية كل دور.

وعلى القاضي المسئول الإشارة بصحة المحاولة أو خطأها برفع علماً أبيض أو أحمر وفقا لكل حالة.

القاعدة 127 Rule مراقبوا (الجري وسباقات المشي)

Umpires (Running and Race Walking Events)

1. المراقبون هم مساعدون للحكم وليس لهم سلطة إتخاذ قرارات نهائية.
 2. على المراقب أن يقف في المكان الذي يحدده له الحكم لمراقبة المنافسة عن قرب وفي حالة حدوث خطأ أو مخالفة للقواعد بخلاف القاعدة 230.1 سواء من المتسابق أو أي شخص آخر فعليهم كتابة تقرير فوري بما حدث لتقديمه للحكم.
 3. عند حدوث أي مخالفة للقواعد يجب أن تبلغ للحكم المعنى سواء برفع علم أصفر أو أي وسيلة أخرى معتمدة من المندوبين الفنيين.
 4. يجب تعيين عدد كاف من المراقبين لمراقبة سباقات التتابع عند مناطق التسليم والتسلم.
- ملحوظة:** عندما يلاحظ المراقب أن العداء قد جري في غير الحارة المخصصة له أو إن تسليمها قد تم خارج منطقة التسليم والتسلم فعليهم فوراً وضع علامة على مكان حدوث المخالفة بمادة مناسبة.

القاعدة 128 Rule

المقاتيون وقضاه تصوير النهاية Timekeepers and Photo Finish Judges

1. فى حالة قياس الوقت يدوياً ، فالواجب تعيين عدد كاف من الميقاتين حسب عدد المتسابقين ويجب تعيين واحداً منهم كرئيس والذي عليه توزيع المهام على الميقاتين . هؤلاء الميقاتين يعملون كميقاتيين معاونين في حال إستخدام جهاز التوقيت الكامل الآلية وتصوير النهاية .
2. يعمل الميقاتيون بمقتضى القاعدة 165 .
3. عند إستعمال جهاز التوقيت الكامل الآلية ولتصوير النهاية فيجب تعيين رئيس قضاة تصوير النهاية ومساعدين إثنين على الأقل .

القاعدة 129 Rule

منسق البدء ، آذن البدء والمعيدون

Start Coordinator, Starter and Recalls

1. يتولى منسق البدء:-
 - أ- توزيع واجبات قضاة فريق البداية وفى حالة المنافسات التى تخضع للقاعدة (أ) 1.1 وبطولات المنطقة ، والألعاب . فإن القرار يؤل إلى آذنى البدء الدوليين ومن مسئولية المندوبين الفنيين .
 - ب- يشرف على المهام التى تنجز بواسطة كل واحد من الفريق .
 - ج- يبلغ آذن البدء أن يبدأ تنفيذ إجراءات البدء بعد تلقيه التعليمات الخاصة من مدير المنافسة بأن كل شئ جاهز للبدء (على سبيل المثال بأن الميقاتيين والقضاة وعندما يكون ملائماً رئيس قضاة تصوير النهاية و مسئول قياس سرعة الريح جاهزون ومستعدون للعمل) .
 - د- أن يكون حلقة الوصل في الحوار مابين الطاقم الفني لشركة أجهزة التوقيت والقضاة.
 - هـ- أن يحتفظ بجميع الأوراق التى قدمت خلال إجراءات البدء بما فيها كافة مستندات أزمنة رد الفعل و / أو الرسم البياني للبدء الخاطئ إذا كان متاحاً .
 - و- التأكد من أن ما تنص عليه القاعدة 130.5 قد تم إنجازه .
 2. آذن البدء له السلطة الكاملة على اللاعبين عند إتخاذهم أماكنهم . وعند إستعمال جهاز كشف البدء الخاطئ، فعليه و/أو أحد معيدي البداية أن يضع سماعات على الآذن لسمع بوضوح أية إشارة تصدر عن البدء الخاطئ (انظر القاعدة 161.2) .
 3. آذن البدء عليه أن يتخذ لنفسه مكاناً يسمح له رؤية واضحة وإشراف ومراقبة على كل اللاعبين . ويوصى في البدايات المتدرجة وضع مكبرات للصوت فى كل حارة لكل لاعب لسمع النداءات .
- ملحوظة:** يجب على آذن البدء أن يتخذ مكاناً لنفسه يحقق له رؤية بزاوية ضيقة لكافة العدائين وفي السباقات التى تبدء من وضع البدء المنخفض فمن الضروري أن يتخذ مكاناً مناسباً وفور تأكده من ثبات اللاعبين وقبل إطلاق المسدس أو الجهاز المعتمد للبداية . وإذا كانت مكبرات الصوت لا تستخدم فى البدايات المتدرجة ، فعلى آذن البدء أن يتخذ مكاناً لنفسه على بعد متساوي مع كل من اللاعبين بقدر الإمكان . وإذا لم يتمكن آذن البدء من ذلك فيجب وضع المسدس أو الجهاز البداية المعتمدة فى المكان المناسب ويعمل بواسطة إتصال كهربائي .
4. يجب توفير للآذن بالبدء معيد للبداية أو أكثر لمساعدته.

- ملحوظة:** بالنسبة لسباقات 200 م ، 400 م ، 400 م حواجز ، 100 × 4 م ، 200 × 4 م ، 400 × 4 م تتابع فيجب أن يتواجد إثنان من معيدي البدء على الأقل .
5. يجب على كل معيد للبدء أن يضع نفسه في مكان يتمكن منه رؤية جميع اللاعبين المنوط به متابعتهم .
 6. الإنذار والإستبعاد يطبق وفقاً للقاعدة 162.7 و 162.8 وذلك بواسطة أذن البدء فقط .
 7. يجب أن يحدد منسق البدء لكل معيد بدء مهمة محددة والمكان الخاص به ، والذي يكون مضطراً لإعادة بدء السباق (انظر القاعدة 161.2 ، 162.8) إذا لاحظ أي إنتهاك للقواعد وبعد إعادة أو إفشال البدء يجب على المعيد أن ينقل ملاحظاته إلى أذن البدء الذي يقرر إلى أي من المتسابقين يوجه الإنذار .
 8. للمساعدة في السباقات التي يستخدم فيها البدء المنخفض فيجب إستعمال جهاز كشف البدء الخاطئ الموصوف في القاعدة 161.2 .

القاعدة 130 Rule

مساعِدو أذن البدء Starter's Assistants

1. على مساعدي الأذن بالبدء التأكد من أن اللاعبين يشاركون في التصفيات أو السباقات الصحيحة وأن الأرقام الخاصة بهم موضوعة بشكل سليم .
2. يجب على مساعدي الأذن بالبدء وضع كل لاعب في حارته أو مكانه الصحيح وجمعهم على خط التجمع الذي يبعد ثلاثة أمتار خلف خط البدء (في السباقات ذات البدايات المتدرجة يكون خط التجمع بالمثل خلف خط البدء في كل حارة) . وعند الانتهاء من ذلك عليهم الإشارة لأذن البدء بأن الجميع على استعداد. وعند النداء لبداية جديدة فعلى مساعدي أذن البدء ، جمع المتسابقين وإعدادهم من جديد .
3. مساعِدو الأذن بالبدء مسئولون عن تجهيز عصي التتابع للاعبين الأوائل في سباق التتابع .
4. عند نداء الأذن بالبدء المتسابقين لأخذ أماكنهم فعليهم ضمان تطبيق القاعدة 162 بنود 4.
5. في حالة البدء الخاطئ لأول مرة ، يجب تحذير اللاعب أو اللاعبين المسؤولين عن هذا البدء الخاطئ بوضع كارت أصفر على العلامة المخصصة لحارته أو حارته . وفي نفس الوقت يجب تحذير باقي اللاعبين الآخرين المشاركين في السباق برفع الكارت الأصفر أمامهم بواسطة مساعد أو أكثر لأذن البدء وذلك لإبلاغهم باستبعاد أي لاعب سوف يؤدي بدء خاطئ آخر . ما سبق ذكره هو الإجراء الأساسي ، (ويمكن أن تتبع طريقة رفع الكارت الأصفر أمام اللاعب أو اللاعبين المسؤولين عن البدء الخاطئ) عندما لا تستخدم العلامات المخصصة للحارات .
- وفي حالة حدوث بدء خاطئ آخر فيجب إستبعاد اللاعب أو اللاعبين المسؤولين عن هذا البدء الخاطئ ويجب وضع كارت أحمر على العلامات المخصصة لحارته أو حارته ، أو يتم رفع الكارت الأحمر أمام اللاعب أو اللاعبين المسؤولين عن ذلك .
- في المسابقات المركبة ، يجب تحذير اللاعب أو اللاعبين المسؤولين عن البدء الخاطئ بوضع كارت أصفر على العلامة المخصصة لحارته أو حارته أو رفع الكارت الأصفر أمامهم . يجب إستبعاد أي لاعب مسئول عن محاولتين للبدء الخاطئ ويوضع كارت أحمر على العلامة المخصصة لحارته أو يرفع الكارت الأحمر أمامه .

القاعدة 131 Rule

مسجلو عدد اللفات Lap Scorers

1. يحتفظ مسجلو اللفات ببيان تسجيل اللفات التي أتمها كل اللاعبين في السباقات الأطول من 1500 متر. و في السباقات من 5000 متر فأكثر ، وكذا سباقات المشي يعين عدد من مسجلي اللفات يعملون تحت إشراف الحكم ومزودين ببطاقات تسجيل اللفات والتي يجب أن يسجل فيها زمن كل لفة للاعبين المحددين لكل منهم (والتي تعطي لهم بواسطة ميقاتي رسمي) . وفي حالة التسجيل اليدوي يجب ألا يزيد عدد المتسابقين عن أربعة لكل مسجل (وستة متسابقين لكل مسجل في سباقات المشي) وبدلاً من النظام اليدوي يمكن إستخدام نظام الكمبيوتر الذي يشتمل على جهاز الترانسبوندر المحمول بواسطة كل لاعب .

2. يكلف أحد مسجلي اللغات عند خط النهاية بمسؤولية إعلان عدد اللغات المتبقية بواسطة لوحة تعلن عن ذلك وتتغير بيانات هذه اللوحة عقب كل لفة وعند وصول متسابق مقدمة السباق إلى بداية المستقيم الذي ينتهي بخط النهاية. وإضافة إلى ذلك يجب استخدام مؤشر يدوي لإعلان اللاعبين الذين يتم تجاوزهم من قبل متسابق المقدمة . ويتم التنبيه عن آخر لفة لكل لاعب ويكون ذلك عادة بقرع جرس .

القاعدة 132 **سكرتير المنافسة** **Competition Secretary**

يقوم سكرتير المنافسة بجمع النتائج الكاملة لكل سباق يزود الحكم أو رئيس المقياتيين أو رئيس قضاة تصوير النهاية وقياس سرعة الريح وعليه فوراً إبلاغ هذه المعلومات إلى المذيع وبعد تسجيل النتائج تسلم البطاقة إلى مدير المنافسة وإذا استخدم نظام تسجيل النتائج بالكمبيوتر فعلى من يقوم بالتسجيل على الكمبيوتر في كل سباق من سباقات الميدان التأكد من إدخال النتائج في الجهاز ويتم إدخال نتائج سباقات المضمار تحت إشراف رئيس قضاة النهاية وحينئذ يستطيع كل من المذيع ومدير المنافسة الحصول على النتائج بالكمبيوتر .

القاعدة 133

Marshal

مراقب النظام

مراقب النظام له سلطة الإشراف على ساحة المنافسة ولا يسمح لأي شخص آخر سوى الإداريين والمتسابقين المجتمعين للمنافسة أو الأفراد المسؤولين والمصرح لهم بالدخول أو البقاء فيها .

القاعدة 134

Announcer **المذيع**

يقوم المذيع بإعلان الجمهور بأسماء وأرقام اللاعبين في كل سباق يشتركون فيه ، وكذا كل المعلومات المناسبة عن التصنيفات وقرعة الحارات ومتوسط الأزمنة ، ويجب عليه أن يذيع النتيجة (المراكز ، الأزمنة ، الارتفاعات ، المسافات ، النقاط) لكل مسابقة فور وصول المعلومات من المسجل في وقت مبكر بقدر الإمكان بعد الحصول على المعلومات .
في اللقاءات التي تقام وفقاً للقاعدة 1 (أ) يعين الاتحاد الدولي لألعاب القوى مذيعين للغتين الإنجليزية و الفرنسية وذلك بالتعاون مع مدير عروض المسابقة وتحت الإشراف العام لمندوبي اللجنة المنظمة و/أو المندوبين الفنيين وهؤلاء الأشخاص مسؤولين عن كافة الأمور المتعلقة بمراسم وإجراءات الإذاعة .

القاعدة 135

المساحة المعتمدة **Official Surveyor**

يقوم المساح المعتمد قبل البقاء بالتأكد من دقة العلامات والرسومات ويقدم بذلك شهادات للمدير الفني قبل المنافسة ويجب أن يمنح الخرائط الكاملة عن بنية ورسومات الإستاد . وكذلك تقرير عن القياسات الأخيرة للتحقق من هذا الغرض .

القاعدة 136 Rule

مشغل جهاز الريح Wind Gauge Operator

يجب على قياس سرعة الريح التأكد من أن الجهاز موضوع طبقاً للقاعدة 163.9 (سباقات المضمار) والقاعدة 184.5 (مسابقات الميدان) وعليه التأكد من أن سرعة الريح في اتجاه الجري للسباقات ذات العلاقة بذلك ، وتسجيل النتائج المتحصل عليها وتوقيعها وتوصيلها إلى سكرتير المنافسة .

القاعدة 137 Rule

قاضي القياس (الإلكتروني)

Measurement Judge (Electronics)

يتم تعيين قاضي للقياس الإلكتروني عند استخدام أجهزة القياس الإلكترونية للمسافات. وعليه قبل بدء اللقاء الاجتماع بالفنيين المعيّنين للتعرف بنفسه على الأجهزة والإشراف على أماكن وضع معدات القياس ويؤخذ في الاعتبار المتطلبات الفنية التي يوضحها له الفنيون المعيّنون . وللتأكد من أن المعدات تعمل بصورة صحيحة فعليه أن يقوم قبل وبعد المسابقة بالإشراف على مجموعة من القياسات بشرط من الصلب لمطابقتها مع نتائج أجهزة القياس ، وذلك بالتعاون مع القضاة والحكم .
وتقع عليه مسؤولية التشغيل أثناء سير المنافسة كما أن عليه إعطاء تقرير بذلك لحكم مسابقات الميدان للتصديق بأن الأجهزة دقيقة .

القاعدة 138 Rule

قضاة غرفة النداء Call Room Judges

يجب على رئيس قضاة غرفة النداء الإشراف على الانتقال من منطقة الإحماء إلى منطقة المنافسة من أجل التأكد أن اللاعبين بعد فحصهم في غرفة النداء متواجدين ومستعدين في مكان المنافسة للموعد المحدد للبدء في مسابقاتهم .
يجب على قضاة غرفة النداء التأكد من إرتداء جميع المتسابقين الزي الوطني أو الخاص بكل ناد وأن هذه الملابس معتمدة رسمياً من الجهة المسؤولة لبلدهم وأن أرقام المتسابقين مطابقة لقوائم بداية السباق وأن عدد المسامير بالأحذية ومقاساتها ، وأن الدعاية على الملابس وحقائب اللاعبين مطابقة مع قواعد ونظم الاتحاد الدولي لألعاب القوى ، وكذلك عدم أخذ المتسابقين أي أدوات غير مصرح بدخولها ساحة المنافسات .
على القضاة القيام بإحالة أي قضية أو أمر من الأمور العالقة إلى حكم غرفة النداء .

القاعدة 139 Rule

مندوب الدعاية Advertising Commissioner

يقوم مندوب الدعاية (عند تعيينه) بالإشراف على و تطبيق قواعد و أنظمة الإعلان التي أصدرها الاتحاد الدولي لألعاب القوى مؤخراً كما يأخذ الحكم في أي قضية أو أمر من الأمور العالقة في غرفة النداء و بالتعاون مع حكم غرفة النداء .

الباب الثاني - SECTION II القواعد العامة للمنافسة GENERAL COMPETITION RULES

القاعدة 140 Rule

تجهيزات ألعاب القوى The Athletic Facility

يمكن استخدام أي أسطح متماسكة ومنتظمة على أن تتطابق مع المواصفات الخاصة التي ذكرت بدليل الإتحاد الدولي لتسهيلات ألعاب القوى .

في منافسات ألعاب القوى التي تقام وفقا للقاعدة 1.1 (أ) وكذا المنافسات الخاضعة للإشراف المباشر للإتحاد الدولي لألعاب القوى فيمكن استخدام أسطح مغطاة بالمواد الصناعية فقط والتي تتطابق مع معايير الأداء الخاصة بمواصفات الأسطح المغطاة بالمواد الصناعية و التي تحمل شهادة اعتماد من المرتبة الأولى مطابقة وسارية من الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

ويوصى بأنه عندما تتوافر مثل هذه التجهيزات والتسهيلات فيجب أن تقام أيضا المنافسات الخاضعة للقاعدة 1.1 من (ب) حتى (ك) فيجب إقامتها على هذه الأسطح .

وفي أي حالة يتطلب وجود شهادة من الدرجة الثانية تشهد بدقة أبعاد التجهيزات وتسهيلات مسابقات المضمار والميدان في شكلها العام والخاضعة لنظام شهادات الإتحاد الدولي فيجب أن يتطلب لجميع التسهيلات والتجهيزات المطلوب استخدامها في المنافسات التي تقام وفقا للقاعدة 1.1 من (ب) حتى (ك) .
ملحوظة (i) : يتضمن دليل إرشادات الإتحاد الدولي لألعاب القوى والمتوفر بمكتب الإتحاد الدولي تفاصيل أكثر دقة والخاصة بكيفية تصنيع و تخطيط المضمار والميدان وتجهيزاته والتي تتضمن رسومات توضيحية لمقاييس المضمار وعلاماته .

ملحوظة(ii): توجد شهادة المعايير الثابتة للتجهيزات والتسهيلات بمكتب الإتحاد الدولي لألعاب القوى وقد تكون على موقع الإنترنت الخاص به .

ملحوظة(iii):لا تنطبق هذه القاعدة على سباقات الجري والمشى التي تقام على الطريق وكذا مسارات إختراق الضاحية (انظر كذلك القواعد 230.1 ، 240.2 ، 240.3 ، 250.4 ، 250.5) .

القاعدة 141 Rule المجموعات السنية Age Groups

فيما يلي تفاصيل تنطبق على المجموعات المعترف بها من الإتحاد الدولي :-

شباب أولاد وبنات (Youth Boys & Girls) :

أي لاعب أو لاعبة من 16 – 17 سنة في الأول من 31 ديسمبر من عام المنافسة .

ناشئون رجال وسيدات (Junior Men & Women) :

أي لاعب أو لاعبة من 18 – 19 سنة في الأول من 31 ديسمبر من عام المنافسة .

قدامى الأساتذة رجال وسيدات (Master Men & Women) :

أي متسابق يبلغ الـ 35 عاماً في يوم ميلاده .

ملحوظة (i) : أي أمور تخص منافسات الأساتذة موجودة في دليل الإتحاد الدولي لألعاب القوى لقدامى اللاعبين والمعتمدة من مجلس الإتحاد الدولي .

ملحوظة (ii) : إن التأهيل للمشاركة في منافسات الإتحاد الدولي مشتملاً على السن الأقل المسموح له للمشاركة في المنافسات : يجب أن يخضع للنظم الفنية .

القاعدة 142 Rule

الإشتراك Entries

1. تقتصر المنافسات الخاضعة لقواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى على اللاعبين (انظر الباب الثاني) .
2. غير مسموح لأي متسابق بالإشتراك في منافسه خارج بلده ما لم تكن أهليته مكفولة من إتحاده الوطني ، وما لم يكن لديه تصريح بالإشتراك من هذا الإتحاد . في كافة المنافسات الدولية يقبل مثل ذلك الضمان بأهلية اللاعب ما لم يوجد إعتراض بشأن أهلية المتسابق حيث يتعين إحالة الحالة إلى المندوب أو المندوبين الفنيين) أنظر أيضاً القاعدة 146.1) .

Simultaneous Entries

المشاركة المتزامنة

3. إذا اشترك لاعب في سباق للمضمار وآخر لميدان أو في أكثر من مسابقة للميدان والتي تقام في أوقات متزامنة ، فيمكن للحكم المعني السماح للمتسابق بعمل محاولته في وقت وترتيب مختلف عما هو مقرر له سابقاً وفقاً للقرعة التي أجريت قبل بدء المنافسة (وذلك لدور واحد في كل مرة أو لكل محاولة في الوثب العالي والقفز بالزانة) . وفي حالة الوثب العالي و القفز بالزانة إذا تغيب متسابق عن المنافسة بينما أتم المتسابقين الآخرين الحاضرين المنافسة سيعتبر الحكم هذا المتسابق تخطى عن المنافسة بمجرد إنقضاء الفترة المسموحة لمحاولة إضافية .

Failure to participate

التخلف عن الاشتراك

4. في جميع اللقاءات التي تتم وفق القاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) باستثناء ما ذكر أسفله ، فيجب إستبعاد اللاعب من الإشتراك في كافة سباقات اللقاء التي تلي ذلك بما فيها سباقات التتابع في الحالات الآتية :
(أ) إذا تأكد نهائياً أن المتسابق سوف يبدأ سباق ما، ثم تخلف عن الإشتراك .
(ب) إذا تأهل للإشتراك لأدوار تالية في سباق ، نتيجة لأدوار تمهيدية أو تصفيات وتخلف عن الإشتراك .
إذا تقدم المتسابق بشهادة طبية موقعة من طبيب معين أو معتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى أو من اللجنة المنظمة فقد تقبل كسبب كاف موضحة بأن المتسابق أصبح غير قادر على التنافس عقب تأكيده النهائي بالمشاركة أو بعد إشتراكه في أدوار سابقة وأنه سوف يصبح قادراً على التنافس في مسابقات أخرى أو في أيام تالية من المنافسة . ومن الممكن أن يقبل المندوبين الفنيين بأى مبررات أخرى بعد التأكد منها (على سبيل المثال العوامل المستقلة التي تعتمد على أفعال اللاعب الشخصية مثل المشاكل التي يواجهها مع وسائل النقل الرسمية)

ملحوظة (i): يجب أن ينشر مسبقاً عن الزمن المحدد للتأكيد النهائي بالإشتراك .

ملحوظة (ii): يشتمل الفشل أو التخلف عن الاشتراك على الفشل في التنافس بشرف ومجهود صادق . وعلى الحكم المعني أن يقرر ما يجب عمله في هذا الشأن مستعيناً بمضاهاة الشهادة ويجب عليه عمل مستند في النتائج الرسمية . والحالة المرتقبة في تلك الملحوظة يجب ألا تطبق على المسابقات المركبة والمسابقات الفردية .

القاعدة 143 Rule

الملابس ، الأحذية وأرقام الصدر

Clothing, Shoes and Number Bibs

Clothing

الملابس

1. يجب إرتداء اللاعبين فى جميع المسابقات ملابس نظيفة ، غير معترض على تصميمها أو طريقة إرتدائها ويجب أن تكون مصنوعة من مواد لا تشف حتى لو إبتلت ويجب على اللاعبين عدم إرتداء ملابس تعوق الرؤية لدي القضاة .

فى جميع المنافسات التي تقام وفقاً للقاعدة 1.1 الفقرات (أ ، ب ، ج ، د ، و ، ز) على المتسابقين إرتداء الزي المعتمد رسمياً من إتحادهم الوطني . وفي كل اللقاءات التي تتم وفقاً للقاعدة 1.1 (ز) ، (ح) يجب على المتسابقين الإشتراك بزيهم الرسمي المعتمد والموافق عليه من إتحادهم الوطني . وتعتبر مراسم التتويج وكذا أي لفة شرف حول الملعب جزء هاماً من المنافسة.

Shoes

الأحذية

2. يحق للاعبين أن يتنافسوا حافي القدمين أو حافي قدم واحدة أو لابساً حذاء والغرض من إرتداء الحذاء هو ثبات وحماية الأقدام بحيث تبقى قوية على الأرض ومثل تلك الأحذية يجب أن تصنع بحيث لاتعطي أي مساعدة إضافية غير عادلة ، كما لا يسمح باستخدام الأحذية التي يدمج فيها زمبرك أو جهاز مساعد من أي نوع ، ويسمح بربط رباط الحذاء على وجهه فقط . يجب ألا تصنع مثل هذه الأحذية بطريقة تعطي أي مساعدات إضافية للاعب وذلك عن طريق إدخال أي تقنيات على الحذاء بحيث تعطي مرتديها مميزات خادعة ويسمح بربط رباط الحذاء على مشط القدم بالإضافة إلى أنه لابد أن تكون جميع الأحذية داخل المنافسة معتمدة من الإتحاد الدولي لألعاب القوى .

Number of Spikes

عدد المسامير

3. يجب أن يصنع النعل وكعب الحذاء بحيث يحتوى حتى 11 مسماراً ويمكن إستخدام أي عدد من المسامير يصل عددها حتى 11 مسمار على ألا يزيد عدد المسامير عن ذلك.

Dimensions of Spikes

أبعاد المسامير

4. عندما تقام منافسة على أسطح صناعية يجب ألا يزيد الجزء البارز من كل مسمار سواء فى النعل أو الكعب عن 9 مم عدا الوثب العالى ورمي الرمح فيجب ألا يزيد الجزء البارز من كل مسمار فى النعل والكعب عن 12 مم ، كما يجب أن يصمم المسمار حتى نصفه بحد أقصى من طوله والقريب من طرفه يطابق المعيار 4 مم .

The Sole and the Heel

النعل والكعب

5. يمكن وجود حزور أو ثنيات أو تحدبات أو بروزات فى النعل أو الكعب أو الإثنين معاً ، بشرط أن تكون أي من هذه الأشكال مصنوعة من مادة النعل نفسها أو مادة مشابهة. فى الوثب العالى والوثب الطويل يجب أن يكون النعل بسبك أقصاه 13 مم كحد أقصى وأن يكون الكعب فى الوثب العالى بسبك 19 مم كحد أقصى ، وفي السباقات الأخرى يمكن أن يكون النعل والكعب أو الإثنين معاً بأي سمك .

ملاحظة: يجب قياس سمك النعل والكعب كالمسافة بين الجانب الأعلى الداخلى والجانب السفلى الخارجى كما أنه يحتوى على المواصفات المذكورة عاليه بالإضافة إلى أي نوع أو أي شكل من أشكال النعل الداخلى غير محكم .

Inserts and Additions to the Shoes

إدخال إضافات إلى الحذاء

6. على اللاعبين ألا يستخدموا أي تجهيزات داخل أو خارج الحذاء يكون لها تأثير فى زيادة سمك نعل الحذاء فوق الحد الأقصى المسموح به أو أن يحصل مرتديه على ميزة لا يحصل عليها إذا استخدم الحذاء المذكور فى الفقرات السابقة.

أرقام الصدر

Number bibs

7. يجب أن يزود كل متسابق برقمين يثبتان بشكل ظاهر أحدهما على الصدر والآخر على الظهر إثناء المنافسة ، ماعدا مسابقتي الوثب العالي والقفز بالزانة فيسمح للمتسابق بوضع رقم واحد إما على الصدر أو على الظهر، يجب أن تكون الأرقام مماثلة للأرقام المدرجة في البرنامج وإذا أرتدى المتسابق بدلة تدريب أثناء المنافسة فيجب أن تكون الأرقام متماثلة بنفس الطريقة في المنافسات التي تقام وفقا للقاعدة 1.1 شاملة (د) إلى (ك) يسمح بإدراج أسماء اللاعبين أو أى تعريف آخر مناسب
8. ويجب إرتداء الأرقام بحالتها كما تم تسليمها وعلى ألا تقطع الأرقام أو تتثنى أو تشوه بأي طريقة و فى سباقات المسافات الطويلة يمكن ثقبها لمرور الهواء ولكن يجب مراعاة عدم ثقبها فوق الأرقام أو الحروف الظاهرة .
9. عند إستخدام تصوير النهاية يطلب منظمو المنافسة من اللاعبين وضع أرقام إضافية تلتصق على جانب سراويلهم ، ولا يسمح لأي لاعب بالإشتراك فى أى منافسة بدون الرقم أو الأرقام الإضافية المذكورة .

القاعدة 144 Rule

مساعدة اللاعبين Assistance to Athletes

Indication of Intermediate Times

إيضاح متوسط الأزمنة

1. يجوز إذاعة أو عرض متوسط الأزمنة وأزمنة الفوز المبدئية رسمياً ، وفيما عدا ذلك لا يجوز إبلاغ اللاعبين لهذه الأزمنة بواسطة أشخاص فى ساحة المنافسة بدون موافقة مسابقة للحكم المسئول .

Giving Assistance

تقديم المساعدة

2. الموضح بعد لا يعتبر مساعدة :
 - (أ) إتصال اللاعبين بمدربيهم غير المتواجدين فى ساحة المنافسة . ولتسهيل هذا الإتصال دون الإخلال بسير المنافسة فيمكن تجهيز مكان فى المدرجات قريب من الرؤية لكل مسابقة فى الميدان وبما لا يؤثر على سير المنافسة.
 - (ب) إن الفحص الطبى و/ أو العلاج الطبيعى ضرورى لمساعدة اللاعب فى الإشتراك أو متابعة الإشتراك مرة واحدة فى مكان المسابقة و يكون هذا الفحص الطبى و/ أو العلاج الطبيعى إما فى مكان المسابقة ذاتها و بواسطة الفريق الطبى الرسمي المعين من قبل اللجنة المنظمة و المعروف بوجود شريط على الذراع أو صديرى أو أى ملابس أخرى مميزة فى مناطق مخصصة للعلاج الطبى خارج منطقة المسابقة من قبل أفراد الفريق الطبى المعتمد و المصدق عليه خصيصا من قبل المندوب الطبى أو المندوب الفنى من أجل هذا الغرض و فى كلتا الحالتين هذا التدخل لا يعطل سير المسابقة أو يؤجل محاولة اللاعب فى الدور المخصص له ، مثل تلك المساعدة من قبل أى شخص آخر سواء أثناء المسابقة أو قبلها مباشرة ومن لحظة ترك المنافسين غرفة النداء تعتبر مساعدة .
 - وللتحقيق من هذه القاعدة يعتبر الموضح بعد مساعدة ولا يسمح به
 - (ج) ضبط الخطوة فى سباقات الجري من قبل أفراد غير مشتركين فى نفس السباق أو لاعبين تخطوا زملائهم أو تم تخطيهم بلفة أو أكثر أو بأي وسيلة فنية أخرى .

(د) إمتلاك أو إستخدام أجهزة الفيديو أو التسجيل أو الراديو أو الأقراص المدمجة أو محطات الإرسال أو التليفون المحمول أو أى أجهزة أخرى مشابهة فى الساحة .
(هـ) إستعمال أى جهاز فنى يحتوى على زنبرك أو عجلات أو أى عناصر تدعم المستخدم لها ميزة على لاعب آخر لا يجوز إستخدامها .
(و) إستعمال أى جهاز من شأنه مضاعفة إحدى أجزاء التجهيز فوق الحد الأقصى المسموح به أو يعطى لمستخدمه دعماً لم يكن ليحدث لو استعمل الجهاز المنصوص عليه فى القواعد .
يجب على الحكم تحذير أى لاعب تلقى أو حصل على مساعدة خلال ساحة المنافسة ، وإذا تكرر ذلك فسوف يحرم من المسابقة . وإذا تم إستبعاد لاعب من المسابقة بعد ذلك فلن يحتسب له أى إنجاز فى نفس الدور حتى ذلك الحين ، بينما تحتسب له الإنجازات التى حققها فى الدور التأهيلي السابق فى هذه المسابقة .

Wind Information

معلومات عن الريح

3. يجب وضع كيس هوائي فى وضع مناسب فى جميع مسابقات الوثب وكذا القرص والرمح ليوضح للمتسابق إتجاه وقوه الريح تقريباً .

Drinking/Sponging

الشرب/ الإسفنج المرطب

4. فى سباقات المضمار لمسافة 5000 متر أو أطول ، يمكن للجنة المنظمة توفير الماء والإسفنج المرطب للاعبين إذا كانت حالة الطقس تستدعي ذلك .

القاعدة 145 Rule

الإستبعاد Disqualification

1. إذا إستبعد أى لاعب فى إحدى المسابقات طبقاً للقاعدة الفنية فيجب ذكر ذلك فى النتائج الرسمية للقاعدة . وأن أى إنجاز قد تم فى نفس الدور لهذه المسابقة حتى زمن الإستبعاد سوف لا تكون صحيحة إلا أن النتائج التى تمت فى الدور التأهيلي السابق لتلك المسابقة سوف تعتبر صحيحة . إن الإستبعاد من إحدى المسابقات بسبب القواعد الفنية سوف لا تحرم اللاعب من الإشتراك فى أى مسابقة مستقبلية فى تلك المنافسة .
2. إذا إستبعد لاعب من مسابقة ما بسبب غير رياضى وسلوك غير سوى ، فسوف يسجل ذلك فى النتائج الرسمية مع ذكر أسباب ذلك الإستبعاد . وإذا تم تحذير اللاعب للمرة الثانية بناء على القاعدة 125.5 بسبب السلوك الغير رياضى والغير سوى فى المسابقة ، فسوف يستبعد من المسابقة . وإذا حذر اللاعب للمرة الثانية فى مسابقة مختلفة فسوف يستبعد فقط من المسابقة الثانية . وإن أى إنجاز قد تم فى نفس الدور لتلك المسابقة حتى زمن الإستبعاد ، فسوف لا تعتبر صحيحة . إلا أن الإنجاز الذى تحقق فى الدور التأهيلي السابق لهذه المسابقة ، والمسابقة السابقة أو المسابقات السابقة فى المسابقات المركبة فسوف تكون صحيحة . إن الإستبعاد من المسابقة لسلوك غير رياضى أو سوى سوف يعرض اللاعب إلى الإستبعاد بواسطة الحكم فى جميع المسابقات التالية فى المنافسة . وإذا كان الحدث خطيراً ، فلمدير المنافسة أن يقدم تقريره إلى الإتحاد الأهلى للاعب طبقاً للقاعدة 22.1 (و) .

القاعدة 146 Rule

الإحتجاجات والإستئنافات Protests and Appeals

1. يجب أن تقدم الإحتجاجات المتعلقة بإشتراك لاعب فى لقاء أو منافسة إلى المندوب الفني قبل بدء المنافسة . فور أن يتخذ المندوب الفني قراراً بهذا الشأن ، يحق للمتسابق تقديم إستئناف لهئية الإحتكام . إذا لم يتم

- تسوية الموضوع أو الموقف بصورة مرضية قبل بدء اللقاء أو المنافسة فيجب أن يسمح للمتسابق بالإشتراك في المنافسة " تحت بند التحفظ " ويحال الموضوع لمجلس إدارة الاتحاد الدولي لألعاب القوى
2. تقدم الاحتجاجات المتعلقة بالنتيجة أو الخاصة بسير سباق خلال 30 دقيقة من وقت إعلان النتيجة رسمياً . وعلى اللجنة المنظمة للقاء التأكد من تسجيل وقت إعلان جميع النتائج .
3. يجب أن يبلغ أي احتجاج فوراً وشفوياً إلى الحكم عن طريق اللاعب نفسه أو من يمثله . وللوصول إلى قرار عادل يجب أن يضع الحكم في إعتباره أي دليل متاح يعتقد أنه ضروري وقد يشمل فيلم أو صورة مسجلة بواسطة جهاز فيديو معتمد . وللحكم أن يتخذ قراراً أو يحيل الموضوع إلى هيئة الإحتكام وإذا اتخذ الحكم قراراً فيسمح باستئنافه لدى هيئة الإحتكام .
4. (أ) إذا تقدم أحد المتسابقين في أحد سباقات المضمار باحتجاج فوري شفوي على حصوله على إنذار البدء الخاطئ فيمكن لحكم المضمار أن يسمح له بالتنافس وفقاً لهذا الاحتجاج وذلك حفاظاً على حقوق جميع المعنيين بالأمر كما أنه لا يقبل هذا الاحتجاج إذا اكتشفت هذه البداية الخاطئة بواسطة جهاز ضبط البداية الخاطئة المعتمد من الاتحاد الدولي لألعاب القوى إلا إذا أقر الحكم لأي سبب من الأسباب عدم دقة المعلومات الواردة من الجهاز بشكل واضح .
- و عند استخدام جهاز ضبط البداية الخاطئة المعتمد من الاتحاد الدولي لألعاب القوى ربما يكون هذا الاحتجاج مبنى على فشل أذن البدء بالإعلان عن البداية الخاطئة و يكون هذا الاعتراض عن طريق اللاعب فقط أو من ينوب عنه بعد أن أتم السباق وإذا تمت الموافقة على هذا الاعتراض فإن أي لاعب حصل على إنذار البدء الخاطئ و الخاضع للإستبعاد وفقاً للقاعدة رقم 162.7 يتم إستبعاده . وإذا لم يكن هناك إستبعاد لأي لاعب طبقاً لهذه القاعدة 162.7 فللحكم السلطة في إعلان أن المسابقة لاغية وسوف تقام مرة أخرى إذا كانت العدالة تتطلب ذلك .
- ملحوظة :** حق الاعتراض أو الاحتجاج يعتد به طالما كان أو لم يستخدم جهاز ضبط البداية الخاطئة .
- (ب) في مسابقات الميدان ، إذا تقدم لاعب باحتجاج فوري شفوي عن محاولة إحتسبت عليه محاولة خاطئة فيمكن لحكم المسابقة ، طبقاً لتقديره أن يأمر بقياس هذه المحاولة وتسجل النتيجة وذلك حفاظاً على حقوق جميع المعنيين بالأمر .
- إذا إحتج لاعب على محاولة من المحاولات الثلاثة الأولى في الميدان يشارك فيها أكثر من ثمانية لاعبين ، ولم يتأهل إلى المحاولات الإضافية إلا إذا قبل إحتجازه ، ويحق للحكم أن يسمح له بالمشاركة في المحاولات النهائية تحت التحفظ وذلك لحفظ الحقوق .
5. يجب أن يقدم الاحتجاج إلى هيئة الإحتكام خلال 30 دقيقة من الإعلان الرسمي لقرار الحكم ، مكتوباً وموقعاً من الإداري المسئول نيابة عن اللاعب و مصحوباً برسم قدره 100 دولار أمريكي أو ما يعادلها ويصادر المبلغ في حالة عدم صحة الاحتجاج .
6. يجب أن تستشير هيئة الإحتكام كافة الأشخاص المعنيين بما فيهم الحكام والقضاة وإذا ساورت هيئة الإحتكام أي شكوك فيمكن الأخذ في الاعتبار أية شواهد أخرى متاحة ، وإذا لم تكن تلك الشواهد مقنعة يتم تأييد قرار الحكم .
- ملحوظة :** يعتبر قرار الحكم نهائي في حالة غياب هيئة الإحتكام أو المندوب الفني .
7. قرار لجنة الإحتكام وقرار الحكم في غياب لجنة الإحتكام يكون نهائياً ولا يقبل الطعن ولو أمام المحكمة الرياضية .

القاعدة 147 Rule

المنافسات المختلطة Mixed Competition

غير مسموح بإقامة مسابقات مختلطة بين الذكور والإناث في جميع المنافسات التي تقام كلياً في الإستاد . لا يسمح مبدئياً بإقامة مسابقات مختلطة إلا أنه في المنافسات التي تقام كلية في الإستاد يمكن الترخيص بإقامة مسابقات الميدان وسباقات 5000 متر **وأطول مختلطة** ماعدا في المنافسات الخاضعة للقاعدة (أ) حتى (ج) . في المنافسات الخاضعة للقاعدة 1.1 (ط) ، (ك) تقام هذه المنافسات المختلطة بترخيص من إتحاد المنطقة أو الإتحاد الوطني .

القاعدة 148 Rule

القياسات Measurements

يجب أن تتم القياسات الخاصة بمسابقات المضمار والميدان بشريط قياس أو قضيب من الصلب أو بواسطة جهاز قياس علمي وذلك بالنسبة للقاءات التي تخضع للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) .
يجب أن يكون شريط القياس الصلب و العارضة أو جهاز القياس العلمي مصدق عليه من الإتحاد الدولي لألعاب القوى و يتم التأكد من دقة أجهزة القياس المستخدمة في المنافسة من قبل منظمة مسئولة و معتمدة من السلطات الوطنية للقياسات و بهذا يتم إسناد جميع القياسات إلى معايير القياس المحلية و العالمية على السواء .
أما في المنافسات بخلاف التي تقام وفقاً للقاعدة 1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) يمكن إستخدام شرائط من الألياف الزجاجية .

ملحوظة : بالنسبة لقبول الأرقام أنظر القاعدة 260.26 (أ)

القاعدة 149 Rule

صحة الإنجازات Validity of Performances

لا يعتبر أداء اللاعب صحيحاً إلا إذا تم خلال منافسة رسمية تم تنظيمها وفقاً لقواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى .

القاعدة 150 Rule

تسجيل الفيديو Video Recording

في المنافسات التي تقام وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) وإذا أمكن كذلك في اللقاءات الأخرى ، يوصى بإجراء تسجيل لجميع المسابقات بكاميرا فيديو رسمية وعن طريقه يتم تسجيل ألداء والمخالفات بدقة و يعتبر كوثيقة تدعم القرارات الرسمية .

القاعدة 151 Rule

التسجيل Scoring

إذا تم إحتساب النتيجة العامة في مباراة ما بالنقاط فيجب موافقة كل الدول المشاركة على طريقة التسجيل المتبعة قبل بداية المباراة .

الفصل الثالث – سباقات المضمار

TRAK EVENTS

(القواعد 163.2 ، 163.6 بإستثناء ما ذكر في القاعدة (230.7 ، 240.10) فإنها تنطبق أيضاً على الباب السابع ، الثامن ، التاسع)

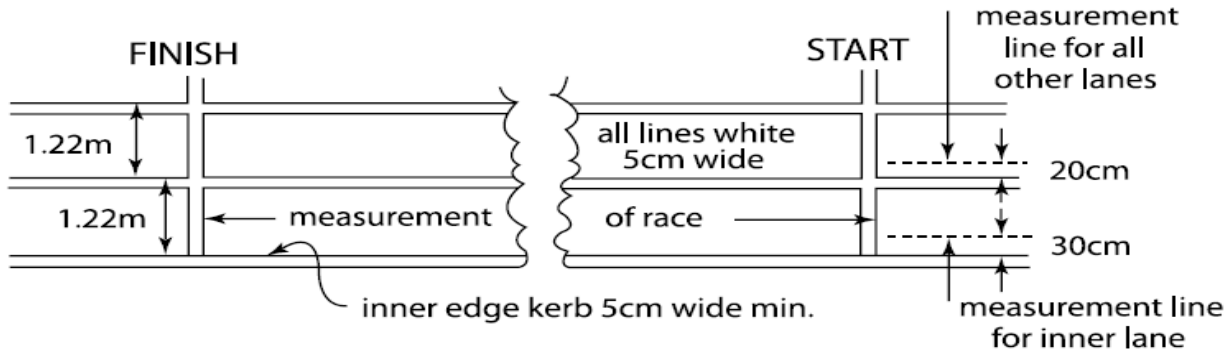
القاعدة 160 Rule

مقاييس المضمار

1. يجب أن يكون محيط مضمار ألعاب القوى القانوني يجب أن يكون 400 متر . ويجب أن يتكون من مستقيمين ومنحنيين يتساوي فيهما نصف القطر . ويجب أن يحدد المضمار بحافة من مادة مناسبة ويكون إرتفاعها تقريباً 5 سم و بعرض 5 سم .

وإذا ما دعت الحاجة إلى إزالة جزء من حافة المضمار بصفة مؤقتة من أجل إقامة مسابقات الميدان فيجب تحديد مكانه بخط أبيض بعرض 5 سم و أقماع أو أعلام لا يقل إرتفاعها عن 20 سم . وتوضع على الخط الأبيض بحيث يتطابق قاعدة القمع أو العلم مع الحافة الخارجية للخط الأبيض (القريبة للمضمار) وأن توضع على مسافات بينية متساوية لا تتجاوز 4 متر لمنع أى لاعب من الجرى على الخط ، كما يجب وضع

الأعلام بزاوية 60° درجة مع الأرض بعيدة عن المضمار . وينطبق هذا أيضا على مسابقات الموانع عندما ينحرف العداءون من المضمار الرئيسي لإجتياز المانع المائي .
2. يتم قياس على بعد 30 سم من الحافة أو على بعد 20 سم من الخط المحدد للحد الداخلي للمضمار إذا لم توجد حافة .



3. يجب قياس مسافة السباق من الحد الأبعد لخط البدء حتى الحد الأقرب لخط النهاية لخط البداية .
4. يجب أن تخصص حارة مستقلة لكل متسابق في جميع السباقات حتى و شاملة 400 متر عرضها عن 1.22 متر ± 0.01 متر ومحددة بخطوط عرضها 5 سم . و يجب أن تكون جميع الحارات الأخرى بنفس العرض . و يجب قياس الحارة الداخلية كما ذكر في القاعدة 160.2 بينما تقاس بقية الحارات على بعد 20 سم من الحدود الخارجية للخطوط .
ملاحظة (i) : جميع المضامير التي تم إنشائها قبل الأول من يناير 2004 ، يكون عرض الحارة في مثل هذه السباقات 1.25م كحد أقصى .
ملاحظة (ii) : الخط على يمين كل حارة يجب أن يتضمن قياس عرض كل حارة (انظر القواعد 163.3 ، 163.4) .
5. يجب أن يتسع المضمار لعدد ثمانى حارات وذلك في البطولات الدولية التي تقام بموجب القاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) .
6. يجب أن لا يزيد أقصى ميل جانبي مسموح به للمضمار عن 1 : 100 وأن لا يزيد الميل الأمامي إلي أسفل في إتجاه الجري عن 1 : 1000 .
ملحوظة : يوصي في المضامير الجديدة أن يكون الميل الجانبي تجاه الحارة الداخلية .
7. للحصول على معلومات فنية وإفنية عن إنشاء المضمار ورسوماته وتخطيطه فإن الإتحاد الدولي لألعاب القوى قد أصدر كتيب عن منشآت المضمار والميدان . وهذه القاعدة توضح المبادئ الأساسية التي يجب إتباعها .

القاعدة Rule 161

مكعبات البدء Starting Blocks

1. يجب استخدام مكعبات البدء في جميع السباقات حتى وشاملة 400 متر (متضمنة المتسابق الأول من سباق 400 × 4 م ، 200 × 4 م) ولا يجب استخدامها في أي سباق آخر . وعند وضع المكعب على المضمار فيجب أن لا يتجاوز أي جزء منه لخط البداية و أن لا يتجاوز الحارة أو يمتد لحارة أخرى .
و يجب أن تخضع مكعبات البدء للمواصفات العامة التالية :-
أ- يجب أن تكون مصنوعة كلياً من مادة صلبة ولا تعطي مميزات غير عادلة للمتسابق .
ب- يجب تثبيتها في المضمار بعدة دبابيس أو مسامير ومرتبطة بحيث لا تتسبب إلا في القليل من التلف للمضمار ويجب أن يتيح هذا الترتيب الفرصة لسرعة وسهولة تثبيت وإزالة المكعبات . ويتوقف عدد وسمك وطول المسامير على تصميم المضمار ، ويجب أن تثبت المكعبات بحيث لا تتيح فرصة لتحركه أثناء مرحلة البدء .
ج- عندما يستخدم المتسابق مكعبات البدء الخاصة به فيجب أن تكون مطابقة لما ذكر في القاعدة 161 (أ) ، (ب) و يمكن أن تكون في أي شكل أو تركيب بشرط ألا تعيق المتسابقين الآخرين .

د- عندما تقدم اللجنة المنظمة مكعبات البدء فيجب أن تكون مطابقة للمواصفات التالية :-
يجب أن تتكون المكعبات من لوحتين للقدمين يضغط عليهما اللاعب بقدميه في وضع البدء . ويجب أن
تركب لوحتي القدمين على إطار صلب بحيث لا تعين بأي شكل قدمي المتسابق عند تركبهما للمكعب .
وتكون اللوحتان مائلتين لتتناسب وضع البدء للاعب ويمكن أن تكونا مسطحتين مقعرتين قليلاً ويجهز
سطحا لوحة القدمين بحيث تتكيف مع مسامير أحذية اللاعب سواء بعمل شق أو تجويف في السطح أو
بتغطية سطح لوحة القدم عادة مناسبة تسمح باستخدام مسامير حذاء العدو .
ربما يكون تركيب لوحتي القدمين على الإطار الصلب قابلاً للتعديل والضبط وعلى ألا تسمح بأي
حركة أثناء البدء . وفي جميع الحالات يكون ضبط لوحتي القدمين للأمام أو للخلف بالنسبة لبعضهما
البعض ويجب أن يكون الضبط مؤمناً بثنيت لوحتي القدمين بواسطة مثبت قوى أو جهاز غلق بحيث
يمكن للاعب أن يستخدمه بسهولة وبسرعة .

2. في المنافسات التي تقام طبقاً للقاعدة 121 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) فإن مكعبات البدء يجب أن تكون
متصلة بجهاز لكشف البدء الخاطئ معتمداً من الاتحاد الدولي لألعاب القوى . ويجب أن يوضح الأمر بالبدء
وراو بعيد البدء سماعات للرأس لكي يسمع بوضوح أي إشارة صوتية تصدر عندما تكشف الأجهزة بدء
خاطئ (عندما يكون زمن رد الفعل الصادر عن الجهاز 1000/100 من الثانية) و حينما يسمع الأمر بالبدء
و /أو يعيد البدء الإشارة الصوتية . وإذا كان المسدس قد أطلق وأن جهاز البدء المعتمد قد تم تشغيله فيجب
إعادة اللاعبين وعلى الأمر بالبدء أن يفحص فوراً أزمة رد الفعل في جهاز كشف البدء الخاطئ ليتأكد من
اللاعب أو اللاعبين المتسببين في البدء الخاطئ ويوصي بشدة استخدام هذا النظام في جميع المنافسات
الأخرى .

3. في المنافسات التي تقام طبقاً للقاعدة 1.1 (أ) حتى (و) فيجب أن يستخدم اللاعبون مكعبات البدء التي
تقدمها اللجنة المنظمة للقاء . و في المنافسات الأخرى التي تقام على مضامير صناعية فربما تصر اللجنة
المنظمة على استخدام مكعبات البدء المقدمة منها فقط .

القاعدة 162 Rule

البداية The Start

1. يجب أن تحدد بداية السباق بخط أبيض عرضة 5 سم و في جميع السباقات التي لا تجري في حارات فيجب
أن يكون خط البداية منحنيًا . بحيث يبدأ جميع العدائون نفس المسافة من النهاية . إن الأماكن في السباقات
لجميع المسافات يجب ترقيمها من اليسار إلى اليمين في اتجاه الجرى .
2. تبدأ جميع السباقات بطلقة مسدس أمر البدء أو من أي جهاز بداية معتمد بحيث يطلق لأعلي بعد أن يتأكد أمر
البدء من أن جميع اللاعبين مستقرون وفي وضع البدء السليم .
3. في جميع المنافسات الدولية فيما عدا ما ذكر لاحقاً تكون كلمات الأمر بالبدء بلغته الخاصة أو بالإنجليزية أو
الفرنسية في السباقات حتى و شاملة 400 م (و متضمنة 4×200 م ، 4×400 م) . وهي "خذ مكانك"
"إستعد" وعندما يصبح جميع المتسابقين في وضع "إستعد" يطلق المسدس أو يتم تشغيل جهاز البدء
المعتمد .

وفي السباقات الأطول من 400 م تكون الكلمات "خذ مكانك" وعندما يصبح جميع المتسابقين مستقرين
يطلق المسدس أو يتم تشغيل جهاز البدء المعتمد ولا يجب أن يلمس أي متسابق خط البدء الأرض بيده أو
بكلتا يديه أمامهما أثناء البدء .

ملاحظة : في المنافسات التي تقام وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) و (ب) ، (ج) يقوم آذن البدء بإعطاء أوامره باللغة
الإنجليزية .

4. إذا رأى الأمر بالبدء لأي سبب من الأسباب أنه غير مقتنع بأن الجميع ليسوا مستعدين للبدء بعد إتخاذهم
أماكنهم فعليه أن يأمر بالانسحاب إلى أماكنهم وعلى مساعديه وضعهم على خط التجمع مرة أخرى .
في جميع السباقات حتى و شاملة 400 م (متضمنة المتسابق الأول في 4×200 م ، 4×400 م) فإن
البدء المنخفض واستخدام مكعبات البدء يكون إجبارياً .

وبعد النداء "خذ مكانك" فيجب على اللاعبين التقدم نحو خط البداية و أن يتخذوا الوضع كاملاً كل في حارته
و خلف خط البداية . ويجب أن تلامس الأرض بكلتا اليدين وركبة واحدة . وأن تكون القدمين على اتصال
بمكعبات البدء .

عند الأمر بكلمة " إستعد " فعلى اللاعب أن ينهض مباشرة لأخذ الوضع النهائي للبدء مبقياً يديه ملامسة للأرض و قدميه بمكعبات البدء .
وعلى المتسابق عند أخذ وضع " خذ مكانك " عدم لمس خط البداية أو الأرض أمامه .
5. عند الأمر " خذ مكانك " أو " إستعد " وفقاً للحالة أينما كانت ، فعلى جميع اللاعبين فى الحال ودون تأخير أن يتخذوا وضع الإستعداد الكامل والنهائي .
وعندما يقوم اللاعب ، بعد الأمر " خذ مكانك " أو " إستعد " وقبل إنطلاق المسدس أو جهاز البدء المعتمد ، وفى حالات إجهاض البدء بدون سبب ، وذلك برفع اليد أو الوقوف من وضع البدء المنخفض ، (فللحكم المعنى حسب تقديره) إنذار اللاعب للسلوك الغير سوى .
ملحوظة : فى هذه الحالة ، كذلك وبسبب آخر لإجهاض البدء ، فيجب إظهار الكارت الأخضر إلى جميع اللاعبين بأن البداية خاطئة لم ترتكب .

(False Start)

البدء الخاطئ

6. بعد أن يأخذ اللاعب وضع الإستعداد الكامل والنهائي ، فيجب عليه عدم أداء حركة البداية حتى الحصول على الأمر من المسدس أو جهاز البدء المعتمد . وإذا رأى الآن بالبدء أو معيدوا البداية أنه أدى ذلك ، فسوف تعتبر بداية خاطئة .

كما يعتبر فيما يلى بداية خاطئة بناء على تقرير الأذن بالبدء :-

أ- إذا لم ينفذ اللاعب أمر النداء " خذ مكانك " أو " إستعد " فى وقت مناسب .

ب- إذا أزعج أي لاعب بعد أمر " خذ مكانك " اللاعبين " الآخرين فى السباق بالصوت أو أي شئ آخر .

ملحوظة : عندما يتم تشغيل جهاز معتمد لكشف البدء الخاطئ المعتمد من الإتحاد الدولي للالعاب القوى (انظر القاعدة 161.2 حول تفاصيل تشغيل الجهاز) فمن الطبيعي أن يتقبل الأمر بالبدء نتيجة قراءة الجهاز بشكل نهائى وحاسم .

7. أي متسابق يؤدي بداية خاطئة يجب إنذاره . يسمح فقط ببداية خاطئة واحدة بدون إستبعاد اللاعبين الذي قام بالبداية الخاطئة . أي لاعب أو لاعبين يؤدي بداية أخرى خاطئة يستبعد من السباق ، فيما عدا المسابقات المركبة .

فى المسابقات المركبة إذا تسبب اللاعب فى بدايتين خاطئتين يجب استبعاده .

ملحوظة : فى الواقع العملى ، إذا أدى واحد أو أكثر من اللاعبين بداية خاطئة وتابع ذلك آخرين ، فإن أى لاعب أدى ذلك فإنه يعتبر بداية خاطئة . وعلى الآن بالبدء إنذار أو إستبعاد فقط اللاعب أو اللاعبين اللذين فى رأيه متسببين فى البداية الخاطئة . ربما يكون نتيجة ذلك إنذار أكثر من لاعب . أما إذا كانت البداية الخاطئة ترجع إلى أى لاعب ، فلا تعطى أى إنذارات ، ولكن بإعطاء كارت أخضر يظهر لجميع اللاعبين ليرونه .
8. إذا رأى الأمر بالبدء أو معيدي البدء أن البداية لم تكن عادلة فإنه يعيد المتسابقين بطلقة من المسدس .
ملحوظة :

1000 م ، 2000 م ، 3000 م ، 5000 م ، 10000 م .

9. عندما يكون هناك أكثر من 12 لاعباً فى السباق فيجب أن يقسموا إلى مجموعتين . وعلى أن يشمل مجموعة واحدة 65 % من عدد اللاعبين بحيث يبدءوا من على قوس البدء وتكون المجموعة الأخرى على خط بداية منحني منفصل يتم تحديده عبر النصف الخارجي للمضمار .

يجب على المجموعة الثانية أن تجري بعيدة حتى نهاية المنحني الأول فى النصف الخارجي للمضمار .

يجب أن يتحدد قوس البدء المنحني المنفصل بحيث يجري جميع اللاعبين نفس المسافة .

ويشير خط دخول مسابقي 800 م والسابق شرحه فى القاعدة 163.5 إلى المكان الذي يسمح عنده للاعبى المجموعة الخارجية فى سباق 2000 م ، 10000 م للإنضمام إلى اللاعبين الذين إستخدموا خط البدء العادي . ويجب أن يرسم خط على المضمار عند مدخل نهاية المستقيم للاعبى المجموعة الخارجية فى

سباقات 1000 م ، 3000 م ، 5000 م إلى المكان الذي يسمح فيه بالإنضمام إلى عدد الذين إستخدموا خط البدء العادي . ويمكن أن تكون هذه العلامة 5 سم × 5 سم على خط بين حارة 4 ، حارة 5 أو (من حارة 3 ،

4 فى المضمار ذو الست حارات) مع وضع قمع أو علم لحين العبور .

القاعدة 163 Rule السباق The Race

1. يكون إتجاه الجري بحيث تكون اليد اليسرى للداخل وترقم الحارات بحيث تكون الحارة الأولى تجاه اليد اليسرى .
الإعاقة (Obstruction)

2. أي لاعب يعوق لاعباً آخر بقصد منع تقدمه يعرض نفسه للإستبعاد من السباق . وللحكم السلطة في إعادة السباق بعد إستبعاد اللاعب المتسبب ويمكنه في التصفية أن يسمح للاعبين الذين تأثروا بهذا الخطأ (دون اللاعب المستبعد) أن يتنافسوا في الدور التالي من السباق . طبيعياً حيث أن اللاعب يجب أن يكمل السباق بجهد صادق .
و مهما يكن سواء كان هناك إستبعاد أم لا فللحكم السلطة في حالات إستثنائية في إعادة السباق إذا ما رأي ذلك و أن لديه أسباب لفعل ذلك .

(Running in Lanes)

الجري في حارات

3. في جميع السباقات التي تجري في حارات يجب أن يلتزم اللاعب بحارته الخاصة به من بداية السباق حتى النهاية ويطبق ذلك أيضاً في أي سباق يجري جزء منه في حارات . تطبق كذلك هذه القاعدة على أي جزء من السباق بدون حارات وعندما يجري لاعب في المنحنى فوق أو داخل الخط أو الحافة الداخلية للمضمار ، بما في ذلك الجزء الخاص بالمنع المائي . باستثناء ما نص عليه البند 163.4 إذا إمتنع الحكم بما جاء بتقرير القاضي أو المراقب بأن اللاعب قام بالجري خارج حارته فيجب عليه إستبعاده .
4. اللاعب الذي يدفع أو يجبر بواسطة آخر على الجري خارج حارته لا يستبعد ما لم يحقق فائدة ملموسة من ذلك .
وإذا ما قام لاعب : -

أ- بالجري خارج حارته في المستقيم و لم يحقق فائدة ملموسة أو قام .
ب- بالجري خارج الخط الخارجي للحارة في المنحنى دون أن يحقق فائدة ملموسة من ذلك و دون إعاقه آخر . ولا يجب إستبعاده من السباق .
5. في المنافسات التي تخضع للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) فإن سباق 800 م يجري في الحارات حتى نهاية المنحنى الأول حتى الوصول لخط الخروج حيث يمكن للاعبين ترك حارته الخاصة .
ويجب أن يكون خط الخروج على شكل منحنى بعرض 5 سم مرسوم وقاطعاً للمضمار .
ولمساعدة المتسابقين في تحديد خط الخروج فيجب وضع قمع أو منشور 5 سم × 5 سم بإرتفاع 15 سم كحد أقصى بلون مخالف لخط الخروج وعند نقطة تقاطع خط الحارة مع خط الخروج .
ملحوظة : في المباريات الدولية ربما تتفق الدول على عدم إستخدام الحارات .

(Leaving the Track)

مغادرة المضمار

6. لا يسمح للاعب الذي يترك المضمار بإرادته للعودة لتكملة السباق .

(Cheek-Marks)

العلامات الضابطة

7. فيما عدا الحالات التي تجري فيها سباقات التتابع أو الجزء الأول منها في حارات لا يمكن للاعبين وضع علامات ضابطة أو أشياء على إمتداد جانب المضمار بغرض المساعدة .

(Wind Measurement)

قياس الريح

8. إن الفترة الزمنية التي يقاس فيها معدل سرعة الريح من لحظة وهج طلقة المسدس أو أي جهاز بدء معتمد هي كما يلي :-

100 م	10 ثوان
100 م حواجز	13 ثوان
110 م حواجز	13 ثوان

- في سباق 200 م يجب قياس معدل سرعة الريح لمدة 10 ثوان تبدأ من لحظة دخول اللاعب الأول المستقيم .
9. يجب أن يوضع جهاز قياس الريح في سباقات المضمار بجانب الجزء المستقيم المتاخم لحارة 1 و على بعد 50 م من خط النهاية . يجب أن يوضع على إرتفاع 1.22 م ولا يبعد عن المضمار لأكثر من 2 م .
10. يقرأ جهاز قياس الريح بعدد الأمتار لكل ثانية و تعدل إلي العشر الأعلى لكل ثانية في الإتجاه الإيجابي (مثال : في حالة قراءة 2.03+ م لكل ثانية فيجب أن تسجل 2.1+ م لكل ثانية وفي حالة قراءة 2.03- لكل ثانية فيجب أن تسجل 2.0- م لكل ثانية) يجب تصنيع الأجهزة ذات القراءة الرقمية التي تعطي قراءة أعشار المتر لكل ثانية لكي تتوافق مع هذه القاعدة .
- يجب أن تكون جميع أجهزة قياس الريح مصدق عليها من الإتحاد الدولي لألعاب القوى كما يتم التأكد من دقة المقاييس من قبل منظمة مسئولة معتمدة من السلطات الوطنية للقياسات و بهذا يتم إسناد جميع القياسات إلى معايير القياس المحلية و العالمية على السواء .
11. يجب ان يستخدم جهاز قياس ربح ذو قدرة فوق صوتية في جميع البطولات الدولية التي تقام تحت القاعدة 1.1 البند (أ) حتى البند (ح) .
- يجب أن يكون لجهاز قياس الريح الميكانيكي حماية مناسبة لتقليل تأثير أي مقومات للريح العابرة . في حالة استخدام الأنابيب فيجب أن يكون طولها على جانبي جهاز القياس ضعف قطر الأنبوبة على الأقل .
12. ربما يتم تشغيل وإيقاف جهاز قياس الريح بطريقة آلية و / أو بواسطة جهاز تحكم و تنتقل المعلومات مباشرة إلي الحاسب الآلي الخاص بالمنافسة .

القاعدة 164 Rule

النهاية The Finish

1. تحدد نهاية السباق بخط أبيض عرضة 5 سم .
2. يتم ترتيب المتسابقين وفقاً لوصول أي جزء من أجسامهم (أي : الجذع بمعزل عن الرأس ، الرقبة ، الذراعين ، الرجلين ، اليدين أو القدمين) إلي المستوي العمودي للحد القريب لخط النهاية كما ذكر عالية .
3. في أي سباق تنقرر نتيجته على أساس المسافة المقطوعة في خلال فترة زمنية محددة فعلي الأمر بالبدء إطلاق مسدسه قبل دقيقة واحدة بالضبط من نهاية السباق لتنبية اللاعبين والقضاة بأن السباق وشك الانتهاء . وعلى رئيس قضاة التوقيت توجيه الأمر بالبدء في الوقت المحدد بعد بدء السباق بإشارة عن نهايته بواسطة إطلاق طلقة مسدس للمرة الثانية وعلى القضاة المعيّنين لهذا الغرض تحديد النقطة التي لمسها كل لاعب بالضبط على المضمار لأخر مرة قبل أو في نفس توقيت إطلاق طلقة المسدس . وتقاس المسافة المقطوعة لأقرب متر خلف تلك النقطة . ويجب تعيين قاضي واحد على الأقل لكل متسابق قبل بدء السباق من أجل تحديد المسافة المقطوعة .

القاعدة 165 Rule

التوقيت و تصوير النهاية Timing Photo Finish

1. يعترف رسمياً بثلاثة طرق بديلة للتوقيت هما :-
أ- التوقيت اليدوي
ب- التوقيت كامل الآلية الذي يتم الحصول عليه من أجهزة تصوير النهاية .

- ج- التوقيت المزود عن طريق النظام المستجيب ، وذلك فى المنافسات التى تقام وفق القاعدة (230) ، أى السباقات التى لا تقام بالكامل فى الإستاد ، وكذلك القاعدة (240 ، 250) فقط .
2. يؤخذ التوقيت لحظة وصول أى جزء من جسم اللاعب (أى الجذع بعيداً عن الرأس ، الرقبة ، الذراعين ، الرجلين ، اليدين ، والقدمين ، المستوى العمودى للحد القريب لخط النهاية .
3. يجب تسجيل أزمدة اللاعبين اللذين أنهوا السباق . فضلاً على ذلك وبقدر الإمكان زمن اللفة فى 800 م وأطول ، ومتوسط الأزمنة لكل 1000 م فى السباقات 3000 م وأطول سوف تسجل .

التوقيت اليدوي (Hand Timing)

4. يجب تواجد الميقاتيين على إمتداد خط النهاية خارج المضمار . وكلما أمكن على بعد 5 سم على الأقل من الحافة الخارجية للمضمار ويجب تجهيز مدرج مرتفع لكي يحصلوا على رؤية جيدة لخط النهاية .
5. يستخدم الميقاتيون إما ساعات إيقاف أو أجهزة التوقيت الإلكترونية ذات القراءة الرقمية والتي يتم تشغيلها يدوياً . وكل ما يماثل أجهزة التوقيت المذكورة فإنها تسمى ساعات وذلك طبقاً للقواعد .
6. يجب تسجيل زمن اللفة ومتوسط الأزمنة كما فى القاعدة (163.3) عن طريق ميقاتيين يتم إختيارهم من فريق الميقاتيين بإستخدام ساعات لها القدرة على أخذ أكثر من زمن واحد أو عن طريق ميقاتيين إضافيين .
7. يتم إحتساب الزمن من لحظة ظهور (وهج / دخان) المسدس أو من جهاز بداية معتمد .
8. يسجل زمن الفائز فى كل مسابقة ثلاثة ميقاتيين رسميين (يسمون أحدهم رئيساً) وكذلك يسجل الزمن ميقاتي أو اثنين إحتياطيين ولا تؤخذ الأزمنة المسجلة بساعات الميقاتيين الإحتياطيين إلا فى حالة إخفاق ساعة أو أكثر من ساعات الميقاتيين الرسميين عند تسجيل الزمن بدقة . ويرجع فى هذه الحالة إلى الميقاتيين الإحتياطيين حسب أولوية ترتيبها إلى سبق إقراره حتى يكون الزمن الرسمي مسجلاً بواسطة ثلاث ساعات .
9. يجب على كل ميقاتي تأدية عمله منفرداً وبدون أن يطلع أو يتناقش مع أى شخص آخر عن الزمن الذي سجله . ثم يسجل الزمن فى البطاقة الرسمية الخاصة بذلك . وبعد توقيعها يسجلها باليد إلى رئيس الميقاتيين الذي يحق له فحص الساعات ليحقق من مطابقتها للأزمنة المسجلة .
10. فى جميع سباقات المضمار المسجلة بالتوقيت اليدوي يتم قراءة الزمن حتى 10/1 من الثانية القريبة من الأطول . أما أزمنة السباقات التى يتم جزء منها أو كلها خارج الإستاد خارج المضمار فإن الزمن يحول إلى الثانية التالية الأطول . أى إذا كان زمن الماراثون 2:09:45 فإنه يحول إلى 2:09:45 ساعة . إذا توقف عقرب الساعة بين خطين لتحديد الزمن فيجب إحتساب الزمن الأطول . إذا إستخدمت ساعة مقسمة إلى 1/100 من الثانية أو أجهزة قياس الزمن الرقمية التى يتم تشغيلها يدوياً فإنه لأزمنة التى لا تنتهى برقم صفر فى الخانة الثانية من العشر فإن الزمن يحول إلى الجزء التالي الأطول من 10/1 الثانية . أى 10:11 ثانية يجب أن تقرأ وتكتب 10.2 ثانية .
11. إذا اتفقت ساعتان من الساعات الثلاثة وإختلفت الثالثة . فيعتبر زمن الساعتين هو الزمن الرسمي ، أما إذا إختلفت الساعات الثلاثة فإن زمن الساعة الأوسط هو الزمن الرسمي ، وإذا حدث لأى سبب أن تم تسجيل زمنين فقط وكانا مختلفين فإن الزمن الأطول منهما هو الزمن الرسمي .
12. على رئيس الميقاتيين فى ضوء القواعد التى ذكرت عليه أن يقرر الزمن الرسمي لكل لاعب ثم يقدم النتيجة لسكرتارية البطولة للتوزيع .

تسجيل الزمن كامل الآلية ونظام تصوير النهاية

(Timing and Fully Automatic Photo Finish)

13. يجب إستخدام أجهزة تصوير النهاية كامل الآلية والمعتمدة من الإتحاد الدولي لتسجيل التوقيت فى جميع البطولات .

(The System)

النظام

14. يجب أن يكون النظام معتمداً من الإتحاد الدولي لألعاب القوى ، بناء على إختبار دقيق معمول به خلال 4 سنوات قبل المنافسة . على أن يبدأ أوتوماتيكياً بواسطة مسدس أذن البدء أو جهاز بدء معتمد ، بحيث يكون إجمالى فارق الزمن ما بين الوهج من فوهة المسدس وبدء عمل جهاز التوقيت ثابت وأقل من 1 / 1000 من الثانية .

15. إن النظام المستخدم أوتوماتيكياً سواء للبدء أو للنهاية وليس الإثنين معاً ، يجب إعتباره يؤدي سواء باليد أو كامل الآلية لحساب الزمن . كما يجب ألا يستخدم للحصول على أزمنة رسمية . ففي هذه الحالة فإن الأزمنة المقررة من خلال الصورة بدون أى ظرف ، يعتبر رسمياً ، ولكن الصورة يمكن إستخدامها كركيزة صحيحة من أجل تأكيد أماكن وضبط الأزمنة الفترية بين اللاعبين .

ملحوظة : إذا كان الزمن الآلي لم يبدأ بواسطة مسدس آذن البدء أو جهاز البداية المعتمد ، فإن الزمن على الصورة سوف يبين هذه الحقيقة آلياً .

16. يجب أن يسجل النظام النهاية من خلال آلة التصوير لها فتحة طولية موضوعة على إمتداد خط النهاية **منتجة** للصورة بإستمرار . على أن تكون الصورة متزامنة مع شريط مسجل للزمن **يرتقى** إلى 1 / 100 من الثانية

ومن أجل التأكد من أن آلة التصوير مضمونة وصحيحة وتقدم القراءة لصورة النهاية ، فإن خط تقاطع الحارات وخط النهاية سوف يعلم بلون أسود بشكل مناسب بأى من تلك التصميمات يجب مطابقتها لهذه التقاطعات ليس لأكثر من 2 سم **خلفاً** ، ولا تمتد قبل الحافة المتقدمة لخط النهاية .

17. أزمنة وأماكن اللاعبين يجب أن تقرأ من الصورة **السريعة** مع خط القراءة المضمون بالتوازي مع زمن الشريط .

18. يجب أن يكون النظام مسجل آلياً لأزمنة النهاية للاعبين ، كما يجب أن يكون بالإمكان إنتاج صورة مطبوعة توضح زمن كل لاعب .

(Operation)

التشغيل

19. يجب على رئيس قضاة تصوير النهاية أن يكون مسئول توظيف النظام وعلية قبل بدء المنافسة مقابلة الهيئة الفنية المسؤولة والتعرف بنفسه على الجهاز .

وبالتعاون مع حكم سباقات المضمار وآذن البدء ، عليه أداء عملية الضبط ، قبل بداية كل فترة من أجل التأكد من أن الجهاز يبدأ آلياً بواسطة مسدس آذن البدء أو جهاز البدء المعتمد ، وصحيح رسمياً . وعليه الإشراف على وضع الإختبار للجهاز وعلى (صفر) الضبط للعملية .

20. وبقدر الإمكان ، يجب أن يكون على الأقل آلتين للتصوير جاهزة للعمل ، واحدة على كل جانب من المضمار

ومن المستحسن أن النظم الزمنية يجب أن تكون فنياً **مستقلة** مع مختلف قوى المد والتسجيل ومعتمدة على مسدس آذن البدء ، أو جهاز البدء المعتمد بواسطة جهاز مستقل وأسلاك .

ملحوظة : عند إستخدام آلتين للتصوير ، يجب أن يكون تصميم إحداها رسمية بواسطة الهيئة الفنية (أو قاضى دولى لتصوير النهاية المعين) قبل بداية المنافسة . كما يجب أن تكون الأزمنة والأماكن المأخوذة من صور آلة التصوير الأخرى غير معتمدة إلا إذا كان هناك سبب من الشك فى دقة آلة التصوير الرسمية ، أو أن هناك حاجة إلى إستخدام صور مساعدة **لحل** الغير متأكد منه فى ترتيب النهاية (أى أن ، ليس هناك صور فى آلة التصوير لكل اللاعبين أو جزئياً) .

21. العلاقة بين المساعدين ، فعلى رئيس قضاة تصوير النهاية أن يؤكد الأزمنة الخاصة باللاعبين وأماكنهم . وعليه ضمان صحة النتائج **دخلت** فى نتائج نظام المنافسة وسلمت إلى سكرتارية المنافسة .

22. يجب إعتبار الأزمنة المأخوذة من نظام تصوير النهاية رسمية إلا إذا وجدت أسباب رسمية أكيدة ودقيقة . فإذا كان ذلك الحال ، فإن أزمنة الميقاتيين – بقدر الإمكان – مضبوطة ومبنية على معلومات عن الأزمنة البينية من صورة جهاز النهاية رسمياً . كما يجب على الميقاتيين أن يكونوا معينين من أجل إحتمال وجود خطأ فى نظام الزمن .

23. يجب قراءة الأزمنة المأخوذة من صور جهاز تصوير النهاية كما يلي :

أ- فى جميع السباقات حتى و شاملة 10.000 م ، يقرأ الزمن ويسجل من صورة جهاز تصوير النهاية من 100/1 من الثانية وإذا لم يكن الزمن 100/1 من الثانية بالضبط فيقرأ الزمن الأطول التالي من 100/1 من الثانية .

- ب- فى جميع سباقات المضمار الأطول من 10.000 فيجب قراءة الزمن من 100/1 من الثانية . ويجب أن تحول وتسجل جميع الأزمنة المقروءة التي لا تنتهي بصفر إلى 10/1 من الثانية (العشر الأطول التالي) ، أي فى سباقات 20.000 إذا كان الرقم 59:26.32 دقيقة فيجب أن يسجل 59:26.4 دقيقة .
- ج- فى جميع السباقات التي يقام جزء منها أكلها خارج المضمار يقرأ من 100/1 من الثانية ويجب أن تحول جميع الأزمنة المقروءة والتي لا تنتهي بصفرين إلى الثانية الكاملة التالية الأطول .
- مثال :** فى سباق الماراتون إذا كان الزمن 2:09:44.32 ساعة فيجب تسجيله 2:09:45 ساعة .

النظام المستجيب (الترانسبوندر) (Transponder)

24. إن استخدام أنظمة التوقيت المستجيب المعتمدة من الاتحاد الدولي لألعاب القوى فى المسابقات التى تقام وفقا للقاعدة 230 (السباقات التى لا تقام بالكامل فى الملعب) و كذا القاعدة 240 و 250 مصرح بها طبقا للشروط التالية :

- أ- لا يشكل أى جهاز من الأجهزة المستخدمة عند البداية أو على طول طريق السباق أو عند خط النهاية أى عائق أو حاجز خطير على تقدم اللاعب .
- ب- حجم الجهاز المستجيب و علبته التى يحملها اللاعب على ملابس أو رقم الصدر أو الحذاء ليس هاماً .

- ج- يبدأ الجهاز فى التشغيل مع طلقة آذن البدء أو أى جهاز بدء آخر مصدق عليه .
- د- لا يتطلب الجهاز أى جهد من اللاعب أثناء المنافسة أو عند النهاية أو فى أى مرحلة من مراحل معالجة النتائج .

- هـ- إن القرار الفصل هو 10/1 من الثانية (و بمعنى آخر إنها يمكن أن تفصل لاعب أنهى 10/1 من جزء من الثانية) فى جميع السباقات يقرأ الزمن على أنه 10/1 من الثانية و يتم تسجيله إلى ثانية كاملة و جميع الأزمنة المقروءة التى لا تنتهي بصفر يتم تحويلها و تسجيلها إلى أقرب أطول ثانية كاملة على سبيل المثال فى سباق الماراتون يتم تسجيل رقم 2:09:44.3 إلى 2:09:45 .

ملاحظة : الوقت الرسمى هو الوقت المنقضى بين طلقة مسدس البدء ووصول اللاعب إلى خط النهاية بينما الوقت المنقضى بين عبور اللاعب خط البداية و خط النهاية يمكن أن يقوم اللاعب بتعريفه و لكنه لا يعتبر وقت رسمى .

- و- عند تحديد الترتيب النهائى و الأزمنة يمكن أن تعتبر رسمية و يتم تطبيق القاعدة 164.3 و 165.2 عند الضرورة .

ملاحظة : يوصى بأن يكون هناك قضاة و /أو تسجيل فيديو للمساعدة فى تحديد الترتيب النهائى .

القاعدة 166 Rule

التوزيع ، القرعة ، التأهيل فى سباقات المضمار

Seedings Draws Qualification in Track Events

الأدوار و التصفيات (Rounds and Heats)

1. تقام الأدوار التمهيدية (تصفيات) فى سباقات المضمار التي يكون فيها عدد اللاعبين كثيراً جداً بحيث يسمح بإنهائها بطريقة مرضية فى دور واحد (نهائى) . عند إقامة أدوار تمهيدية فعلى جميع المتسابقين أن يتنافسوا و يتأهلوا من خلال جميع تلك الأدوار .
 2. يجب أن ترتب التصفيات والربع النهائى والنصف نهائى بواسطة المندوب (العضو) الفنى المعين . وإذا لم يتم تعيين مندوب فنى فيجب أن ترتب بواسطة اللجنة المنظمة .
- فيما يلى جداول تستخدم فى حالة غياب حالات غير عادية للتأكيد على عدد الأدوار ، وعدد التصفيات فى كل دور التى تقام ، وكذلك نظام التأهيل لكل دور فى سباقات المضمار :-

100 متر، 200 متر، 400 متر، 100 متر/ح، 110 متر/ح، 400 متر/ح.

DRAFT

الدور التأهيلي (3)			الدور التأهيلي (2)			الدور التأهيلي (1)			عدد المشاركين
	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	
						2	3	2	16 - 9
						2	2	3	24 - 17
			2	3	2	4	3	4	32 - 25
			2	2	3	4	4	5	40 - 33
			2	2	4	8	4	6	48 - 41
			2	2	4	4	4	7	56 - 49
		4	4	3	4	8	3	8	64 - 57
		4	4	3	4	5	3	9	72 - 65
		4	4	3	4	2	3	10	80 - 73
		4	4	3	5	7	3	11	88 - 81
		4	1	3	5	4	3	12	96 - 89
	2	2	6	3	6	9	3	13	104 - 97
	2	2	6	3	6	6	3	14	112 - 105

800 متر، 4 × 100 متر، 4×400 متر

الدور التأهيلي (3)			الدور التأهيلي (2)			الدور التأهيلي (1)			عدد المشاركين
الزمن	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	
						2	3	2	16 - 9
						2	2	3	24 - 17
			2	3	2	4	3	4	32 - 25
			2	3	2	4	4	5	40 - 33
			2	3	2	6	3	6	48 - 41
			2	3	2	3	3	7	56 - 49
			2	2	3	8	2	8	64 - 57
2	2	3	4	3	4	5	3	9	72 - 65
2	2	3	4	3	4	2	3	10	80 - 73
2	2	3	1	3	5	7	3	11	88 - 81
2	2	3	1	3	5	4	3	12	96 - 89
2	2	3	6	3	6	9	3	13	104 - 97
2	2	3	6	9	6	6	3	14	112 - 105

1500 متر

الدور التأهيلي (2)			الدور التأهيلي (1)			عدد المشاركين
الزمن	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	
			4	4	2	24 - 16
2	5	2	6	6	3	36 - 25
2	5	2	4	5	4	48 - 37
2	5	2	4	4	5	60 - 49
2	5	2	6	3	6	72 - 61

3000 متر موانع ، 3000 متر

التأهيل		الدور الثاني	التأهيل		الدور الأول	عدد المشاركين
الزمن	الترتيب		الزمن	الترتيب		
			4	4	2	30 - 16
2	5	2	6	6	3	45 - 31
2	5	2	4	5	4	60 - 46
2	5	2	4	4	5	75 - 61

5000 متر

الدور التأهيلي (2)			الدور التأهيلي (1)			عدد المشاركين
الزمن	الترتيب	التصفيات	الزمن	الترتيب	التصفيات	
			5	5	2	38 - 20
3	6	2	6	8	3	57 - 39
3	6	2	6	6	4	76 - 58
3	6	2	5	5	5	95 - 77

10.000 متر

الدور التأهيلي (1)			عدد المشاركين
الزمن	الترتيب		
4	8	2	54 - 28
5	5	3	81 - 55
4	4	4	108 - 82

وحيثما يكون ممكناً يجب وضع مسابقي الدولة الواحدة فى تصفيات مختلفة فى جميع الأدوار فى المنافسة .
ملاحظة (i): يوصى عند ترتيب التصفيات بأن يوضع فى الاعتبار مستوى إنجاز جميع المتسابقين بقدر الإمكان و بقدر ما يتوفر من معلومات و كذلك قرعة التصفيات بحيث يصل أفضل المتسابقين للدور النهائى .
ملاحظة (ii): فى بطولة العالم و دورة الألعاب الأولمبية يتم إدراج جداول بديلة فى التعليمات الفنية الوثيقة الصلة .

3. عقب الدور الأول يجب وضع المتسابقين فى تصفيات الدور التالى وفقاً لما يلي :-
 أ. بالنسبة للسباق من 100 م حتى و شاملة 400 م و التتابعات حتى شاملة 4 × 400 م يجب أن يعتمد توزيع اللاعبين طبقاً لمراكزهم و أزمته فى تصفيات الدور السابق و لهذا السبب فيجب ترتيب المتسابقين كما يلي :

- أسرع فائز فى التصفية .
- ثانى أسرع فائز بالمركز الثانى فى التصفية .
- ثالث أسرع فائز بالمركز الثانى فى التصفية ، إلخ
- أسرع فائز بالمركز الثانى فى التصفية .
- ثانى أسرع فائز بالمركز الثانى فى التصفية .
- ثالث أسرع فائز بالمركز الثانى فى التصفية ، إلخ
- (و يختم ذلك بـ)

- أسرع زمن من بين المؤهلين .
 - ثانى أسرع زمن من بين المؤهلين .
 - ثالث أسرع زمن من بين المؤهلين .
 ثم يجب وضع اللاعبين فى تصفيات حسب ترتيب توزيعهم و ذلك فى ترتيب متعرج زجراج و على سبيل المثال فإذا كانت 3 تصفيات فسوف تتكون من التوزيع التالى :-

(أ)	1	6	7	12	13	18	19	24
(ب)	2	5	8	11	14	17	20	23
(ج)	3	4	9	10	15	16	21	22

يجب سحب قرعة للتصفيات الثلاثة أ ، ب ، ج :-

ب. بالنسبة للمسابقات الأخرى فيجب استخدام قوائم إنجازات المتسابقين الأصلية و ذلك بهدف توزيعهم على التصفيات و يتم التعديل فقط فى حالة تحسين إنجازات المتسابقين فى الأدوار السابقة .
 ويجب إتباع نفس الأسلوب فى الدور الأول من السباق . و على أن يتحدد التوزيع فى ضوء الإنجازات الفعلية للمتسابقين التى تم تحقيقها خلال الفترة السابقة لذلك .

4. بالنسبة للسباقات من 100 حتى و شاملة 800 و التتابعات حتى و شاملة 4 × 400 و عند ما يكون هناك أدوار متتالية فى السباق فيجب سحب قرعة الحارات كما يلي :

أ- فى الدور الأول يتم تحديد الحارة بالقرعة .
 ب- فى الأدوار التالية يتم ترتيب المتسابقين عقب كل دور فى ضوء الإجراءات الموضحة فى القاعدة 166.3 بند (أ) .

ثم يتم إجراء ثلاثة قرعات :

- ج- الأولى للاعبين أو الفرق التى حققت أفضل أربعة أزمنة لتحديد اللاعبين فى الحارات 3 ، 4 ، 5 ، 6 .
- د- الأخرى للاعبين الخامس والسادس المؤهلين أو الفرق للأماكن فى الحارات 7 ، 8 .
- هـ- الأخرى للمستوى الأقل فى اللاعبين المؤهلين أو الفرق للأماكن فى الحارات 1 ، 2 .

ملحوظة (i): عندما يكون هناك أقل من 8 حارات ، يجب أن يتبع النظام المذكور أعلاه بعد إجراء التعديل اللازم .

ملحوظة (i i): فى البطولات التي تقام بموجب القاعدة 1.1 فقرة (د) و حتى الفقرة (هـ) ففي سباق 800 متر ربما يجري عداء أو إثنان فى كل حارة أو ربما يبدأ جميع المتسابقين كمجموعة من خلف خط منحني .

ملحوظة (i i i): فى اللقاءات التي تخضع للقاعدة 1.1 فقرة (أ) ، (ب) ، (جـ) ، (و) فيجب تطبيق هذا فى الدور الأول فقط بإستثناء ما يتعلق بالعقد أو الترقية بواسطة الحكم و عندما يوجد لاعبين فى الدور التالي أكثر مما يتوقع .

5. لا يسمح للمتسابق أن يشارك فى تصفية غير التي أعلن أسمه فيها إلا فى الظروف التي يري فيها الحكم ما يتطلب التغيير .

6. فى جميع الأدوار التمهيدية على الأقل يجب تأهيل المتسابق الأول و الثاني من كل تصفية على الأقل للدور الثاني و يوصي بأن يؤهل الثلاثة الأوائل على الأقل من كل تصفية كلما أمكن .
بإستثناء عند تطبيق القاعدة 167 يتم تأهيل أى متسابقين آخرين وفقاً للمكان أو الزمن طبقاً للقاعدة 166.2 والتعليمات الفنية الخاصة أو طبقاً لما يحدده المنوبين الفنيين أما إذا تم تأهيل اللاعبين وفقاً لأزمنتهم فيمكن تطبيق نظام واحد للتوقيت

يتم تحديد الترتيب الذي تقام عليه التصفيات عن طريق القرعة بعد إقرار تشكيل التصفيات
7. إن الحد الأدنى للوقت المسموح به كلما أمكن بين آخر تصفية فى أي دور وأول تصفية فى الدور الذي يليه أو النهائي هو كما يلي :

- حتى و شاملة 200 م
 - أكثر من 200 متر و حتى و شاملة 1000 متر
 - أكثر من 1000 متر
- 45 دقيقة
90 دقيقة
لا تجري فى نفس اليوم

(Single Rounds)

الأدوار الفردية

8. فى البطولات التي تخضع للقاعدة 1.1 الفقرة (أ) ، (ب) ، (جـ) ، (و) فبالنسبة للسباقات الأطول من 800 م و التتابعات الأطول من 4 × 400 متر وأي سباق يتطلب إقامة من دور واحد فقط (نهائي) فيجب تحديد الحارات ووضع البدء بالقرعة .

القاعدة 167 Rule

العقد Ties

يجب أن تحل العقد وفقاً لما يلي :-

لتحديد ما إذا كان هناك عقدة فى أية دور وكان لها تأثير فى تأهيل المتسابقين للدور الذي يليه وفى ضوء الزمن المسجل فيجب على رئيس قضاة جهاز تصوير النهاية مراعاة الزمن الحقيقي المسجل بواسطة المتسابقين وذلك حتى 1000/1 من الثانية . وإذا تقرر بعد ذلك إستمرار وجود عقدة فيجب تأهيل المتسابقين المشاركين فى العقدة للدور الذي يليه وإذا تعذر إجراء ذلك فيجب إجراء قرعة لتحديد المتسابق الذي سيشارك فى الدور التالي .
فى حالة حدوث عقدة على المركز الأول فى أي نهائي فللحكم السلطة فى أن يقرر ما إذا كان بالإمكان إجراء منافسة أخرى بين المتسابقين فى العقدة وإذا لم يقرر ذلك فإن النتيجة تبقى قائمة والعقدة فى المراكز الأخرى تظل كما هي .

القاعدة 168 Rule

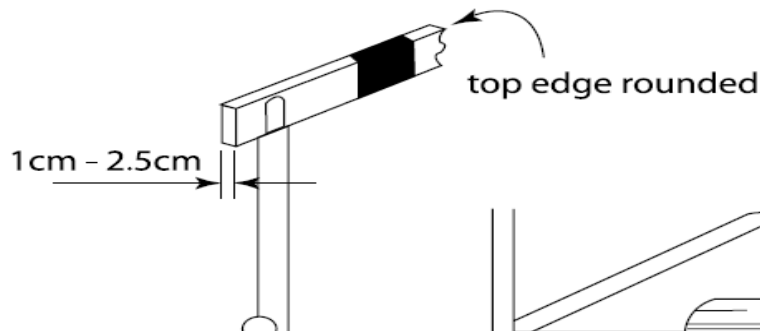
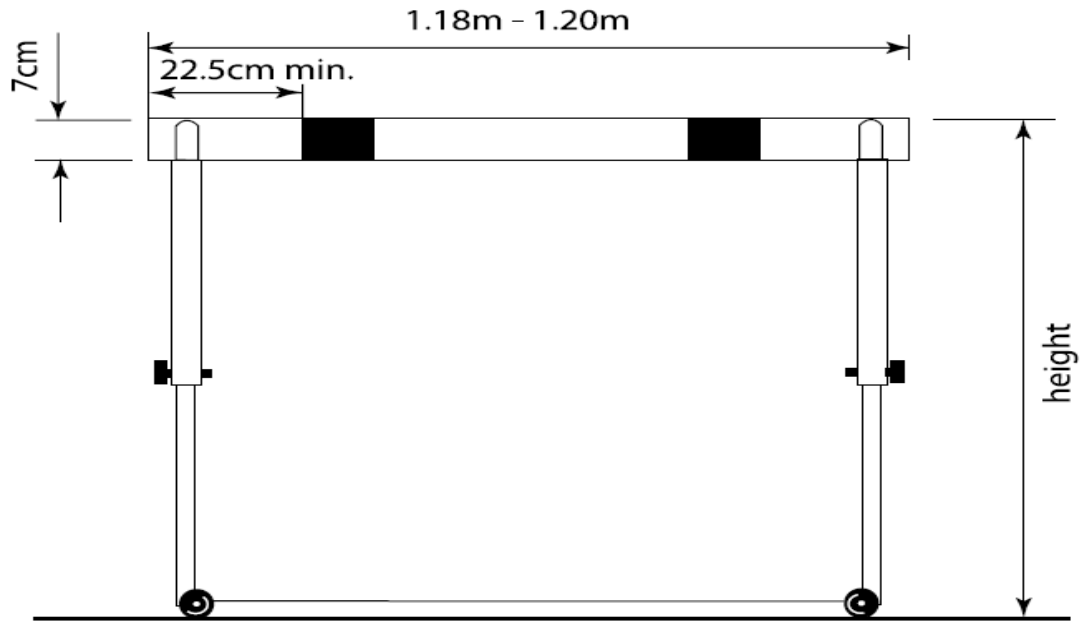
مسابقات الحواجز Hurdle

1. المسافات : فيما يلي المسافات القياسية للحواجز
- للرجال والناشئين والأولاد : 110 م ، 400 م
 - للسيدات والناشئات والبنات : 100 م ، 400 متر
- يجب أن يتم تخطي 10 حواجز في كل حارة . ويتم وضعها وفقاً للجدول التالي :

مسافة السباق	المسافة من خط البداية حتى أول حاجز	المسافة بين الحواجز	المسافة من آخر حاجز حتى خط النهاية
الأمتار	الأمتار	الأمتار	الأمتار

مسافة السباق	المسافة من خط البداية حتى أول حاجز	المسافة بين الحواجز	المسافة من آخر حاجز حتى خط النهاية
الأمتار	الأمتار	الأمتار	الأمتار
100	13.00	8.50	10.50
400	45.00	35.00	40.00
110 م/ح	13.72	9.14	14.02
400 م/ح	45:00	35:00	40:00

السيدات والناشئات والشابات بنات



يجب وضع كل حاجز فى المضمار بحيث تكون قاعدتيه على جانبي اقتراب المتسابق . ويجب وضع الحواجز بحيث تتطابق حافتي قاعدتي الحاجز مع علامات المضمار القريبة للاعب .

2. **الصنع** : يصنع الحاجز من المعدن أو أي مادة أخرى مناسبة ويوجد فى أعلاه عارضة من الخشب أو أي مادة أخرى مناسبة ويتكون من قاعدتين وقائمين يدعمان إطاراً مستطيل الشكل و مقويان بواسطة قضيب مستعرض أو أكثر . ويثبت القائمان فى نهايتي القاعدة . يصمم الحاجز بحيث يتطلب إيقاعه أن تؤثر عليه فى منتصف قمة العارضة قوة تعادل وزناً لا يقل عن 3.6 كجم . يمكن تعديل إرتفاع الحاجز لكل سباق ويمكن أيضاً ضبط مقاومته بحيث تظل القوة المطلوبة لإيقاعه فى أي إرتفاع مساوية لوزن لا يقل عن 3.6 كجم ولا يزيد عن 4 كجم .

3. **القياسات** : يجب أن تكون الإرتفاعات القياسية للحواجز كما يلي :-

رجال	ناشئين رجال	أولاد شباب	سيدات / ناشئات	شابات بنات
100م/ح / 110م/ح	1.067 م	0.990 م	0.840 م	0.762 م
400 م/ح	0.914 م	0.914 م	0.762 م	0.762 م

ملاحظة: تقبل الحواجز التى تصل حتى 1.000 م أيضاً فى سباق 110م حواجز للناشئين و ذلك بسبب إختلافات فى التصنيع .

يجب أن يتراوح عرض الحاجز ما بين 1.18 م - 1.20 م ، الطول الأقصى للقاعدة هو 70 سم . يجب أن لا يقل الوزن الكلي للحاجز عن 10 كجم .

و فى كل حالة يسمح بزيارة أو نقصان 3 مم عن الإرتفاع القياسى نتيجة للإختلاف فى التصنيع .

4. يجب أن تكون العارضة الخشبية بإرتفاع 7 سم ويجب أن يتراوح سمكها ما بين 1 سم - 2.5 سم وأن تكون الحافة العليا مستديرة الشكل ويجب تثبيت العارضة بإحكام عند الأطراف .

5. يجب أن تخطط العارضة باللونين الأبيض والأسود أو بعض الألوان المتباينة بحيث يظهر اللون الفاتح عن الطرفين وللتناسق مع البيئة المحيطة ويجب أن لا يقل عرضة عن 22.5 سم .

6. تجري جميع السباقات فى الحارات وعلى أن يلزم كل متسابق حارته طوال السباق فيما عدا ما جاء بالقاعدة 163.4 .

7. يجب على كل لاعب أن يتخطى كل حاجز . وإذا أخفق فى ذلك يستبعد . فضلاً على ذلك ، فإن اللاعب يستبعد إذا :-

أ. مرر قدمه أو رجله تحت المستوى الأفقى لقمة أى حاجز أثناء التعدية .

ب. وثب فوق أى حاجز ليس فى حارته . أو

ج. قام بإسقاط أى حاجز ، وكان ذلك فى رأى الحكم .

أو فى رأى الحكم اسقط الحاجز معتمداً باليد أو القدم يشطب من السباق .

8. بإستثناء ما تم ذكره فى القاعدة 168.7 (ج) فإن إسقاط الحواجز لا يلغى السباق ولا يمنع من تسجيل رقم .

9. عند تسجيل رقم عالي فيجب أن تتطابق كافة الحواجز مع المواصفات الخاصة بهذه القاعدة .

القاعدة 169 Rule

سباقات الموانع Steeplechase

1. يجب أن تكون المسافات القياسية 2000 م ، 3000 م .

2. يجب ان يتضمن سباق 3000 م موانع 28 وثبة موانع و 7 وثبات للمانع المائي بينما فى سباق 2000 م فإنه يتضمن 18 وثبة موانع و 5 وثبات للمانع المائي .

3. يجب أن يتضمن سباق الموانع 5 وثبات للموانع فى كل لفة بحيث تكون الوثبة الرابعة فوق المانع المائي . ويجب أن توزع الموانع بالتساوي بحيث تكون المسافة بين كل وثبة موانع 5/1 (خمس) طول اللفة الواحدة تقريباً .

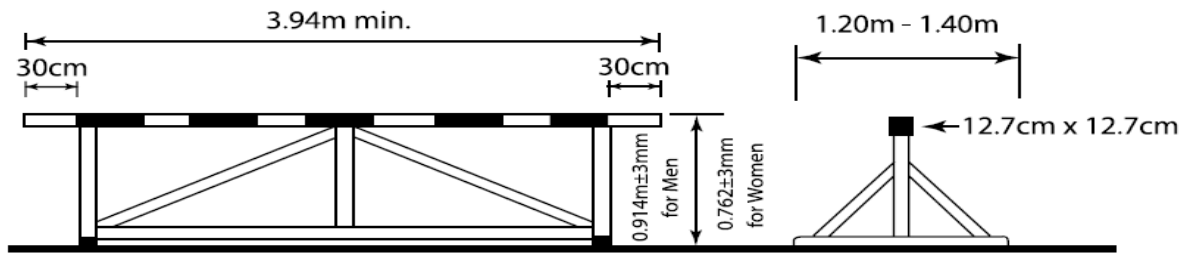
ملحوظة : إذا كان المانع المائي داخل المضمار فى سباق 2000 م فإن خط النهاية يجب تخطيه مرتين قبل اللفة الأولى مع خمس وثبات .

4. فى سباق 3000 م موانع يجب أن لا تتضمن المسافة من خط البدء حتى بداية اللفة الأولى أي موانع . وتستبعد الموانع حتى دخول المتسابقين اللفة الأولى . فى سباق 2000 م تكون الوثبة الأولى عند المانع الثالث للفة العادية ، ويجب أن تستبعد الموانع السابقة حتى يجتازهم اللاعبون للمرة الأولى .

5. يجب أن يكون إرتفاع الموانع لسباقات الرجال 0.914 م ولل سيدات 0.762 ± 3 ملى لكلاً منهما) ولا يقل طوله عن 3.96 م ± 3 ملى ويجب أن يكون الجزء العلوي من عارضة المانع وكذلك المانع المائي مربعة الشكل 12.7 سم مربع يجب أن يكون المانع المائي بعرض 3.66 م (0.02 م) و يجب أن يثبت بإحكام إلي الأرض . بحيث لا يمكن تحريكه أفقياً .

يجب أن تخطط العارضة العليا للمانع باللونين الأبيض والأسود أو أي لونين آخرين متباينين ومتناسبين مع البيئة المحيطة بحيث يكون اللون الفاتح فى طرفي العارضة بعرض 22.5 سم على الأقل .

يجب أن يتراوح وزن المانع ما بين 80 كجم - 100 كجم . ويجب أن يتراوح طول القاعدتين اللتين على جانبي كل مانع ما بين 1.20 م - 1.40 م (انظر الشكل (3))



نموذج المانع

يجب وضع المانع على المضمار بحيث تكون مسافة 30 سم من العارضة العليا ممتدة داخل الميدان (انظر الشكل (3)) .

ملحوظة : يوصى بأن لا يقل طول المانع الأول عن 5 م .

6. يجب أن يكون طول الحوض المائي بما فى ذلك المانع 3.66 م (± 2 سم) و يجب أن يكون عرض الحوض المائي 3.66 م (± 2 سم) .

يجب تغطية قاع الحوض المائي بالترتان (بمادة صناعية) أو اللباد و أن يكون ذو طبقة سمكية تحقق سلامة المتسابقين عند الهبوط وبحيث تسمح لمسامير أحذية الجري أن تمسك بها بطريقة مقبولة . وعند بداية السباق يجب أن يكون مستوي الماء فى مستوي سطح المضمار وفي حدود فارق 2 سم ويجب أن يكون عمق الحوض المائي بالقرب من المانع 70 سم وذلك على بعد 30 سم تقريباً من المانع . ويجب أن يتدرج عمق القاع بانتظام لأعلى حتى مستوي المضمار عند الطرف الآخر من الحوض المائي.

ملحوظة : يمكن تقليص عمق الحوض المائي من 70 سم إلى 50 سم عن سطح المضمار مع الإبقاء على نفس التدرج ، لإنشاء أحواض مائية جديدة يوصى بعمق 50 سم (انظر الشكل 4)

7. يجب على كل متسابق أن يمر فوق أو عبر الماء و أي متسابق تطأ قدمه أو يثب على أحد جانبي المانع أو يسحب قدمه أو رجله تحت المستوي الأفقي لسطحي المانع لحظة تخطيه له يلغى سباقه . ومع مراعاة تلك الشروط فيجب للمتسابق أن يتخطى أي مانع بأي أسلوب كان .

يجب أن يتخطى كل لاعب المانع والماء لكل مانع . وإذا فشل فى ذلك يستبعد إذا : -

أ. تخطى إلى خارج المانع أو المانع المائي .

ب. مرر قدمه أو رجله أسفل المستوى الأفقي لأعلى المانع أثناء التخطية .

فيما عدا ما ذكر من حق اللاعب تخطى الموانع بأي طريقة .



سباقات التتابع Relay Races

1. يجب أن ترسم خطوط بعرض 5 سم عبر المضمار لتحديد منطقة التسليم ومسافات المراحل وتوضح الخط المحدد للمسافة .
 2. يجب أن يكون طول منطقة التسليم 20 م بحيث يشكل الخط المحدد للمسافة في وسط المنطقة وتحدد بدايات ونهايات المناطق بالحافة القريبة لخطوط المنطقة من خط البدء وفي إتجاه الجري .
 3. إن خطوط منتصف مناطق التسليم الأول في السباق 4×400 م (أو التسليم الثاني في السباق 4×200 م) نفس خط بداية سباق 800 م .
 4. تحدد منطقة التسليم و التسلم الثانية و الأخيرة في سباق 4×400 م بخطي 10 م قبل وبعد خط بداية / نهاية للسباق .
 5. يكون القوس المرسوم عبر المضمار عند دخول المستقيم الخلفي مبينا الأماكن التي يسمح فيها لاعبي المرحلة الثانية في سباق 4×400 م للاعبين المرحلة الثالثة في سباق 4×200 م بترك حاراتهم المخصصة . ويجب أن يكون القوس مطابق للقوس الخاص بسباق 800 م الموضح بالقاعدة 163.5 .
 6. يجب أن يجري سباق 4×100 م بأكمله في حارات وكلما أمكن أيضا سباق 4×200 م في حارات . في سباق 4×200 م (إذا لم يجري بأكمله في حارات) ، وكذلك سباق 4×400 م فإن اللفة الأولى وجزء من اللفة الثانية حتى نهاية المنحني الأول (خط الخروج) يجب أن يجري بالكامل في حارات .
- ملحوظة :-** في حالة عدم وجود أكثر من 4 فرق في سباق 4×200 م ، 4×400 م يوصي بأن يجري اللاعبون المنحني الأول من اللفة الأولى فقط في حارات .
7. في سباق 4×100 م ، 4×200 م يمكن لأعضاء الفريق عدا اللاعب الأول البدء في الجري خارج منطقة التسليم بمسافة لا تزيد على 10 أمتار (انظر الفقرة 2 عالية) حيث يجب وضع علامة مميزة في كل حارة لتحديد تلك الحدود الممتدة (انظر القاعدة 170.2) .
 8. في سباق 4×400 م تتابع فبالنسبة لعملية التسليم الأولى والتي يتم تنفيذها مع بقاء اللاعبين كل في حارته فلا يسمح للعداء الثاني بالبدء بالجري خارج منطقة التسليم الخاصة به وعليه أن يبدأ الجري من داخل منطقته وكذلك بالمثل للاعبين الثالث والرابع فعليهم البدء بالجري من داخل مناطق التسليم الخاصة بهم . يجب على العداء الثاني من كل فريق أن يجري في حارات على بعد أقرب حافة من خط الخروج المحدد بعد المنحني الأول حيث يمكن للمتسابقين ترك حاراتهم الخاصة و يكون خط الخروج هذا عبارة عن خط منحني عبر المضمار عرضه 5 سم .

من أجل مساعدة اللاعبين على تحديد خط الخروج يمكن وضع أقماع أو مخروط بمقاس 5 سم × 5 سم بارتفاع لا يتعدى 15 سم ويفضل أن يكون بلون مختلف عن لون خط الخروج وخطوط الحارات كما يوضع على خطوط الحارات مباشرة قبل تلاقي خطوط الحارات مع خط الخروج .

9. فى سباق 4 × 400 م يجب أن يأخذ العداءان الثالث والرابع موقعاً لانتظار زميلهما وتحت إشراف الحكم المخصص وبنفس الترتيب (من الداخل للخارج) الذي يكونا عليه فريقهم عند إكمالها مسافة 200 م وحينما يجتاز اللاعبون تخطى هذه النقطة فيجب على اللاعبين المنتظرين الاحتفاظ بنفس ترتيب زملائهما ولا يسمح بتغيير أماكنهما مع بداية دخولهما منطقة التسليم وإذا خالف أي لاعب تلك القاعدة فإنه يعرض لفريقه للشطب .

ملحوظة: فى سباق تتابع 4×200 م (إذا لم تقام هذه المسابقة بالكامل فى الحارات) فإن المتسابقين على القدم الرابعة فى ترتيب قائمة البدء (من الداخل إلى الخارج) .

10. فى أى سباق من سباقات التتابع التى لا يستخدم فيها الحارات متضمنة فى ذلك سباق 4×200 م و 4×400 م يستطيع العداءون المنتظرون إتخاذ مكان داخل المضمار وذلك طبقاً لترتيب وصول باقى أفراد الفريق بحيث لا يتدافع اللاعبون أو يعيقوا حركة للاعب آخر من متابعة تقدمه أما فى سباق 4×200 م و 4×400 م على اللاعبين المنتظرين المحافظة على الترتيب وذلك وفقاً للقاعدة 170.9 .

11. العلامات الضابطة عندما يؤدي كل سباق التتابع بأكمله فى حارات فيمكن للمتسابق أن يضع علامة ضابطة واحدة على المضمار فى حارته باستخدام شريط لاصق بعرض 5 سم وطول 40 سم كحد أقصى وبلون يميز عن لون العلامات الأخرى الثابتة ولا يسمح باستخدام علامات ضابطة أخرى .

12. يجب أن تكون العصا أنبوية ملساء جوفاء ذات مقطع دائري و مصنوعة من الخشب أو المعدن أو من أي مادة أخرى صلبة ومن قطعة واحدة ويجب أن يكون طولها من 28 – 30 سم ويجب أن يتراوح محيطها من 12 سم – 13 سم وألا يقل وزنها عن 50 جم . ويجب أن تكون حتى يسهل رؤيتها أثناء السباق .

13. يجب حمل العصا باليد طوال السباق ولا يسمح للاعبين بإرتداء قفازات أو وضع مواد على أيديهم من أجل تقوية القبضة . وإذا سقطت فيجب أن يستعيدها نفس المتسابق الذي أسقطها . ويحق له مغادرة حارته لاستعادتها بشرط ألا يقصر بذلك من مسافة السباق الواجب قطعها وبحيث لا يعيق ذلك أي متسابق آخر . ومراعاة هذا فلا يؤدي سقوط العصا إلى إستبعاد الفريق .

14. فى جميع سباقات التتابع يجب أن يتم تسليم العصا داخل منطقة التسليم والتسلم تبدأ عملية تمرير العصا لذي أول ملامسة ليد المستلم لها وتكتمل عملية التسليم حين يصبح العصا فى يد العداء المستلم فقط . ويتوقف التسليم و التسلم داخل منطقة التسليم على مكان العصا وليس على مكان جسم أو أطراف المتسابقين ويؤدي تمرير العصا خارج منطقة التسليم إلى الإستبعاد .

15. يجب بقاء اللاعبين فى حاراتهم أو مناطقهم قبل وبعد تسليم العصا حتى يصبح طريق السباق خالياً وذلك تجنباً لإعاقة لاعبين آخرين . ولا تطبق القاعدة 163.3 ، 163.4 على هؤلاء اللاعبين وأي لاعب يعتمد عرقلة لاعبين آخرين بالجري خارج مكانه أو حارته فى نهاية مرحلته فسوف يعرض لفريقه للإستبعاد .

16. سوف تؤدي أي مساعدة بالدفع أو بأي طريقة أخرى إلى الإستبعاد .

17. لتكوين فريق تتابع يمكن إستخدام اللاعبين المسجلين فى المنافسة سواء لهذه المسابقة أو لأى مسابقة أخرى فى حدود أربعة أو أى دور من الأدوار ، عندما يبدأ الفريق فى المنافسة . وإذا بدأ فريق التتابع فى المنافسة فيمكن إستخدام لاعبين إثنين فقط كبداء ويمكنهم المشاركة فى الأدوار التالية يتم الإستبدال فقط من قائمة المتسابقين المشاركين فى المنافسة وإذا لم يتبع الفريق هذه القاعدة سوف يستبعد .

18. إن تشكيل الفريق وترتيب جري المتسابقين فى سباقات التتابع يجب أن يعلن رسمياً قبل الإعلان عن النداء الأول للتصفية الأولى من كل دور من المنافسة بساعة على الأقل . ويمكن إجراء إستبدال آخر لإسباب طبية فقط (و يتم التأكد من صحة ذلك بواسطة المسئول الطبى المعين من قبل اللجنة المنظمة) وذلك حتى وقت النداء الأخير للتصفية المحددة والتي يتنافس فيها الفريق وإذا لم يتبع الفريق هذه القاعدة فسوف يستبعد .

الباب الرابع – مسابقات الميدان

Section IV Field Events

القاعدة 180 RULE

الشروط العامة General Conditions

الإحماء عند منطقة المنافسة Warm-up at the competition Area

1. عند منطقة المنافسة و قبل بدء المسابقة ، يحق لكل متسابق ممارسة محاولات تجريبية و فى حالة مسابقات الرمي ، تتم المحاولات التجريبية تبعا للقرعة و دائما تحت إشراف القضاة.
2. بمجرد بدء المنافسة لا يحق للاعبين استخدام الأدوات لغرض التمرين و هي :-
(أ) طريق الاقتراب أو منطقة الارتقاء .
(ب) الأدوات .
(ج) الدوائر أو الأرض داخل القطاع بالأدوات أو بدونها .

العلامات Markers

3. (أ) فى جميع مسابقات الميدان و التي يستخدم فيها طريق الاقتراب ، يجب وضع العلامات على جانب طريق الاقتراب ، باستثناء الوثب العالي حيث يمكن وضع العلامات فى طريق الاقتراب. و يمكن للاعبين أن يستخدموا علامة أو علامتين (التي تمنحها أو تصرح باستخدامها اللجنة المنظمة) لمساعدة المتسابق فى الجري و الارتقاء. و فى حالة عدم وجود علامات ، يمكن استخدام شريط لاصق و لكن لا يستخدم الطباشير أو مادة مماثلة أو أي شئ آخر يترك أثرا يصعب إزالته .
(ب) فى مسابقات الرمي فى الدائرة، يمكن للمتنافس استعمال علامة ضابطة واحدة فقط ، على أن توضع على الأرض مباشرة وراء الدائرة أو محاذية لها ، توضع هذه العلامة بصفه مؤقتة لانجاز المحاولة على أن لا تعوق رؤية القضاة – نتيجة محاولة عدة متنافسين لاستعمال علامات توضح لهم مكان بداية الدوران أو نهايته . ماعدا ما تنص عليه القاعدة 187.21 لا يمكن وضع أية علامة فى منطقة الهبوط أو محاذية لها.

ترتيب التنافس Competing Order

4. ينبغي أن يتم ترتيب المتسابقين لأداء محاولاتهم بالقرعة. و إذا كان هناك دور للتأهيل يجب عمل قرعة جديدة للنهائي (انظر القاعدة 180.5) .

المحاولات Trials

5. فى جميع مسابقات الميدان ، فيماعداد الوثب العالي و القفز بالزانة ، عندما يكون هناك أكثر من ثمانية لاعبين يسمح لكل لاعب ثلاثة محاولات ، أو الثماني لاعبين اللذين لهم أفضل انجازات صحيحة يمنحوا ثلاثة محاولات إضافية . و فيماعداد الوثب العالي و القفز بالزانة ، فلا يأخذ أى لاعب أكثر من محاولة واحدة تسجل فى دور واحد من المنافسة . و فى المسابقة التي تكون بها عقدة بالنسبة لآخر مركز مؤهل ، فيجب حلها كما هو مقرر فى القاعدة 180.20 و عندما يكون هناك ثمانية لاعبين أو أقل ، فيجب أن يمنح كل لاعب ستة محاولات . و إذا إذا اخفق أكثر من واحد فى تحقيق محاولة صحيحة أثناء و خلال الأدوار الثلاثة الأولى ، فان هؤلاء اللاعبين سوف يتنافسوا فى الأدوار اللاحقة ، قبل اللذين لهم محاولات صحيحة فى نفس الترتيب النسبى طبقا للقرعة الأهلية .
و فى كلا الحالتين :-

(أ) ترتيب التنافس في الدور الرابع و الخامس يجب أن يكون بالترتيب المعكوس المسجل ، بعد الأدوار الثلاثة الأولى . على أن يكون ترتيب التنافس في الدور النهائي بالترتيب المعكوس المسجل بعد الدور الخامس .

(ب) و عندما يكون ترتيب سوف يغير ، و هناك عقدة في أى مركز ، فيجب أن يتنافس هؤلاء اللذين لديهم عقدة في نفس المركز النسبى طبقا للقرعة الأصلية .

ملحوظة (i) في المنافسات طبقا للقواعد 1.1 (د) حتى (ك) فإن ترتيب التنافس بالنسبة للأدوار الثلاثة الأخيرة يمكن أن يؤدي بالترتيب المعكوس للمراكز المسجلة بعد المحاولات الثلاثة الأولى.

ملحوظة (ii) في الوثبات العمودية انظر القاعدة 181. 2.

6 . في جميع المنافسات الدولية فيماعدًا بطولات العالم ، (خارج الصالات ، و داخل الصالات ، و للناشئين و للشباب و الألعاب الأولمبية) فإن بالامكان تقليل عدد المحاولات في مسابقات الميدان العمودية. و يقرر ذلك الكيان الأهلى أو الدولي المسيطرين على المنافسة.

و فيماعدًا المنافسات التى تقام بناء على القاعدة 1.1 (أ)، (ب)، (ج) فللمنظمين التأكيد على أن منافسات الوثب العمودى تقام فى شكل مختلف للترتيب الممنوح وفقا لهذه القاعدة فمثلا على تحديد العدد الإجمالى من الارتفاعات التى يمكن للاعب أداءها.

إتمام المحاولات Completion of trails

7. يجب على القاضى الا يرفع العلم الابيض لبيان المحاولة الصحيحة حتى تمام المحاولة.

يجب أن يكون تمام المحاولة الصحيحة فى المنافسة و اقرارها بناء على ما يلى:-

(أ) فى حالة الوثب العمودى ، و عندما يقرر القضاة بعدم وجود اخفاق طبقا للقاعدة 181. 2 ، 183. 3 أو 184. 4 ؛

(ب) فى حالة الوثب الأفقى ، عندما يترك اللاعب مكان الهبوط طبقا للقاعدة 185. 1؛

(ج) فى حالة مسابقات الرمى ، عندما يترك اللاعب الدائرة أو طريق الاقتراب ،

طبقا للقاعدة 187. 17

التأهيل للمنافسة Qualifying Competition

8 . يجب أن يقام دور تأهيلي فى مسابقات الميدان عندما يكون عدد المتسابقين أكبر من أن يسمح للمنافسة بأن تتم بشكل مناسب فى دور فردي (نهائي) . و عندما يتم إقامة دور تأهيلي يجب أن يتنافس فيه كل اللاعبين و يتأهلون من خلال هذا الدور- فإن الإنجازات التى حققت فى الدور التأهيلي فلا يعتبر جزء من المنافسة ذاتها،

9 . يجب أن يتم تقسيم اللاعبين إلي مجموعتين أو أكثر إذا توفرت التسهيلات لكل المجموعات لكي تتنافس فى نفس الوقت و نفس الظروف ، فتبدأ كل مجموعة عملية الاحماء فوراً بعد أن تنتهى المجموعة السابقة.

10 . يوصي فى المنافسات التى تستغرق أكثر من ثلاثة أيام ، بوجود يوم راحة بين منافسات التأهيل و النهائيات ، فى مسابقات الوثب العمودي .

11 . يجب تحديد شروط التأهيل ، ومستويات التأهيل و عدد اللاعبين فى النهاية بواسطة المندوبين الفنيين ، و إذا لم يحدد المندوب الفني أو المندوبين هذه الشروط تتولي ذلك اللجنة المنظمة. وبالنسبة للقاءات التى

تخضع للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب)، (ج) ، (و) يجب أن لا يقل عدد اللاعبين عن 12 لاعبا فى النهائي .

12 . فى منافسات التأهيل ، فيما عدا الوثب العالي و القفز بالزانة ، يسمح لكل لاعب حتى ثلاث محاولات. و بمجرد أن يحقق اللاعب المستوى المطلوب للتأهيل ، لا يكمل منافسة التأهيل.

13 . فى منافسات التأهيل لمسابقات الوثب العالي و القفز بالزانة ، لا يتم استبعاد المتسابقين بعد ثلاثة محاولات فاشلة متتالية ، بل يستمروا فى التنافس وفقا للمادة 181.2 حتى آخر محاولة ، و ذلك فى الارتفاع المحدد

كمعيار للتأهيل مالم يصل اللاعبون للنهائى تبعا للقاعدة 180. 11

14 . إذا لم يحقق أى لاعب أو عدد أقل من العدد المطلوب المستوى السابق تحديده للتأهيل ، يمكن توسيع مجموعة المتسابقين الذين يؤدون التصفية إلي العدد المطلوب ، بإضافة لاعبين وفقا لأدائهم فى منافسات التأهيل. و

العقد على المركز الأخير في كل مراحل المنافسة يجب أن تتحدد كما هو موضح في القاعدة 8. 180 ، 180 20. أو 8. 181

15 . إذا ما تم إقامة المنافسات التأهيلية للوثب العالي و القفز بالزانة على مجموعتين في وقت واحد يوصي بأن يتم رفع العارضة على كل ارتفاع في نفس الوقت في كل مجموعة . و يوصي كذلك بأن تكون المجموعتان متساويتين في القوة .

الإعاقة : Obstruction

16 . إذا ما أعيق لاعب ، لأي سبب من الأسباب ، فللحكم سلطة منحة محاولة بديلة .

التأخير Delay

17 . في مسابقات الميدان ، يمكن أن تحتسب محاولة فاشلة لكل متسابق تأخر عن أدائها بدون سبب مقنع . و للحكم الحق في تقرير ذلك مراعاة لجميع الظروف ، و ما هو التأخير غير المقنع ، و على المسئول أن كل شيء جاهز لكي تبدأ المحاولة و أن الزمن المسموح به لهذه المحاولة سوف يبدأ من هذه اللحظة . و بالتالي إذا ما قرر المتسابق عدم إجراء المحاولة تحتسب محاولة فاشلة بمجرد إنقضاء الزمن المسموح به للمحاولة . و بالنسبة للقفز بالزانة يجب أن يبدأ الزمن عندما يتم ضبط القوائم وفقا لطلب المتسابق قبل الأداء و لن يسمح بوقت إضافي آخر للقوائم ، إذا ما أنقضى الزمن المسموح به للمحاولة عند بدء اللاعب لأداء محاولته ، فيجب ألا يمنع من أداء محاولته .
الأزمة التالية لا يجب تجاوزها:

المسابقات الفردية Individual events

عددالمتسابقين المتبقى في المسابقة	الوثب العالي	القفز بالزانة	مسابقات أخرى
أكثر من 3	1 ق	1 ق	1 ق
2 أو 3	1.5 ق	2 ق	1 ق
1	3 ق	5 ق	1 ق
محاولات متعاقبة	2 ق	3 ق	- ق

المسابقات المركبة Combined events

عددالمتسابقين المتبقى في المسابقة	الوثب العالي	القفز بالزانة	مسابقات أخرى
أكثر من 3	1 ق	1 ق	1 ق
2 أو 3	1.5 ق	2 ق	1 ق
1	2 ق*	3 ق*	- ق
محاولات متعاقبة	2 ق	3 ق	1 ق

* عندما يتبقى متسابق واحد فقط في المسابقة فيجب اتباع الأزمنة المذكورة في المحاولة الأولى فقط إذا ما أديت المحاولة السابقة بواسطة نفس المتسابق .

ملحوظة: (i) يجب أن تكون الساعة المستخدمة لبيان الزمن المتبقي المسموح به مرئية لاعب . بالإضافة إلى ذلك ، يجب على المسئول أن يرفع علما أصفر أو أى إشارة أخرى و يستمر في رفعه خلال الـ 15 ثانية الأخيرة المتبقية من الزمن المسموح به للمحاولة

ملحوظة (ii) فى مسابقات الوثب العالى و القفز بالزانة فإن أى تعديل فى الفترة الزمنية المسموحة لمحاولة ما لا يتم تطبيقها حتى ترفع العارضة لإرتفاع جديد ما عدا إذا كان الوقت المحدد للمحاولات المتتالية سوف يطبق عندما يسمح لأى لاعب بمحاولتين متتاليتين أو أكثر من ذلك .

ملحوظة (iii) تمنح لكل لاعب بدء المنافسة دقيقة واحدة لانجاز محاولته .

ملحوظة (iv) حساب عدد المتبقين فى المنافسة ، يؤخذ بعين الاعتبار اللاعبين اللذين يمكنهم التنافس على المركز الأول .

التغيب أثناء المنافسة Absence during Competition

18 . فى مسابقات الميدان ، يمكن للمتسابق بعد إستئذان و مصاحبة المسئول أن يترك منطقة التنافس أثناء سير المنافسة.

تغيير منطقة التنافس Change of Competition Area

19 . للحكم المنوط السلطة لتغيير مكان المنافسة إذا رأى من وجهة نظره أن الشروط مناسبة لذلك و مثل هذا التغيير يجب أن يتم بعد انتهاء دور كامل .

ملحوظة : لا تعتبر قوة الريح أو تغيير اتجاهها شروطا كافية لتغيير مكان المنافسة .

العقد : Ties

20 . فى مسابقات الميدان ، بإستثناء مسابقات الوثب العالى والقفز بالزانة ، يكون ثاني أفضل أداء اللاعبين المتساويين هو حل للعقدة . ثم إذا لزم الأمر تكون ثالث أفضل انجاز و هكذا .
إذا ما ظلت العقدة و مرتبطة بالمركز الأول ، يتنافس اللاعبون اللذين حققوا نفس النتائج مرة أخرى بنفس الترتيب فى محاولة جديدة حتى تحل العقدة .

ملحوظة : بالنسبة للوثب العمودي ، انظر أيضا القاعدة 181.8 .

النتيجة Result

21 . يجب أن يؤهل اللاعب بأفضل محاولاته ، شاملة على المحاولات التي حققت فى إعادة حل العقدة على المركز الأول .

A. الوثب العمودي A. Vertical Jump

القاعدة 181 RULE الشروط العامة General Conditions

1 . قبل بدء المنافسة ، يعلن رئيس القضاة اللاعبين بالارتفاع الذي ستبدأ عنده المسابقة ، و الارتفاعات المتتالية التي سوف ترفع اليها العارضة عند نهاية كل دور إلي أن يتبقي لاعب واحد وهو الفائز بالمسابقة أو أن تكون هناك عقدة على المركز الأول .

المحاولات Trials

2 . للاعب الحق في أن يبدأ الوثب / القفز على أي ارتفاع سبق أن أعلنه رئيس القضاة و له الحق أن يقفز / يثب على أي ارتفاع تال. يحرم اللاعب من الوثبات / القفزات التالية إذا فشل في ثلاث محاولات متعاقبه بصرف النظر عن الارتفاع الذي فشل فيه. فيما عدا حالة العقدة على المركز الأول . و تعني هذه القاعدة أنه بإمكان اللاعب الامتناع عن محاولته الثانية أو الثالثة على ارتفاع معين (بعد فشله في المرة الأولى أو الثانية و يبقى ليثب على ارتفاع تال).

إذا امتنع اللاعب عن محاولة الوثب عند ارتفاع معين ، فليس له الحق في محاولة تالية على نفس الارتفاع ما عدا الحالة التي تكون عليها العقدة بالنسبة للمركز الأول .

3 . حتى بعد فشل جميع اللاعب الآخرين ، يسمح للاعب المتبقي بالاستمرار في الوثب حتى يفقد حقه في التنافس.

4 . ما لم يتبقى سوى لاعب واحد فقط و قد فاز بالمنافسة يجب أن :

(أ) لا ترفع العارضة أقل من 2 سم في الوثب العالي و 5 سم في القفز بالزانة بعد كل دور.

(ب) لا يزيد مقدار رفع العارضة بين دور و آخر.

لا يجب تطبيق القاعدة 4 (أ) ، (ب) طالما أن اللاعبين الباقيين في المنافسة قد وافقوا على رفع العارضة مباشرة إلى إرتفاع الرقم العالمي.

يقرر المتسابق ، بعد فوز اللاعب في المسابقة ، الارتفاع أو الارتفاعات التي ترفع اليها العارضة باستشارة القاضي أو الحكم المختص.

ملحوظة : لا يطبق هذا البند على المسابقات المركبة.

في المسابقات المركبة التي تقام طبقا للقاعدة 1.1 بند (أ) ، (ب) ، (ج) يتم رفع العارضة بانتظام في حدود 3 سم في الوثب العالي و 10 سم في القفز بالزانة طوال المنافسة.

القياسات Measurements

5 . يجب أخذ جميع القياسات بالسنتيمتر ، عمودية من سطح الأرض لأسفل جزء من الحافة العليا للعارضة .

6 . يجب قياس أي ارتفاع جديد قبل أن يحاول اللاعبون عليه ، و في جميع حالات تسجيل الأرقام القياسية، يجب على القضاة التأكد من القياس عندما توضع العارضة على الارتفاع المطلوب ، و من ثم إعادة التأكد من الارتفاع قبل كل محاولة تالية إذا ما تم لمس العارضة منذ آخر مرة تم قياسها.

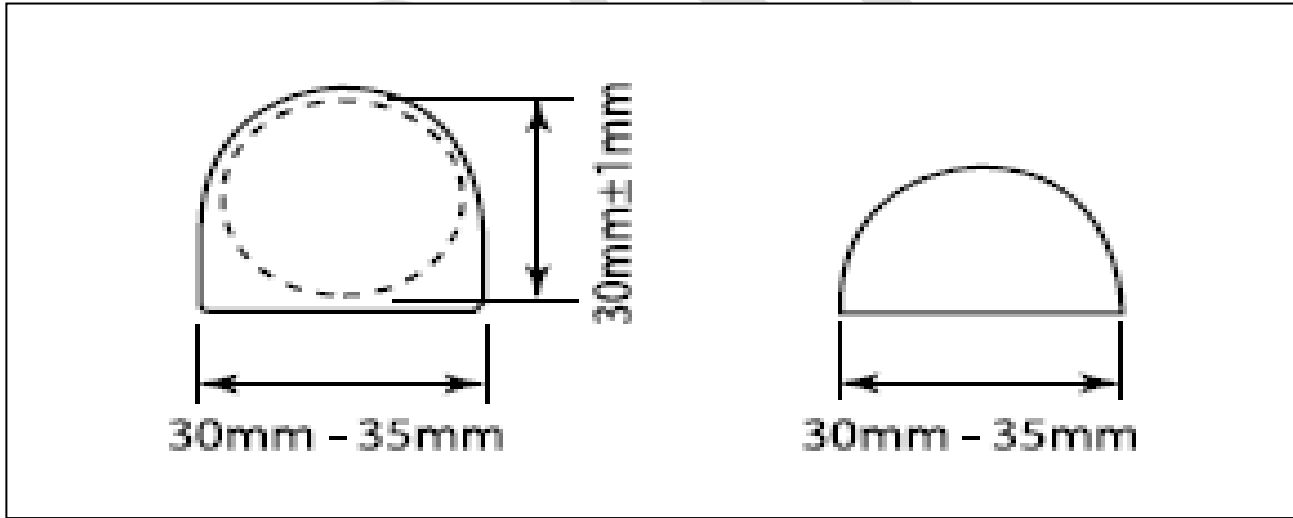
العارضة

7 . يجب تصنيع العارضة من الاليف الزجاجية أو أي مواد مناسبة و لكن ليس من المعدن و تكون دائرية المقطع باستثناء أطرافها. إن الطول الكلي للعارضة في الوثب العالي يكون 4.00 متر (± 2 سم) و تكون في القفز بالزانة 4.50 سم (± 2 سم) . و يكون أقصى وزن للعارضة 2 كيلوجرام في الوثب العالي و 2.25 كيلوجرام في القفز بالزانة و يكون قطر الجزء الدائري 30 مم (± 1 مم) .
تتكون العارضة من ثلاث أجزاء هي: العارضة المستديرة و قطعتي النهاية التي تبلغ عرضها ما بين 30-35 مم و طولها من 15-20 سم بغرض إسنادها على حاملتي القائمين.

يجب أن تكون نهايات العارضة دائرية أو نصف دائرية و بها جانب واحد مسطح و واضح و هو الجزء الذي يركز عليه العارضة على حاملتي القائمين و لا يجب أن يكون هذا الجزء المسطح أعلى من منتصف المقطع العمودي للعارضة و يجب أن تكونا ملساء و صلبه.

لا يجب تغطية هذين الجزئين من العارضة بمادة مطاطية أو أي مادة أخرى تؤثر على زيادة الاحتكاك بينها و بين حاملتي العارضة.

يجب ألا تكون بالعارضة أي ميل عند وضعها على الحاملين يكون إنحناء لأسفل في حدود 2 سم في الوثب العالي و 3 سم في القفز بالزانة.



التحكم في المرونة : تعليق وزن مقداره 35 كجم في منتصف العارضة و هي في موضعها. و من المحتمل أن تنحني لأسفل بحد أقصى 7 سم في الوثب العالي و 11 سم في القفز بالزانة.

العقد Ties

8 . يمكن أن تحل العقد كما يلي :-

- (أ) يحصل اللاعب الذي اجتاز الارتفاع الذي حدثت عنده العقدة بأقل عدد من الوثبات على أعلى مركز .
(ب) إذا بقيت العقدة ، فاللاعب الذي لديه أقل مجموع من الاخفاقات خلال المنافسة حتى و متضمنة الارتفاع الأخير الذي اجتازه يحصل على أعلى مركز .

(ج) أما إذا استمرت العقدة :

- (i) إذا كانت تتعلق بالمركز الأول ، فإن اللاعبين المتعادلين يمنحون محاولة واحدة على الارتفاع التالي طبقا للقاعدة 1. 181 بعد اجتياز الارتفاع الأخير للاعبين المتعادلين ، و إذا لم يصلوا إلي قرار ، فإن العارضة ترفع إذا نجح المتسابقين أصحاب العقدة في اجتياز العارضة و تخفض إذا فشلوا بمقدار 2 سم للوثب العالي و 5 سم للقفز بالزانة و بعد ذلك يمنح كل لاعب محاولة واحدة على كل ارتفاع حتى تحل العقدة .
كما يجب على اللاعبين المشتركين في العقدة الوثب على كل ارتفاع عند تقرير حل العقدة (انظر المثال) .
(ii) أما إذا اختصت بأي مكان أخرى ، فإن اللاعبين سوف يفوزون بنفس المركز في المسابقة .

ملحوظة : لا تطبق هذه المادة (ج) على المسابقات المركبة .

الوثب العالي- مثال High Jump –Example

الارتفاعات التي أعلنها رئيس القضاة عند بدء المنافسة :

1.75 م ، 1.80 م ، 1.84 م ، 1.88 م ، 1.91 م ، 1.94 م ، 1.97 م ، 1.99 م

.....

المتسابق	الارتفاعات						ارتفاعات العقدة			الرتبة
	1.75 م	1.80 م	1.84 م	1.88 م	1.91 م	1.94 م	1.97 م	1.91 م	1.89 م	1.91 م
1	O	XO	O	XO	X-	XX	XXX	X	O	X
2		XO	XO	XO	-	-		X	O	X
3		O	XO	XO	-	XXX		X	X	X
4		XO		XO	XXX					

O = اجتياز X = أخفاق - امتنع عن الوثب

في هذا المثال اجتاز كل من المتسابقين أ، ب، ج، د ارتفاع 1.88 م الآن أصبحت القاعدة الخاصة بالعقدة قيد التنفيذ ، أن يجمع القضاة العدد الإجمالي للمحاولات الفاشلة حتى و شاملة الارتفاع الأخير الذي تم اجتيازه و هو 1.88 م .
اللاعب "د" لديه أكبر عدد من الاخفاقات من اللاعبين " أ " ، "ب" ، "ج" وذلك على المركز الأول ، فيمنح لهم وثبه أخرى إضافية على ارتفاع 1.91 م الذي هو الارتفاع التالي بعد الارتفاع الذي اجتازه المتعادلين في العقدة .

و حيث أن كل المتسابقين المشاركين في العقدة قد اخفقوا في اجتياز هذا الارتفاع فيتم تخفيض الارتفاع إلي 1.92 م لاداء محاولة جديدة للوثب . ولكن اللاعب "ج" قد أخفق بمفرده في اجتياز ارتفاع 1.89 م ، تم منح كلا من اللاعبين "أ" و "ب" محاولة ثالثة للوثب لإجتياز ارتفاع 1.91 م و الذي استطاع إجتيازه اللاعب "ب" بمفرده و بالتالي أصبح فائزا .

قوى دخيلة Extraneous Forces

9 . حينما يبدو واضحا أن سقوط العارضة هو نتيجة لقوة داخلية لا ترتبط بالمتسابق (على سبيل المثال : بسبب الريح):

- (أ) إذا سقطت العارضة بعد إجتياز اللاعب لها بدون أن يلمسها ففي هذه الحالة تعتبر المحاولة ناجحة ،
(ب) إذا سقطت العارضة تحت أى ظروف أخرى فيجب إعطاء اللاعب محاولة أخرى جديدة.

القاعدة 182 RULE
الوثب العالي HIGH JUMP
المنافسة The competition

يجب أن يرتقي المتسابق بقدم واحدة .
يفشل المتسابق إذا :

(أ) لم تستقر العارضة بعد الوثب على الحوامل بسبب حركة اللاعب أثناء الوثب ؛ أو
(ب) لمس سطح الأرض بما فى ذلك منطقة الهبوط خلف مستوى أقرب حافة من القاعين سواء بين أو خارج
القائمين بأى جزء من جسمه بدون اجتياز العارضة . و على الرغم من ذلك ، إذا حدث و لمس منطقة الهبوط
أثناء الوثب بقدمه و كان من وجهة نظر القاضى عدم الاستفادة من ذلك فلا تحتسب فى هذه الحالة وثبه فاشلة .

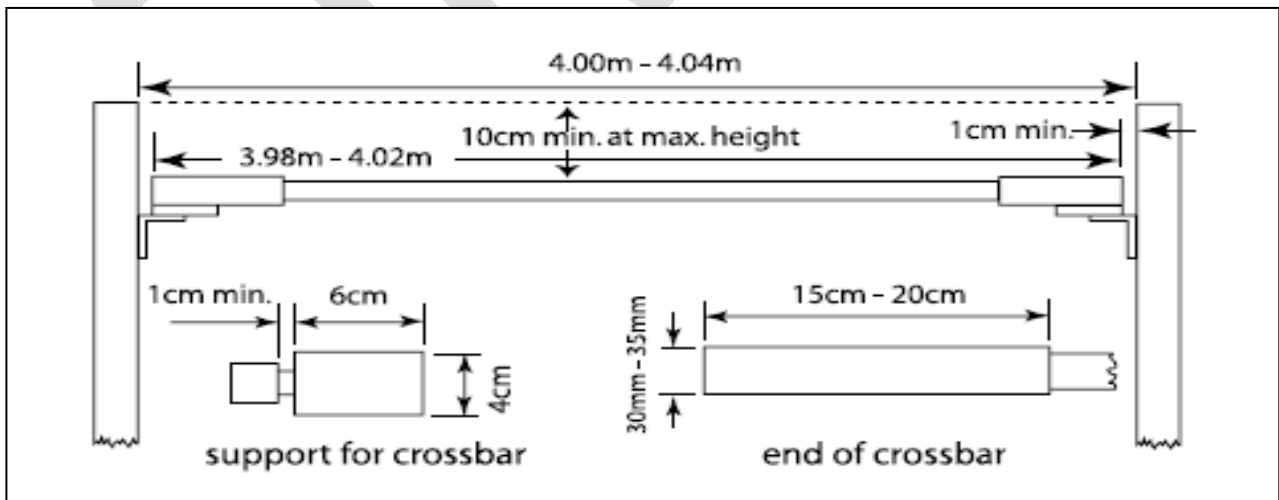
ملحوظة : للمساعدة فى تنفيذ هذه القاعدة يرسم خط أبيض بعرض 50 مم (عادة ما يكون بشريط رفيع أو مادة
مماثلة) بين النقاط مسافة 3 م خارج كل قائم و الحافة الأقرب من الخط ترسم على طول سطح من الحافة
الأقرب من القوائم من خلال الحافة القريبة للعارضة .

طريق الإقتراب و الارتقاء : The Runway and Take-off Area

- 3 . يجب أن يكون الحد الأدنى لطول طريق الإقتراب 15 م ما عدا المنافسات التي تخضع للمادة 1.1 (أ) ، (ب) و (ج) و (و) حيث يكون الحد الأدنى 20 مترا . و عندما تسمح الظروف ، يكون الحد الأدنى للطول 25 م .
- 4 . لا يجب أن يتجاوز أقصى ميل كلي لمنطقة الإقتراب و الارتقاء 1:250 في موازاة نصف قطر من منطقة النصف دائرة التي تقع في المنتصف بين القوائم و وجود أقل نصف قطر محدد في القاعدة 182.3 كما تحدد منطقة الهبوط بحيث يكون إقتراب اللاعب فوق المنحنى .
- 5 . يجب أن تكون منطقة الارتقاء مستوية كما يكون أى إنحناء بها وفقا لمتطلبات القاعدة 182.4 و دليل الاتحاد الدولي لألعاب القوى لمرافق الميدان و المضمار .

الأجهزة Apparatus

- 6 . القوائم : يمكن استخدام أي نوع من القوائم أو الأعمدة بشرط أن تكون صلبة . يجب أن يكون لديهم حوامل للعارضة مثبتة جيدا فيها . يجب أن يكون طول القوائم كافيا لكي تتخطى الارتفاع الفعلي التي ترفع الية العارضة بما لا يقل عن 10 سم يجب ألا تقل المسافة بين القوائم عن 4.00 م و لا تزيد عن 4.04 م .
- 7 . لا يجب تحريك القوائم و الأعمدة أثناء المنافسة إلا إذا قرر الحكم أن منطقة الارتقاء أو الهبوط أصبحت غير مناسبة . و في هذه الحالة يتم التغيير بعد استكمال دور كامل .
- 8 . حوامل العارضة . يجب أن تكون الحوامل مسطحة و مستطيلة الشكل ، بعرض 4 سم و طول 6 سم . و يجب أن تكون مثبتة جيدا على القوائم أثناء الوثب و بحيث يواجه كل منهما الآخر و يجب أيضا تستقر نهايتي العارضة على الحوامل بحيث إذا لمس اللاعب العارضة يكون من السهل سقوطها على الأرض إما للأمام أو الخلف . لا يجب تغطية الحوامل بالمطاط أو بأي مادة أخرى التي يكون لها تأثير على زيادة الاحتكاك بينهم و بين سطح العارضة و لا يكون لهم أي نوع من الزنبرك كما يجب أن تكون الحوامل على نفس الارتفاع فوق منطقة الارتقاء مباشرة بين نهايتي العارضة .



قوائم و عارضة الوثب العالي High Jump Uprights and Crossbar

9 . يجب أن يكون هناك مسافة لا تقل عن 1 سم بين نهايتي العارضة و القائمين.

منطقة الهبوط Landing Area

10 . يجب أن تقاس منطقة الهبوط بحيث لا تقل مساحتها عن 5 م x 3 م أما بالنسبة للمنافسات فيوصي بالآ تكون منطقة الهبوط أصغر من 6 م x 4 م x 0.7 م

ملحوظة : يجب تصميم القوائم و منطقة الهبوط أيضا بحيث يكون هناك فراغ لا يقل عن 10 سم بينهم عند الاستعمال ، لكي نتجنب إزاحة العارضة نتيجة اتصال منطقة الهبوط بالقوائم .

القاعدة RULE 183

القفز بالزانة Pole Vault

المنافسة The Competition

1 . يجب للاعبين فقط تحريك العارضة فى اتجاه منطقة الهبوط بحيث يمكن وضع حافة العارضة الأقرب للاعب فى أى نقطة أعلى النهاية الخلفية للصندوق مباشرة بمقدار 80 سم فى اتجاه منطقة الهبوط .
قبل بدء المنافسة ، على المتسابق إبلاغ المسئول المختص بالوضع الذى يريد أن تكون عليه العارضة لمحاولته الأولى كما يجب تسجيل هذا الموضع . أما إذا أراد اللاعب بعد ذلك إجراء أى تغييرات فيجب عليه إبلاغ الحكم المختص فورا قبل أن تنصب العارضة وفقا لرغبته الأولية و إذا لم يتبع ذلك فسيؤدى إلى بدء احتساب الزمن المحدد للمحاولة.

ملحوظة : يرسم خط عرضه 1 سم و له لون مميز بزاوية قائمة مع محور طريق الإقتراب و فى مستوى الحد الداخلى لسطح الصندوق و يكون هناك خط مشابه على سطح منطقة الهبوط و على أن يكون هذا الخط ممتدا إلى أقصى حافة خارجية من القوائم .

2 . يخفق المتسابق إذا :

- أ) لم تستقر العارضة فوق الحاملين بعد القفز نتيجة حركة المتسابق أثناء القفز ، أو
- ب) لمس الأرض بما فى ذلك منطقة الهبوط خلف المستوي العمودي للنهاية الخلفية للصندوق بأى جزء من جسمه أو بعضا القفز بدون اجتياز العارضة ، أو
- ج) وضع يده السفلي فوق العليا بعد ترك الأرض أو قام بتحريك يده العليا إلى أعلى الزانة.
- د) قام أثناء القفز بتثبيت العارضة أو أعادتها إلى مكانها بيده أو ببيديه معا .

ملحوظة (i) : لا يحتسب خطأ ، إذا جرى المتسابق خارج حدود الخطوط البيضاء التى تحدد طريق الاقتراب فى أى منطقة .

ملحوظة (ii) : إذا لمست الزانة المرتبة بعد وضعها فى الصندوق أثناء القيام بالمحاولة لا تعتبر خطأ .

- 3 . يسمح للاعبين أثناء المنافسة بوضع مادة فى أيديهم أو فى الزانة من أجل تحقيق قبضة أفضل، و لا يسمح باستخدام شريط لتغطية اليدين أو الأصابع إلا إذا اقتضت الحاجة لتغطية جرح مكشوف .
- 4 . عقب ترك اللاعب للزانة لا يسمح لأي شخص أن يلمس الزانة إلا فى حالة سقوطها بعيدا عن العارضة أو القوائم . و إذا تم لمس الزانة و كان فى رأي الحكم أنه لولا هذا التدخل لكانت العارضة قد سقطت فيتم تسجيل القفزة على أنها محاولة غير صحيحة .
- 5 . إذا حدث و انكسرت الزانة أثناء المحاولة ، فإنها لا تحتسب محاولة فاشلة . و يمنح اللاعب محاولة جديدة إضافية .

طريق الاقتراب Runway

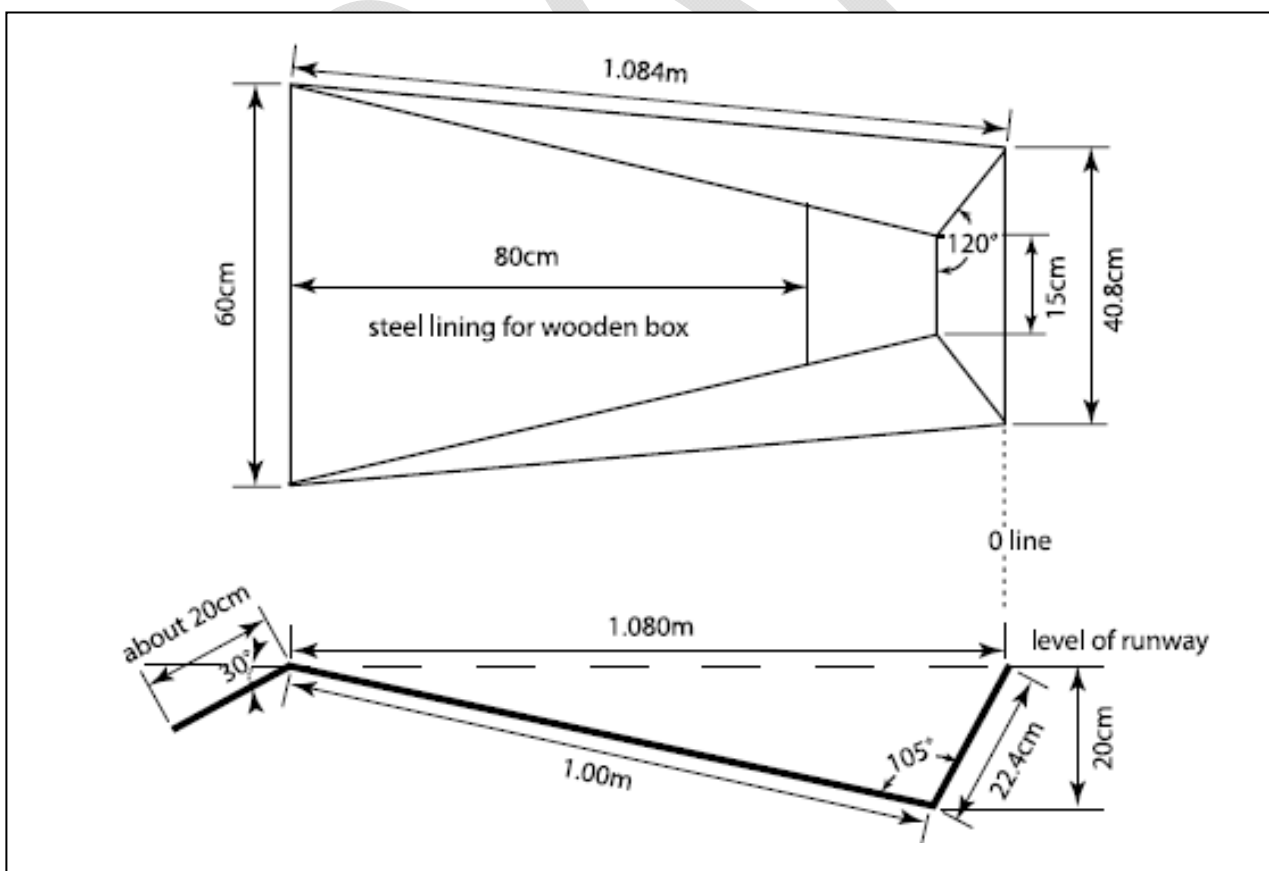
6. إن الحد الأدنى لطول طريق الاقتراب هو 40 م و حينما تسمح الظروف 45 م . يجب أن يكون الحد الأدنى للعرض 1.22 م \pm 0.01 مم كما يجب تحديد طريق الاقتراب بخطوط بيضاء بعرض 5 سم.

7. إن الحد الأقصى المسموح به للميل الجانبي لطاقي سمح للميل الجانبي لطريق الاقتراب يجب أن يكون 1: 100 بالنسبة لطريق الاقتراب 40 م و الميل الكلي في اتجاه الجري 1: 1000.

الأجهزة Apparatus

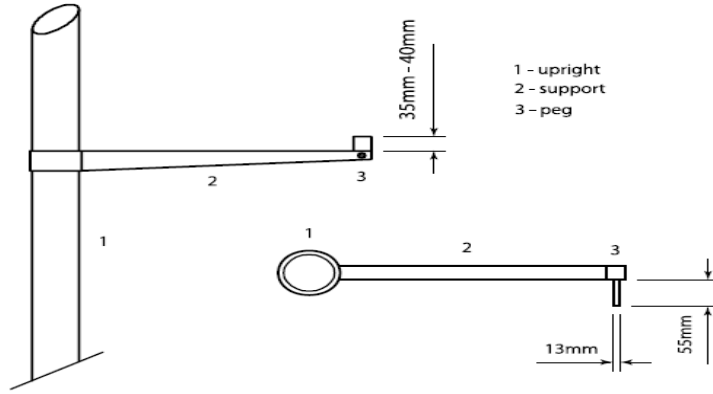
8. الصندوق Box : يجب أن يتم الإرتقاء فى القفز بالزانة من صندوق. يجب أن يصنع هذا الصندوق من مادة صلبة مناسبة و يفضل أن يكون له جوانب داخلية دائرية بحيث يكون غاطسا حتى مستوي طريق الإقتراب ، و طوله 1 م مقاس من السطح الداخلي لقاع الصندوق ، و عرضة 60 سم عند نهايته الأمامية و يتدرج حتى يصل إلي 15 سم عند قاعدته من ناحية لوحة الإيقاف – إن طول الصندوق على مستوي طريق الاقتراب و عمق لوحة الإيقاف تحددهما زاوية مقدارها 105° درجة ، بين القاعدة و لوحة الإيقاف تتحدد قاعدة الصندوق من مستوي طريق الاقتراب عند نهايته الأمامية و إلي المسافة العمودية تحت مستوي سطح الأرض بمقدار 20 سم عند النقطة التي تتلاقى فيها مع لوحة الإيقاف.

يجب أن يصمم الصندوق بحيث يكون جوانبه متفرجة للخارج و تنتهيان عند قاعدة لوحة الإيقاف بزاوية مقدارها 120 درجة تقريبا مع القاعدة. إذا صمم الصندوق من الخشب يبطن القاع بلوح من المعدن سمكه 2.5 و لمسافة 80 سم بدءا من مقدمته.



9. القوائم Uprights . يمكن استخدام أي نوع أو شكل من أشكال القوائم والأعمدة على أن تكون من مادة صلبة. و يوصي بأن يغطي السطح المعدني للقوائم ببطانة من مادة مناسبة و ذلك لتوفير الحماية للاعبين و للزانات.

10. حامل العارضة Crossbar support: تستقر العارضة على حوامل بحيث إذا لمسها اللاعب أو زانته فإنها تسقط بسهولة على الأرض مباشرة في اتجاه منطقة الهبوط . و يجب أن تكون الحوامل بدون سن (حافة مدببة) أو فجوات من أي نوع و يجب أن تكون سميكة و لا يزيد قطرها عن 13 مم . و لا يزيد امتدادها عن 55 مم من القوائم الممتدة و التي يجب أن تمتد 35-40 مم فوق الحوامل .



و يجب أن لا تقل المسافة بين الحوامل عن 4.30 م و أن لا تزيد عن 4.37 م ، لا يجب تغطية الحوامل بالمطاط أو أي مادة تؤدي إلي زيادة عملية الاحتكاك بين الحوامل و بين سطح العارضة ، و لا يكون بهما أي نوع من الزنبرك.

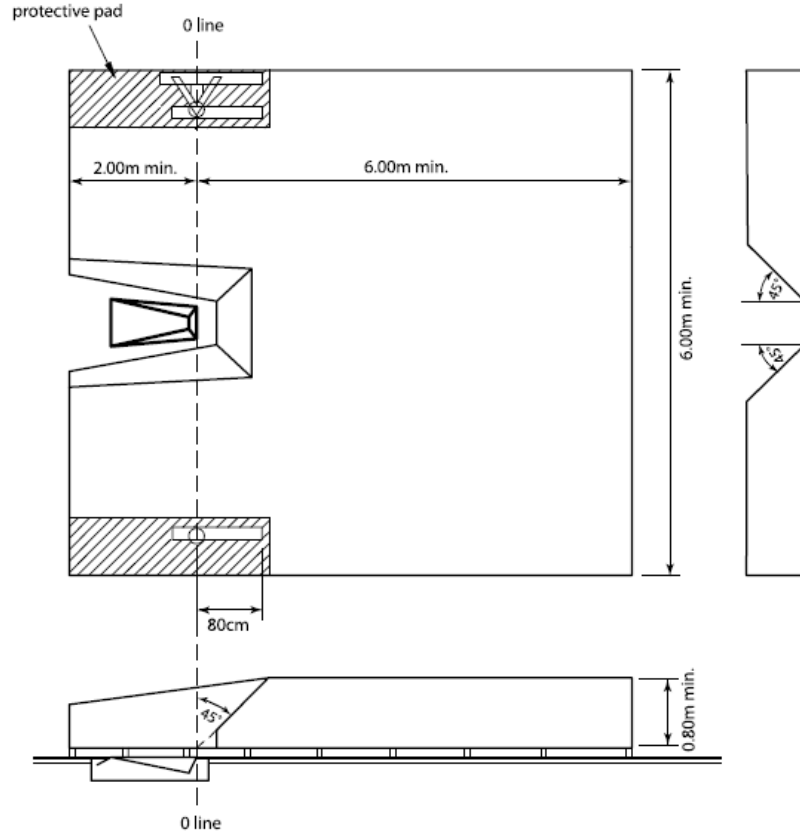
ملحوظة : لتقليل فرص إصابة اللاعب من جراء سقوطه على قاعدة القوائم فيجب وضع حوامل العارضة على ذراعي الإطالة و المثبتة دائما بالقوائم ، و ذلك يساعد على وضع القوائم على مسافات أوسع دون زيادة طول العارضة (انظر الشكل 8)

زانات القفز Vaulting Poles

11 . يمكن للاعبون استخدام الزانات الخاصة و لا يسمح لأي لاعب باستخدام الزانة الخاصة بلاعب آخر بدون موافقة صاحبها. يمكن أن تكون الزانة من أي مادة أو خليط من المواد و بأي طول أو قطر و لكن السطح الأساسي يجب أن يكون ناعما و يمكن أن تحاط الزانة بطبقات من شريط حمايتها عند القبضة و عند النهاية السفلى .

منطقة الهبوط The landing Area

12. يجب أن لا تقل طول منطقة الهبوط عن 5 م (باستثناء الأجزاء الأمامية) x 5 م في العرض. و يجب أن توضع جوانب منطقة الهبوط الأقرب إلي الصندوق على بعد من 10 سم إلي 15 سم من الصندوق و تنحدر بزاوية 45 درجة تقريبا بعيدا عن الصندوق (انظر الشكل 9).



شكل 9 منطقة الهبوط فى القفز بالزانة (الشكل من أعلى و من الجانب)

بالنسبة للمسابقات التى تقام وفقا للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب)، (و) فيجب أن لا تقل منطقة الهبوط عن 6م طول (باستثناء الأجزاء الأمامية) 6 م عرض 0.8 x م ارتفاع. و يجب أن تكون طول الأجزاء الأمامية 2م .

ب. الوثبات الأفقية Horizontal Jumps

القاعدة 184 RULE 184

الشروط العامة General Conditions

القياسات Measurements

فى جميع مسابقات الوثب الأفقي يجب أن تسجل المسافات لأقرب 0.01 م أقل من المسابقة المقاسة إذا كانت المسافة المقاسة ليست سنتيمترات كاملة .
فى جميع المضامير المنشأة قبل أول يناير 2004 يمكن أن يكون عرض طريق الاقتراب 1.25 م بحد أقصى.

طريق الاقتراب Runway

2. يجب أن يكون الحد الأدنى لطول طريق الاقتراب 40 م مقاسا من الخط الخاص بالارتقاء حتى نهاية طريق الإقتراب . و أن يكون عرض طريق الاقتراب هو 1.22 ± 0.01 م و يجب تحديد طريق الاقتراب بخطوط بيضاء بعرض 5 سم .
- 3- يجب أن يكون أقصى ميل جانبي مسموح به لطريق الإقتراب 1 : 100 في نهاية الـ 40 م الأخيرة لطريق الاقتراب . و الميل لأسفل في اتجاه الجرى لا يزيد عن 1 : 1000.

قياس الريح Wind Measurement

4. يجب أن تقاس سرعة الريح لمدة 5 ثواني من الوقت الذي يعبر فيه اللاعب العلامة الموجودة بجانب طريق الإقتراب ، فبالنسبة للوثب الطويل 40 م من خط الارتقاء و بالنسبة للوثب الثلاثي 35 م. إذا ركض اللاعب أقل من 40 م أو 35 م حسب الحالة فيجب أن تقاس سرعة الريح من لحظة بداية الركض.
5. يجب أن يوضع جهاز قياس سرعة الريح على بعد 20 م من لوحة الارتقاء و يجب أن يكون على ارتفاع 1.22 م و ألا يبعد أكثر من 2 م عن طريق الارتقاء.
6. يكون جهاز قياس سرعة الريح كما تم وصفه في القاعدة 163.11 كما يتم تشغيله وقراءته طبقا لما هو موضح في قاعدة 163.10 و 163.12 على التوالي.

القاعدة 185 RULE

الوثب الطويل Long Jump

المسابقة (المنافسة) The Competition

1. يخفق اللاعب إذا :
 - (أ) قام أثناء الارتقاء بلمس الأرض خلف خط الارتقاء بأي جزء من جسمه سواء في حالة الجري بدون وثب أو في حالة الوثب ، أو
 - (ب) ارتقى من الخارج من إحدي نهايتي اللوحة ، سواء من بعد أو من قبل امتداد خط الارتقاء ، أو
 - (ج) لمس الأرض بين خط الارتقاء و منطقة الهبوط ، أو
 - (د) استعمال أي شكل من أشكال الدوران في الهواء أثناء الجري أو الوثب ، أو
 - (هـ) قام أثناء مسار الهبوط بلمس الأرض خارج منطقة الهبوط الأقرب الي خط الارتقاء منه لأقرب أثر أحدثه في الرمال أو
 - (و) قام بأداء أول لمسة للأرض أثناء مغادرته لمنطقة الهبوط خارج منطقة الهبوط و كانت الأقرب إلى خط الإرتقاء منها لأقرب أثر أحدثه في الرمل أثناء الهبوط ، و هذا يشمل أي أثر نتج عن فقد التوازن أثناء الهبوط و يكون بالكامل داخل منطقة الهبوط و لكن أقرب إلى خط الإرتقاء من الأثر الأولي الذي أحدثه أثناء الهبوط

ملحوظة (i) : لا تعتبر محاولة غير صحيحة إذا ما جرى اللاعب خارج الخطوط البيضاء التي تحدد منطقة الإقتراب في أي جزء منها

ملحوظة (ii) : لا تعتبر محاولة غير صحيحة في القاعدة 181 (ب) إذا ما لمس أي جزء من حذاء اللاعب أو قدمه للأرض خارج نهاية لوحة الإرتقاء قبل خط الإرتقاء .

ملحوظة (iii) : لا تعتبر محاولة غير صحيحة إذا لمس اللاعب بأي جزء من جسده أثناء الهبوط الأرض الواقعة خارج منطقة إلا إذا كان الإحتكاك هو الأول من نوعه أو يكون منافيا للفقرة 1 (هـ) المذكورة آنفا .

ملحوظة (vi) : لا تعتبر محاولة فاشلة إذا ما عاد المتسابق ماشيا للخلف خلال منطقة الهبوط بعد مغادرته لها بطريقة صحيحة .

ملحوظة (v) باستثناء ما ورد في القاعدة 185. 1 (ب) لا تحتسب المحاولة غير صحيحة إذا ما ارتقى المتسابق قبل لوحة الارتقاء.

2. عند مغادرة منطقة الهبوط ، يكون أول لمس لرجل اللاعب للحافة أو للأرض خارجها تكون لأبعد من خط الارتقاء منه إلى أقرب أثر أحدثه في الرمل – انظر القاعدة 185 (و)

ملحوظة : يحدد خروج اللاعب في منطقة الهبوط بأول لمس .

3. تقاس جميع الوثبات من أقرب اثر (أحدثه أي جزء من أجزاء جسم اللاعب أو أطرافه في منطقة الهبوط) الي خط الارتقاء أو امتداده ، (انظر القاعدة 185 (و) كما يجب أن تأخذ القياسات عموديا على خط الارتقاء أو امتداده

The Take-Off Board

لوحة الارتقاء

4. يحدد مكان الارتقاء بلوحة غاطسه في مستوي طريق الاقتراب و سطح منطقة الهبوط . و تسمى الحافة القريبة إلى منطقة الهبوط بخط الارتقاء . كما يوضع خلف خط الارتقاء مباشرة لوحة من الصلصال لمساعدة القضاة.

5. يجب ألا تقل المسافة بين لوحة الارتقاء و النهاية البعيدة لمنطقة الهبوط عن 10 أمتار.

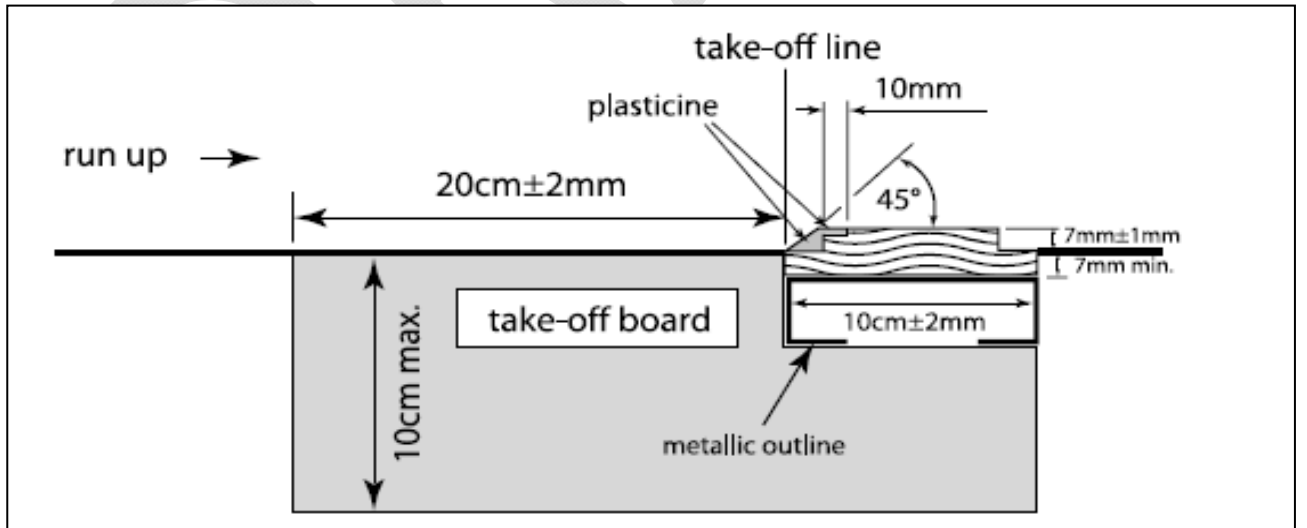
6. يجب أن توضع لوحة الارتقاء بحيث تكون المسافة بينها و بين الحافة القريبة لمنطقة الهبوط من 1-3 م .

7. التصنيع Construction : يجب أن تكون لوحة الارتقاء مستطيلة و تصنع من الخشب

1. أو من أي مادة صلبة مناسبة و يكون طولها 1.22 ± 0.01 و عرضها 20 سم ($2 \pm$ سم) و عمقها 10 سم و على أن تظلي باللون الأبيض.

8. لوحة الصلصال Plasticine Indicator Board : تتكون من لوحة صلبة عرضها 10 سم ($2 \pm$ مم) و طولها 1.22 ± 0.01 مصنوعة من الخشب أو من أي مادة مناسبة و مدهونه بلون مناسب مختلف عن

لوحة الارتقاء ، و يكون الصلصال بقدر الإمكان مختلف ثالث. و يجب أن تثبت اللوحة في تجويف أرضي أو رف في طريق الاقتراب من جانب لوحة الارتقاء القريبة من منطقة الهبوط ، و يرتفع سطحها عن مستوي لوحة الإرتقاء بمقدار 7 مم ($1 \pm$ مم). كما أن كلا الحافتين تنحدران بزاوية 45 درجة في الحافة القريب من طريق الاقتراب و مغطاة (طوليا) بطبقة من الصلصال سمكها 1 مم أو أن تقطع بحيث تنحدر بزاوية 45 درجة عند مليء التجويف بالصلصال (انظر شكل 10) .



الشكل (10)- لوحة الارتقاء و لوحة الصلصال

Take-off Board and Plasticine Indicator Board

يجب أن يغطي الجزء العلوى للوحة الصلصال فى الـ 10 مم الأولى تقريبا و بكامل طولها كليا بطبقة من الصلصال.

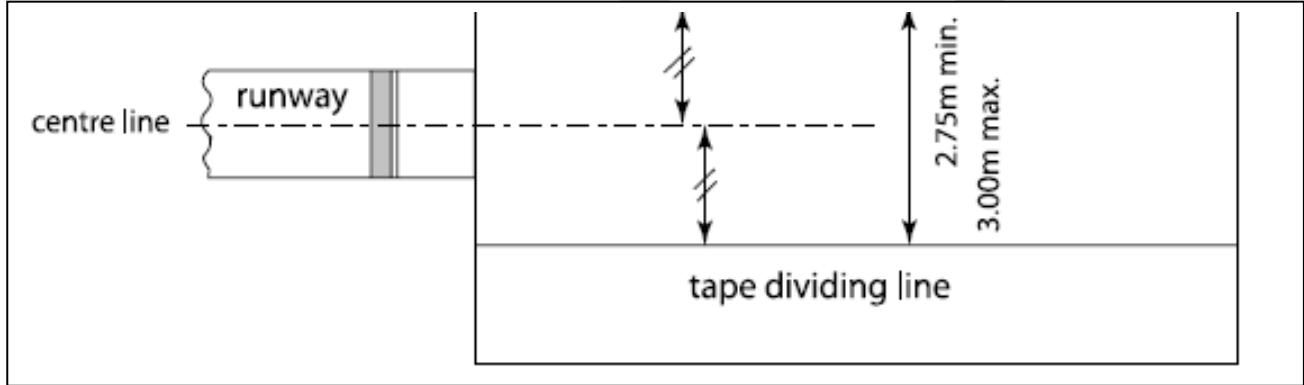
و عند تركيبها فى التجويف يجب أن تكون جميع الأجزاء مثبتة جيدا لكي تتحمل القوة الناتجة عن طبع قدم اللاعب. كما يجب أن يكون سطح اللوحة التي تحت الصلصال مصنوعا من مادة تساعد على تثبيت مسامير حذاء اللاعب و عدم انزلاقها و يمكن تنعيم سطح الصلصال عن طريق بكرة أو مكشطة مناسبة بهدف إزالة آثار قدم اللاعب.

ملحوظة: يفضل وجود لوحات صلصال إضافية لإستخدامها أثناء إزالة آثار أقدام اللاعبين من على اللوحة الأولى حتى لا تتأخر المنافسة.

منطقة الهبوط The landing Area

9. يجب أن يكون الحد الأدنى لعرض منطقة الهبوط 2.75 م و الحد الأقصى 3 م . و يجب – إذا أمكن – أن يتوافق منتصف طريق الاقتراب مع منتصف منطقة الهبوط .

ملحوظة : عندما يكون منتصف طريق الاقتراب ليس على نفس خط منتصف منطقة الهبوط ، فيجب وضع شريط أو شريطان – إذا لزم الأمر – على امتداد جانبي منطقة الهبوط لتحديد ما حتى يتم تحقيق ما سبق (انظر الرسم).



الشكل (11) منطقة الهبوط للوثب الطويل و الثلاثى

10. يجب أن تغطي منطقة الهبوط بالرمل الناعمة الرطبة و يكون سطح الرمل فى نفس مستوى لوحة الارتقاء

القاعدة 186 RULE الوثب الثلاثي Triple jump

تطبق قواعد الوثب الطويل على الوثب الثلاثي مع الإضافات التالية :

The Competition

المنافسة

1. يجب أن يتكون الوثب الثلاثي من حجلة و خطوة و وثبة و بهذا الترتيب.
2. يجب أن تؤدي الحجلة بحيث يهبط اللاعب أو لا على نفس القدم التي أدي بها الارتقاء ، و في الخطوة يهبط على القدم الأخرى و التي فيما بعد يؤدي بها الوثبة . و لا تعتبر محاولة المتسابق فاشلة إذا لمست قدمه المتأرجحة المتأرجحة الأرض أثناء الوثب. و لا تعتبر محاولة غير صحيحة إذا لمس اللاعب الأرض بالرجل الحرة أثناء الوثب .

ملحوظة: لا تطبق القاعدة 185 بند 1 (ج) نظرا للهبوط الطبيعي في مرحلتي الحجلة و الخطوة.

Take-Off Board

لوحة الارتقاء

3. يجب أن لا تقل المسافة بين خط الارتقاء وبين نهاية منطقة الهبوط عن 21 م .
4. يوصى في المسابقات الدولية ، بأن لا تقل المسافة بين خط الارتقاء و الحافة القريبة لمنطقة الهبوط عن 13 م للرجال و 11 م للسيدات . و بالنسبة للبطولات الأخرى تحدد هذه المسافة بحيث تكون مناسبة لمستوي البطولة
5. ما بين لوحة الارتقاء و منطقة الهبوط ، في مرحلتي الخطوة و الوثبة ، يجب أن يكون هناك منطقة ارتقاء بعرض لا يقل عن 1.22 م ± 0.01 م للحصول على إرتقاء ثابت و مناسب

ملحوظة : يمكن أن تكون عرض منطقة الهبوط 1.25 م كحد أقصى بالنسبة لجميع المضامير التي قبل أول يناير 2004 .

ج . مسابقات الرمي C. THROWING EVENTS

القاعدة 187 RULE

الشروط العامة General Conditions

الأدوات الرسمية

- 1 . في كل اللقاءات الدولية ، يجب أن تكون الأدوات المستخدمة مطابقة للمواصفات التي حددها الاتحاد الدولي للالعاب القوى. و يسمح فقط باستخدام الأدوات التي تحمل شهادة مصدق عليها من الاتحاد الدولي للالعاب القوى. و يوضح الجدول التالي الأدوات التي تستخدم مع كل مرحلة سنه :

الأداة	سيدات/بنات ناشئين/ كبار	أولا شباب	رجال ناشئين	رجال كبار
الجلة	4.000 كجم	5.000 كجم	6.000 كجم	7.260 كجم
القرص	1.000 كجم	1.500 كجم	1.750 كجم	2.000 كجم
المطرقة	4.000 كجم	5.000 كجم	6.000 كجم	7.260 كجم
الرمح	600 جرام	700 جرام	800 جرام	800 جرام

ملحوظة : تعتبر الشهادة للأدوات القانونية رسمية و تحت الطلب من مكتب الاتحاد الدولي للالعاب القوى تتوافر استمارة "طلب شهادة التنفيذ" النموذجي عند الطلب لدى مكتب الاتحاد الدولي للالعاب القوى كما يمكن الحصول عليها عن طريق الموقع الخاص بالاتحاد الدولي للالعاب القوى

- 2 . باستثناء ما هو موضح أدناه تقوم اللجنة المنظمة بتوفير جميع الأدوات كما يقوم المندوبين الفنيين إستنادا للقوانين الفنية الخاصة بكل منافسة بالسماح للاعبين باستخدام الأدوات الخاصة بهم أو تلك التي حصلوا عليها من قبل الموردين بشرط أن تكون هذه الأدوات معتمدة من الاتحاد الدولي للالعاب القوى و يتم فحصها ووضع علامة عليها تدل على أنها معتمدة من اللجنة المنظمة قبل بدء المنافسة و متوفرة لجميع اللاعبين كما لا يتم الموافقة على مثل هذه الأدوات في حالة وجود نفس الشكل في قائمة اللجنة المنظمة .
- 3 . لا يجب أن يتم إجراء أي تعديل على الأداة أثناء المنافسة.

الوقاية الشخصية Personal Safeguards

- 4 . (أ) لا يستخدم اللاعب أى جهاز من أى نوع مثل لصق إصبعين أو أكثر معا أو استخدام أوزان مربوطة في الجسم و التي ربما تساعد اللاعب عند أداء محاولته بأى شكل من الأشكال . و لا يسمح للاعب بوضع شريط على اليد ، إلا عند الضرورة أو من أجل تغطية جرح مفتوح إلا أن لاعب المطرقة يمكنه ربط اصابعه الفردية على أن يبينه لرئيس القضاة قبل بدء المسابقة.

(ب) لا يسمح باستخدام القفازات فيما عدا إطاحة المطرقة. وفي هذه الحالة يجب أن تكون القفازات ناعمة من الأمام و الخلف و يجب أن تظهر أنامل الأصابع كلها فيما عدا الإبهام .

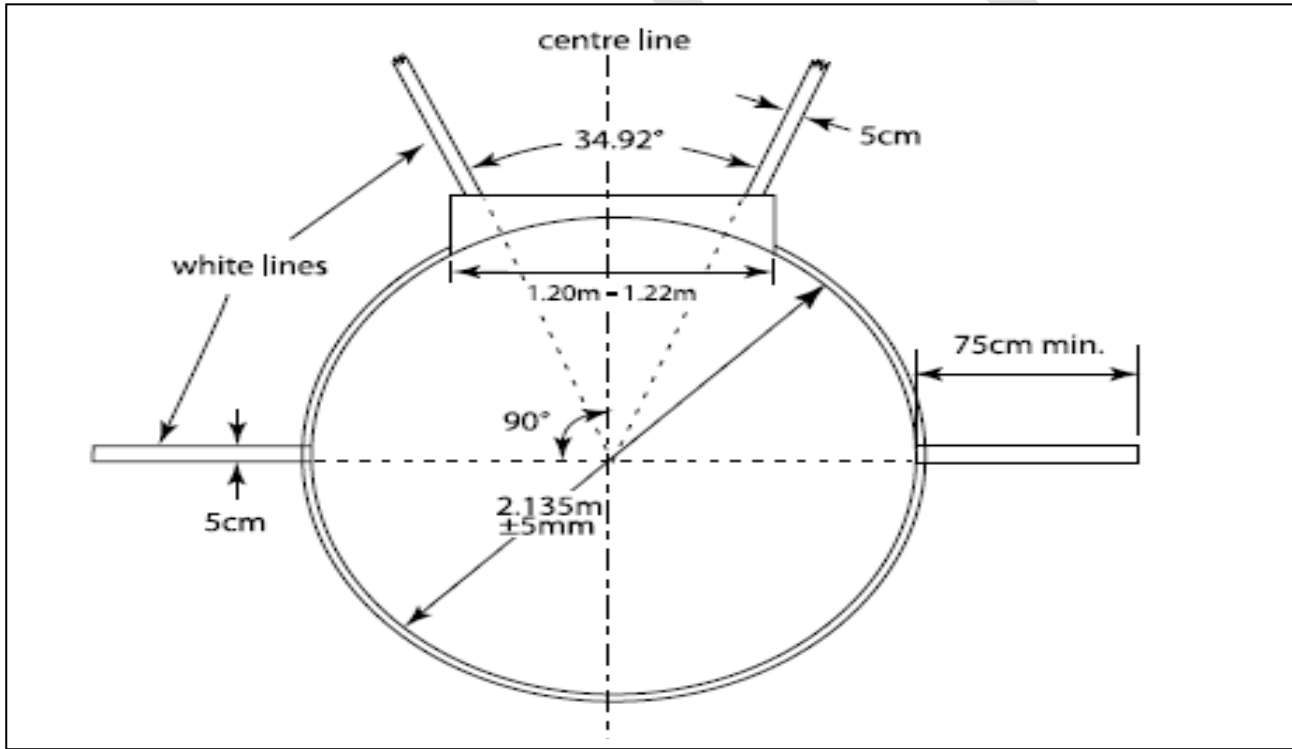
(ج) من أجل الحصول على قبضة أفضل يسمح للاعبين باستخدام مادة مناسبة على أيديهم فقط، بالإضافة إلي ذلك ، يمكن للاعب المطرقة استخدام هذه المواد على قفازاتهم و بالنسبة للاعب دفع الجلة يمكن استخدامها على رقبته .

(د) من أجل حماية العمود الفقري من الإصابة يمكن للمتسابق استخدام حزام من الجلد أو أي مادة أخرى مناسبة.

- (هـ) يمكن لمتسابق دفع الجلة ارتداء رباط ضاغط على الرُسْغ لحمايته من الإصابة .
 (د) يمكن للاعب رمي الرمح ارتداء واقي للمرفق .
 (ز) يمكن للاعب أن يلبس أى نوع من الحماية مثل (الركبة) بموافقة الإتحاد الدولي و المشورة الطبية المناسبة.

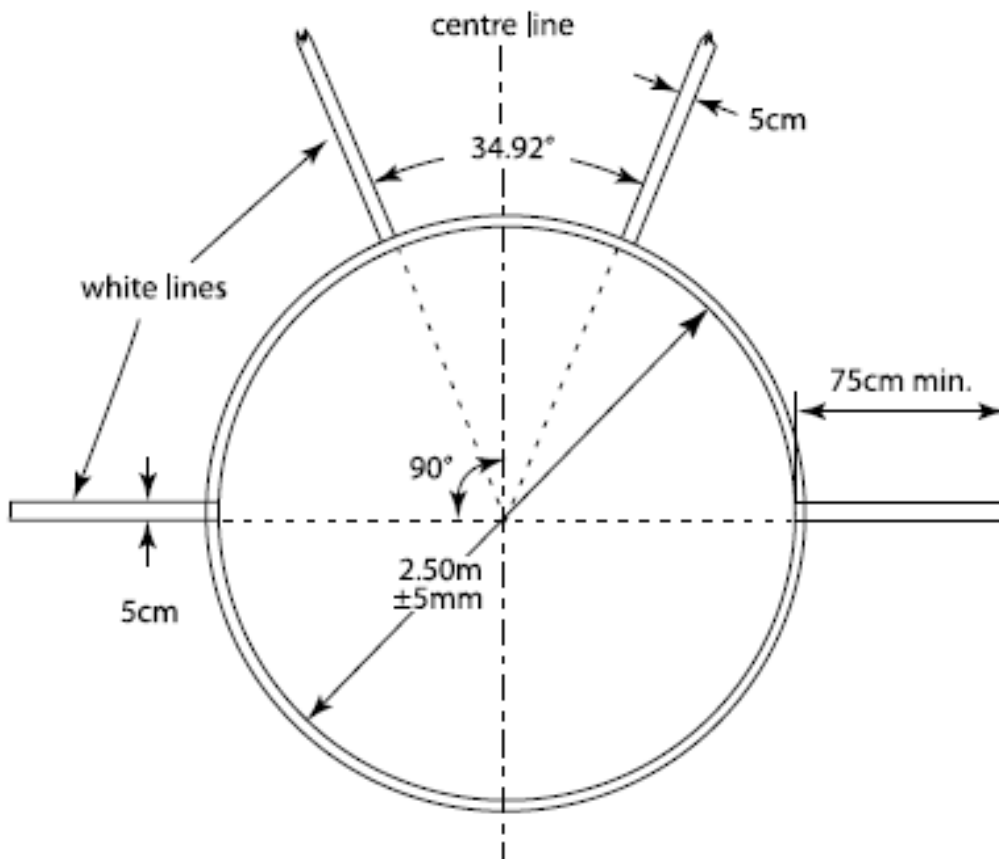
دائرة الرمي Throwing Circle

- 5- يصنع الإطار الخارجي للدائرة من إطار من الحديد أو الصلب أو أي مادة أخرى مناسبة بحيث يكون سطحها العلوي في مستوي الأرض ، و يمكن أن تكون الأرض المحيطة بالدائرة خارجها من الخرسانة أو الإسفلت أو من أي مادة أخرى صلبة لا تساعد على الانزلاق ، كما ينبغي أن يكون السطح الداخلي لها مبنيًا من الخرسانة أو الأسفلت أو أي مواد صلبة و ليس زلفة و مستويه و منخفضه عن الحافه العليا لإطار الدائرة بمقدار 2 ± 6 سم عن الجزء العلوي لإطار الدائرة .
 في دفع الجلة يسمح باستخدام دائرة متحركة بهذه المواصفات .
 6 . في دفع الجلة و الإطاحة بالمطرقة يجب أن يكون القطر الداخلي للدائرة 2.135 م (± 5 مم) و في رمي القرص 2.50 م (± 5 مم) . و لا يقل سمك إطار الدائرة عن 6 مم على الأقل و يكون لونه أبيض .
 هذا و يمكن إطاحة المطرقة من دائرة رمي القرص بشرط تقليل القطر من 2.5 متر الي 2.135 متر و ذلك بوضع حلقة دائرية داخل الدائرة .

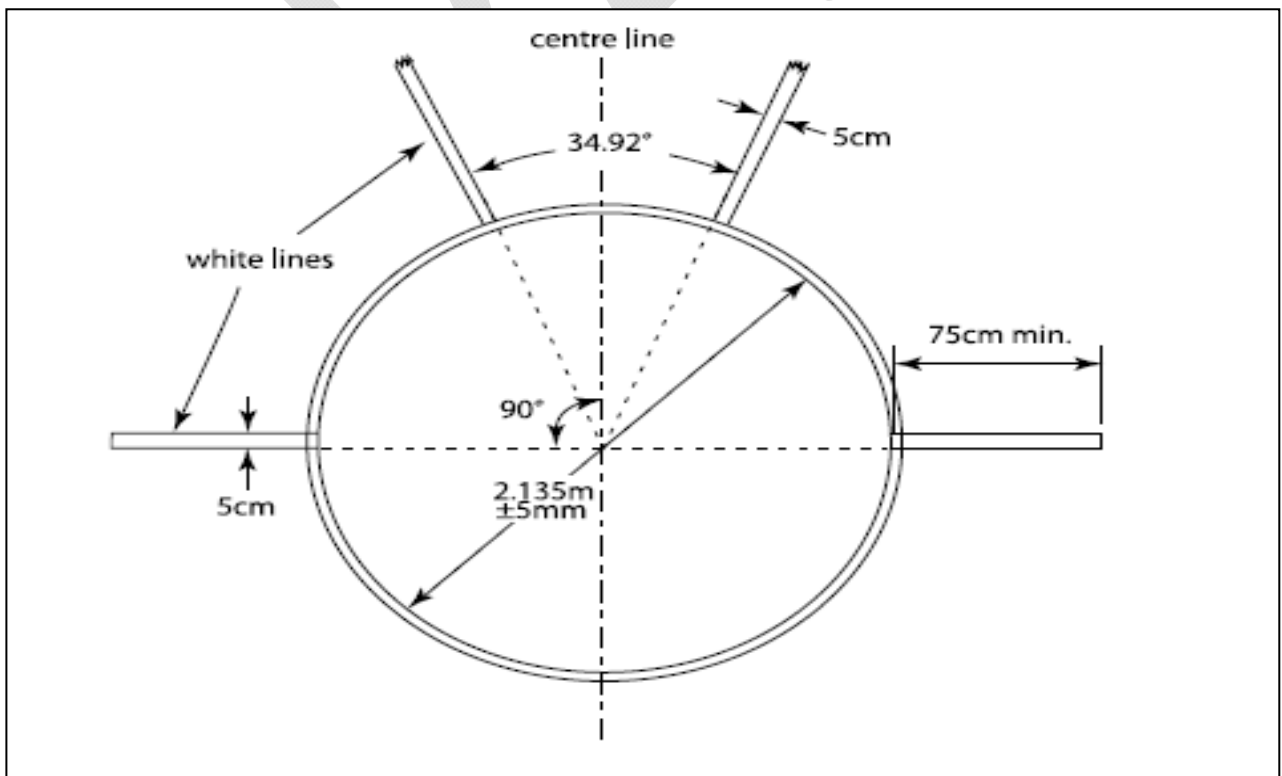


شكل 12- رسم تخطيطي لدائرة دفع الجلة

- 7 . ينبغي رسم خط أبيض عرضة 5 سم من السطح العلوي المعدني للدائرة يمتد على الأقل 75 سم (على جانبي الدائرة) و يمكن أن يطلي أو يصنع من الخشب أو من أي مادة مناسبة . تشكل نهاية الخط الأبيض امتداد للخط لوهمي الذي يمر بمركز الدائرة بزاوية قائمة مع خط المنتصف لمقطع هبوط الأداة .



شكل 13 - رسم تخطيطي لدائرة قذف القرص



شكل 14 - رسم تخطيطي لدائرة إطاحة المطرقة

الشكل 16 – رسم تخطيطي لطريق الإقتراب و منطقة الهبوط لرمي الرمح

مقطع الهبوط

Landing Sector

10. يكون مقطع الهبوط إما من تراب الفحم أو النجيل أو من أي مادة مناسبة ، بحيث تترك الأداة أثرا عند سقوطها.

11. إن الحد الأقصى للميل المسموح به لقطاع الرمي في اتجاه الرمي ينبغي ألا يزيد على 1 : 1000.

12. (أ) فيما عدا رمي الرمح يجب أن يكون مقطع الهبوط محددا بخطوط بيضاء بعرض 5 سم و بزاوية مقدارها 34.92 °، بحيث إذا امتد هذان الخطان سوف يمران بمركز الدائرة.

ملحوظة : يمكن رسم مقطع الهبوط بزاوية 34.92 ° بدقة عن طريق تحديد المسافة بين نقطتين تبعدان 20 مترا عن مركز الدائرة وذلك على الخطين المحددين لمقطع الرمي وتبعدان عن بعضهما بمسافة 12 م (20 x 0.60 م) وبهذا يجب أن تزداد المسافة بينهما لكل متر واحد من مركز الدائرة بمقدار 60 سم .

(ب) ينبغي أن يكون مقطع هبوط الرمي محددا بخطين من اللون الأبيض بعرض 5 سم بحيث إذا امتد هذان الخطان فإنهما يمران عبر نقطتي تقاطع القوس و الخطين المستقيمين اللذين يحددان طريق الإقتراب و كذلك يلتقي خطي قطاع منطقة الرمي في حال تمديدهما على مركز الدائرة التي يعتبر القوس جزءا منها (انظر الرسم 16) و بهذا تكون زاوية القطاع 29 ° تقريبا.

المحاولات Trials

13. في مسابقات رمي القرص و الإطاحة بالمطرقة و دفع الجلة يجب أن يتم الرمي من دائرة . وفي رمي الرمح من طريق الإقتراب و في حالة الأداء للمحاولات من دائرة فيجب على اللاعب البدء في محاولته من وضع الوقوف الثابت داخل الدائرة . و يسمح للمتسابق بلمس الجزء الداخلي من الإطار . و في دفع الجلة يسمح له كذلك بلمس لوحة الإيقاف من الداخل و التي سيتم شرحها في القاعدة 188.2 .

14. تعتبر المحاولة غير صحيحة إذا قام اللاعب عند أداء المحاولة بما يلي:-

(أ) التخلص غير الصحيح في الجلة أو الرمح .

(ب) بعد دخوله الدائرة و بدء في أداء الرمية ، قام بلمس السطح العلوي للإطار أو الأرض خارج الدائرة بأي جزء من أجزاء جسمه.

(ج) في دفع الجلة ، لمس بأي جزء من أجزاء جسمه الجزء العلوي من لوحة الإيقاف.

(د) في رمي الرمح ، إذا لمس بأي جزء من أجزاء جسمه الخطوط التي تحدد طريق الإقتراب أو الأرض خارجها.

ملحوظة : لا تعتبر محاولة غير صحيحة إذا ضرب القرص أو أي جزء من المطرقة قفص الرمي بعد إطلاقها بشرط ألا يتعارض ذلك مع أي قاعدة أخرى.

15. بالإضافة إلى ذلك و عند إجراء المحاولة دون مخالفة أي قاعدة من قواعد الرمي يمكن للاعب إيقاف محاولته التي بدأها و يمكنه وضع الأداة داخل الدائرة أو خارجها أو داخل أو خارج طريق الإقتراب و يمكن يتركها . و عند الخروج من الدائرة أو طريق الإقتراب يجب أن يخطو خارج الدائرة كما هو موضح بالفقرة (17) قبل العودة إلى الدائرة أو طريق الإقتراب لبدء محاولة جديدة .

ملحوظة : إن جميع التحركات التي سمح بها هذه الفقرة يجب أن تتم خلال الزمن الأقصى لتنفيذ المحاولة وفقا لمضمون القاعدة 180 البند 17 .

16. ستعتبر محاولة غير صحيحة إذا لمست الجلة أو القرص أو رأس المطرقة أو سن الرمح في أول احتكاك لها بالأرض بخط المقطع و الأرض الواقعة خارج خط المقطع .

17. يجب على اللاعب عدم مغادرة الدائرة أو طريق الإقتراب إلا بعد أن تلمس الأداة الأرض:-

(أ) و بالنسبة لمحاولات الرمي التي تتم من دائرة فعندما يغادر اللاعب الدائرة يجب أن يكون أول اتصال بالجزء العلوي للإطار الحديدي أو الأرض خارج الدائرة ، من خلف الخط الأبيض بالكامل و المرسوم خارج الدائرة و الذي يمر نظريا بمركز الدائرة . و في حالة رمي الرمح عند مغادرة المتسابق لطريق الإقتراب

يجب أن يكون أول اتصال مع الخططين المتوازيين أو الأرض خارج طريق الاقتراب بالكامل خلف الخط الأبيض المرسوم للقوس المتعامد مع الخططين المتوازيين و من الزاوية المناسبة لذلك.
يعتبر أول اتصال أعلى الاطار أو الأرض خارج الدائرة مغادرة للأرض
18 . بعد كل محاولة رمى يجب أن تحمل الأدوات إلي المنطقة المجاورة للدائرة أو طريق الاقتراب و لا ترمي إلي الخلف أبداً .

القياسات Measurements

19 . فى كل سباقات الرمي يجب تسجيل المسافات إلي أقرب 0.01 م أقل من المسافة المقاسة إذا كانت المسافة المقاسة ليست بالسنتيمتر الكامل.

20 . يجب قياس مسافة كل رمية بعد أدائها مباشرة .

أ. من أقرب أثر أحدثه سقوط الجلة ، القرص ، رأس المطرقة حتي الحافة الداخلية لمحيط الدائرة و على امتداد الخط المار بمركز الدائرة .

ب. فى مسابقات رمي الرمح ، من أول مكان يمس سن الرمح الأرض فيه حتى الحافة الداخلية لقوس الرمي وعلى امتداد الخط المار بمركز الدائرة و الذى يكون قوس الرمي جزء منها.

العلامات Markers

21. يمكن تجهيز علم أو علامة لبيان أفضل رمية لكل متسابق على أن توضع على امتداد و خارج خطوط المقطع . كما يمكن أن يجهز علما مميز أو علامة للدلالة على الرقم العالمى الحالى و كذلك رقم المنطقة ، الوطنى أو رقم اللقاء .

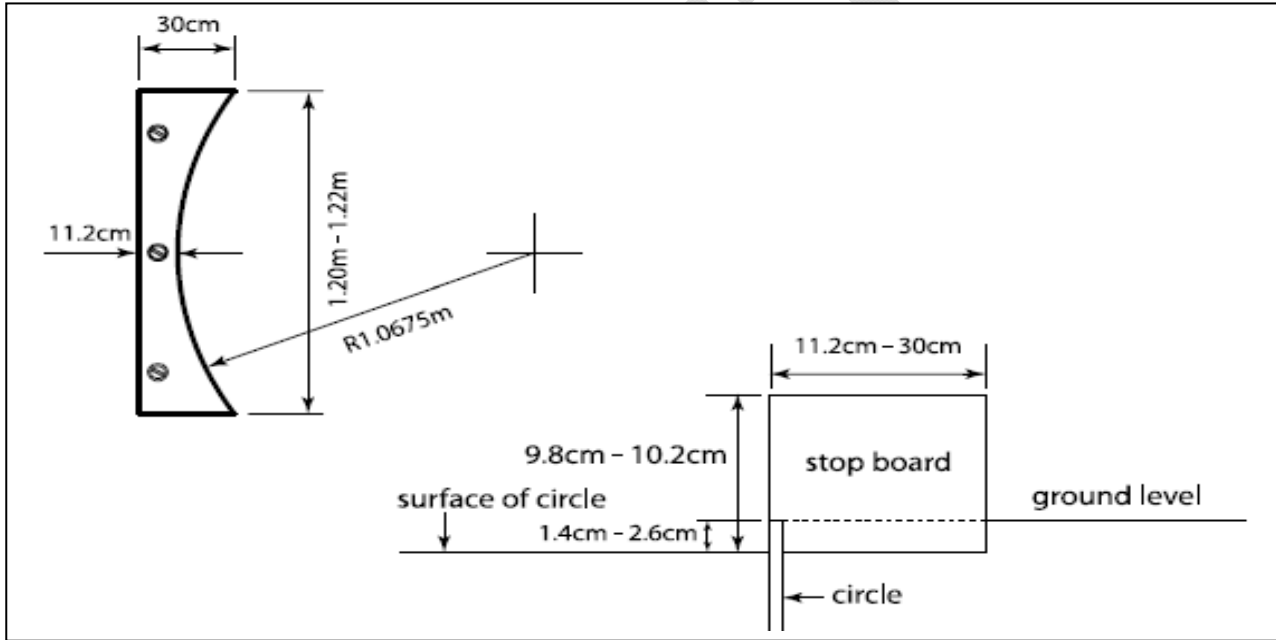
القاعدة 188 دفع الجلة SHOT PUT

المنافسة The Competition

1. ينبغي أن تدفع الجلة من الكتف بيد واحدة فقط. فى الوقت الذي يأخذ فيه اللاعب وضع الوقوف داخل الدائرة لبدء الدفع. ينبغي أن تلامس الجلة الذقن أو الرقبة أو تكون قريبة منهما و أن لا تسقط اليد أسفل هذا الوضع أثناء حركة الدفع كما يجب عدم رجوع الجلة خلف خط الكتفين .
- ملحوظة :** لا يسمح بأداء تكنيك العجلة (التى فى الجمباز).

لوحة الإيقاف The Stop Board

2. التصنيع : يجب أن تكون اللوحة بيضاء و أن تصنع من الخشب أو أي مادة أخرى مناسبة و تكون على شكل قوس بحيث يطابق حدها الداخلي الحد الداخلي للدائرة و تكون موضوعة فى منتصف المسافة ما بين خط مقطع الرمي و تثبت بإحكام فى الأرض .



شكل 17 – لوحة إيقاف الجلة

ملحوظة : لوحات الإيقاف التابعة لمواصفات الاتحاد الدولي مسموح بها طبقاً للقاعدة 1983/84

3. القياسات: يبلغ عرض اللوحة 11.2 سم إلى 30 سم ، و بوتر 1.21 م \pm 0.01 م لقوس و لنفس نصف قطر القوس المطابق للدائرة و إرتفاعها 10 سم \pm 0.2 سم بالنسبة لمستوى أرضية الدائرة من الداخل.

الجلة The Shot

4. التصنيع: يجب أن تصنع الجلة من الحديد أو النحاس أو من أي معدن لا يقل فى ليونته عن النحاس . أو أن يكون الغطاء المعدني محشو بالرصاص أو ب مواد أخرى . كما يجب أن يكون شكلها كروي و سطحها أملس و بدون خشونة و لكى تصبح ملساء يجب أن لا يقل متوسط الإرتفاع عن 1.6 mm – مثلاً فى رقم الخشونة N7 أو أقل

5- يجب أن تتطابق مع المواصفات التالية :

7.260	6.000	5.000	4.000	الحد الأدنى للوزن و لاعتماد الرقم
كجم	كجم	كجم	كجم	
7.265	6.005	5.005	4.005	معلومات للمصنعين
كجم	كجم	كجم	كجم	مدي التباين فى وزن الأدوات للمنافسة
7.285	6.025	5.025	4.025	
كجم	كجم	كجم	كجم	
110 مم	105 مم	100 مم	95 مم	الحد الأدنى للقطر
130 مم	125 مم	120 مم	110 مم	الحد الأقصى للقطر

القاعدة 189 RULE

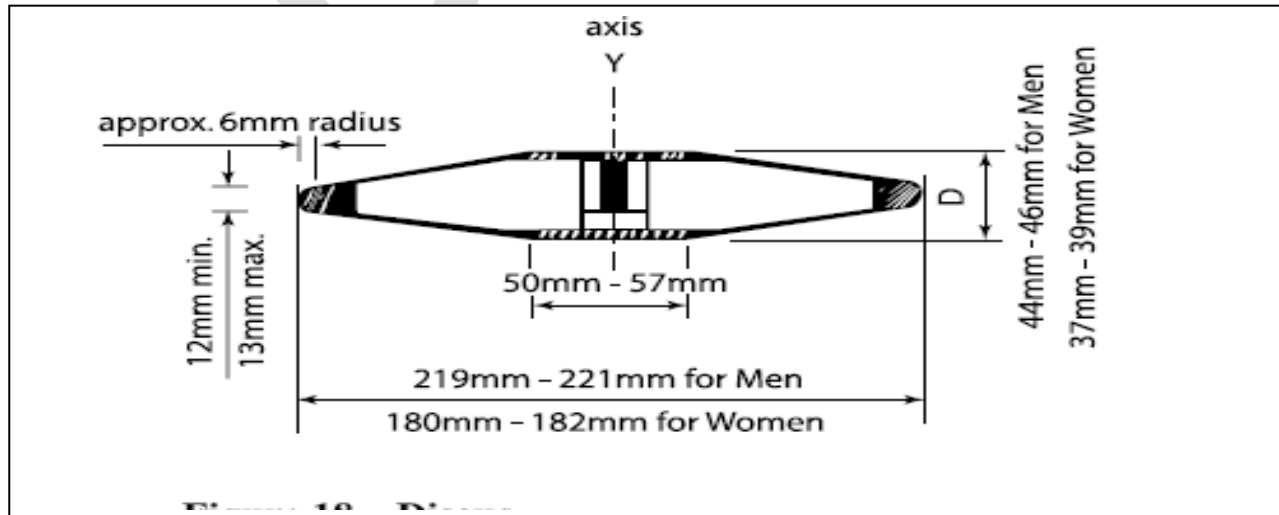
رمى القرص Throwing the Discus

القرص The Discus

1. التصنيع : قد يكون جسم القرص من مادة صلبة أو مجوفا و يصنع من الخشب أو من مادة أخرى مناسبة، و له إطار معدنى ذو حافة دائرية بحيث يكون سمك المقطع للحافة مستديرا بنصف قطر 6 مم تقريبا. و يحتمل وجود قرصين دائريين مثبتان على جانبية فى المركز و يجوز أن يصنع القرص بدون هذين القرصين المعدنيين ، بشرط أن تكون هذه المنطقة مسطحة و المقاسات و الوزن الكلي للأداة مطابقة للمواصفات. يكون كل جانب من جانبي القرص مطابقا للآخر دون وجود خشونة أو بروز أو أطراف حادة و يكون السطحان مائلين و فى خط مستقيم من بداية منحنى الإطار إلى الدائرة المركزية بنصف قطر من 25 مم إلى 28.5 مم عند مركز القرص.

و يصمم شكل القرص من الجانب على النحو التالي . من بداية منحنى حافة الإطار المعدنى يزداد سمك القرص تدريجياً حتى أكبر سمك له (D) و هذا السمك يتم من على بعد 25 مم إلى 28.5 مم من المحور (Y) يكون سمك القرص ثابتاً و أن يكون السطح العلوي والسفلي للقرص متطابقين كما يجب أن يكون الدوران حول المحور (Y) متناسقا.

يجب ألا يكون بسطح القرص شاملا الإطار أية خشونة و أن يكون ناعما و متماثلا فى كل جزء (انظر القاعدة 188.4)



الشكل 18 – القرص

2 . يجب أن يتطابق القرص مع المواصفات التالية :

القرص			
الحد الأدنى للوزن للاعتراف بالمنافسة و اعتماد الرقم			
1.000 كجم	1.500 كجم	1.750 كجم	2.000 كجم
<u>معلومات للمصنعين</u>			
المدي التباين فى وزن الأدوات للمنافسة			
1.005 كجم	1.505 كجم	1.755 كجم	2.005 كجم
1.025 كجم	1.525 كجم	1.775 كجم	2.025 كجم
المحيط الخارجي للإطار المعدني			
(أدني) 180 مم	200 مم	210 مم	219 مم
(أقصى) 182 مم	202 مم	212 مم	221 مم
قطر القرص الداخلي أو المنطقة المسطحة الوسطي			
(أدني) 50 مم	50 مم	50 مم	50 مم
(أقصى) 57 مم	57 مم	57 مم	57 مم
سمك المنطقة المسطحة الوسطي أو القرصين المعدنين			
(أدني) 37 مم	38 مم	41 مم	44 مم
(أقصى) 39 مم	40 مم	43 مم	46 مم
سمك الإطار من على بعد 6 مم من الحافه			
(أدني) 12 مم	12 مم	12 مم	12 مم
(أقصى) 13 مم	13 مم	13 مم	13 مم

القاعدة 190 RULE قفص القرص Discus Cage

1 . يجب أن تؤدي جميع رميات القرص من داخل سياج أو قفص لضمان سلامة المتفرجين و الإداريين و اللاعبين. إن المواصفات المذكورة في هذه القاعدة صالحة للاستخدام في الملاعب الرئيسية التي يحيط بها المتفرجين فضلا عن إقامة مسابقات أخرى و في حالة عدم الحاجة إلي ذلك خاصة في ميدان التدريب يمكن الاكتفاء بتصميم مبسط و مشابه له إلي حد ما. يمكن طلب المشورة من الاتحادات الوطنية أو من مكتب الاتحاد الدولي للعبة القوى عند الطلب .

ملحوظة : يمكن استخدام قفص المطرقة المشار له في القاعدة 192 أيضا لقفص القرص ، إما بإنشاء دائرتين متداخلتين 2.135 و 2.50 م أو باستخدام إمتداد لبوابات القفص بحيث توضع دائرة أخرى للقرص أمام دائرة المطرقة .

2 . يجب أن يصمم القفص و يصنع و يسان بحيث يكون قادرا على إيقاف قرص متحرك وزنه 2 كجم و بسرعة 25 مترا في الثانية على ألا يسبب هذا الإيقاف أية خطورة بارتداده في اتجاه اللاعب أو من فوق القفص . يمكن استعمال أى شكل أو تصميم للقفص بشرط أن يطابق جميع متطلبات هذه القاعدة.

3 . يجب أن يكون القفص على شكل U من المسقط الرأسى كما هو موضح بالشكل (19) . اتساع الفتحة الأمامية يجب أن يكون 6 أمتار و يمتد للأمام على 7 أمتار من مركز دائرة الرمي و نهايات النقط للفتحة الـ 6 م يجب أن تكون هي الحرف الداخلى لشباك القفص . و ان ارتفاع الشباك أو الاطارات عند أوطأ نقطة يجب ألا تقل عن 4 م . ويجب عمل الإحتياطات اللازمة عند تصميم القفص و صنع القفص لمنع قوة إندفاع القرص من إختراق الشبكة أو المرور من بين الفواصل أو حتى الانزلاق من اسفل إطارات الشبكة .

ملحوظة: (i) إن ترتيب إطارات الشبكة من الخلف غير هامة بشرط أن تكون الشبكة على بعد 3 م كحد أدنى من مركز الدائرة .

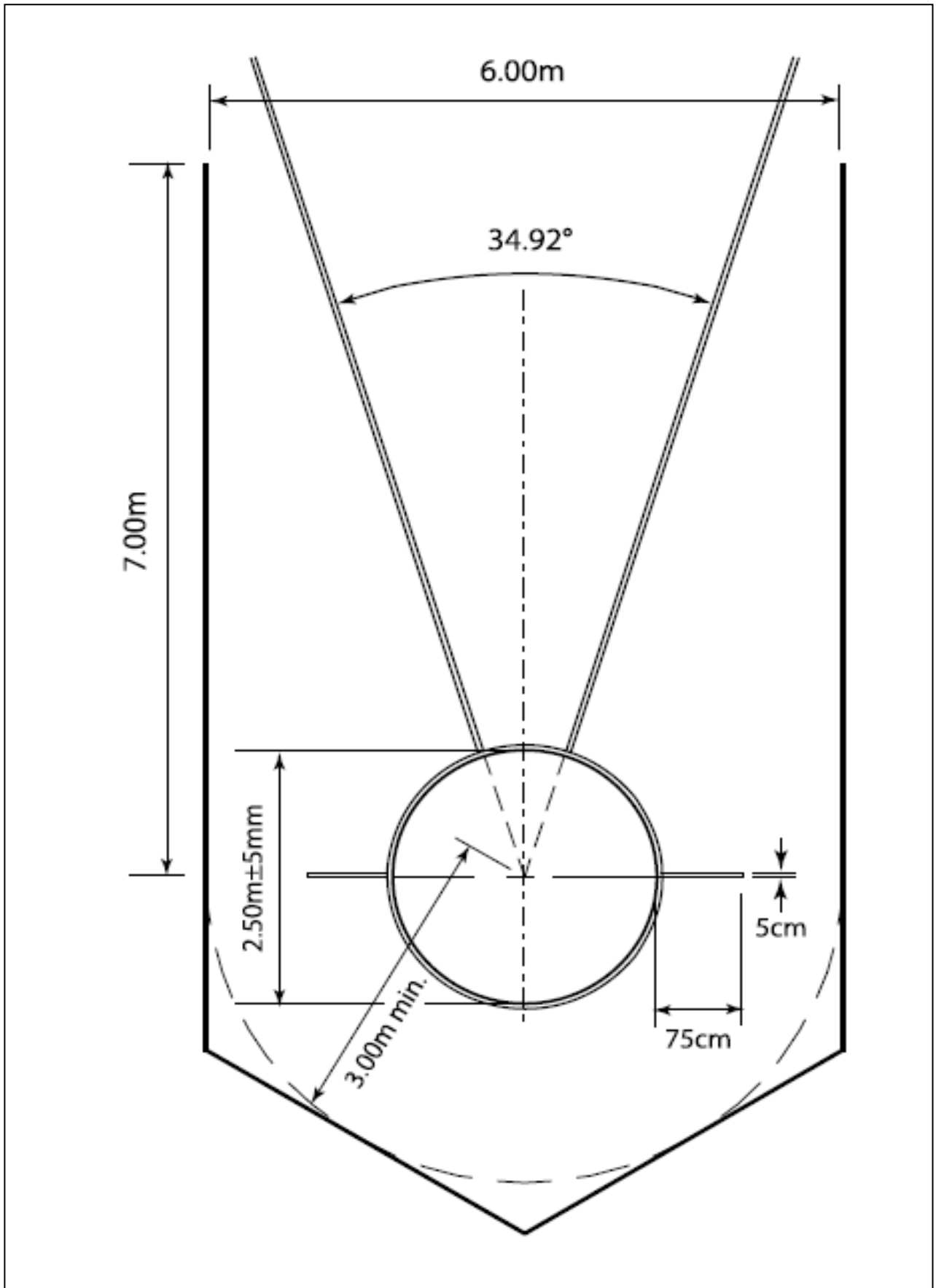
(ii) التصميمات الابتكارية و الإبداعية التي تعطي نفس الدرجة من الوقاية و لا تزيد من منطقة الحظر مقارنة بالتصميمات المألوفة ، يمكن للإتحاد الدولي للعبة القوى التصريح بها .

(iii) يتم قياس و/أو زيادة إرتفاع جانب قفص الرمي خاصة على جانبي المضمار من أجل التزويد بحماية أكبر للاعبين اللذين تنافسوا في المضمار المجاور في نفس الوقت الذى تقام فيه منافسة القرص .

4- يمكن تصنيع شبكة القفص من مواد مناسبة طبيعية أو من حبال ذات ألياف صناعية أو من أسلاك الصلب المرنة و الحد الأقصى لاتساع فتحات شبكة السلك يجب ألا تزيد عن 50 مم أو 44 مم للحبال و 50 مم للأسلاك المعدنية .

ملحوظة : لمزيد من المعلومات الخاصة بالمواصفات الأخرى للشباك و اجراءات سلامة الفحص يرجى الرجوع إلى "دليل الإتحاد الدولي لتجهيزات المضمار و الميدان" .

5 . الحد الأقصى لخطورة مقطع رمي القرص من هذا القفص 69° درجة تقريبا و ذلك عندما يستخدم الرماة كل من اليد اليمنى و اليسرى في نفس المنافسة لذلك فان وضع القفص و ضبطه في الساحة حساس لسلامة استخدامه .



الشكل 19 – رسم تخطيطي لقفص القرص فقط

القاعدة 191 RULE

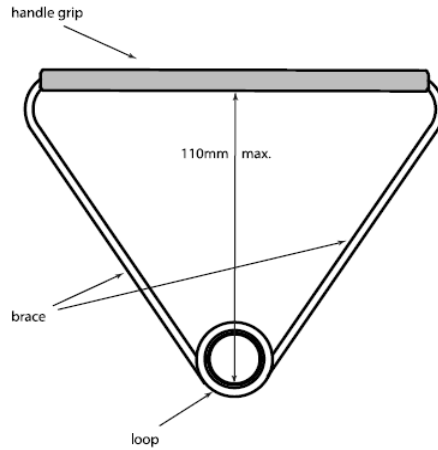
رمى المطرقة Throwing the Hammer

المنافسة The Competition

- 1 . يسمح للاعب و هو فى وضع البداية قبل أداء المرححات التمهيدية أو الدورانات أن يضع رأس المطرقة على الأرض داخل أو خارج الدائرة.
- 2 . لا تحتسب محاولة غير صحيحة إذا لمس رأس المطرقة الأرض أو الجزء العلوي لطوق الدائرة أو الأرض داخل أو خارج الدائرة و يمكن للاعب التوقف ليبدء الرمي مرة أخرى دون أن يخالف القواعد الأخرى .
- 3 . لا تحتسب المحاولة غير صحيحة إذا انكسرت المطرقة أثناء الرمي أو فى الهواء بشرط أن تكون الرمية قد تمت وفق هذه القاعدة . و فى حالة فقدان اللاعب توازنه نتيجة لذلك و خالف أيا من نصوص هذه القاعدة فلا تسجل محاولة غير صحيحة و يمنح المتسابق محاولة جديدة فى كلتا الحالتين.

المطرقة: The Hammer

- 4 . التصنيع : تتكون المطرقة من ثلاثة أجزاء (الرأس المعدني / السلك / المقبض) .
- 5 . الرأس : يصنع الرأس من الحديد أو من أي معدن لا يقل فى ليونته عن النحاس – أو يكون غلافه الخارجي من هذا المعدن مملوءا بالرصاص أو أي مادة أخرى صلبة. إذا ما تم حشو المطرقة ، فيجب ملؤها بشكل غير قابل للحركة و ألا يبعد مركز الثقل بأكثر من 6 مم عن مركز رأس المطرقة.
- 6 . السلك : يجب أن يكون مفردا غير موصول و مستقيما و من الصلب المستقيم الذى يلوى بصعوبة و لا يقل قطرة عن 3 مم و لا يتمدد أثناء رمي المطرقة كما يمكن لف أحد أطراف السلك أو كليهما كوسيلة للربط .
- 7 . المقبض : يجب أن يكون صلبا و مصمتا و مصنوع من قطعة واحدة و بدون مفاصل من أي نوع . يجب أن يكون على شكل مثلث متساوى الأضلاع . و لا يتمدد أثناء الرمي ، كما يتم وصله بالسلك بطريقة لا تجعله يدور داخل الحلقة مما يجعله يزيد من الطول الكلى للمطرقة ، يمكن أن تكون قبضة المقبض دائرية أو مستقيمة و أقصى عرض لها من الداخل .



ملحوظة : تعتمد أى تصميمات أخرى مطابقة للمواصفات

8 . توصيلات السلك : يجب أن يوصل السلك برأس المطرقة بواسطة محور و الذي قد يكون بسيط أو مركبا على رولمان بلى ، يجب أن تكون القبضة متصلة بالسلك بحلقة و لا يستخدم محور كما يمكن عدم استخدام هذا المحور.

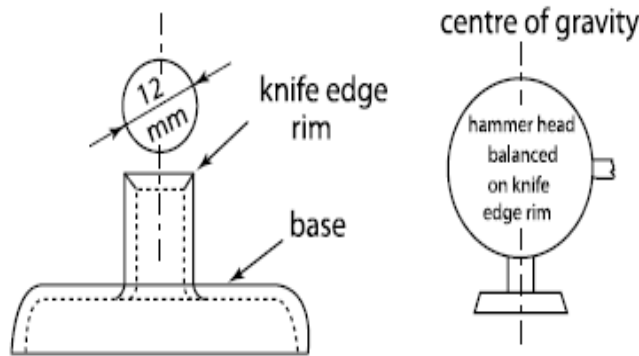
DRAFT

9 . ينبغي أن تطابق المطرقة للمواصفات التالية :

المطرقة	للسيدات	للشباب	للناشئين	للرجال
الحد الأدنى للاعتراف بالمنافسة و اعتماد الرقم				
4.000 كجم	5.000 كجم	6.000 كجم	7.260 كجم	
معلومات للمصنعين				
مدي التباين فى وزن الأدوات				
4.005 كجم	5.005 كجم	6.005 كجم	7.265 كجم	
4.025 كجم	5.025 كجم	6.025 كجم	7.285 كجم	
طول المطرقة مقاسه من داخل المقبض				
1160 مم (أدني)	1165 مم	1175 مم	1175 مم	
1195 مم (أقصى)	1200 مم	1215 مم	1215 مم	
قطر رأس المطرقة				
95 مم (أدني)	100 مم	105 مم	110 مم	
110 مم (أقصى)	120 مم	125 مم	130 مم	

مركز ثقل رأس المطرقة (Center of gravity of head)

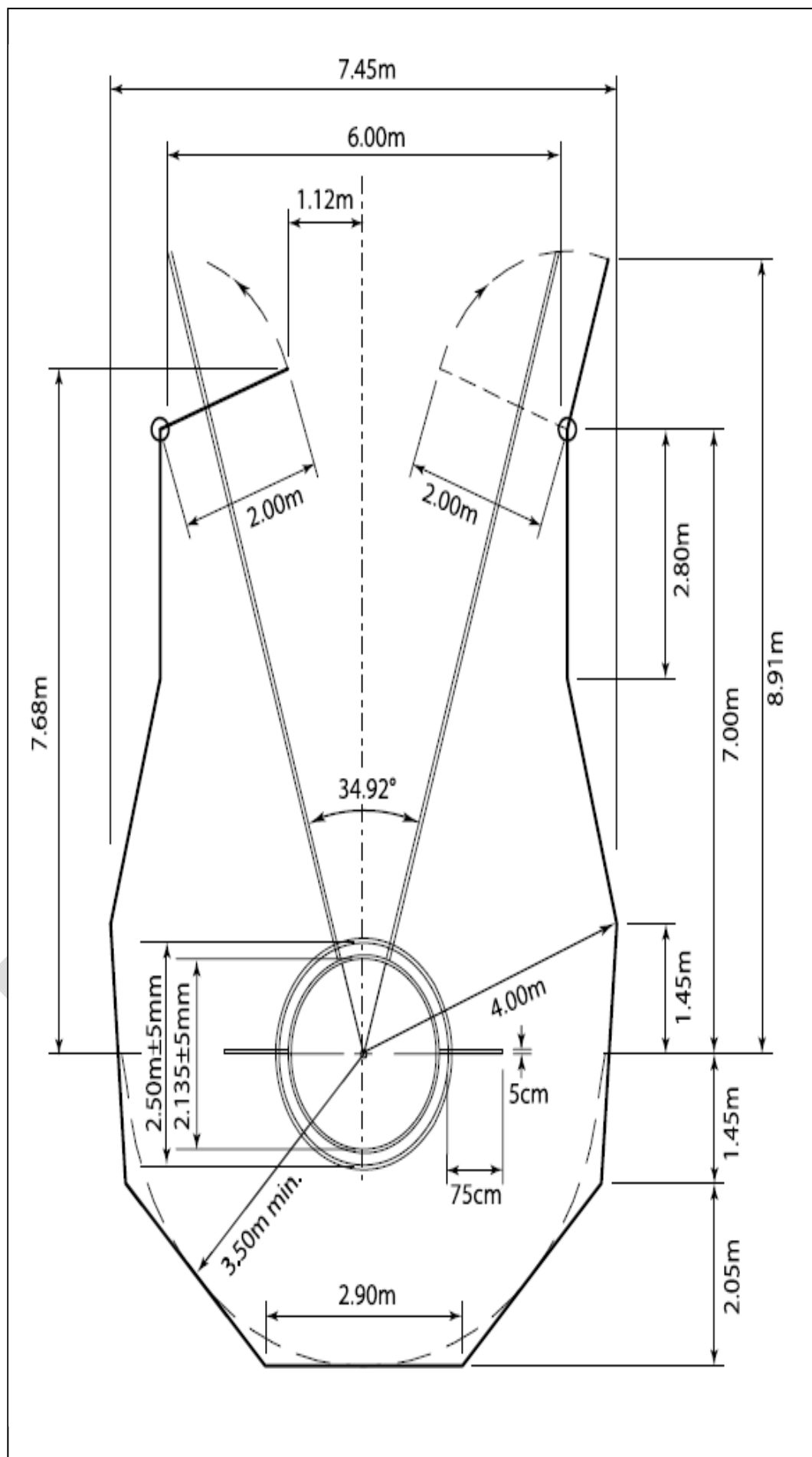
لا يبعد أكثر من 6 مم عن مركز رأس المطرقة ، و على سبيل المثال يمكن اختبار اتزان رأس المطرقة (بدون السلك و المقبض) بوضعها فوق سطح دائرة أفقية حادة الأطراف قطرها 12 مم (أنظر الشكل 21) .



الشكل 21 - الجهاز المقترح لاختبار مركز ثقل رأس المطرقة

القاعدة 192 RULE قفص رمي المطرقة Hammer Cage

- 1 . يجب أن تؤدي جميع رميات المطرقة من داخل سياج أو قفص لضمان سلامة المتفرجين و الإداريين و المتسابقين .
أن مواصفات القفص المذكورة في هذه القاعدة صالحة للاستخدام في الملاعب الرئيسية فضلاً عن إقامة مسابقات أخرى بجانب رمي المطرقة داخل الميدان , و في حالة عدم الحاجة إلي ذلك خاصة في ميدان التدريب يمكن الاكتفاء بتصميم مبسط و مشابه له إلي حد ما . يمكن طلب المشورة من المنظمات الوطنية أو من مكتب الاتحاد الدولي للالعاب القوى
 - 2 . يجب أن يصمم القفص و يصنع و يسان بحيث يكون قادراً على إيقاف مطرقة زنه 7.260 كجم تتحرك بسرعة تصل إلي 32 متراً في الثانية على ألا يسبب هذا الارتطام ارتداد الأداة إلي الخلف في اتجاه المتسابق أو تخرج من فوق سياج القفص , يمكن استخدام أي شكل أو تصميم للقفص شرط أن يكون مطابقاً لجميع متطلبات هذه القاعدة .
 - 3 . يجب أن يكون القفص على شكل U من ناحية المسقط الأفقي له , إن اتساع الفتحة الأمامية يجب أن تكون 6 أمتار ويمتد للأمام على بعد 7 أمتار من مركز دائرة الرمي, وأن نهاية التقاط الفتحة 6 متر تكون هي الحد الداخلي لدوران الشباك. إن الحد الأدنى لارتفاع إطار الشبكة يجب أن لا يقل عن 7 أمتار وذلك بالنسبة للجزء الخلفي للقفص وأن لا يقل عن 10 أمتار بالنسبة لآخر 1.80 متر من إطارات الشبكة وحتى محور إرتكاز البوابة. و يجب عمل الاحتياطات اللازمة عند تصميم وضع القفص لمنع قوة اندفاع المطرقة من اختراق الشباك أو المرور من بين الفواصل أو حتى الانزلاق من أسفل الشبكة .
- ملحوظة :** أن ترتيب إطارات الشبكة من الخلف غير هام بشرط أن تكون الشبكة على بعد 3.50 م كحد أدنى من مركز الدائرة .
- 4 . يجب تجهيز إطارين متحركين باتساع 2 متراً لوضعهما أمام القفص بحيث يستخدم أحدهما فقط خلال فترة معينة , على أن يكون الحد الأدنى لارتفاع الإطار 10 أمتار .
- ملحوظة :**
- (i) يستخدم الإطار الأيسر للرامي عكس اتجاه عقرب الساعة و يستخدم الإطار الأيمن للرامي في اتجاه عقارب الساعة. و نظراً للحاجة إلي التغيير من إطار إلي آخر أثناء سير المنافسة بسبب لاعب أيمن و آخر أيسر , يصبح من الضروري أن يتطلب هذا التغيير أقل جهد و أقصر زمن ممكن .
 - (ii) الوضع النهائي لكلا من إطارى الشبكة و الموضح في الرسم وحتى في المنافسات , فسوف يغلق إطاراً واحدة فقط في أي مرة أثناء المنافسة .
 - (iii) يجب أن يكون مكان الإطار المتحرك كما هو موضح بالشكل عندما يتم إستخدامه وبناء عليه يجب أن تراعي الاحتياطات اللازمة عند تصميمه من أجل غلق و فتح كلا من الإطارين المتحركين في وضع التشغيل و يوصى إذا كان العمل (مستمراً أو على فترات) أن توضع الأبواب ملاصقة للأرض.
 - (iv) ان صناعة تلك الإطارات و عملها يتوقف على الشكل الكلي للقفص و يمكن ان تكون مفصلية على محاور رأسية أو أفقية و بالإمكان فكها , و الشيء الضروري الوحيد في الإطار المستخدم هو القدرة على إيقاف أي ارتطام للمطرقة و الا يشكل خطورة عند لختراق المطرقة الفواصل ما بين الإطارات المتحركة و الثابتة .
 - (v) أن التصميمات الابتكارية التي توفر نفس درجة الوقاية والتي لا تزيد من منطقة الخطر مقارنة بالتصميمات المألوفة , يمكن اعتمادها من الإتحاد الدولي للالعاب القوى.
 - (vi) يوصى بوضع علامات على الأرض مؤقتة أو دائمة لموضع الإطارات



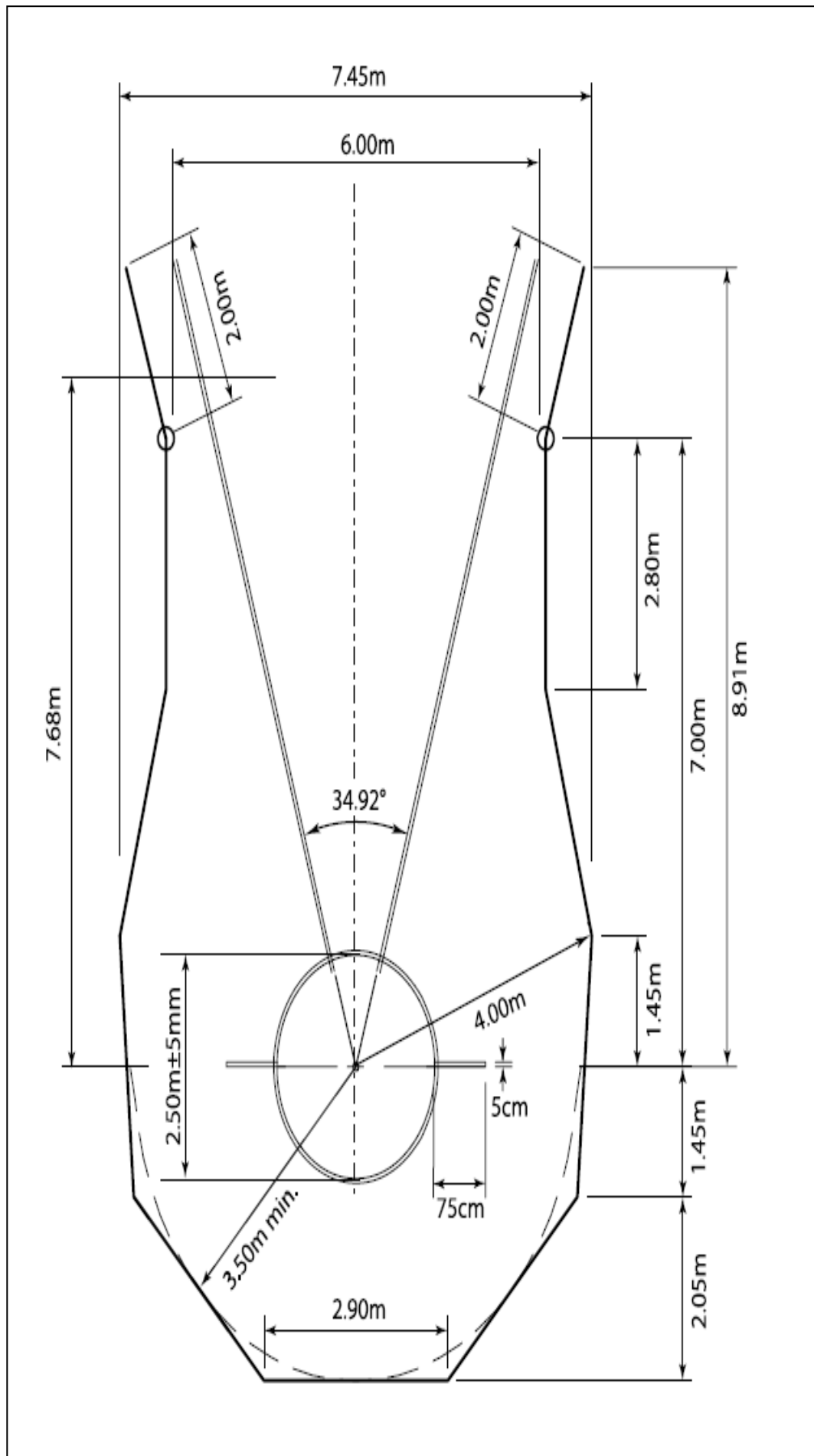
شكل 22 رسم تخطيطي لقفص المطرقة والقرص بدائرتين متداخلتين

5. يمكن صناعة الشباك من حبال الاليف الطبيعية أو الصناعية المناسبة أو من أسلاك الصلب المرنة ,
و الحد الأقصى لاتساع فتحات الشبكة 50 مم للأسلاك و 44 مم للحبال .

ملحوظة: المواصفات الأخرى للشباك والأمان متضمنة دليل تجهيزات المضمار والميدان للاتحاد الدولي
للألعاب القوى.

6. عندما يكون استخدام نفس قفص القرص مرغوبا فيه فإن المواصفات تتطلب تطبيق الطريقتين المتبادلتين :
أبسطها عمل دائرتين متداخلتين قطر الأولي 2.135 م و الثانية 2.50 م من أجل استخدام نفس سطحيهما
لرمي المطرقة و القرص و لكن يجب تثبيت الإطارات المتحركة مفتوحة بوضوح عندما يستخدم دائرتين
منفصلتين فى نفس القفص للمطرقة و القرص فيجب أن توضع واحدة خلف الأخرى على أن يتباعد مركزى
الدائرتين عن بعضهما 2.37 م على امتداد خط منتصف مقطع الرمي على أن تكون دائرة القرص فى الأمام
وفى هذه الحالة يجب استخدام الاطارات المتحركة لقذف القرص.

ملحوظة: إن ترتيب إطارات أو أجزاء الشبكة الخلفية غير هام بشرط أن تبعد الشبكة بحد أدنى 3.50 متر عن
مركز الدائرتين المتداخلتين أو دائرة المطرقة. فى حالة وجود دائرتين منفصلتين أو 3 متر من الأقفاص
المنفصلة على الدائرتين مع دائرة القرص **فى الخلف بناء القاعدة قبل 2004** أنظر القاعدة 192.4.



شكل 23 رسم قفص لدائرة القرص والمطرقة بدائرتين متداخلتين

7- الحد الأقصى لخطورة مقطع إطاحة المطرقة من هذا القفص 35 درجة تقريبا وذلك عندما تستخدم للرماء باليد اليمنى واليسرى فى نفس المنافسة لذلك فإن وضع القفص وضبطه فى الساحة حساس لسلامة إستخدامه.

القاعدة 193 RULE رمي الرمح Javelin Throw

المنافسة The Competition

1. (أ) يجب مسك الرمح من المقبض ، على أن يرمي من فوق مستوي الكتف أو من أعلي جزء للذراع الرامية بدون إطاحة أو قذف . و لا يسمح باستخدام طريقة الرمي غير المألوفة .
(ب) لا تعتبر الرمية صحيحة إلا إذا ارتطم سن الرمح المعدني بالأرض قبل أي جزء آخر منه .
(ج) لا يسمح للاعب بالدوران كاملاً بحيث يكون ظهره مواجهاً لقوس الرمي أثناء قيامه بالرمي و حتى انطلاق الرمح فى الهواء .
2. لا تحتسب المحاولة غير صحيحة إذا انكسر الرمح أثناء أداء الرمي أو فى الهواء بشرط أن تكون الرمية قد تمت وفق هذه القاعدة ، و فى حالة فقد اللاعب توازنه نتيجة لذلك و خالف أياً من نصوص هذه القاعدة فلا تسجل محاولة غير صحيحة و يمنح اللاعب محاولة جديدة .

الرمح The Javelin

3. الصنع : يتكون الرمح من ثلاثة أجزاء رئيسية:
(الرأس/ الجسم/ مقبض من الحبل) و يجب أن يكون جسم الرمح مصنوعاً بالكامل من المعدن أو مادة أخرى ملائمة متجانسة التكوين و يثبت فى نهايته رأس معدني ينتهي بسن مدبب . إن سطح جسم الرمح لا يجب أن يكون به حبيبات أو حفر أو نتوءات أو بروزات أو خشونة و أن **تشطيبه** يجب أن يكون أملساً وكامل الاستدارة . أنظر القاعدة 188.40 يجب أن يصنع رأس الرمح كلياً من المعدن وربما يحتوى الرأس على دعامة من سبيكة معدنية ملحومة مع نهايته لتعطية صلابة شريطة أن يكون الرأس أملساً و منسجماً مع كامل سطح الرمح . أنظر القاعدة 188.40
4. القبضة : و التي ينبغي أن تغطي منطقة مركز الثقل و لا يجوز أن تزيد عن قطر الجسم بأكثر من 8 مم و يمكن أن تكون من سطح منتظم غير زلق بدون سيور أو أسنان أو شرائط من أي نوع و ينبغي أن تكون بسمك متناسق .

5. يجب أن يكون مقطع جسم الرمح دائرياً منتظماً (أنظر ملحوظة i) و يكون أقصى قطر للجسم أمام القبضة مباشرة . أن الجزء المركزي للجسم متضمناً الجزء أسفل القبضة يمكن أن يكون أسطوانى أو يستدق بشكل طفيف باتجاه المؤخرة . ألا أنه يجب ألا يزيد معدل النقص فى قطر جسم الرمح (فى المنطقة التي تقع أمام القبضة مباشرة و المنطقة التي تقع خلف القبضة مباشرة) على 0.25 مم , و من القبضة يستدق الرمح بانتظام نحو الرأس فى المقدمة و الذيل فى المؤخرة . الواجهة الطويلة من القبضة و حتى سن الرمح و ذيله يجب أن تكون مستقيمة أو محدبة قليلاً (انظر ملحوظة 2) كما يجب ألا يكون هناك تغيير حاد فى القطر فيما عدا المنطقة التي تلي الرأس مباشرة . و أمام و خلف القبضة و ذلك على طول الرمح . يجب ألا يزيد معدل النقص فى قطر الرمح على 2.5 مم فى نهاية رأس الرمح و يجب ألا يمتد هذا النقص من الواجهة الطويلة خلف رأس الرمح أكثر من 300 مم .

ملحوظة :

- i . طالما يجب أن يكون مقطع جسم الرمح دائريا فإنه يسمح بـ 2 % كأقصى فرق بين الحد الأدنى و الأقصى في القطر و أن القيمة الحقيقية لهذين القطرين يجب أن تتطابق مع الرمح الدائري .
- ii . يمكن الكشف بسهولة و سرعة على شكل الواجهة الطولية للرمح باستخدام حافة معدنية مستقيمة طولها 500 مم على الأقل و جهازي قياس (مجسين) بسمك 0.20 مم و 1.25 مم . بالنسبة للمقاطع المحدبة قليلا من واجهة الرمح الطويلة سوف تهتز الحافة المستقيمة حتى تكون في تلامس تام مع جزء صغير من الرمح و بالنسبة للمقاطع المستقيمة من واجهة الرمح فإنه يتعذر إدخال جهاز القياس (المجس) بسمك 0.20 مم بين الرمح و الحافة المستقيمة في أي نقطة على طول منطقة التلامس إذا كانت الحافة المستقيمة في تلامس تام مع الرمح , و لا ينطبق ذلك على المنطقة التي تلي مباشرة الوصلة بين رأس و جسم الرمح كما يتعذر إدخال جهاز قياس (المجس) بسمك 1.25 عند تلك النقطة .
- 6- يجب أن يتطابق الرمح مع المواصفات التالية:

الحد الأدنى للوزن للأعتراف بالمنافسة وأعتماذ الرقم (شاملا حبل القبضة)			
معلومات للمصنعين			
600 جم	700 جم	800 جم	
مدى التباين في وزن الأدوات عند تأمينها للمنافسة			
605 جم	705 جم	805 جم	
625 جم	725 جم	825 جم	
الطول الكلى			
أدنى	2.20 م	2.30 م	2.60 م
أقصى	2.30 م	2.40 م	2.70 م
طول الرأس المعدنى			
أدنى	250 مم	250 مم	250 مم
أقصى	330 مم	330 مم	330 مم
المسافة بين سن الرأس المعدنى ومركز الثقل			
أدنى	0.80 م	0.86 م	0.90 م
أقصى	0.92 م	1.00 م	1.06 م
قطر جسم الرمح عند سمك جزء له			
أدنى	20 مم	23 مم	25 مم
أقصى	25 مم	28 مم	30 مم
أستساع المقبض			
أدنى	140 مم	150 مم	150 مم
أقصى	150 مم	160 مم	160 مم

الرمح

- 7 . لا يجوز أن يكون على الرمح أجزاء متحركة أو أجهزة أخرى يحتمل أن تغير من مركز ثقله أو خصائص رمية عند الرمي.
- 8 . ينبغي ألا يتجاوز استدقاق الرمح نحو سن الرأس المعدنى عن 40 درجة و يجب ألا يزيد القطر عند النقطة التي تبعد 150 مم من السن على 80 % من أقصى قطر لجسم الرمح . و يجب ألا يزيد القطر عند منتصف المسافة ما بين مركز الثقل و سن الرأس المعدنى على 90 % من أقصى قطر لجسم الرمح .
- 9 . يكون استدقاق الجسم نحو الذيل عند المؤخرة بما لا يقل فيها القطر في منتصف المسافة ما بين مركز الثقل و الذيل عن 90 % من أقصى قطر للجسم , إما على بعد 150 مم من الذيل فإن القطر لا ينبغي أن يقل عن 40 % من أقصى قطر للجسم و يجب ألا يقل قطر الجسم عند نهاية الذيل عن 3.5 مم.

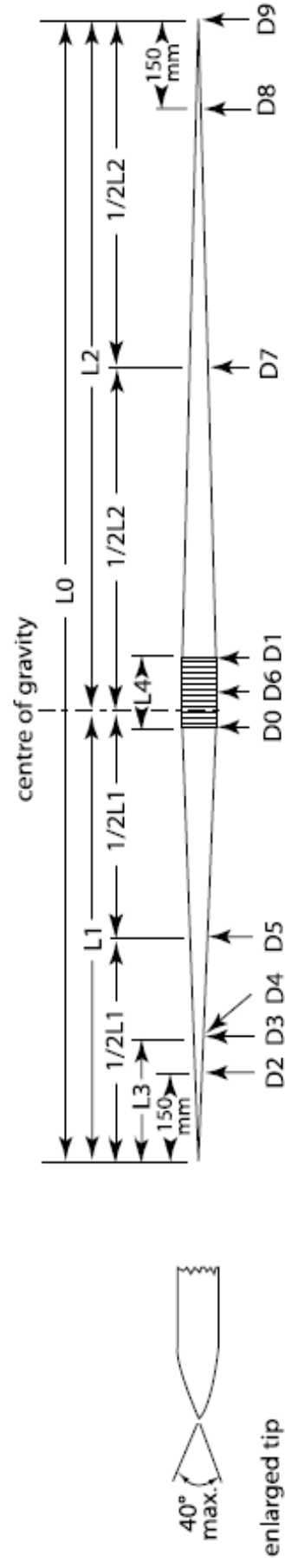


Figure 25 - International Javelin

Lengths (all dimensions mm)					Diameters (all dimensions mm)						
Men					Women						
Serial Detail		Max	Min	Max	Min	Serial Detail		Max	Min	Max	Min
L0	Overall	2700	2600	2300	2200	DO	In front of grip	30	25	25	20
L1	Tip to C of G	1060	900	920	800	D1	At rear of grip	-	DO-0.25	-	DO-0.25
1/2L1	Half L1	530	450	460	400	D2	150mm from tip	0.8 DO	-	0.8 DO	-
L2	Tail to C of G	1800	1540	1500	1280	D3	At rear of head	-	-	-	-
1/2L2	Half L2	900	770	750	640	D4	Immediately behind head	-	D3-2.5	-	D3-2.5
L3	Head	330	250	330	250	D5	Half way tip to C of G	0.9 DO	-	0.9 DO	-
L4	Grip	160	150	150	140	D6	Over grip	DO + 8	-	DO + 8	-
						D7	Half way tail to C of G	-	0.9 DO	-	0.9 DO
						D8	150mm from tail	-	0.4 DO	-	0.4 DO
						D9	At tail	-	3.5	-	3.5

الفصل الخامس

منافسات المسابقات المركبة

القاعدة 200 RULE

منافسات المسابقات المركبة

Combined Events Competitions

(الخماسي و العشاري) للناشئين رجال والكبار Pentathlon and Decathlon

- 1 . يتكون الخماسي من 5 مسابقات و التي تعقد في يوم واحد بالترتيب التالي: .
الوثب الطويل , رمي الرمح , 200 م , رمي القرص و 1500 م .
- 2 . يتكون عشاري الرجال من 10 مسابقات و التي تعقد في يومين متتاليين بالترتيب التالي :-
اليوم الأول : 100 م ; الوثب الطويل ; دفع الجلة ; الوثب العالي و 400 م .
اليوم الثاني : 110 م حواجز ; رمي القرص ; القفز بالزانة ; رمي الرمح و 1500 م .

مسابقات (السباعي و العشاري) السيدات الناشئات والسيدات الكبار Women (Heptathlon and Decathlon)

- 3 . يتكون السباعي من 7 مسابقات و التي تعقد في يومين متتاليين بالترتيب التالي :-
اليوم الأول: 100 م حواجز ; وثب عالي ; دفع جلة ; 200 م .
اليوم الثاني : الوثب الطويل ; رمي الرمح ; 800 م .
- 4 . يتكون عشاري السيدات من 10 مسابقات و التي تعقد في يومين متتاليين بالترتيب التالي :-
اليوم الأول : 100 م ; رمي القرص ; القفز بالزانة ; رمي الرمح ; و 400 م
اليوم التالي: 100 م حواجز ; الوثب الطويل ; دفع الجلة ; الوثب العالي ; 1500 م

مسابقات الثماني للشباب أولاد

- 5 . يتكون ثمانى الناشئين أولاد من 8 مسابقات و التي تقام في يومين متتاليين بالترتيب التالي:-
اليوم الأول : 100 م ; الوثب الطويل ; دفع الجلة ; و 400 م
اليوم التالي: 100 م حواجز ; الوثب العالي رمي الرمح ; 1000 م ;

مسابقات السباعي شابات بنات

- 6 . يتكون السباعي الناشئات بنات من 7 مسابقات و التي تقام في يومين متتاليين بالترتيب التالي:-
اليوم الأول : 100 م ; الوثب العالي ; دفع الجلة ; و 200 م
اليوم التالي: الوثب الطويل ; رمي الرمح ; 800 م ;

عام General

- 7 . وفقاً لحرية تصرف حكم المسابقات المركبة يجب وجود فترة فاصلة لا تقل 30 دقيقة بين نهاية مسابقة و بداية المسابقة التالية لأي لاعب فردي . ويجب أن لا تقل الفترة الزمنية بين نهاية آخر مسابقة في اليوم الأول و بداية المسابقة الأولى في اليوم الثاني عن 10 ساعات
- 8 . يقوم المندوبين الفنيين أو حكم المسابقات المركبة في كل مسابقة منفصلة في بطولة المسابقات المركبة ما عدا المسابقة الأخيرة بترتيب التصفيات والمجموعات كما هو مطبق بحيث يتم وضع اللاعبين ذوي الأداء المشابه في كل مسابقة منفردة خلال الفترة المحددة سابقاً في نفس التصفيات أو المجموعة . ويفضل أن تتكون المجموعه من خمس لاعبين أو أكثر ولكن ليث أقل من ثلاثة لاعبين في كل تصفية من التصفيات أو مجموعة من المجموعات . وحينما يصعب الوصول إلى ذلك بسبب الجدول الزمني للمسابقات يتم ترتيب التصفيات أو المجموعات للمسابقة التالية حينما يأتي اللاعبين من المسابقة السابقة .
في آخر مسابقة من المسابقات المركبة ، يجب ترتيب التصفيات بحيث تحتوى إحدى المجموعات على اللاعبين الأوائل. ويجب أن يكون لحكم المسابقات المركبة السلطة لإعادة ترتيب أى مجموعة، إذا رأى

ضرورة لذلك.

- 9 . تطبيق القواعد لكل مسابقة مع الاستثناءات التالية :-
- أ. في الوثب الطويل و كل مسابقات الرمي , يسمح لكل متسابق بثلاثة محاولات فقط .
- ب. في حالة عدم توافر الزمن الكامل الألية , يتم أخذ زمن كل متسابق بواسطة 3 مقياتين بصورة مستقلة .
- ج . في سباقات المضمار , يستبعد المتسابق في أي مسابقة إذا ما قام بأداء بدايتين خاطئتين.
- 10 . يجب استخدام نظاماً واحداً فقط للتوقيت خلال كل سباق . و مع ذلك , بالنسبة لتسجيل الأرقام , فيجب اعتماد الأزمنة التي يتم الحصول عليها من نظام التوقيت الكامل الألية لتصوير خط النهاية بغض النظر عما إذا ما كان مثل هذا التوقيت متاحاً لباقي اللاعبين في هذه المسابقة أم لا .
- 11- أي متسابق يتخلف عن البدء في إحدى المسابقات , أو لم يؤدي محاولة في واحدة من المسابقات , فلا يسمح له بالمشاركة في المسابقات التالية و لكن يعتبر كأنه ترك المنافسة . و على ذلك , فلا يصنف في الترتيب النهائي . و أي متسابق يقرر الانسحاب من مسابقات المسابقات المركبة فعليه أن يبلغ حكم المسابقات المركبة بقراره مباشرة .
- 12- يجب إعلان نتائج النقاط من كل مسابقة منفصلة و كذلك المجموع الكلي للنقاط وفقاً لجداول احتساب النقاط الحالية الخاصة بالاتحاد الدولي للعبة القوى .
- 13- في حالة حدوث عقدة , يكون الفائز هو الحاصل على أعلى نقاط في أكثر عدد من المسابقات بين المتسابقين المتساوون معه في العقدة . و إذا لم تحل ذلك العقدة , يكون الفائز هو اللاعب الحاصل على أعلى عدد من النقاط في ثاني مسابقة .. الخ . و يطبق ذلك على أي مركز آخر في المنافسة .

الفصل السادس – منافسات الصالات

Indoor Competition

القاعدة 210

إمكانية تطبيق قواعد منافسات الملاعب المفتوحة على منافسات الصالات

Applicability of Outdoor Rules to Indoor Competitions

مع الاستثناءات الموضحة في القواعد التالية في الفصل السادس , فإن قواعد الفصل الأول إلى الفصل الخامس والخاصة بمنافسات الصالات.

المادة 211 – الصالة المغلقة (الإستاد) The Indoor Stadium

- 1 . يجب أن يكون الإستاد مغلق مغطي بالكامل ويجب توفير الإضاءة , التدفئة و التهوية بحيث تؤمن ظروفًا مرضية من أجل المنافسة.
- 2 . يجب أن تشمل الساحة على المضمار ببيضاوي ومضمار مستقيم لسباقات العدو و الحواجز , وأن تضم طرق الاقتراب و مناطق لهبوط لمسابقات الوثب . بالإضافة إلى ذلك , دائرة و قطاع هبوط لدفع الجلة , سواء بصورة دائمة أو مؤقتة . كما يجب أن تكون جميع التجهيزات مطابقة لدليل الاتحاد الدولي لتجهيزات المضمار والميدان.
- 3 . يجب أن تغطي كافة المضامير وطرق الاقتراب , أو مناطق الارتقاء بمادة صناعية أو يكون لها سطح خشبي . ويجب أن تتحمل المادة الصناعية مسامير أحذية جري المتسابقين بطول 6 مم هذا و يمكن عمل الأرضيات بسمكات أخرى بديلة بواسطة إدارة الإستاد , و الذي تعين عليها أشعار اللاعبين بالطول المسموح به للمسامير (انظر مادة 143.4) .

يجب أن تكون الأرضية التي توضع عليها المادة الصناعية فوق المضمار وطرق الإقتراب صلبة من الأسمنت ، وإذا كانت على شكل طبقات أو أدوار أو ألواح مثبتة على سوارى ، فيجب أن لا يكون بها جزء داعم أو مقرز وهو الجزء الذى يوضع ليعطى اللاعب مساعدة إضافية

4 . يجب أن يشمل كل طريق اقتراب قدرة أرتداد متماثلة عفى جميع , كلما أمكن ذلك فنيا . هذا و يجب فحص ذلك , بالنسبة لمنطقة الارتقاء لمسابقات الوثب , قبل كل منافسة

ملحوظة: (i) الطبقة الداعمة عبارة عن طبقة مبنية هندسياً بغرض إعطاء مساعدة إضافية للاعب.

ملحوظة: (ii) يحتوي دليل الإتحاد الدولي لتجهيزات المضمار والميدان تفاصيل أكثر ومواصفات لإنشاء المضمار الداخلى.

ملحوظة: (iii) الأشكال المحدد لطلب شهادة للتجهيزات وكذلك تجهيزات المضمار والميدان الداخلية وتقرير القياسات متوفرة لدى مكتب الإتحاد الدولي وقد يؤخذ من الموقع الإلكتروني للإتحاد الدولي.

القاعدة 212 RULE

المضمار المستقيم The Straight Track

1 . لا يجب أن يزيد أقصى ميل جانبي للمضمار كحد أدنى 1:100 ولا يزيد الميل فى اتجاه الجري عند أى نقطة عن 1:250 ولا يزيد فى الإجمالى عن 1:1000.

الحارات Lanes

2 . يجب أن يحتوي المضمار على 6 حارات كحد أدنى و 8 حارات كحد أقصى منفصلة و محددة على كلا الجانبين بخطوط بيضاء بعرض 5 سم . و يجب أن تكون كل الحارات بعرض واحد 1.22 م \pm 0.01 م شاملة خط الحارة على اليمين .

ملحوظة: فى جميع المضامير التى أنشأت قبل أول يناير 2004 قد يكون عرض الحارة 1.25 م

3 . يجب أن تكون هناك منطقة متسعة بطول 3 م على الأقل خلف خط البداية خالية من أي عوائق . و كذلك يجب وجود منطقة بطول 10 م على الأقل بعد خط النهاية خالية من أي عوائق مع توفير شروط ملائمة لتوقف اللاعب دون التعرض للأصابه .

ملحوظة : يوصى بشدة أن تكون المنطقة المتسعة بعد خط النهاية يجب أن تكون 15 م كحد أدنى.

القاعدة 213 RULE

المضمار البيضاوي و الحارات The Oval Track and Lanes

1 . يفضل أن يكون الطول الرسمي 200 م . و يجب أن يتكون من مسارين مستقيمين متوازيين و ومنحنيين ممكن أن يكونا مائلين يتساوي نصف قطرها . يجب أن يكون للمضمار حافة داخلية مصنوعة من مادة مناسبة , يكون ارتفاعها وعرضها حوالي 5 سم أو خط أبيض بعرض 5 سم . و الحافة الخارجية لتلك المادة أو الخط تشكل الحافة الداخلية للحارة الأولى . و الحافة الداخلية للخط أو لتلك المادة يجب أن تكون أفقية بطول المضمار بانحدار 1:1000 كحد أدنى .

الحارات

2 . يجب أن يشمل المضمار على 4 حارات على الأقل و 6 حارات كحد أقصى و التي يجب أن يكون لها نفس العرض بحد أدنى 0.90 م و حد أقصى 1.10 م شاملة خط الحارة على اليمين . يجب أن تفصل الحارات بخط أبيض عرضة 5 سم .

الميل

3 . لتسهيل التغيير من الجرى فى الخط المستقيم إلى المنحنى المائل يجب أن يتم التحول بتدرج بسيط أفقياً فى الخط المستقيم بالإضافة إلى أنه يجب أن يكون هناك تحول عمودى يجب أن يكون اتجاه الجري بحيث تكون اليد اليسرى للداخل . و يجب أن ترقم الحارات بحيث تكون الحارة اليسرى هى الحارة رقم واحد .

تحديد الحافة الداخلية Marking of the Inside Edge

4. حين الحافة الداخلية للمضمار محددة بخط أبيض , فيجب تحديدها أيضاً بأقمار أو أعلام . بحيث أن تكون الأقماع بارتفاع 20 سم على الأقل . ويجب أن يكون حجم الأعلام 25 سم × 20 سم تقريباً , بارتفاع 45 سم و توضع زاوية 60 ° درجة مع الأرض وبعيدة عن المضمار . و يجب وضع الأقماع أو الأعلام في المضمار مع حافة الخط الأبيض الأقرب للمضمار . و يجب أن توضع الأقماع أو الأعلام على مسافة لا تزيد عن 1.5 م في المنحنيين و 10 م في المستقيمين .

ملحوظة: بالنسبة لكل منافسات الصالات التي تخضع مباشرة للاتحاد الدولي للالعاب القوى يوصي بشدة استخدام حافة داخلية مصنوعة من مادة مناسبة .

القاعدة 214 RULE

البداية و النهاية في المضمار البيضاوي Start and Finish on Oval Track

1. المعلومات الفنية حول بناء و تحديد مضمار مغطي محيطه 200 م موضحة باستنفاضة في دليل الاتحاد الدولي للالعاب القوى للميدان و المضمار . أما القواعد الأساسية التي يجب اتباعها موضحة فيما يلي : -

متطلبات أساسية Basic Requirements

2. يجب تحديد بداية و نهاية السباق بخطوط بيضاء بعرض 5 سم , بزاوية قائمة مع خطوط الحارة في الأجزاء المستقيمة من المضمار و بطول خط نصف القطر في الأجزاء المنحنية من المضمار .
3. و المتطلبات الخاصة بخط النهاية فكلما امكن يجب أن يكون هناك خط نهاية واحد فقط لكافة الأطوال المختلفة للسباق – و أن يكون ذلك في الجزء المستقيم من المضمار و بقدر الإمكان أن يكون أكبر قدر من هذا الجزء المستقيم قبيل النهاية .
4. يعتبر المتطلب الأساسي لخطوط البدء المستقيم , و المتدرجة أو المنحنية هي أن تكون المسافة واحدة لكل لاعب عندما يسلك المسار الأقصر المسموح به .
5. كلما أمكن ذلك لا يجب أن تكون خطوط البدء (وكذلك خطوط مناطق التسايم و التسلم في سباقات التتابع) في الجزء الأكثر حدة من المنحنيات أو الجزء الأكثر انحدار في الميل .

إدارة السباقات Conduct of the Races

6. بالنسبة لسباقات 400 م أو أقل , يجب أن يكون لكل لاعب حارته المستقلة في البدء . و يجب أن يتم الجرى في السباقات حتى و شاملة 300 م بالكامل في حارات . وفي المسابقات الأكبر من 300 م و أقل من 800 م يجب أن تبدأ أو تستمر في حارات حتى نهاية المنحنى الثاني . و في سباقات 800 م , يمكن أن يحدد لكل لاعب حارة منفصلة أو مجموعة البدء و يفضل استخدام حارة (1) و (3) .

و يجب أن يتم الجرى في المسابقات الأطول من 800 م بدون حارات باستخدام خط بدء على شكل قوس أو مجموعات البدء .

ملحوظة (i): في المسابقات غير تلك التي تخضع للمادة 1.1 (أ), (ب) و (ج) , يمكن للأعضاء المعيّنين الوصول لاتفاق بعدم استخدام حارات في سباق 800 م .

ملحوظة (ii): في المضمار الأقل من 6 حارات يمكن استخدام مجموعة البدء كما في مادة 162.9 للسماح لستة متسابقين بالتنافس .

خط البدء و خط النهاية لمضمار طوله 200 م :-

The Start Line and the Finish Line for a Track of 200m nominal length

7. يجب أن يكون خط البدء في الحارة الأولى في المستقيم الرئيسي . و يجب تحديد موقعة بحيث يكون خط البدء المتدرج الأكثر تقدماً في الحارة الخارجية (في سباقات 400 / 800 م , انظر القاعده (214.9) في

موقع بحيث لا يزيد ارتفاع الميل عند الحارة الخارجية لأكثر من 12° درجة. ويجب أن يكون خط النهاية لكل السباقات في المضمار البيضاوي امتدادا لخط البدء في الحارة الأولى . بعرض المضمار مباشرة وبزاويا متعامدة مع خطوط الحارات .

خط البدء المتدرج لسباق 200 م Staggered Start Line for a 200m Race

8 .بعد تحديد خط البدء في الحارة الأولى و خط النهاية , يجب تحديد مواقع بقية خطوط بدء حارات في الحارات المتبقية بواسطة قياس كل حارة من خط النهاية . يجب أن تتم القياسات في كل حارة بنفس أسلوب قياس الحارة الأولى عند قياس طول المضمار (انظر مادة 160.2) .

و بعد تحديد موقع خط البدء و الذي يتقاطع مع خط القياس بمقدار 20 سم من داخل الحارة , يجب أن يمتد الخط بعرض الحارة بزوايا قائمة مع خطوط الحارات إذا ما كان ذلك في الجزء المنحني من المضمار فيكون ذلك على طول خط نصف القطر مارا بمركز المنحنى . وأما إذا كان في واحد من القطاعات الانتقالية (انظر مادة 213.4) على طول خط نصف القطر مارا بالمركز النظري لمنحنى تلك النقطة . و عند ذلك يمكن تحديد خط البدء بخط عرضة 5 سم على ناحية الموقع المقاس الأقرب للنهاية .

خط البدء المتدرج للسباقات أكثر من 200 م حتى وشاملة 800 م

Staggered Start Lines for Races over 200m, up to and including 800m

9 . نظرا لما يسمح به اللاعبين بترك حاراتهم المحددة عند دخول الجزء المستقيم بعد جري منحنى أو منحنيان في الحارات , فيجب أن يراعى مواقع البدء في الاعتبار من خلال عاملين .

أولا: أن يكون قوس خط الخروج مشابه لنظيره في سباق 200 م (انظر القاعدة 214.8).

ثانيا : ضبط نقطة البدء في كل حارة لتعويض اللاعبين في الحارات الخارجية الذين يقطعون مسافة أكبر عن أقرانهم في الحارات الداخلية للوصول للحارات الداخلية في نهاية المستقيم بعد خط الخروج

يمكن تحديد هذا الضبط عند تحديد خط الخروج , وهي المنطقة التي يسمح للاعبين فيها بترك حاراتهم . و لسوء الحظ فإنه نظرا لأن خطوط البدء بعرض 5 سم , فإنه من المستحيل عمل خطي بدء مختلفين إلا إذا كان الاختلاف في المواقع يزيد عن 7 سم تقريبا ليسمح بوجود فجوة واضحة بمقدار 2 سم بين خطوط البدء . و مع ظهور هذه المشكلة , فإن الحل هو استخدام خط البدء الأخير . لا تظهر هذه المشكلة في الحارة الأولى حسب ماورد بالتعريف بأنه لا يوجد أى ضبط لخط الخروج حيث . و إنما تظهر المشكلة في الحارات الداخلية (مثل 2,3) و ليس في الحارات الخارجية مثل (5,6) حيث يكون الضبط وفقا لخط ترك الحارة أكبر من 7 سم في الحارات الخارجية و عندما يكون الفاصل كافيا , فإنه يمكن قياس خط البدء الثاني أمام الخط الأول عن طريق الضبط المطلوب و المحدد من وضع خط الخروج . و يمكن عندئذ تحديد خط البدء الثاني بنفس الطريقة التي تستخدم في سباق 200 م .

أن موقع خط البدء المذكور في الحارة الخارجية هو الذي يحدد موقع كل خطوط البدء و خطوط النهاية في المضمار . و لنتجنب تعرض اللاعب الذي يبدأ السباق من الحارة الخارجية للضرر الشديد الناجم عن البدء في مضمار شديد الميل فيجب نقل كل خطوط البدء و كذلك النهاية للخلف بشكل كافى بعيدا عن المنحنى الأول لحصر درجة الميل إلي مستوي مقبول .

وبناء على ذلك , فمن الضروري أولا تحديد مواقع خطوط البدء لسباقى 400 م و 800 م في الحارات الخارجية ثم العمل للخلف لتحديد خطوط البدء الأخرى , والوصول أخيراً إلي خط النهاية .

ملحوظة : لمساعدة اللاعبين في تحديد خط الخروج فيجب وضع أقماع أو منشور 5 سم × 5 سم و بارتفاع لا يزيد عن 15 سم ويفضل بألوان مختلفة كحد أقصى و بنفس لون خط الخروج , عند تقاطع خط الحارة مع خط الخروج .

التأهيل من التصفيات التمهيدية Qualification from Preliminary Heats

10 . فى المنافسات داخل الصالات , وفى غياب الظروف الإستثنائية، يجب استخدام الجداول التالية , لتحديد عدد الأدوار و عدد التصفيات فى كل دور التي ستقام وإجراءات التأهيل لكل دور فى سباقات المضمار: . 60م , 60 م جواز

المشاركات المعلنة			الدور التأهيلي(1)			الدور التأهيلي (2)		
التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت
2	3	2						
3	2	2						
4	3	4				2	4	
5	4	4				3	2	2
6	3	6				3	2	2
7	3	3				3	2	2
8	2	8				3	2	2
9	2	6				3	2	2
10	2	4				3	2	2

200 م , 400 م , 800 م , 200×4 م , 400×4 م

المشاركات المعلنة			الدور التأهيلي(1)			الدور التأهيلي (2)			الدور التأهيلي (3)	
التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت	المركز	التصفيات
2	2	2								
3	3	3								
4	2	4								
5	2	2								
6	2	6								
7	2	4								
8	2	2								
9	2	6								
10	2	4								

1500 م

المشاركات المعلنة			الدور التأهيلي(1)			الدور التأهيلي (2)		
التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت
2	3	3						
3	2	3						
4	2	1						
5	3	3						
6	2	6						
7	2	4						

3000 م

المشاركات المعلنة			الدور التأهيلي(1)		
التصفيات	المركز	الوقت	التصفيات	المركز	الوقت
2	4	4			
3	3	3			
4	2	4			

ملحوظة: إجراءات التأهيل السابقة صالحة فقط لمضمار ذو 6 حارات ومضمار مستقيم ذو 8 حارات.

قرعة الحارات :- Draw for Lanes

- 11 . بالنسبة لجميع السباقات ما عدا 800 م , بالجري كاملاً أو جزئياً في حارات حول منحني , و عندما يكون ادوار متتالية في السباق , فيجب إجراء القرعة بالنسبة إلى :-
- أ) الحارتان الخارجيتان بين اللاعبين أو الفريقين ذو أعلى ترتيب .
- ب) الحارتان التاليتان بين اللاعبين أو الفريقين ذو الترتيب الثالث و الرابع .
- ج) أي حارات داخلية أخرى متبقية بين اللاعبين أو الفرق الأخرى .
- و يتحدد التصنيف المشار اليه كالتالي :-
- i) لتصفيات الدور الأول من قائمة الأداء الصحيحة التي تحققت خلال الفترة المحددة سابقاً .
- ii) للدور أو النهائيات التالية التي تتم وفقاً للإجراءات الموضحة في القاعدة 166.3 (أ) .
- 12 . بالنسبة لكل السباقات الأخرى , فإن ترتيب الحارات يجب أن يتم بالقرعة بالتوافق مع للقاعدة (166.4 & 166.8) .

القاعدة 215 RULE

الملابس , الأحذية و أرقام الصدر

Clothing, Shoes and Number Bibs

عندما يتم أداء منافسة ما على أرضية صناعية , فيجب أن لا يزيد الجزء البارز من كل مسمار في النعل أو العقب عن 6 مم (أو وفقاً لطلب اللجنة المنظمة) . يجب أن يكون قطر المسامير 4 مم كحد أقصى .

القاعدة 216 RULE

سباقات الحواجز

Relay Races

- 1 . يجب أن تتم سباقات الحواجز على مسافات 50م أو 60 م في المضمار المستقيم .
2. وضع الحواجز للسباقات :-

ارتفاع الحاجز المسافات	اولاد شباب	ناشئين رجال	رجال	بنات شباب	سيدات ناشئات
0.914م	0.990م	1.067م	0.760م	0.840م	
عدد الحواجز		50م/60 5/4			
خط البداية إلى أول حاجز	13.72م		13.00م		
بين الحواجز	9.14م		8.50م		
من آخر حاجز إلى خط النهاية	8.86م/9.72م		11.50م/13.00م		

القاعدة 217 RULE

سباقات التتابع Relay Races

إدارة السباق Conduct of the Races

1. في سباق تتابع 4×200 م , يجب أن تتم تجرى كلا من المرحلة الأولى و المنحني الأولي من المرحلة الثانية في الحارات .
- و في نهاية هذه المنحني , يجب أن يكون هناك خط خروج بعرض 5 سم ومحدد بشكل مميز بعرض كل الحارات في عند النقطة المذكورة للدلالة على المكان الذي يمكن لكل لاعب منه أن يترك حارته – لا يجب تطبيق مادة 170.7

- 2 . فى سباق تتابع 400×4 م يجب جري أول منحنيين فى الحارات . و على ذلك فيتم استخدام نفس خط الخروج أو خط الإنطلاق...الخ كما فى سباق 400 م.
 - 3 . فى سباق تتابع 800×4 م يجب أن يتم جري المنحنى الأول فى الحارات . و على ذلك يتم استخدام نفس خط الخروج أو خط الإنطلاق...الخ كما فى سباق 800 م .
 - 4 . فى السباقات التي يسمح فيها للعدائين بترك حاراتهم المحددة عند دخول الجزء المستقيم بعد جري منحنيين أو ثلاث منحنيات فى الحارات , فإن تصميم خط البدء المائل موضح فى القاعدة 214.9 .
 - 5 . ينتظر اللاعبون فى الجزء الثالث والرابع من السباق 200×4م ولاعبو الجزء الثانى والثالث والرابع فى سباق 400×4م، 800×4م تحت أمرة الإدارى المسؤول مرتبين من الحافة الداخلية إلى الخارج من المضمار حسب ترتيب زملائهم عند دخولهم آخر منحنى. ويحتفظ اللاعبون بأماكنهم فى انتظار زملائهم بنفس الترتيب عند بداية منطقة التسليم والتسلم. وكل لاعب أخل بهذه القاعدة يتسبب فى أقصاء فريقه.
- ملحوظة :-** نظراً لضيق الحارات فإن سباقات التتابع فى الصالات قد تكون عرضة لحدوث حالات التصادم , والأعاقبة غير المقصودة أكثر منها فى سباقات التتابع خارج الصالات و على ذلك , فإنه يوصى – حينما يكون ذلك ممكناً – ترك حارة شاغرة ما بين كل فريق

القاعدة 218 RULE

الوثب العالي High Jump

طريق الاقتراب و منطقة الارتقاء :- The Runway and Take-Off Area

- 1 . يمكن استخدام المراتب بقدر الأمكان (طبقاً للقواعد) ومستوي منطقة الارتقاء مبينة تبعاً لمستوي سطح المرتبة .
- 2 . يمكن للاعب أنيبدأ الإقتراب على جانب المضمار البيضاوى بحيث تكون الـ 15م الأخيرة فى الإقتراب الأساسى طبقاً للقواعد 182.2، 182.5

القاعدة 219 RULE

القفز بالزانة Pole Vault

طريق الاقتراب :- The Runway

- للمتسابق بدء اقترابه عند منطقة الميل فى المضمار البيضاوي بحيث تكون آخر 40 م من اقترابه فى طريق الاقتراب .
طبقاً للقواعد 183.6، 183.7 .

القاعدة 220 RULE

الوثبات الأفقية Horizontal Jumps

طريق الاقتراب :- The Runway

- للمتسابق بدء اقترابه عند منطقة الميل فى المضمار البيضاوي بحيث تكون آخر 40 م من اقترابه فى طريق الاقتراب .
طبقاً للقواعد 184.2، 184.3 .

القاعدة 221 RULE

دفع الجلة

Putting The Shot

قطاع هبوط الجلة :- Shot Landing Sector

- 1 . يجب أن يتكون مقطع هبوط الجلة على بعض المواد المناسبة و التي يمكن أن تترك فيها الجلة أثرا مع أقل قدر من الارتداد .
- 2 . يجب أن تحاط منطقة الهبوط في النهاية البعيدة و عند الجانبان بواسطة حاجز أيقاف بالقرب من الدائرة والتي ربما تكون ضرورية لتوفير الامان للاعبين الآخرين و الإداريين , والذي يجب إيقاف الجلة سواء كانت في الهواء أو مرتدة من سطح أرضية منطقة الهبوط .
- 3 . نظرا لضيق المساحة داخل ساحة المنافسة في الصالات المغطاة فربما لا تكون المنطقة المحاطة بجهاز الإيقاف كافية لتشمل رمى كامل بزاوية 34.92 ° درجة .
- . ويجب أن تطبق الشروط التالية على أى حالة من حالات الحصر .
- (أ) يجب أن بعد حاجز الإيقاف عن النهاية البعيدة خلف الرقم العالمي الحالي لدفع الجلة للرجال و السيدات على الأقل بمقدار 50 سم .
- (ب) خطوط المقطع في الجانبين يجب أن تكون متماثلة عند خط المركز لمقطع الرمي بزاوية 34.92 ° درجة .
- (ج) و خطوط قطاع الرمي على كلا الجانبين حين لا يشكلان جزءا من قطاع الرمي بزاوية 34.92 ° درجة , فيمكن أن يمتد بشكل نصف قطري من مركز دائرة دفع الجلة بنفس الطريقة التي تمتد فيها خطوط مقطع الرمي بزاوية 34.92 ° درجة . أو أن تكون متوازية مع بعضهما البعض فيجب أن يكون الحد الأدنى للمسافة بين خطي القطاع هو 9 م .

صناعة الجلة:- Construction of the Shot

- 4 . طبقاً لنوعية منطقة الهبوط (انظر القاعدة 221.1) , يجب أن تكون الجلة إما من المعدن الصلب , أو المعدن المغلف أو كبديل عن ذلك المصنوعة من البلاستيك الناعم أو المطاط المملوء بحشو مناسب . ولا يسمح باستخدام كلا النوعين للجلة , في نفس المنافسة .

الجلة من معدن صلب أو ذات طبقة من المعدن :- Solid Metal or Metal Cased Shot

- 5 . يجب أن يتطابق ذلك مع القاعدة 188.4 & 188.5 للجلة في الملاعب المفتوحة .

الجلة ذات طبقة البلاستيك أو المطاط:- Plastic or Rubber Cased Shot

6. يجب أن يكون للجلة غلاف من البلاستيك الناعم أو المطاط و ذات حشوة مناسبة حتى لا تتسبب في أحداث أي أضرار عند الهبوط على أرضية الصالة الرياضية العادية . و يجب أن تكون كروية الشكل وملساء ، هذا و يجب أن تطابق الجلة مع المواصفات التالية :

الجلة		
الحد الأدنى للوزن للاعتراف بها في المنافسة و لاعتماد الرقم		
سيدات	رجال	
4.000 كجم	7.260 كجم	
معلومات للمصنعين مدي التباين في وزن الأدوات عند تأمينها للمنافسة		
4.005 كجم	7.265 كجم	
4.025 كجم	7.285 كجم	
الحد الأدنى للقطر	95 مم	110 مم
الحد الأقصى للقطر	130 مم	145 مم

RULE 222 القاعدة
منافسات المسابقات المركبة
Combined Events Competitions

الخماسي (رجال) Men (Pentathlon)

1 . يتكون الخماسي من خمس مسابقات , و التي تقام فى يوم واحد وفقاً للترتيب التالي :-
60 م حواجز , الوثب الطويل , دفع الجلة , الوثب العالي , 1000 م .

السباعي (رجال) Men (Heptathlon)

2 . يتكون السباعي من سبعة مسابقات تقام على مدار يومين متتاليين وفقاً للترتيب الآتي :-
اليوم الأول : 60 م , وثب طويل , دفع الجلة , الوثب العالي .
اليوم الثاني : 60 م حواجز , القفز بالزانة , 1000 م .

الخماسي (سيدات) Women (Pentathlon)

3 . يتكون الخماسي من خمسة مسابقات و التي تقام فى يوم واحد وفقاً للترتيب التالي :-
60 م حواجز , الوثب العالي , دفع الجلة , وثب طويل , 800 م .

التصفيات والمجموعات Heats and Groups

4 . يفضل أن تحتوى كل مجموعة على أربعة أو أكثر ، ولا يقل عدد اللاعبين عن ثلاثة فى كل تصفية أو مجموعة .

الفصل السابع: سباقات المشي Section VII

القاعدة 230 سباق المشي Race Walking

تعريف سباق المشي Definition of Race Walking

1- سباق المشي هو تقدم اللاعب بخطوات متصلة بالأرض بحيث لا يكون هناك فقد اتصال واضح (يري بالعين المجردة) كما يجب ان تكون الرجل المتقدمة مستقيمة (عدم انثناء في الركبة) من لحظة الإتصال بالأرض حتى الوصول الي الوضع الرأسي المستقيم .

التحكيم Judging

2. (أ) يجب على قضاة سباق المشي انتخاب رئيس لهم , و ذلك اذا لم يكن قد تم تعيين رئيس للقضاة من قبل .
(ب) يجب على جميع قضاة المشي ان يعملوا بشكل فردي , كما يجب ان يكون حكمهم مبني علي الملاحظة بالعين المجردة .
(ج) يجب أن يقوم بالتحكيم في سباقات المشي الدولية و التي تقام تحت إشراف الاتحاد الدولي لالعب القوي وفقا للقاعدة (1.1) (أ) قضاة مشي دوليين , و في سباقات المشي التي تقام تحت إشراف الاتحاد الدولي لالعب القوي وفقا للقاعدة (1.1) ب , ج , هـ , ii, و , ز , ك يجب أن يكون قضاة المشي على مستوي المنطقة أو قضاة دوليين .
(د) في سباق الطريق يكون الحد الأدنى للقضاة (6) و الحد الأقصى (9) بما فيهم رئيس القضاة .
(هـ) في سباقات المضمار يكون عدد القضاة عادة (6) بما فيهم رئيس القضاة .
(و) في المنافسات التي تقام تحت إشراف الاتحاد الدولي لالعب القوي قاعدة (1.1) (أ) لا يعين أكثر من قاضي واحد من أي بلد يسمح به .

رئيس القضاة Judging

3. أ في المنافسات التي تخضع للقواعد (1.1) أ , ب , ج , د , و لرئيس القضاة السلطة لألغاء سباق لاعب داخل الأستاذ، عندما ينتهي السباق في الأستاذ أو في آخر 100م عندما يكون السباق فقط المضمار أو في الطريق ، وعندما يكون أسلوب تقدم اللاعب أة اللاعب لا يتطابق مع القاعدة 230.1 بصرف النظر عن عدد الكروت الحمراء التي قدمت لرئيس القضاة لهذا اللاعب .
ب. يجب على رئيس القضاة أن يعمل كأداري مشرف على المنافسة، ويعمل كقاضى فقط في الموقف الخاص طبقاً للقاعدة 230.3 أ وفي المنافسات تحت القواعد 1.01 أ ، ب ، ج ، د ، و وفي المنافسات طبقاً للقواعد 1.01 أ ، ب ، ج ، د ، و يتم تعيين بحد أقصى مساعدين لرئيس القضاة لتحديد الاستبعاد فقط ولا يعملوا قضاة لسباق المشي .
ج. في جميع المنافسات التي تقام وفق القواعد 1.01 أ ، ب ، ج ، د ، و فالمسئول عن لوحة التسجيل ومسجل رئيس القضاة يجب تعيينهم.

التحذير Caution

- 4 – يتم تحذير اللاعبين عندما يكون تقدمهم مخالفا مما جاء سابق الذكر عن طريق إظهار لوحة صفراء عليها رمز المخالفة على جانبي اللوحة , لا يسمح بأعطاء اللاعب أذار ثاني بواسطة نفس القاضى في نفس التجاوز .
وعندما يحذر لاعب فعلى القاضى أن يخطر رئيس القضاة عن قرارة بعد المنافسة.

البطاقات الحمراء Red Cards

5. عندما يرى القاضى أن هناك لاعب خالف ما جاء بالقاعدة 230.1 سابق الذكر بإظهار عدم وضوح رؤية الاحتكاك بالأرض أو بثني ركبته أثناء أى جزء في المنافسة يقوم القاضى بإعلان بطاقة حمراء لرئيس القضاة.

الاستبعاد Warning and Disqualification

- 6- (أ) يتم استبعاد اللاعب من السباق عند حصوله على ثلاث انذارات من ثلاث قضاة مختلفين , ويتم اخطار اللاعب بالاستبعاد عن طريق رئيس القضاة او مساعد رئيس القضاة بلوحة حمراء وفي حالة الأخفاق في أخطار اللاعب بالاستبعاد فإن ذلك لا يتسبب في إلغاء الإستبعاد.
- (ب) في جميع المنافسات تحت سيطرة الاتحاد الدولي لالعب القوى بموافقة الاتحاد الدولي لالعب القوى فلا يجب تحت أى ظروف أن يظهر الكارت الأحمر من قاضيين من نفس الجنس لهم السلطة في الاستبعاد
- (ج). في سباق المضمار ، فاللاعب الذى ألغى سباقه عليه فوراً ترك المضمار وخلع أرقامه ومغادرة المسار. وفي حالة الاستبعاد ولم ينصاع اللاعب فى مغادرة المضمار يكون معرض للقرار طبقاً للقواعد 22.1 و 145.2 .
- (د) يجب وضع لوحة أو اثنين فى المسار وبالقرب من النهاية بغرض أعلام اللاعبين عن عدد الكروت الحمراء التى قدمت لرئيس القضاة لكل لاعب. وشعار كل مخالفة يجب أن يبين على اللوحة الأذرات .
- (هـ) فى جميع المنافسات تحت القاعدة 1.1 أ يجب استخدام وسيلة الكمبيوتر والقدرة على الأرسال بواسطة القضاة لتوصيل الكروت الحمراء إلى المسجل ولوحة الأذرات.

The start البدء

7. يبدأ السباق بطلقة مسدس. و يجب استخدام أوامر البدء المستخدمة فى السباقات الأطول من 400 متر القاعدة 162.3 وفي السباقات التي تحتوي على عدد كبير من اللاعبين يجب تحذير اللاعبين قبل 5 دقائق من بداية السباق و يجب اعطاءهم تحذير إضافي إذا تطلب الأمر.

الامان و النواحي(الخدمات) الطبية Safety and medical

- 8- (أ) يجب على اللجنة المنظمة لسباق المشي ان يوفر او سلامة اللاعبين والمسؤولين. فى السباقات التي يشرف عليها الاتحاد الدولي لالعب القوى وفقاً للقاعدة (1.1) أ, ب, ج , و يجب على اللجنة المنظمة تأمين طريق السباق و أن يكون مغلقاً من جميع الجهات امام حركة المرور(المركبات)
- (ب)-فى السباقات التي يشرف عليها الاتحاد الدولي لالعب القوى وفقاً للقاعدة (1.1)أ, ب, ج , و يجب ان يبدأ السباق و ينتهي فى ضوء النهار.
- (ج) لا تعتبر تقديم الفحوصات الطبية خلال مراحل السباق والتي تتم عن طريق المجموعة الطبية الذي تم تعيينه بواسطة اللجنة المنظمة لا يعتبر أنها مساعدة والتي تميز بوضع شريط على الذراع أو صديري.
- (د) يجب على اللاعب أن ينسحب من السباق فوراً , اذا ما امر بذلك المندوب الطبى أو عدد من أفراد اللجنة الطبية الرسمية المعتمدة من اللجنة المنظمة , اعضاء اللجنة الطبية .

محطات الشرب والمرطبات الاسفنجية والمنعشات Drinking/Sponging and Refreshment Stations.

- 9- (أ) يجب توفير المياه و اى منعشات اخري مناسبة فى بداية و نهاية جميع السباقات .
- (ب) يجب تأمين المنعشات و المرطبات الاسفنجية على مسافات مناسبة فى جميع السباقات وحتى شاملة 10 كيلو متر – اذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.
- (ج) يجب توفير محطات المنعشات فى جميع السباقات الأطول من 10 كيلو متر طوال كل لفة بالإضافة إلى تقديم الماء والترطيب الاسفنجي فقط فى منتصف المسافة بين محطات المنعشات تقريبا او فى أكثر من مكان اذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.
- (د) يجب أن توضع المنعشات التي تؤمن من قبل اللجنة المنظمة او اللاعبين فى اماكن المحطات المخصصة للاعبين بحيث تكون فى متناول ايديهم بسهولة و يسر او يمكن وضعها عن طريق افراد يتم تعيينهم يقومون بتسليمها فى ايدي المتسابقين .
- (هـ)اللاعب الذي يتناول منعشات من مكان اخر غير محطة المنعشات المخصصة يعرض نفسه للاستبعاد من السباق .

(و) فى السباقات التى تقام وفقا للقاعدة (1.1) أ، ب، ج، و . يمكن تعيين عدد 2 مسئول من بلد واحد بحد أقصى على أن يتواجدوا خلف محطة المعنشات فى أى وقت أو معا فى وقت واحد ، غير مسموح لاي مسئول تحت أى ظروف بالجري بجوار اللاعب لاعطاءه المنعشات.

طريق السباق Road courses

10- (أ) فى السباقات التى تقام وفقا للقاعدة (1.1) يجب ألا تزيد طول دورة السباق عن 2.5 كيلو متر و لا تقل عن 2.00 كيلو متر ، فى السباقات التى تبدأ أو تنتهى بالاستاد فيجب أن يكون طريق السباق اقرب ما يمكن الى الاستاد. ولا يقل عن 1 كم ولا تزيد 2.5 كم .
(ب) - يجب ان يتم قياس طريق السباق بما يتوافق مع قواعد الاتحاد الدولي لالعب القوى قاعدة 240.3.

إدارة السباق Road conduct

11- فى السباقات 20 كيلو متر أو أكثر يمكن للاعب ان يترك الطريق أو المضمار على الا يكون هذا الخروج سببا فى تقليل المسافة المطلوب قطعها و ذلك بموافقة الحكم و تحت اشرافه
12- إذا أقتنع الحكم بتقرير القاضى أو المراقب بأن اللاعب قد ترك المسار الموضح للسباق بغرض تقصير المسافة يجب أستبعاده.

الفصل الثامن

القاعدة 240 RULE

سباقات الطريق Road Races

المسافات Distances

1. تشمل المسافات القانونية للرجال و السيدات على 10 كيلومتر ، 15 كيلومتر. 20 كيلومتر ، نصف ماراثون، 25 كيلومتر ، 30 كيلومتر ماراثون (42.195 كيلومتر) ، 100 كيلومتر و تتابع الطريق .

ملحوظة i: يوصي أن تكون مسافة سباق تتابع الطريق أطول من مسافة الماراثون ، و يفضل أن تكون لفة "دورة " سباق تتابع الطريق أطول من 5 كيلومتر ، تتكون مراحل سباق تتابع الطريق من 5 كيلومتر ثم 10 كيلومتر ثم 5 كيلومتر ثم 10 كيلومتر ثم 5 كم ثم 7.195 كيلومتر على الترتيب للكبار . أما بالنسبة للنشائين تكون مسافة سباق تتابع الطريق مساوية لمسافة النصف ماراثون و تكون مراحل السباق على النحو التالي 5 كيلومتر ثم 5 كيلومتر ثم 5 كيلومتر ثم 6.098 كيلومتر على الترتيب .

ملحوظة ii: يوصي أن تقام سباقات الطريق خلال شهر أبريل أو مايو أو من شهر سبتمبر إلى شهر ديسمبر .

المسار The Course

(2) يجب أن يكون الجري فى سباقات الطريق على طرق ممهدة و عندما يكون مسار الطريق غير مناسب لإقامة السباق ، فيمكن أن يقام السباق على طرق الدراجات أو المشاة قرب الطريق . و لكن يجب ألا يقام السباق على أرض رخوة ذات عشب كثيف أو ما شابه لذلك . ويمكن أن يكون البدء و النهاية من داخل ساحة المنافسات .

ملحوظة : يوصي فى سباقات الطريق التى تقام لمسافة أكبر من المسافات القانونية أن لا تزيد المسافة بين نقطتى البدء و النهاية والمقاسه على طول خط مستقيم عن 50% من مسافة السباق .

3- يجب أن يطلى خط البدء و النهاية بلون أبيض بعرض 5 سم . فى السباقات التى تقام على الطريق يجب أن يكون القياس من أقصر خط يستطيع المتسابق أن يسلكه داخل قطاع الطريق المصرح باستخدامه فى

السباق . فى جميع اللقاءات التي تتم بموجب القاعدة (1.1) (أ ، ب ، ج) يجب أن يكون خط القياس بألوان مميزة عن العلامات الأخرى حتى لا يحدث خطأ .
و يجب ألا يقل طول الدورة عن المسافة الرسمية المحددة للسباق . وفى اللقاءات التي تتم بموجب القاعدة (1.1) أ، ب ، ج و فى السباقات التي تقام بأشراف الاتحاد الدولي للالعاب القوى يجب ألا يزيد القياس عن 0.1 % (مثلا لا يزيد عن 42 متر للماراثون) يجب أن يتم التصديق على طول مسافة السباق من المساح الرسمي و المعتمد من الاتحاد الدولي للالعاب القوى .
ملحوظة i : يجب أن يتم القياس باستخدام طريقة المعايرة بعجلة قياس معتمدة .

ملحوظة ii : لتجنب حدوث خطأ فى قياس مسافة السباق بوجودها أقصر (من المسافة المحددة) عند إجراء قياس آخر مستقبلاً فيجب استخدام معامل تجنب قصر القياس وذلك عند تصميم مسافة دورة السباق . وبالنسبة لعجلة القياس فيجب أن يكون هذا المعامل 0.1% والذي يعنى أن لكل كيلومتر واحد فى دورة السباق مسافة مقاسة طولها 1001 متر

ملحوظة III : عندما يتم تجهيز خط السير باستخدام تجهيزات غير دائمة مثل أقماع أو حواجز وذلك لتحديد أجزاء من الطريق فى يوم السباق , يجب أن يتم تحديد موقعها فى موعد لا يتجاوز توقيت إجراء عملية القياس كما أنه يجب أن يتضمن ذلك تقرير المساح.

ملحوظة IV : يجب ألا يزيد ارتفاع الطريق بين البدء و النهاية فى السباقات التي تقام وفق المسافات المقترحة (القانونية) عن 1:1000 متر لكل كيلومتر .

ملحوظة V : شهادة قياس المسار معتمدة لمدة خمس سنوات بعد إعادة قياس المسار حتى لم يكن هناك تغيير غير ملحوظ.

4 - يجب أن توضع علامات لتحديد المسافة بالكيلومتر على طول الطريق لجميع اللاعبين .
5 - يجب أن يرسم بعرض الطريق خط بعرض 5 سم لتحديد كل مرحلة من مراحل سباق تتابع الطريق مع بيان خط البدء , و لتحديد منطقة التسليم يجب أن يرسم خط قبل خط البدء لكل مرحلة بطول 10 متر و بعد خط البدء لكل مرحلة بطول 10 متر بحيث تتم عملية التبادل خلال هذه المنطقة.

البدء Th Start

(6) يبدأ السباق بطلقة مسدس , و يجب استخدام الأوامر القانونية فى السباقات الأطول من 400 متر (162.3) , و فى السباق الذي يحتوي على عدد كبير من اللاعبين , يجب تحذير اللاعبين قبل خمس دقائق من بداية السباق , و أيضا إعطائهم تنبيه إضافي إذا تطلب الأمر ذلك .

السلامة و الفحص الطبي Safety and Medical

7 - أ - يجب على اللجنة المنظمة لسباقات الطرق تأمين سلامة الطريق و العاملين , و فى المسابقات التي تتم وفقا للقاعدة (1.1) فقرة أ، ب، ج يجب على اللجنة المنظمة تأمين الطريق بحيث يكون مغلقا أمام المرور والمركبات و فى جميع الاتجاهات .

ب - لا تعتبر تقديم الفحوصات الطبية خلال مراحل السباق , و الذي يتم عن طريق المجموعة الطبية الرسمية بواسطة اللجنة المنظمة على أنها مساعدة مع وضع رباط حول الذراع أو صدىرى لتمييزهم.
ج - يجب على المتسابق أن ينسحب من السباق فوراً , إذا ما أمر مندوب اللجنة الطبية الرسمية المعتمدة من اللجنة المنظمة ,

محطات الشرب و المرطبات الإسفنجية و المنعشات Drinking / sponging and refreshment stations

8- أ- يجب توفير الماء و المنعشات الأخرى المناسبة عند بداية و نهاية جميع السباقات .

- (ب) فى جميع السباقات وحتى اكبر من 10 كيلومتر يجب تجهيز محطات للشرب و الترطيب الإسفنجية على مراحل مناسبة من 2-3 كيلومتر تقريباً , إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.
- ج - يجب توفير محطات للمنعشات كل 5 كيلومتر في جميع السباقات الاطول من 10 كم . و بالإضافة لمحطات الشرب و الترطيب الإسفنجي يمكن تقديم المياه فى منتصف المسافة بين محطات المنعشات تقريباً , إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك .
- المنعشات التي توفر من قبل اللجنة المنظمة أو المتسابقين يجب أن توضع فى المحطات المخصصة للاعبين, يجب أن تكون فى متناول أيديهم بسهولة و يسر أو عن طريق تعيين أفراد يقومون بتسليمها فى أيدي اللاعبين.
- المتسابق الذي يتناول منعشات من مكان غير محطة المنعشات المحددة يعرض نفسه للاستبعاد من السباق .
- يجب أن تحفظ المنعشات المقدمة من اللاعبين تحت إشراف اللجنة المنظمة من لحظة تقديم المنعشات من اللاعبين أو من ينوب عنهم بعد اعتمادهما .
- د. أى لاعب يأخذ المنعشات فى أماكن غير التى فى محطات المنعشات يعرض نفسه للاستبعاد.

سلوك السباق Race Conduct

- 9 - يمكن للمتسابق فى سباقات الطريق أن يترك طريق السباق بتصريح أو تحت إشراف القاضي بشرط ألا يؤدي خروجه إلى إنقاص المسافة التي يجب أن يقطعها خلال السباق.
- 10 -إذا أفتنع الحكم بالتقرير المقدم من القاضي أو المراقب بأن اللاعب ترك ال المبين بغرض تقصير المسافة سوف يستبعد مسار .

الفصل التاسع اختراق الضاحية

القاعدة 250 RULE

سباقات اختراق الضاحية

Cross-Country Races

عام General

- 1- نظرا للاختلاف الشديد للظروف التي يتعرض لها سباق اختراق الضاحية فى العالم و الصعوبات لوضع معايير دولية لهذه الرياضة فإن الفرق بين السباقات الناجحة و الغير ناجحة ترجع الى المواصفات الطبيعية لمكان السباق, أما القواعد التالية يمكن اتباعها كدليل و حافز لمساعدة الدول على تنمية جري اختراق الضاحية – انظر ايضا فى دليل الاتحاد الدولي لالعب القوى لمسافات الجري لمعلومات التنظيم التفصيلية .

الموسم Season

- 2- تقام سباقات اختراق الضاحية عادة خلال أشهر الشتاء بعد انتهاء موسم مسابقات الميدان و المضمار

مكان اقامة السباق (موقع السباق) The venue

- 3- أ- يجب أن يصمم مسار السباق فى أماكن مفتوحة أو منطقة غابات مغطاة بالأعشاب بقدر الامكان مع وجود عوائق طبيعية يمكن استخدامها بواسطة مصمم السباق لعمل مسار سباق شيق و مليء بالتحديات
- ب – يجب ان تكون المنطقة واسعة بالقدر الكافي وذلك لملائمة ليس فقط طريق السباق ولكن أيضا التسهيلات الضرورية .
- 4- في البطولات والسباقات الدولية وحينما يكون ممكنا فى سباقات أخرى يجب مراعاة مايلي:

أ - أن تصمم دورة طريق السباق بين 1750 متر و 2000 متر , ويمكن اذا كان من الضروري اضافة دورة صغيرة (لضبط المسافة) الي المسافة الكلية المطلوبة في مختلف السباقات , في تلك الحالة يجب أن تكون اللفة الصغيرة في المراحل الأولى من السباق , و يوصي الا يكون مجموع الزيادة اكثر من 10 متر.

ب - يجب استخدام العوائق الطبيعية إن أمكن , كما يجب تجنب العوائق شديدة الارتفاع و الحفر العميقة الخطيرة شديدة الانحدار , و العشب الكثيف و عموما أي عائق يشكل صعوبة أمام هدف المسابقة . ويفضل عدم استخدام العوائق الصناعية , لكن اذا كان لا سبيل الي تجنب استخدامها فيجب تشكيلها لتمثل العوائق الطبيعية الموجودة في الأماكن المفتوحة . و في السباقات التي يوجد بها اعداد كبيرة من اللاعبين يجب تجنب وجود ممرات ضيقة أو أي عوائق اخري و التي قد تعيق اللاعبين في جري ال 1500 متر الأولي .
ج - يجب تجنب عبور تقاطع الطرق أو أي طرق مرصوفة أو علي الأقل اذا وجد , على الأقل توجد في الحد الأدنى . و عندما يكون هناك احتمال لعدم تجنب هذه الظروف في منطقة أو منطقتين من طريق السباق يجب ان يكون الطريق مغطى بعشب ارض او ابسطة .

د - بعيدا عن مناطق بداية و نهاية السباق يجب الا يحتوي طريق السباق على اي مسافة طويلة . والمفهوم الطبيعي فإن الطريق الذي يحتوي على منحني بسيط وطريق مستقيم قصير يكون هو المناسب والأفضل .

5- أ - يجب تحديد طريق السباق بشريط على الجانبين , كما يوصي أن يكون على طول جانب مسار طريق السباق 1 متر للمرور - كما يجب أن يحاط طريق السباق من الخارج بسياج - و يجب أن تخصص هذه المنطقة فقط لاستخدام المنظمين و الإعلاميين (اجباري للبطولات) و يجب أن تكون حدود السباقات محاطة بسياج قوى في منطقة البدء (شاملة منطقة الإحماء و غرفة النداء) و منطقة النهاية (شاملة أي مناطق مختلطة) . الأفراد المعينين هم فقط المصرح لهم الدخول في هذه المناطق .
ب- يجب أن تكون هناك مناطق عامة للجمهور يسرح لهم المرور فيها أثناء المراحل الأولى من السباق في نقاط محددة و منظمة جيدا عن طرق مراقب النظام ومساعديه في البطولة.
ج - يوصي بأن المناطق البعيدة عن البدء و النهاية , بأن يكون طريق السباق بعرض 5 متر شاملا مناطق الإعاقة .

المسافات Distance

6- مسافات سباقات اختراق الضاحية لبطولات العالم و التي يشرف عليها الاتحاد الدولي للالعاب تكون تقريبا كما يلي :

للرجال 12 كيلو متر	لل سيدات 8 كيلو متر
للناشئين 8 كيلو متر	للناشئات 6 كيلو متر

يوصي ان يكون هناك مسافات مماثلة يمكن أن تستخدم لبطولات دولية أخرى أو لمسابقات محلية

البدء The Start

7- يجب ان يبدأ السباق عن طريق طلقة مسدس , ويجب استخدام الأوامر القانونية المستخدمة في السباقات الأطول من 400 متر القاعدة 162.3
يجب التنبيه على بدء السباقات الدولية كل 5 دقائق , 3 دقائق , دقيقة واحد
يجب على كل أعضاء الفريق أن يقفوا خلف بعضهم البعض في خط واحد عند بدء السباق و جميع الفرق داخل صناديق البدء

محطات الشرب و المرطبات الإسفنجية و المنعشات

Drinking /Sponging and Refreshment Stations

8- يجب تأمين المياه واي منعشات مناسبة فى بداية و نهاية جميع السباقات , و فى كل السباقات يجب تأمين محطات المياه و المرطبات الإسفنجية كل لفة , إذا كانت حاله الجو تستدعي ذلك .

9- إذا كان تقرير القاضى أو المراقب مرضيا بالنسبة إلى الحكم أو بطريقة أخرى ترك أحد اللاعبين طريق السباق المحدد حيث يكون قد قصر مسافة السباق التى يجب قطعها فيتم أستبعاده.

سباقات الجبال (سباقات المرتفعات) Mounting Races

10- سباقات الجبال التى تتم عبر الريف و التى يكون فيها الطريق بالدرجه الأولى به مرتفعات صاعدة (خاصة لسباقات الصعود) أو صعود و هبوط (للسباقات التى تبدأ و تنتهي على نفس المستوي)

المسافات و مجموع مرتفعات الصعود المقترحة تقريبية للمسابقات الدولية كما يلي :

المرتفعات بشكل رئيسى		البدايه و النهاية على نفس المستوي	
المسافة	الصعود	المسافة	الصعود
رجال	12 كيلو متر	12 كيلو متر	750 متر
سيدات	7 كيلو متر	8 كيلو متر	50 متر
رجال ناشئين	7 كيلو متر	8 كيلو متر	500 متر
سيدات ناشئات	4 كيلو متر	4 كيلو متر	250 متر

ملحوظة: يجب ألا تشتمل مسافة السباق على أكثر من 20% طريق اسفلتي، و يمكن ان يصمم طريق السباق على شكل لفات .

الفصل العاشر

SECTION X - WORLD RECORDS

الأرقام العالمية

القاعدة 260 RULE

حالات عامة:

- 1- يجب أن يتم تسجيل الرقم فى المنافسات التي تتم بصورة حقيقية والتي أعلن عنها وصدق عليها قبل إقامة المسابقة من الإتحاد العضو بالاتحاد الدولي والتي تقام به المسابقة وتنظم وفقاً للقواعد
- 2- يجب أن يكون اللاعب صاحب للإنجاز المسجل مؤهلاً وفقاً للقواعد ووفقاً لشروط الاتحاد الدولي للالعاب القوى
- 3- عندما يسجل رقماً عالمياً، يجب على عضو اتحاد الدولة الذي سجل فيه هذا الإنجاز والمعتمد من الاتحاد الدولي للالعاب القوى. أن يجمع دون تأخير كل المعلومات المطلوبة لتسجيل هذا الإنجاز بالاتحاد الدولي للالعاب القوى، ولا يعتبر أي إنجاز رقماً عالمياً حتى يتم اعتماده من قبل الاتحاد الدولي للالعاب القوى. و يجب على العضو إبلاغ الاتحاد الدولي مباشرة عن عزمه فى تسليم هذا الإنجاز.
- 4- لاعتماد رقماً عالمياً تملاً استمارة الاتحاد الدولي للالعاب القوى الرسمية كاملة وترسل إلى مكتب الاتحاد الدولي للالعاب القوى عند الطلب أو من خلال الموقع الإلكتروني الخاص بالاتحاد الدولي. فى حالة إنجاز لاعب اجنبي (أو فريق اجنبي) ترسل نسخة مطابقة إلى الاتحاد الوطني للمتسابق (أو الفريق) فى نفس الوقت.
- 5- يجب على الاتحاد الوطني و الذي تم فيه تسجيل الرقم أن يرسل مع الاستمارة الرسمية ما يلي :-
 - البرنامج المطبوع والخاص بالمنافسة.
 - نتائج السباق كاملة.
 - صورة لخط النهاية (أنظر القاعدة 260-22)
- 6- يجب أن يخضع كل لاعب يسجل رقماً عالمياً لفحوص المنشطات فى نهاية المسابقة مباشرة وفقاً لقواعد والتعاليم المرشدة والمطبقة. وفى حالة تسجيل رقماً عالمياً فى سباق التتابع يجب أن يخضع جميع أفراد الفريق لهذه الفحوص.
- يجب أن يتم تقديم نتائج هذه الاختبارات بحيث تفحص بواسطة معمل معتمد من قبل اللجنة الأولمبية الدولية (Wada) وذلك إلى الإتحاد الدولي للالعاب القوى ليتم إضافتها للبيانات الأخرى المطلوبة من الاتحاد الدولي للالعاب القوى، وإذا ما كانت نتائج الفحص ايجابية أو لم يتم إجراؤه فإن الإتحاد الدولي للالعاب القوى لا يعتمد هذا الرقم .
- 7- إذا اقر لاعب بأنه قد استخدم أو أستعمل مادة مساعدة أو أسلوب محظور قبل أنجاز رقماً عالمياً، فعند اذا وبناء على قرار لجنة مكافحة المنشطات لا يتم الاعتراف بهذا الرقم من قبل الاتحاد الدولي للالعاب القوى كرقم عالمي.
- 8- تصنيف الأرقام العالمية التي يعتمدها الاتحاد الدولي للالعاب القوى هي :-
 - الأرقام العالمية.
 - الأرقام العالمية للناشئين.
 - الأرقام العالمية للصالات المغطاة.
- 9- يجب أن يشارك ثلاث لاعبين على الأقل فى المسابقات الفردية ، كما يجب أن يشارك فريقين على الأقل فى سباقات التتابع. فى منافسة حقيقية .
- 10- يجب أن يكون الرقم المسجل معادلاً أو أفضل من الرقم العالمي لهذه المسابقة والمعتمد من الاتحاد الدولي للالعاب القوى.

- 11- الأرقام التي يتم تسجيلها في التصنيفات أو الأدوار التأهيلية أو في حل عقده أو في مسابقة فردية من المسابقات المركبة ، سواء أكمل اللاعب جميع مسابقات السباقات المركبة أو لم يكملها، يمكن تقديمها للاعتماد من قبل الاتحاد الدولي للالعاب القوى.
- 12- الرئيس و السكرتير العام للاتحاد الدولي للالعاب القوى هما المفوضان بسلطة اعتماد الأرقام العالمية ، وإذا كان هناك شك في قبول أو رفض رقم يجب عليهم في هذه الحالة رفع الأمر إلي مجلس إدارة الاتحاد الدولي للالعاب القوى لاتخاذ القرار.
- 13- عند اعتماد الرقم يقوم الاتحاد الدولي للالعاب القوى بأخطار الإتحاد العضو التابع له اللاعب وكذلك الإتحاد المتقدم بطلب الإعتماد وإتحاد المنطقة.
- 14- يؤمن الاتحاد الدولي دروع للأرقام العالمية لتقديمها لحاملي الأرقام العالمية.
- 15- في حالة عدم اعتماد الرقم . فعلى الاتحاد الدولي للالعاب القوى أن يبين الأسباب.
- 16- يجب على الاتحاد الدولي للالعاب القوى تحديث قائمة الأرقام العالمية كلما تم اعتماد رقم عالمياً جديداً ، يجب على الاتحاد الدولي للالعاب القوى توضيح قائمة الإنجازات وتاريخها وكذلك أفضل الإنجازات وتاريخها والتي حققها اللعيبين أو الفرق في المسابقة والمسابقات المعترف بها طبقاً للقواعد 261،،262.
- 17- يجب على الاتحاد الدولي للالعاب القوى أن يقوم بنشر قائمة الأرقام العالمية في الأول من يناير

حالات خاصة

- 18- فيما عدا سباقات الطريق يستثنى مايلي:
 - أ- الرقم المسجل في ملعب ألعاب قوى يجب أن يكون مطابق للقاعدة (140) سواء تم في ملاعب مكشوفة أو مغطاة. ويجب أن يكون مضمار الجري أو طريق الاقتراب المستخدم مطابق لما هو مدون في دليل الإتحاد الدولي لتجهيزات المضمار والميدان.
 - ب- لاعتماد رقم لمسافة 200 متر أو أكثر يجب ألا يزيد محيط المضمار عن 402.3 متر (440 ياردة) ، يجب أن يبدأ السباق من على أي جزء من محيطه، هذا الشرط لا ينطبق على سباقات الموانع والتي يكون فيها حفرة الماء خارج مضمار عادي محيطه 400 متر.
 - ج - لاعتماد الأرقام في المضمار . يجب ألا يزيد قطر الحارة الخارجية عن 50 متر إلا في حالة تصميم المنحني على نصفي قطرين مختلفين وفي مثل هذه الحالة فيجب ألا يحسب قوس المنحني الأكبر بزواوية أكثر من 60° من زاوية دوران 180°.
 - د- لا يتم الاعتراف بالأرقام العالمية المسجلة بواسطة لاعب اذا ما تم تحقيقها في مسابقة مختلطة من الجنسين
- 19- لاعتماد الأرقام العالمية في الهواء الطلق يجب أن تتم على مضمار ، مواصافته تنطبق مع القاعدة (160).
- 20- لاعتماد الأرقام العالمية للناشئين يجب أن يرفق مع الاستمارة الأولى المقدمة من مندوب اللاعب صورة طبق الأصل من جواز سفره أو شهادة ميلاده أو أي مستند رسمي يثبت تاريخ ميلاده إذا لم يكن تاريخ الميلاد سبق تأكيده من قبل الاتحاد الدولي للالعاب القوى.
- 21- الأرقام العالمية للصالات المغطاة.
 - أ. لاعتماد الرقم العالمي يجب أن يكون الاستاد مطابق للقاعدة 211،213
 - ب. بالنسبة للسباقات من 200 متر وأكثر فيجب ألا يزيد طول المضمار البيضاوي عن 201.3 متر (220 ياردة)
- 22- بالنسبة للأرقام العالمية لسباقات للجري وسباقات المشي يجب إتباع شروط التوقيت المثالية :
 - أ. يجب أن تسجل الأرقام العالمية بواسطة ميقاتين رسميين أو بواسطة جهاز توقيت كهربائي . كامل الالية (انظر القاعده 165)
 - ب. للسباقات حتى شاملة 400 متر . يقبل فقط تسجيل الوقت بواسطة جهاز توقيت كهربائي كامل الالية وفقاً للقاعدة (165).
 - ج - في حالة استخدام جهاز التوقيت الكهربائي كامل الالية في تسجيل الأرقام لسباقات المضمار فيجب أن تضم صور التوقيت الإلكتروني مع المستندات المرسله للاتحاد

د. بالنسبة لجميع الأرقام العالمية المسجلة في السباقات حتى وشامله 200 متر يجب أن تقدم المعلومات المتعلقة بسرعة الريح المقاسة وفقاً للقاعدة (10,9,8,163) ولا يعتمد الرقم إذا كانت سرعة الريح خلف اللاعب وفي اتجاه الجري تزيد عن 2 م / ث.
هـ - لا يعتمد الرقم المسجل في السباقات التي تجري في حارات إذا ما قام اللاعب بالجري على أو داخل الحدود الداخلية للمنحني الخاص بحارته.
و- في جميع السباقات التي يستخدم فيها البدء المنخفض ويشترط استخدام مكعبات البدء فلا بد من التزويد بأزمة رد الفعل إذا أمكن.
أبتداء من 1 يناير 2009 في جميع الأرقام حتى وشاملة 400 متر وفقاً للقاعدة 261.263 فإن مكعبات البدء الموافق عليها من قبل الاتحاد الدولي لألعاب القوى التي تبين البدء الخاطئ بواسطة جهاز قياس الخطأ وفقاً للقاعدة 161.2 يجب أن يستخدم وأن تكون وظيفته سليمة بحيث يسجل زمن رد الفعل.

23- بالنسبة للسباقات متعددة المسافات:

- أ- يجب أن يكون لسباق مسافة واحدة فقط.
- ب- ومن ناحية أخرى فبالنسبة للسباقات التي تغطي مسافة خلال زمن محدد فيمكن أن تدمج مع سباق محدد المسافة (مثل سباق لساعة واحدة و 20.000 متر) أنظر القاعدة 164.3
- ج - يحق للاعب أن يسجل أي عدد من الأرقام في نفس السباق.
- د - يحق لأي عدد من المتسابقين أن يسجلوا أرقاماً في نفس السباق
- هـ - لا يعتمد أي رقم إذا حققه اللاعب خلال مسافة أقل و لم يكمل المسافة كاملة

24- الأرقام العالمية لسباقات التتابع:

- أ- لا يعتمد رقم في سباق التتابع مالم يكن جميع أفراد الفريق من جنسية بلد واحد. ويمكن الحصول على الجنسية بأي طريقة من الطرق المشار إليها في القاعدة 5.
- ب- المستعمرة التي ليس لها عضوية منفصلة في الاتحاد الدولي لألعاب القوى سوف تعتبر طبقاً لهذه القاعدة جزء من الدولة الأم.
- ج - الزمن المسجل بواسطة اللاعب الأول في سباق التتابع لا يعتبر رقماً قياسياً.

25- الأرقام العالمية لسباق المشي:

- يجب أن يشارك في تحكيم المسابقة على الأقل ثلاث قضاة من قضاة المشي الدوليين ويوقعان على طلب الاعتماد.

26- بالنسبة للأرقام العالمية لمسابقات الميدان:

- أ- يجب أن يتم قياس الإنجازات بواسطة ثلاث من قضاة الميدان مستخدمين شريط أو قضيب قياس معتمد من الصلب أو أي جهاز قياس علمي معتمد ومؤكد دقته من قاضي قياس مؤهل
- ب- يجب تقديم تقرير عن سرعة الريح في سباقات الوثب الطويل والوثب الثلاثي وفقاً للقاعدة 4.184، 5، 6. لا تعتمد الأرقام العالمية إذا كانت سرعة الريح للمسابقة خلف المتسابق وفي اتجاه الوثب تزيد عن 2 م / ث
- ج - يمكن اعتماد أكثر من رقم عالمي في المنافسة إذا كان الرقم المسجل معادلاً أو أفضل من الأرقام السابقة في تلك اللحظة.

27- بالنسبة للأرقام العالمية في المسابقات المركبة:

- يجب أن تتطابق مع الإشتراطات مع مثيلاتها في السباقات الفردية . فيما عدا السباقات التي يتم فيها قياس سرعة الريح ، فيجب اتباع أحد الشروط التالية على الأقل:.
- أ. لا تزيد سرعة الريح في أي سباق فردي عن 4 متر ثانية.
- ب. متوسط السرعة (يجسب على أساس سرعة الريح المقاسة لكل سباق فردي مقسوماً على عدد هذه السباقات) . ويجب ألا تزيد عن 2 متر ثانية.

28- الأرقام العالمية لسباق الطريق:

- أ. يجب أن يقاس طريق السباق بواسطة مساح طريق ذو مستوى أ، ب معتمد من الاتحاد الدولي لالعاب القوى والجمعية الدولية لقياسات الطريق (Aims) . وكما تم توضيحه فى القاعدة 117.
- ب. نقطة البداية والنهاية لطريق السباق. يجب أن تقاس على طول الخط المستقيم بينهم، على الا تزيد عن 50% من مسافة السباق.
- ج. يجب الا يتجاوز معدل الارتفاع بين البداية والنهاية 1:1000 (أي 1 متر لكل كيلو متر).
- د. يتم اعتماد طريق السباق عن طريق المساح الذى اعتمد المسافة أو مساح ذو مستوى أ ، ب . بحضور ومتابعة السباق فى سيارة المقدمة. يجب أن تؤكد البيانات والخرائط النهائية أن قياس طريق السباق مطابقاً لما تم عن طريق عجلة القياس المعتمدة.
- هـ. يجب التأكد من صحة قياس طريق السباق على الطبيعة (فى خلال اسبوعين قبل السباق أو فى يوم السباق أو كلما أمكن بعد إجراء السباق مباشرة) ويفضل إجراء القياس عن طريق أ، ب) مختلفين عن المساح الذى أجري القياس الأصلي للطريق قبل ذلك.
- و. الأرقام العالمية لسباقات للطريق والمسجلة فى مسافات متوسطة خلال مسافة السباق، يجب أن تتوافق مع الشروط المتضمنة مع القاعدة 260 وأن يسجل الزمن وفقاً للقواعد ويجب وضع العلامات للمسافات المتوسطة خلال قياس طريق السباق طبقاً للقواعد هـ. 260.28.
- ز - يجب أن تكون مراحل سباق تتابع الطريق على النحو التالي:
- 10 كيلو متر ، 5 كيلو متر ، 10 كيلو متر ، 5 كيلو متر ، 7.195 كيلو متر. تقاس المراحل والتعليم من خلال قياس الطريق ويسمح $\pm 01\%$ من مسافة السباق طبقاً للقاعدة هـ 260.28
- 29- بالنسبة للأرقام العالمية لسباق المشي:

- أ. يجب أن يقاس طريق السباق بواسطة مساحة طريق ذو مستوى أ . أو ب معتمد من الاتحاد الدولي لالعاب القوى والجمعية الدولية لقياسات الطريق (Aims) وكما تم توضيحه فى قواعد الاتحاد الدولي لالعاب القوى طبقاً للقاعدة 117.
- ب. يجب الا تقل دورة السباق عن 1. كيلو متر ولا تزيد عن 2.5 كيلومتر ويحتمل أن يكون البداية والنهاية فى الاستاد...

- ج. يجب على كلا من المساح الذى اعتمد طريق السباق أو مساح ذو مستوى أ . أو ب ، أن يؤكد فى بيانات وخرائط القياس النهائية بأن طريق السباق المقاس هو الطريق الذى تم تغطيته فى السباق.
- د. يجب التأكد من صحة قياس طريق السباق على الطبيعة (فى خلال أسبوعين قبل السباق وفى يوم السباق أو كلما أمكن بعد إجراء السباق مباشرة) ويفضل إجراء القياس عن طريق مساحين ذو مستوى أ. أو ب مختلف عن المساح الذى أجرى القياس الأصلي للطريق قبل ذلك.

ملحوظة:

بوصى بأن تتبع الهيئات العالمية المختلفة واتحادات المناطق قواعد مشابهة للقواعد السابقة الذكر فى تسجيل الأرقام الخاصة بهم.

القاعدة 261

المسابقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي

Events for Which World Records Are Recognised

السباقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي

- (FAT.) تعني التوقيت الكهربائي كامل الالية .

- (H.T.) تعني التوقيت اليدوي .

مسابقات الرجال :

100 م : 200 م : 400 م : 110م حواجز

FAT فقط:

400 م حواجز : 4 x 100 تتابع .

800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل : 2000 م : 3000 م
5000 م : 10,000 م : 20,000 م : ساعة واحدة : 25,000 م
30,000 م : 3000 م موانع .

FAT أو H.T

التتابعات :
سباقات الطريق :
الماراثون ، 100 كم ، تتابع الطريق (مسافة الماراثون فقط)
سباقات المشي (المضمار) : 20,000 م : 30,000 م : 50,000 م
سباقات المشي (طريق) : 20 كم ، 50 كم
الوثب :
الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي ،
الرمي :
دفع الجلة ، رمي القرص ، إطالة المطرقة ، رمي الرمح .
العشاري .
المسابقات المركبة :
مسابقات السيدات :

100 م : 200 م : 400 م : 100 م حواجز
400 م حواجز : 100x4 تتابع .
800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل : 2000 م : 3000 م
5000 م : 10,000 م : 20,000 م : ساعة واحدة : 25,000 م

FAT فقط:

FAT أو H.T

30,000 م : 3000 م موانع .
التتابعات :
سباق الطريق :
الماراثون ، 100 كم ، تتابع الطريق (مسافة الماراثون فقط)
سباقات المشي (المضمار) : 20,000 م : 10,000 م : 20 كم
سباق المشي (طريق)
الوثب :
الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي ،
الرمي :
دفع الجلة ، رمي القرص ، رمي المطرقة ، رمي الرمح .
السباعي .
العشاري .
المسابقات المركبة :

القاعدة 262 RULE

السباقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي للناشئين Events for Which World Junior Records Are Recognised

- (FAT.) تعني التوقيت الكهربائي كامل الالية .
- (H.T) تعني التوقيت اليدوي .

رجال - ناشئين

100 م : 200 م : 400 م
110 م حواجز : 400 م حواجز
100x4 م تتابع .

FAT فقط:

800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل :
3000 م : 5000 م : 10,000 م : 3000 م موانع
400x4 م تتابع

FAT أو H.T:

سباقات المشي مضمار
سباقات المشي طرق .

10,000 م مشي (مضمار) 10 كم
10 كم (إذا قل الزمن عن 40 ق)

الوثب :
الرمي :
المسابقات المركبة :
الوثب العالي.. القفز بالزانة , الوثب الطويل . الوثب الثلاثي
دفع الجلة , رمي القرص , رمي المطرقة , رمي الرمح .
العشاري (إذا كانت النقط أكثر من 7300 نقطه)

سباقات الشبابات

FAT فقط:

100 م : 200 م : 400 م
100 م حواجز : 400 م حواجز
4x 100 م تتابع .

FAT أو H.T:

800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل :
3000 م : 5000 م : 10,000 م : 3000 م موانع
4x 400 م تتابع :
10,000 م

سباقات المشي (مضمار)
مشي طريق .

الوثب :
الرمي :
المسابقات المركبة :
الوثب الطويل , القفز بالزانة , الوثب العالي , الوثب الثلاثي
دفع الجلة , رمي القرص , إطالة المطرقة , رمي الرمح .
السباعي عشاري*.
* تعتمد فقط إذا تجاوزت أكثر من 7300 نقطة التأهيل للأكثر من 7300 نقطة

القاعدة 263 RULE

السباقات المعترف بتسجيل أرقامها عالميا فى الصالات المغطاة

Events for Which World Junior Records Are Recognised

(FAT)

تعني التوقيت الكهربائي كامل الالية .
تعني التوقيت اليدوي .

(H.T)

مسابقات الرجال

FAT فقط:

50 م : 60 م : 200 م : 400 م .
50 م حواجز : 60 م حواجز

FAT أو H.T:

800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل : 3000 م : 5000 م :
4x 200 م تتابع : 4x 400 م تتابع : 4x 800 م تتابع
5000 م مشي

سباق المشي:

الوثب :
الرمي :
المسابقات المركبة :
مسابقات السيدات
الوثب الطويل , القفز بالزانة , الوثب العالي , الوثب الثلاثي
دفع الجلة .
السباعي .

FAT فقط:

50 م : 60 م : 200 م : 400 م .
50 م حواجز : 60 م حواجز

800 م : 1000 م : 1500 م : 1 ميل : 3000 م : 5000 م :
4x 200 م تتابع 4x 400 م تتابع : 4x 800 م تتابع
3000 م مشي .

الوثب الطويل , القفز بالزانة , الوثب العالي , الوثب الثلاثي
دفع الجلة .
الخماسي.

FAT أو H.T :
التتابع
سباقات المشي:

الوثب :
الرمي :
المسابقات المركبة :

COUNCIL COMMITTEES

اللجان

MEMBER FEDERATIONS

الإتحادات الأعضاء

مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى

IAAF COUNCIL

2007-2011

الرئيس

PRESIDENT

Lamine DIACK (Senegal)

نائب أول الرئيس

SENIOR VICE PRESIDENT

Sergey BUBKA (Ukraine)

نواب الرئيس

VICE PRESIDENTS

Robert HERSH (USA)

Sebastian COE (Great Britain and N.I.)

Dahlan AL-HAMAD (Qatar)

امين الصندوق

HONORARY TREASURER

Jean POCZOBUT (France)

الأعضاء

INDIVIDUAL MEMBERS

Bill BAILEY (Australia)*

Valentin BALAKHNICHEV (Russia)

Leonard CHUENE (South Africa)

Pauline DAVIS-THOMPSON (Bahamas)

Helmut DIGEL (Germany)

Nawal EL MOUTAWAKEL (Morocco)

Roberto GESTA DE MELO (Brazil)*

Abby HOFFMAN (Canada)
Alberto JUANTORENA DANGER (Cuba)
Hamad KALKABA MALBOUM (Cameroon)*
Suresh KALMADI (India)*
Ilkka KANERVA (Finland)
Isaiah F. KIPLAGAT (Kenya)
Chaoyi LUO (P. R. China)
Neville MCCOOK (Jamaica)*
César MORENO BRAVO (Mexico)
José María ODRIOZOLA (Spain)
Jung-KI PARK (Korea)
Anna RICCARDI (Italy)
Katsuyuki TANAKA (Japan)
Hansjörg WIRZ (SUI)*

السكوتير العام

GENERAL SECRETARY

Pierre WEISS (France)

* Area Representative

الأعضاء الشرفيون

HONORARY MEMBERS

HONORARY LIFE VICE PRESIDENTS

نواب الرئيس الشرفيون مدى الحياة

Hanji AOKI (Japan)
Ollan CASSELL (USA)
Amadeo I.D. FRANCIS (Puerto Rico)
Frederick HOLDER (Great Britain and N.I.)
Arne LJUNGQVIST (Sweden)
Dapeng LOU (P.R. China)
Robert STINSON (Great Britain and N.I.)

HONORARY LIFE PERSONAL MEMBERS

الأعضاء الشرفيون مدى الحياة

Hassan AGABANI (Sudan)
Eisa AL DASHTI (Kuwait) †
Helio BABO (Brazil)
Pierre DASRIAUX (France)
Juan Manuel DE HOZ (Spain)
Arthur EUSTACE (New Zealand)
Mohamad HASAN (Indonesia)
Carl-Olaf HOMEN (Finland)
Charles MUKORA (Kenya)
Maurice NICHOLAS (Singapore)

Artur TAKAC (Croatia) †
Igor TER-OVANESIAN (Russia)
Jamel SIMOHAMED (Algeria)
Taizo WATANABE (Japan)
Georg WIECZISK (Germany)

اللجان

IAAF COMMITTEES

2007-2011

TECHNICAL COMMITTEE

اللجنة الفنية

Chairperson

رئيس اللجنة

Jorge SALCEDO (Portugal)

Members

الأعضاء

Gabriel ABAD (Spain)

Filbert BAYI (Tanzania)

Pierre DELACOUR (France)

Julio Roberto GOMEZ (Colombia)

Klaus HARTZ (Germany)

David KATZ (USA)

David LITTLEWOOD (Great Britain and N.I.)

Madeleine MELANDER (Sweden)

Idalberto Jesus MOLINA HERNANDEZ (Cuba)

Anna RICCARDI (Italy)

Brian ROE (Australia)

Yukio SEKI (Japan)

Chunde SHEN (P. R. China)

Fatou SISSOKO (Senegal)

Kari WAUHKONEN (Finland)

Vadim ZELICHENOK (Russia)

رئيس اللجنة الشرفية مدى الحياة

Honorary Life Chairperson

Carl-Gustav TOLLEMAR (Sweden)

اللجنة النسائية

رئيس اللجنة

WOMEN'S COMMITTEE

Chairperson

Claire CHEHAB (Lebanon)

الأعضاء

Members

Yuko ARIMORI (Japan)
Zhanna BLOCK (Ukraine)
Hassiba BOULMERKA (Algeria)
Maria Caridad COLON RUENES (Cuba)
Heike DRECHSLER (Germany)
Eleonor FROELICH (Chile)
Grace JACKSON (Jamaica)
Dobromir KARAMARINOV (Bulgaria)
Glynis NUNN-CEARNS (Australia)
Irina PRIVALOVA (Russia)
Mourad SNOUSSI (Tunisia)
Gabriela SZABO (Romania)
رئيس اللجنة الشرفية مدى الحياة
Honorary Life Chairperson
Ilse BECHTHOLD (Germany)

لجنة سباق المشى

رئيس اللجنة

RACE WALKING COMMITTEE

Chairperson

Maurizio DAMILANO (Italy)

الأعضاء

Members

Khaled AMARA (Tunisia)
Robert BOWMAN (USA)
Sari ESSAYAH (Finland)
Fumio IMAMURA (Japan)
Viacheslav KRASNOV (Russia)
Peter MARLOW (Great Britain and N.I.)
Fausto MENDOZA CAJAS (Ecuador)
Gabriel ROLDAN OLVERA (Mexico)
Luis SALADIE (Spain)
Jane SAVILLE (Australia)
Shande YANG (P. R. CHINA)

لجنة إختراق الضاحية

رئيس اللجنة

CROSS-COUNTRY COMMITTEE

Chairperson

Otto KLAPPERT (Germany)

الأعضاء

Members

Beatrice AYIKORU (Uganda)

David BEDFORD (Great Britain and N.I.)

Carlos CARDOSO (Portugal)

Siddig IBRAHIM (Sudan)

Luis Miguel LANDA (Spain)

Anne LORD (Australia)

Massimo MAGNANI (Italy)

David OKEYO (Kenya)

Marcos OVIEDO (Venezuela)

Keisuke SAWAKI (Japan)

Thelma WRIGHT (Canada)

لجنة الأساتذة

رئيس اللجنة

MASTERS' COMMITTEE

Chairperson

Cesar MORENO BRAVO (Mexico)

الأعضاء

Members

Jim BLAIR (New Zealand)

Bridget CUSHEN (Great Britain and N.I.)

Danny DANIELS (Canada)

Jorge DE LA CANALE (Argentina)

Leonie Paulette ETONG (Cameroon)

Rex HARVEY (USA)

Marina HOERNECKE-GIL (Spain)

Pierluigi MIGLIORINI (Italy)

Vadim MARSHEV (Russia)

Dieter MASSIN (Germany)

Shigenobu MUROFUSHI (Japan)

Dawei WANG (P. R. China)

الإتحادات الأعضاء

MEMBER FEDERATIONS

Official abbreviations

AFGHANISTAN (AFG)

ALBANIA (ALB)

ALGERIA (ALG)

AMERICAN SAMOA (ASA)
ANDORRA (AND)
ANGOLA (ANG)
ANGUILLA (AIA)
ANTIGUA AND BARBUDA (ANT)
ARGENTINA (ARG)
ARMENIA (ARM)
ARUBA (ARU)
AUSTRALIA (AUS)
AUSTRIA (AUT)
AZERBAIJAN (AZE)
BAHAMAS (BAH)
BAHRAIN (BRN)
BANGLADESH (BAN)
BARBADOS (BAR)
BELARUS (BLR)
BELGIUM (BEL)
BELIZE (BIZ)
BENIN (BEN)
BERMUDA (BER)
BHUTAN (BHU)
BOLIVIA (BOL)
BOSNIA AND HERZEGOVINA (BIH)
BOTSWANA (BOT)
BRAZIL (BRA)
BRITISH VIRGIN ISLANDS (IVB)
BRUNEI (BRU)
BULGARIA (BUL)
BURKINA FASO (BUR)
BURUNDI (BDI)
CAMBODIA (CAM)
CAMEROON (CMR)
CANADA (CAN)
CAPE VERDE ISLANDS (CPV)
CAYMAN ISLANDS (CAY)
CENTRAL AFRICAN
REPUBLIC (CAF)
CHAD (CHA)
CHILE (CHI)
CHINA (People's Republic of)
(CHN)
COLOMBIA (COL)
COMOROS (COM)
CONGO (CGO)
CONGO (Dem. Rep. of) (COD)

COOK ISLANDS (COK)
COSTA RICA (CRC)
CROATIA (CRO)
CUBA (CUB)
CYPRUS (CYP)
CZECH REPUBLIC (CZE)
DENMARK (DEN)
DJIBOUTI (DJI)
DOMINICA (DMA)
DOMINICAN REPUBLIC (DOM)
ECUADOR (ECU)
EAST TIMOR (TLS)
EGYPT (EGY)
EQUATORIAL GUINEA (GEQ)
ERITREA (ERI)
ESTONIA (EST)
ETHIOPIA (ETH)
FIJI (FIJ)
FINLAND (FIN)
FRANCE (FRA)
FRENCH POLYNESIA (PYF)
GABON (GAB)
THE GAMBIA (GAM)
GEORGIA (GEO)
GERMANY (GER)
GHANA (GHA)
GIBRALTAR (GIB)
GREAT BRITAIN AND
NORTHERN IRELAND (GBR)
GREECE (GRE)
GRENADA (GRN)
GUAM (GUM)
GUATEMALA (GUA)
GUINEA (GUI)
GUINEA-BISSAU (GBS)
GUYANA (GUY)
HAITI (HAI)
HONDURAS (HON)
HONG KONG-CHINA (HKG)
HUNGARY (HUN)
ICELAND (ISL)
INDIA (IND)
INDONESIA (INA)
IRAN (IRI)
IRAQ (IRQ)

IRELAND (IRL)
ISRAEL (ISR)
ITALY (ITA)
IVORY COAST (CIV)
JAMAICA (JAM)
JAPAN (JPN)
JORDAN (JOR)
KAZAKHSTAN (KAZ)
KENYA (KEN)
KIRIBATI (KIR)
KOREA (KOR)
KOREA (Democratic Republic of)
(PRK)
KUWAIT (KUW)
KYRGHYZSTAN (KGZ)
LAOS (LAO)
LATVIA (LAT)
LEBANON (LIB)
LESOTHO (LES)
LIBERIA (LBR)
LIBYA (LBA)
LIECHTENSTEIN (LIE)
LITHUANIA (LTU)
LUXEMBOURG (LUX)
MACAO (MAC)
MACEDONIA (Former Yugoslav
Republic of) (MKD)
MADAGASCAR (MAD)
MALAWI (MAW)
MALAYSIA (MAS)
MALDIVES (MDV)
MALI (MLI)
MALTA (MLT)
MARSHALL ISLANDS (MSH)
MAURITANIA (MTN)
MAURITIUS (MRI)
MEXICO (MEX)
MICRONESIA (FSM)
MOLDOVA (MDA)
MONACO (MON)
MONGOLIA (MGL)
MONTENEGRO (MNE)
MONTSERRAT (MNT)
MOROCCO (MAR)
MOZAMBIQUE (MOZ)

MYANMAR (MYA)
NAMIBIA (NAM)
NAURU (NRU)
NEPAL (NEP)
NETHERLANDS (NED)
NETHERLANDS ANTILLES (AHO)
NEW ZEALAND (NZL)
NICARAGUA (NCA)
NIGER (NIG)
NIGERIA (NGR)
NORFOLK ISLAND (NFI)
NORTHERN MARIANAS
ISLANDS (NMA, NMI*)
NORWAY (NOR)
*FROM 1 JAN 2008
OMAN (OMA)
PAKISTAN (PAK)
PALAU (PLW)
PALESTINE (PLE)
PANAMA (PAN)
PAPUA NEW GUINEA (PNG)
PARAGUAY (PAR)
PERU (PER)
PHILIPPINES (PHI)
POLAND (POL)
PORTUGAL (POR)
PUERTO RICO (PUR)
QATAR (QAT)
ROMANIA (ROM, ROU*)
RUSSIA (RUS)
RWANDA (RWA)
*FROM 1 JAN 2008
SAINT KITTS AND NEVIS (SKN)
SAINT LUCIA (LCA)
SAINT VINCENT (VIN)
EL SALVADOR (ESA)
SAMOA (SAM)
SAN MARINO (SMR)
SAO TOME E PRINCIPE
(Dem. Rep. Of) (STP)
SAUDI ARABIA (KSA)
SENEGAL (SEN)
SERBIA (SRB)
SEYCHELLES (SEY)
SIERRA LEONE (SLE)

SINGAPORE (SIN)
SLOVAK REPUBLIC (SVK)
SLOVENIA (SLO)
SOLOMON ISLANDS (SOL)
SOMALIA (SOM)
SOUTH AFRICA (RSA)
SPAIN (ESP)
SRI LANKA (SRI)
SUDAN (SUD)
SURINAM (SUR)
SWAZILAND (SWZ)
SWEDEN (SWE)
SWITZERLAND (SUI)
SYRIA (SYR)
CHINESE TAIPEI (TPE)
TAJIKISTAN (TJK)
TANZANIA (TAN)
THAILAND (THA)
TOGO (TOG)
TONGA (TGA)
TRINIDAD AND TOBAGO (TRI)
TUNISIA (TUN)
TURKEY (TUR)
TURKMENISTAN (TKM)
TURKS AND CAICOS ISLANDS
(TKS)
UGANDA (UGA)
UKRAINE (UKR)
UNITED ARAB EMIRATES (UAE)
UNITED STATES OF
AMERICA (USA)
URUGUAY (URU)
UZBEKISTAN (UZB)
VANUATU (VAN)
VENEZUELA (VEN)
VIETNAM (VIE)
US VIRGIN ISLANDS (ISV)
YEMEN (Republic of) (YEM)
ZAMBIA (ZAM)
ZIMBABWE (ZIM)

زملاء منظمات الإتحاد الدولي لألعاب القوى

الإتحاد الدولي للمارثونات وسباقات الطريق (AIMS)

Association of International Marathons and Distance Races (AIMS)

Contact / information: Hugh Jones, Secretary,

19 Kelly Street, London NW1 8PG, UK, Tel: +44 20 7209 3193, aimssec@aol.com

الإتحاد الدولي للأعبي المسافات (IAU)

International Association of Ultrarunners (IAU)

Contact / information: Dirk Strumane, President,

dirk.strumane@publilink.be

<http://www.iau.org.tw>

اللجنة الدولية للمعاقين (IPC)

IPC Athletics - International Paralympic Committee Contact / information: IPC

Athletics, Adenauerallee 212-214 53113

Bonn, Germany, Tel:+49-228-2097-200 Fax:+49-228-2097-209

athletics@paralympics.org

<http://www.paralympic.org>

ألعاب القوى العالمية للأساتذة (WMA)

World Masters Athletics (WMA) Contact / information:

info@world-masters-athletics.org

<http://www.world-masters-athletics.org>

الإتحاد العالمي للجري في الجبال (WMRA)

World Mountain Running Association (WMRA)

Contact / information: Danny Hughes, President, Hallsteads, Gosforth

Cumbria CA20 1BJ England, Tel./Fax: +44 1 9467 25 366,

dannyhughes@ukonline.co.uk

Bruno Gozzelino, Secretary, bgozzel@libero.it

<http://www.wmra.info>