

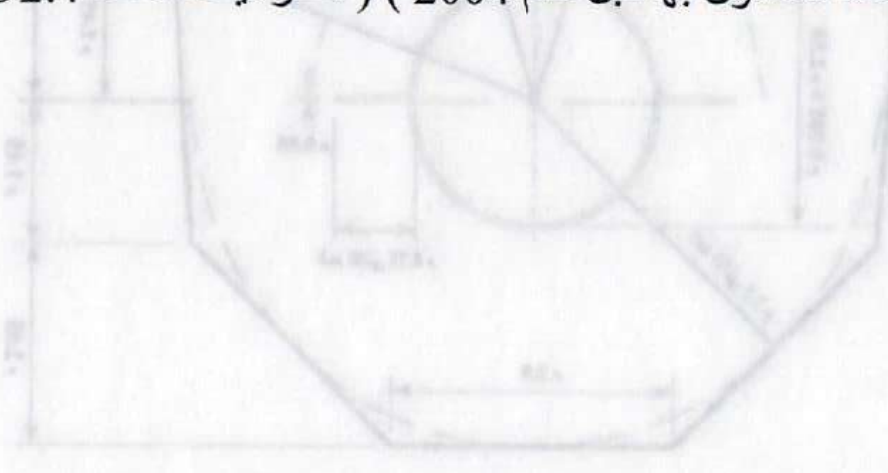
5. يمكن صناعة الشباك من حبال الألياف الطبيعية أو الصناعية المناسبة أو من أسلاك الصلب المرنة ، والحد الأقصى لاتساع فتحات الشبكة 50 مم للأسلاك المعدنية و 44 مم للحبال .

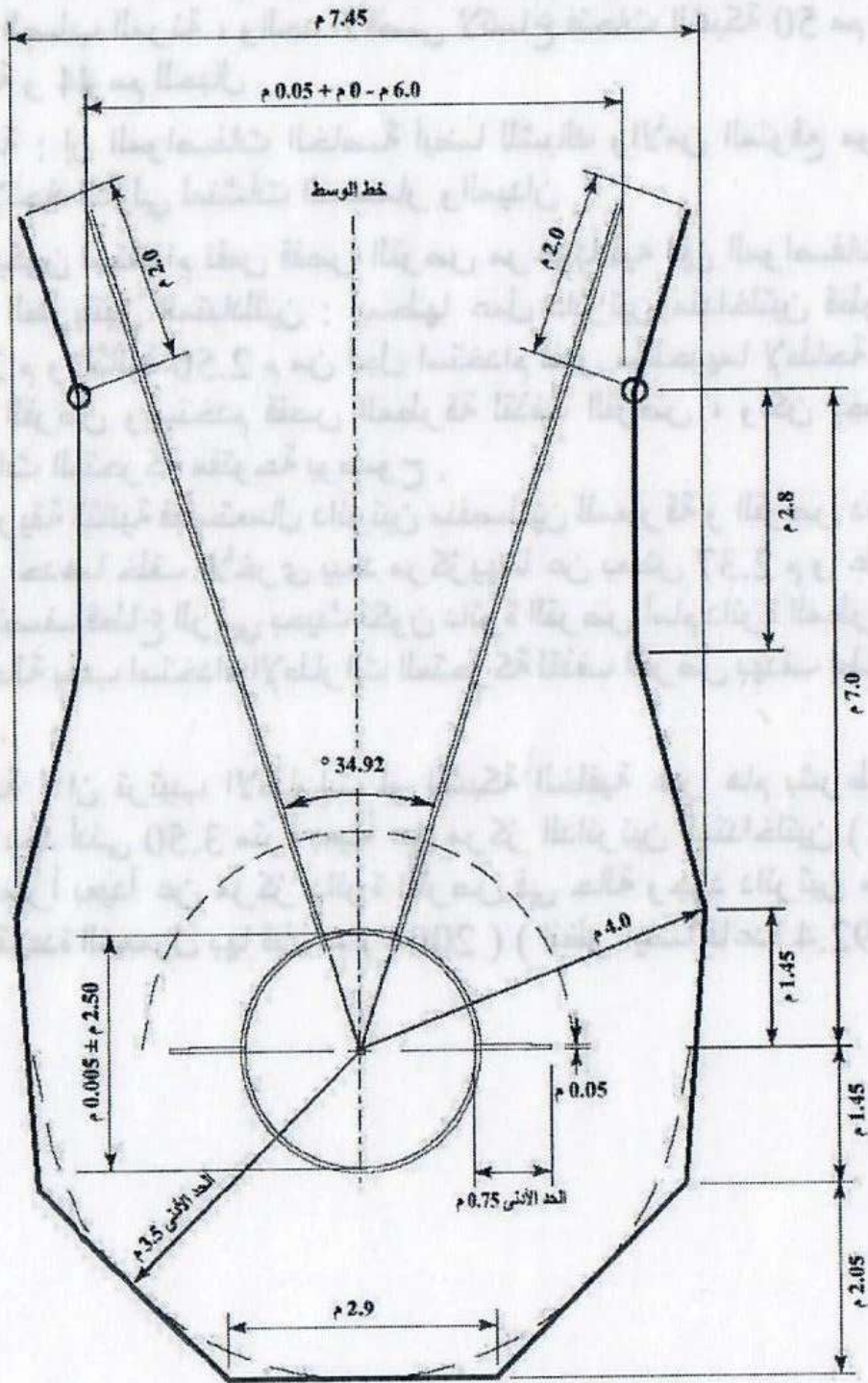
ملحوظة : إن المواصفات الخاصة أيضاً للشباك والأمن المتوقع موجود في دليل الإتحاد الدولي لمنشآت المضمار والميدان .

6. عندما يكون استخدام نفس قفص القرص مرغوباً 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 لإطاحة المطرقة وقذف القرص ويستخدم قفص المطرقة لقذف القرص ، ولكن يجب تثبيت الإطارات المتحركة مفتوحة بوضوح .

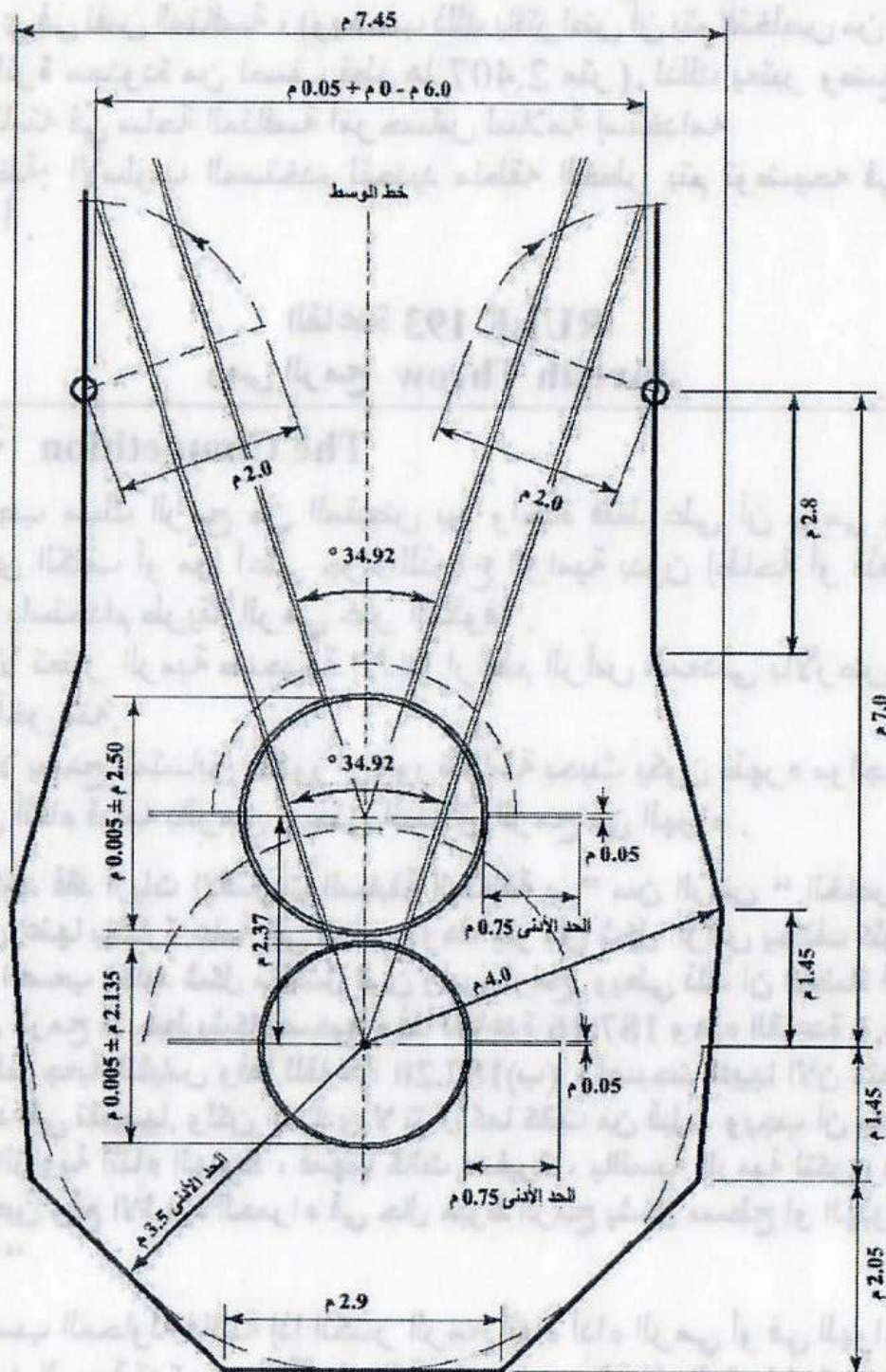
أما الطريقة الثانية فباستعمال دائرتين منفصلتين للمطرقة و القرص داخل نفس القفص أحدهما خلف الأخرى يبعد مركزيهما عن بعض 2.37 م و على امتداد خط منتصف قطاع الرمي بحيث تكون دائرة القرص أمام دائرة المطرقة . وفي هذه الحالة يجب استخدام الإطارات المتحركة لقذف القرص بهدف إطالة جانبي القفص.

ملحوظة : ان ترتيب الاطارات أو الشبكة الخلفية غير هام بشرط أن تبعد الشبكة بحد أدنى 3.50 متراً بعيداً عن مركز الدائرتين المتداخلتين (أو مسافة 3.00 متراً بعيداً عن مركز دائرة القرص في حالة وجود دائرتين منفصلتين طبقاً للقاعدة المعمول بها قبل عام 2004) (انظر أيضاً قاعدة 192.4) .





شكل 192 ب - قفص إطاحة المطرقة وقذف القرص بمركز واحد للدائرتين
(شكل قذف القرص مع أبعاد القفص إلى الشبكة)



شكل 192 ج - قفص إطاحة المطرقة وقذف القرص من دائرتين منفصلتين
(مع أبعاد القفص إلى الشبكة)

7. إن الحد الأقصى لخطورة مقطع إطاحة المطرقة من هذا القفص 53 ° درجة تقريباً ، لدى استخدامه بواسطة كلا من متسابقي الرمي باليد اليميني واليد اليسرى في نفس المنافسة ، (ويحسب ذلك بافتراض أن يتم التخلص من المطرقة من دائرة محدودة من نصف قطرها 2.407 متر). لذلك يعتبر وضع القفص واستقامته في ساحة المنافسة أمراً حساساً لسلامة استخدامه ملحوظة: الأسلوب المستخدم لتحديد منطقه الخطر يتم توضيحه في الشكل 192 أ .

القاعدة 193 RULE رمي الرمح Javelin Throw

المنافسة The Competition

1. (أ) يجب مسك الرمح من المقبض بيد واحدة فقط على أن يرمى من فوق مستوى الكتف أو من أعلى جزء للذراع الرامية بدون إطاحة أو قذف . ولا يسمح باستخدام طريقة الرمي غير المألوفة .
- (ب) لا تعتبر الرمية صحيحة إلا إذا ارتطم الرأس المعدني بالأرض قبل أي جزء آخر منه.
- (ج) لا يسمح للمتسابق بالدوران دورة كاملة بحيث يكون ظهره مواجهاً لقوس الرمي أثناء قيامه بالرمي و حتى انطلاق الرمح في الهواء .

وفي القواعد فقد أزيلت الإشارات السابقة المتعلقة بـ " سن الرأس " الخاص بالرمح واستعيض عنها بإشارة عامة إلى الرأس. وهذا يقر بأن شكل الرأس يختلف كثيراً ، مما يجعل من الصعب تحديد شكل منفصل لسن رأس الرمح. ويعني ذلك أن القضاة في تحديد ما إذا كان الرمح قد هبط بشكل صحيح وفقاً للقاعدة 187.16 وهذه القاعدة 193.1 (ب) والنقطة المرجعية للقياس وفقاً للقاعدة 187.20 (ب) ، أصبحت لديها الآن منطقة أكبر مما تساعد على تقييمها. ولكن المبادئ لا تزال كما كانت من قبل ، ويجب أن يكون هناك جزء من الزاوية أثناء الهبوط ، فمهما كانت صغيرة ، بالنسبة للرمية لتكون صحيحة. لا يزال يتعين رفع الإشارة الحمراء في حال هبوط الرمح بشكل مسطح أو الهبوط على " الذيل أولاً "

2. لا تحتسب المحاولة فاشلة إذا انكسر الرمح أثناء أداء الرمي أو في الهواء بشرط أن تكون الرمية قد تمت وفقاً لهذه القاعدة ، وفي حالة فقد المتسابق توازنه نتيجة لذلك و خالف أياً من نصوص هذه القاعدة فلا تسجل محاولة خاطئة ويمنح المتسابق محاولة جديدة .

الرمح The Javelin

3. يتكون الرمح من ثلاثة أجزاء (الجسم / الرأس / مقبض من الحبل)
4. يجوز أن يكون جسم الرمح صلباً ومجوفاً ، ويجب أن يكون جسم الرمح مصنوعاً بالكامل من المعدن أو مادة أخرى ملائمة متجانسة التكوين . لا يجب أن يكون سطح جسم الرمح به حبيبات أو حفر أو نتوءات أو بروزات أو خشونة وأن يكون تشطيبه أملساً (انظر القاعدة 188.4) وموحداً في جميع أجزاءه.
5. يثبت في نهايته رأس معدني ينتهي بسن مدبب. يجب أن تكون الرأس مصنوعة بالكامل من المعدن. وقد تحتوي على سن مقوى من خليط معدني آخر مثبت على النهاية الأمامية للرأس شريطة أن يكون الرأس بالكامل أملساً (انظر القاعدة 188.4) وموحداً في جميع أجزاء سطحه. ويجب ألا تتجاوز زاوية الرأس 40 درجة.

6. مقبض من الحبل ، و الذى ينبغي أن يغطي منطقة مركز الثقل ولا يجوز أن يزيد عن قطر الجسم بأكثر من 8 مم ويمكن أن يكون من سطح منتظم غير زلق بدون سيور أو أسنان أو شرائط من أي نوع وينبغي أن يكون بسمك متناسق .
7. يجب أن يكون مقطع جسم الرمح دائرياً منتظماً (انظر ملحوظة (i)) ويكون الحد الأقصى لجسم الرمح أمام القبضة مباشرة . حيث أن الجزء المركزي للجسم يتضمن الجزء الأسفل للقبضة ويمكن أن يكون اسطوانى أو يستدق بشكل طفيف باتجاه المؤخرة ولا يجوز في أي حال تقليل قطر الرمح. إلا أنه يجب ألا يزيد معدل النقص في قطر جسم الرمح في المنطقة التي تقع أمام القبضة مباشرة والمنطقة التي تقع خلف القبضة مباشرة عن 0.25 مم وأن يستدق الرمح بانتظام نحو الرأس في المقدمة والذيل في المؤخرة . كما يجب أن تكون الواجهة الطويلة من القبضة وحتى سن الرمح وذيله مستقيمة أو محدبة قليلاً (انظر ملحوظة (ii)) كما يجب ألا يكون هناك تغيير حاد في القطر فيما عدا المنطقة التي تلي الرأس مباشرة . وأمام وخلف القبضة وذلك على إمتداد طول الرمح . يجب ألا يزيد معدل النقص في قطر الرمح على 2.5 مم في نهاية رأس الرمح ويجب ألا يمتد هذا النقص من الواجهة الطولية خلف رأس الرمح أكثر من 0.3 م

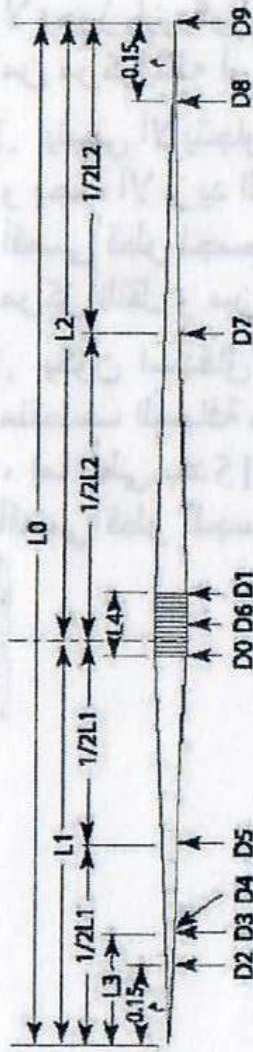
ملحوظة (i) : طالما يجب أن يكون مقطع جسم الرمح دائرياً ، فيسمح بـ 2 % كحد أقصى للفرق بين الحد الأدنى والأقصى في القطر عند أي مقطع من مقاطع جسم الرمح ، وأن القيمة المتوسطة لهذين القطرين - في أي مقطع معين من مقاطع جسم الرمح - يجب أن تتطابق مع مواصفات الرمح الدائري المذكورة في الجداول التالية .

ملحوظة (ii) : يمكن الكشف بسرعة وبسهولة على الواجهة الطولية للرمح باستخدام حافة معدنية مستقيمة طولها 500 مم على الأقل وبجهاز مقياس تحسسي Feeler gauges بسمك 0.20 مم و 1.25 مم . وبالنسبة للمقاطع المحدبة قليلاً من واجهة الرمح الطويلة ، فسوف تهتز الحافة المستقيمة حتى تكون في تلامس تام مع جزء صغير من الرمح. وبالنسبة للمقاطع المستقيمة من واجهة الرمح فإنه يتعذر إدخال جهاز المقياس التحسسي بسمك 0.20 مم بين الرمح والحافة المستقيمة في أي نقطة على طول منطقة التلامس إذا كانت الحافة المستقيمة في تلامس تام مع الرمح. ولا ينطبق ذلك على المنطقة التي تلي مباشرة الوصلة بين رأس وجسم الرمح . كما يتعذر إدخال جهاز المقياس التحسسي بسمك 1.25 عند تلك النقطة.

8. يجب أن يتطابق الرمح مع المواصفات التالية :

الحد الأدنى للوزن الكلي للاعتراف بالمنافسة ولا اعتماد الرقم (بما في ذلك القبضة)				
800 جم	700 جم	600 جم	500 جم	
الطول الكلي (L0):				
الحد الأدنى	2000 مم	2200 مم	2300 مم	2600 مم
الحد الأقصى	2100 مم	2300 مم	2400 مم	2700 مم
المسافة من سن الرأس المعدني حتى مركز ثقل الرمح (L1)				
الحد الأدنى	780 مم	800 مم	860 مم	900 مم
الحد الأقصى	880 مم	920 مم	1000 مم	1060 مم
المسافة من نهاية الرمح حتى مركز ثقل الرمح (L2) :				
الحد الأدنى	1120 مم	1280 مم	1300 مم	1540 مم
الحد الأقصى	1320 مم	1500 مم	1540 مم	1800 مم
طول رأس الرمح المعدني (L3) :				
الحد الأدنى	220 مم	250 مم	250 مم	250 مم
الحد الأقصى	270 مم	330 مم	330 مم	330 مم
اتساع القبضة (L4) :				
الحد الأدنى	135 مم	140 مم	150 مم	150 مم
الحد الأقصى	145 مم	150 مم	160 مم	160 مم
قطر جسم الرمح عند أسماك جزء له (أمام القبضة - D0) :				
الحد الأدنى	20 مم	20 مم	23 مم	25 مم
الحد الأقصى	24 مم	25 مم	28 مم	30 مم

9. لا يجوز أن يكون على الرمح أجزاء متحركة أو أجهزة أخرى يحتمل أن تغير من مركز ثقله أو خصائص رميته عند الرمي.
10. ينبغي ألا يتجاوز استدقاق الرمح نحو سن الرأس المعدني عن 40° درجة ، ويجب ألا يزيد القطر عند النقطة التي تبعد 0.15 م من السن على 80 % من أقصى قطر لجسم الرمح . ويجب ألا يزيد القطر عند منتصف المسافة ما بين مركز الثقل و سن الرأس المعدني على 90 % من أقصى قطر لجسم الرمح .
11. يكون استدقاق الجسم نحو الذيل عند المؤخرة بما لا يقل فيها القطر في منتصف المسافة ما بين مركز الثقل والذيل عن 90 % من أقصى قطر للجسم ، إما على بعد 0.15 م من الذيل فإن القطر لا ينبغي أن يقل عن 40 % من أقصى قطر للجسم ويجب ألا يقل قطر الجسم عند نهاية الذيل عن 3.5 مم.



أكبر حجم للطرف

شكل 193 - الرمح الدولي

الحد الأدنى	الحد الأقصى	القطر		المسافات	
		أمام القبضة	خلف القبضة	الإجمالي	من الطرف حتى مركز النقل
-	-	D0	D0	L0	
D0 - 0.25	D0	D1	D1	L1	
-	0.8 D0	D2	D2	1/2L1	
-	-	D3	D3	L2	
D3 - 2.5	-	D4	D4	1/2L2	
-	0.9 D0	D5	D5	L3	
-	D0 + 8	D6	D6	L4	
0.9 D0	-	D7	D7		
0.4 D0	-	D8	D8		
3.5 م	-	D9	D9		

ملحوظة: يجب أن يكون كل قياسات الأقطار 0.1 م على الأقل

فريق الإداريين Team of Officials

بالنسبة لمسابقة رمي الرمح ، فإنه يوصي بتوزيع الإداريين المتاحين على النحو التالي:
1. رئيس القضاة يشرف على المسابقة بأكملها .

2. قاضيان للتحقق ما إذا كان الدفع قد تم بشكل صحيح ويقومان بقياس المحاولة. ويجب تزويد أحدهما بعلمين :علم أبيض للإشارة إلى أن المحاولة صحيحة وآخر أحمر للإشارة إلى أن المحاولة فاشلة وعندما يتم قياس مسافة الدفع ، ينصح بأن يحمل القاضي الذي يقف في ممر الإقتراب علماً أحمر ، ويمكن وضع قمع في ممر الإقتراب بدلاً من ذلك عندما تعاد الأداة وتكون منطقة الهبوط خالية. (وفي بعض المنافسات ، يتولى هذا الموقع رئيس القضاة في المسابقة).
 - وفي الحالات التي لا يستخدم فيها القياس الإلكتروني للمسافات ، فينبغي للقاضي الثاني أن يسحب شريط القياس ويمسك به بطريقة بحيث يمر بنقطة 8 متر في ممر الإقتراب .
 3. قاضي أو إثنان يضع علامة بعد الرمي على الفور تشير إلى النقطة التي سيتم منها قياس المحاولة. وفي حال هبوط الأداة خارج مقطع الرمي فيجب على هذا القاضي أو القاضي الآخر المسؤول عن وضع المسمار / المنشور (أيهما أقرب إلى الخط) أن يشير إلى ذلك برفع يديه ممتدة خارجاً. ويلزم أيضاً استخدام إشارة مناسبة إذا ما قرر هؤلاء القضاة أن الأداة لم تهبط "بالرأس أولاً". ومن المفضل أن يكون هناك نوع من الإشارات غير العلامات المستخدمة لهذا الغرض . لا يتطلب اعطاء أى إشارة للمحاولة الصحيحة.
 4. قاضي يضع المسمار / المنشور في النقطة التي توضع فيها علامة تحديد نقطة الهبوط مع التأكد من أن الشريط علي علامة الصفر.
 5. قاضي أو أكثر أو مساعد مسؤول عن استرجاع الأدوات وإعادتها إلى منصة الأدوات أو وضعها في جهاز إعادة الأدوات ، وعند استخدام شريط القياس فيجب على أحد هؤلاء القضاة أو المساعدين أن يتأكدوا من أن شريط القياس مشدود للتأكد من صحة القياس .
 6. القاضي - مسجل النتائج في استمارة تسجيل النتائج ويقوم بالنداء على كل متسابق (والمتمسابق الذي يليه).
 7. القاضي المسؤول عن لوحة النتائج (المحاولة - العدد - النتيجة).
 8. القاضي المسؤول عن الساعة يشير إلى المتسابقين بأن لديهم وقتاً محدداً لأداء محاولتهم.
 9. القاض المسؤول عن المتسابقين.
 10. القاض المسؤول عن منصة الأدوات.
- ملوحظة (i): هذا هو التشكيل التقليدي للإداريين . وفي المنافسات الرئيسية ، حيث يتوفر نظام للبيانات ولوحات الكترونية للبيانات ، فإنه يلزم بالتأكيد وجود أشخاص متخصصين. وحتى تكون الأمور واضحة في هذه الحالات ، فإنه يتم متابعة تطور الأرقام والتسجيل لمسابقات الميدان بواسطة كل من المسجل ومسؤول نظام البيانات.
- ملوحظة (ii): يجب وضع الإداريين والأدوات بطريقة لا تعيق طريق المتسابق ولا تعيق أيضاً مجال رؤية المتفرجين .
- ملوحظة (iii): يجب حجز مساحة لجهاز كُم الرياح للإشارة إلى إتجاه الرياح وقوتها.

الباب الخامس - منافسات المسابقات المركبة
Section V – Combined Events Competitions

القاعدة 200
منافسات المسابقات المركبة
Combined Events Competitions

الأولاد تحت 18 سنة و رجال تحت 20 سنة و رجال كبار (مسابقات الخماسي و العشاري)

U18 Boys, U20 and Senior Men (Pentathlon and Decathlon)

1. يتكون الخماسي من 5 مسابقات والتي تعقد في يوم واحد بالترتيب التالي :
الوثب الطويل ، رمي الرمح ، 200 م ، قذف القرص و 1500 م .
2. يتكون العشاري للأولاد تحت 18 سنة وللرجال من 10 مسابقات والتي تعقد في يومين متتاليين بالترتيب التالي :
اليوم الأول: 100 م ، الوثب الطويل ، دفع الجلة ، الوثب العالي ، 400 م .
اليوم الثاني : 110 م حواجز ، قذف القرص ، القفز بالزانة ، رمي الرمح ، 1500 م .

سيدات تحت 20 سنة و سيدات كبار (مسابقات السباعي و العشاري)
U20 and Senior Women (Heptathlon and Decathlon)

3. يتكون السباعي من 7 مسابقات والتي 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 العشاري للسيدات من 10 مسابقات والتي تعقد في يومين متتاليين وفقاً للترتيب المذكور في القاعدة 200.2 بالترتيب التالي :
اليوم الأول: 100 م ، قذف القرص ، القفز بالزانة ، رمي الرمح ، 400 م .
اليوم الثاني: 100 م حواجز ، الوثب الطويل ، دفع الجلة ، الوثب العالي ، 1500 م .

بنات تحت 18 سنة (مسابقات السباعي فقط)

U18 Girls (Heptathlon only)

5. يتكون السباعي للبنات تحت 18 سنة من 7 مسابقات والتي تقام في يومين متتاليين بالترتيب التالي :

اليوم الأول : 100 م حواجز ، الوثب العالي ، دفع الجلة ، 200 م

اليوم الثاني : الوثب الطويل ، رمي الرمح ، 800 م

عام General

6. وفقاً لتقدير حكم المسابقات المركبة يجب وجود - كلما أمكن ذلك - فترة فاصلة لا تقل عن 30 دقيقة بين نهاية مسابقة وبداية المسابقة التالية لكل متسابق على حده . وإذا أمكن يجب ألا تقل الفترة الزمنية بين نهاية آخر مسابقة في اليوم الأول وبداية المسابقة الأولى في اليوم الثاني عن 10 ساعات .

إن فترة 30 دقيقة هي أقل فترة يمكن احتسابها لتكون فترة الراحة الفعلية ما بين آخر سباق أو محاولة لأي لاعب في المسابقة السابقة وما بين بداية السباق أو المحاولة الأولى في المسابقة التالية . ولذلك فمن الممكن وليس من غير المألوف أن يذهب المتسابقين مباشرة من ختام مسابقة ما إلى الاحماء للمسابقة التالية ، ولذا فإن فترة 30 دقيقة هي في الواقع التي اتخذت بهدف الانتقال من موقع ما إلى موقع آخر والاحماء. لا يسمح بالتغيير في عدد الأيام التي تجرى فيها المسابقة المركبة باستثناء حالات خاصة (مثل الأحوال الجوية الاستثنائية). وهذه القرارات هي أمور تخص المندوبين الفنيين و / أو الحكام في الظروف الخاصة بكل حالة. ومع ذلك، وإذا كان لأي سبب من الأسباب ، يتم إقامة المنافسة لفترة أطول مما ذكر في القواعد 200 أو 223 فلا يمكن التصديق على أية أرقام قياسية (مجموع عدد النقاط) .

7. في كل مسابقة منفصلة من المسابقات المركبة فيما عدا المسابقة الأخيرة يقوم المندوب (المندوبين) الفنيين أو حكم المسابقات المركبة بترتيب التصفيات والمجموعات - كما هو مطبق - بحيث يتم وضع المتسابقين أصحاب الأداء المشابه في كل مسابقة منفردة خلال الفترة المحددة سابقاً في نفس التصفية أو المجموعة . ويفضل أن تتكون المجموعة من خمس متسابقين أو أكثر ولكن ليس أقل من ثلاث متسابقين في كل تصفية من التصفيات أو مجموعة من المجموعات.

وحيثما لا يتم تحقيق ذلك بسبب الجدول الزمني للمسابقات فإن التصفيات أو المجموعات للمسابقة التالية يجب أن ترتب عندما يأتي المتسابقين من المسابقة السابقة.

في المسابقة الأخيرة من المسابقات المركبة ، يتم ترتيب التصنيفات بحيث تحتوي آخر واحدة على المتسابقين الأوائل بعد المسابقة قبل الأخيرة.
يجب أن يكون للمندوب الفني (للمندوبين الفنيين) أو لحكم المسابقات المركبة السلطة لإعادة ترتيب أي مجموعة، إذا تطلب الأمر ذلك من وجهة نظره
8. ستطبق القواعد لكل مسابقة في المنافسة مع الاستثناءات التالية:

(أ) في الوثب الطويل وكل مسابقات الرمي، يسمح لكل متسابق بثلاثة محاولات فقط.
(ب) في حالة عدم توافر التوقيت الكامل الآلية ، يتم أخذ زمن كل متسابق بواسطة 3 مقياتييين مستقلين.

(ج) في سباقات المضمار، يسمح فقط ببداية واحدة خاطئة لكل سباق دون استبعاد المتسابق (المتسابقين) المتسبب (المتسببين) في البداية الخاطئة. يقوم آذن البدء باستبعاد أي متسابق (متسابقين) متسبب (متسببين) في أي بدايات خاطئة بعد ذلك في السباق (انظر أيضاً القاعدة 162.8).

(د) في الوثبات العمودية، يجب أن تكون كل زيادة في ارتفاع العارضة موحدة طوال المنافسة: 3 سم في الوثب العالي و10 سم في القفز بالزانة.

9. يجب استخدام نظاماً واحداً فقط للتوقيت خلال كل سباق على حدة . ومع ذلك بالنسبة لتسجيل الأرقام فيجب اعتماد الأزمنة التي يتم الحصول عليها من نظام التوقيت الكامل الآلية لتصوير خط النهاية بغض النظر عما إذا كان مثل هذا التوقيت متاحاً لباقي المتسابقين في هذه المسابقة.

وهناك نظامان معترف بهما لتسجيل التوقيت لهذا الغرض ، تم ذكرهما في القاعدة 165.1 (أ) و (ب).

إذا كان على سبيل المثال هناك خلل في جهاز التوقيت الإلكتروني المستخدم لبعض التصنيفات ولكن ليس كلها فإنه سيكون من المستحيل المقارنة مباشرة بين النقاط المسجلة من خلال نظامين في نفس الوقت - أحدهما التوقيت اليدوي والآخر الإلكتروني.
و بموجب القاعدة 200.9 ، فإنه يجب استخدام نظاماً واحداً فقط للتوقيت خلال كل سباق على حدة في المسابقة ، وفي مثل هذه الحالة ، فإن جميع المتسابقين سيحدد نقاطهم استناداً إلى التوقيت اليدوي وذلك باستخدام جداول احتساب النقاط للتوقيت اليدوي .
وللتوضيح ، إذا سُجل التوقيت لجميع المتسابقين في سباقات أخرى بواسطة جهاز التوقيت الإلكتروني ، فيمكن استخدام جدول احتساب نقاط التوقيت الإلكتروني لهذه السباقات.

10. أي متسابق لم يحضر بداية إحدى المسابقات أو لم يؤدي محاولة من المحاولات الثلاث في أي مسابقة لا يسمح له بالمشاركة في المسابقات التالية ولكن يعتبر كأنه ترك المنافسة. وبناءً على ذلك ، لا يصنف في الترتيب النهائي.

وأي متسابق يقرر الانسحاب من منافسات المسابقات المركبة فعلى الفور عليه أن يبلغ حكم المسابقات المركبة بقراره.

11. يتم إعلان نتائج النقاط من كل مسابقة منفصلة وكذلك كمجموع تراكمي (المجموع الكلي للنقاط) لكل المتسابقين بعد كل مسابقة وذلك وفقاً لجدول احتساب النقاط الحالية الخاصة بالاتحاد الدولي لألعاب القوى. ويجب وضع المتسابقين في ترتيبهم ووفقاً لإجمالي مجموع النقاط التي حصلوا عليها.

يتم استخدام نفس جداول احتساب النقاط لكل مسابقة من المسابقات حتى بالنسبة للفئات العمرية الأصغر عمراً ، والتي تكون فيها مواصفات الحواجز وأدوات الرمي مختلفة عن تلك التي تستخدم في منافسات الكبار .

يمكن ايجاد النقاط الخاصة بكل مسابقة سواء كانت مسابقة مضمار أو مسابقة ميدان في الجدول الخاص بذلك . وفي العديد من المسابقات ، لا يتم ادراج كل الأزمنة أو المسافات المحتملة في الجدول وفي مثل هذه الحالات ، يتم احتساب نقاط الأداء الأقل والأقرب . علي سبيل المثال: بالنسبة لرمي الرمح للسيدات ، ليس هناك نقاط موضحة بالجدول خاصة بمسافة 45.82 متر. وأن المسافة الأقرب والأقل المدرجة في الجدول هي 45.78 والتي يُحتسب لها 779 نقطة.

العقد Ties

12. إذا حقق متسابقان إثنان أو أكثر نفس عدد النقاط لأي مركز في المنافسة فيجب تحديدها كعقدة .

الباب السادس – المنافسات داخل الصالات Indoor Competition

القاعدة 210 RULE

إمكانية تطبيق قواعد منافسات الملاعب خارج الصالات على منافسات داخل الصالات Applicability of Outdoor Rules to Indoor Competitions

مع الاستثناءات الموضحة في القواعد التالية في الباب السادس ومتطلبات قياس سرعة الرياح المنصوص عليها في القواعد 163 و 184 ، فإن قواعد الباب الأول حتى الباب الخامس والخاصة بالمنافسات خارج الصالات يمكن تطبيقها على المنافسات داخل الصالات .

القاعدة 211 RULE

الصالة المغطاة The Indoor Stadium

1. يجب أن يكون الإستاد مغطى بالكامل ومغلق ويجب توفير الإضاءة والتدفئة والتهوية بحيث توفر الظروف الملائمة للمنافسة.
2. يجب أن تشتمل ساحة المنافسة على مضمار ببيضاوي الشكل : مضمار مستقيم لسباقات العدو والحواجز ، وأن تضم كذلك طرق الإقتراب ومناطق الهبوط الخاصة بمسابقات الوثب . بالإضافة إلي ذلك ، توفر دائرة وقطاع الهبوط لدفع الجلة سواء بصورة دائمة أو مؤقتة . كما يجب أن تتطابق جميع التجهيزات مع دليل الإتحاد الدولي لألعاب القوى لمنشآت المضمار والميدان.
3. يجب أن تغطي كافة المضامير وطرق الإقتراب ، أو مناطق الإرتقاء بمادة صناعية . ويجب أن تتحمل المادة الصناعية مسامير أحذية جري المتسابقين بطول 6 مم . هذا ويمكن أن تقوم إدارة الاستاد بتوفير أرضيات ذات سمك آخر بديل ، والذي يتعين عليها إبلاغ المتسابقين بالطول المسموح به للمسامير (انظر القاعدة 143.4) .
4. منافسات المضمار والميدان داخل الصالات التي تقام وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) و (و) يجب أن تقام فقط على المنشآت التي تحمل شهادة اعتماد الإتحاد الدولي لمنشأة داخل الصالات . ويوصي بأنه عند توافر مثل تلك المنشآت

فيجب تنظيم المنافسات التي تقام وفقاً للقواعد 1.1 (د) ، (هـ) ، (ز) ، (ح) ، (ط) و (ي).

4. ينبغي أن يكون الأساس الذي يوضع عليه الأرضية الصناعية للمضمار (الترتان) وطريق الإقتراب ومنطقة الإرتقاء إما من مادة صلبة مثل الأسمنت أو في حالة البناء المؤقت (ألواح خشب أو ألواح من طبقات رقيقة من الخشب مثبتة على عارضة تدعيم) بدون أى أجزاء زنبركية وكلما أمكن من الناحية الفنية يجب أن يتسم أي طريق اقتراب بمرونة متماثلة في جميع نقاطه. على أن يتم فحص ذلك قبل كل منافسة بالنسبة لمنطقة الإرتقاء في الوثب.

ملحوظة (i) : الجزء الزنبركي عبارة عن جزء مصمم هندسياً بشكل معتمد أو جزء تم إنشائه بغرض إعطاء مساعدة إضافية للمتسابق.

ملحوظة (ii) : يحتوي دليل الإتحاد الدولي لألعاب القوى لمنشآت المضمار والميدان على تفاصيل أكثر دقة و المواصفات الخاصة بكيفية تخطيط وإنشاء الاستاد الداخلي بما في ذلك رسومات توضيحية لمقاييس المضمار وعلاماته . و هذا الدليل متوفر لدى مقر الإتحاد الدولي لألعاب القوى ، أو يمكن تحميله من الموقع الإلكتروني الخاص بالإتحاد الدولي لألعاب القوى.

ملحوظة (iii) : الإستمارات النموذجية الحالية والمطلوب استخدامها في طلب الإعتماد وتقرير القياسات وكذلك إجراءات نظام الإعتماد متوفرة لدى مكتب الإتحاد الدولي لألعاب القوى أو يمكن تحميلها من الموقع الإلكتروني الخاص بالإتحاد الدولي لألعاب القوى .

عدم وجود إضاءة مناسبة هي مشكلة شائعة في المنافسات داخل الصالات. ويجب أن يتوفر بالملاعب المغطاة نظام إضاءة يسمح للتنظيم الصحيح والعادل للمسابقات وإذا كان هناك تغطية تلفزيونية فمستوى الإضاءة قد يحتاج إلى أن يكون أعلى . وقد تتطلب منطقة (مناطق) خط النهاية إضاءة إضافية للتوقيت الكامل الآلية.

القاعدة 212 RULE

المضمار المستقيم The Straight Track

1. يجب ألا يزيد أقصى ميل جانبي للمضمار 1:100 (1%) إلا في وجود ظروف استثنائية تبرر منح الإتحاد الدولي لألعاب القوى للاستثناء وألا يزيد الميل في إتجاه الجري عند أى نقطة عن 1 : 250 (0.4%) وألا يزيد في الإجمالي عن 1 : 1000 (0.1%) .

الحارات Lanes

2. يجب أن يحتوي المضمار على 6 حارات كحد أدنى و 8 حارات كحد أقصى منفصلة ومحددة على كلا الجانبين بخطوط بيضاء بعرض 50 مم . ويجب أن تكون كل الحارات بعرض واحد بمقياس (1.22 م \pm 0.01 م) شاملة خط الحارة على اليمين .
ملحوظة: في جميع المضامير التي أنشأت قبل الأول من يناير 2004 قد يكون عرض الحارة 1.25 م بحد أقصى.

البداية والنهاية Start and Finish

3. يجب أن تكون هناك منطقة واسعة بطول 3 م على الأقل خلف خط البداية خالية من أي عوائق . وكذلك يجب وجود منطقة واسعة بطول 10 م على الأقل بعد خط النهاية خالية من أي عوائق مع توفير ظروف ملائمة لتوقف المتسابق دون تعرضه للإصابة .
ملحوظة : يوصى بشدة أن تكون المنطقة الواسعة بعد خط النهاية 15 م كحد أدنى.

القاعدة 213 RULE**المضمار البيضاوي و الحارات The Oval Track and Lanes**

1. يفضل أن يكون الطول الرسمي للمضمار 200 م . ويتكون من مسارين مستقيمين متوازيين ومنحنيين - و قد يكونا مائلين - ويتساوى نصف قطرها .
يتم تحديد الجزء الداخلي للمضمار إما بحافة مصنوعة من مادة مناسبة ويكون ارتفاعها وعرضها حوالي 50 مم أو بخط أبيض بعرض 50 مم. والحافة الخارجية لهذه الحافة التي تحدد الجزء الداخلي للمضمار أو الخط تشكل الحارة الأولى. ويجب أن تكون الحافة الداخلية لهذه الحافة التي تحدد الجزء الداخلي للمضمار أو الخط تكون أفقية بطول المضمار بانحدار 1:1000 (0.1 %) كحد أقصى. ويجوز استبدال الحافة الموجودة في المستقيمين ويحل محلها خط أبيض بعرض 50 مم.

الحارات Lanes

2. يجب أن يشمل المضمار على 4 حارات كحد أدنى و 6 حارات كحد أقصى. يتراوح عرض الحارات بين 0.90 م و 1.10 م بما في ذلك خط الحارة جهة اليمين. يجب أن تكون جميع الحارات بنفس العرض مع وجود تفاوت مسموح

به قدره $0.01 \pm$ م للعرض الذي تم اختياره. تفصل الحارات بخط أبيض عرضه 50 مم.

الميل Banking

3. يجب أن تكون زاوية الميل في كل الحارات في المنحنى - بشكل منفصل - وفي المستقيم متماثلة في أي قطاع عرضي للمضمار ويجوز أن يكون المستقيم مسطح أو لديه ميل جانبي بحد أقصى 1:100 (1%) في اتجاه الحارة الداخلية. ومن أجل تسهيل التغيير من الجري في الخط المستقيم إلى المنحنى المائل يجب أن يتم التغيير من خلال الانتقال بتدرج بسيط أفقياً والذي قد يمتد إلى الخط المستقيم. وبالإضافة إلى ذلك يجب أن يكون هناك انتقال عمودي.

تحديد الحافة الداخلية Marking of the Inside Edge

4. عندما تكون الحافة الداخلية للمضمار محددة بخط أبيض ، فيجب تحديدها أيضاً بأقماع أو أعلام عند المنحنيات و - بشكل اختياري - عند المستقيمت. بحيث تكون الأقماع بارتفاع 0.15 م على الأقل . ويجب أن يكون حجم الأعلام 0.25 م \times 0.20 م تقريباً وبارتفاع 0.45 م وتوضع بزاوية 60 درجة مع الأرض وبعيدة عن المضمار. ويجب وضع الأقماع أو الأعلام في المضمار بحيث تتوافق قاعدة القمع أو العلم مع حافة الخط الأبيض الأقرب للمضمار. ويجب أن توضع الأقماع أو الأعلام على مسافة لا تزيد عن 1.5 م في المنحنيات و 10 م في المستقيمت .

ملحوظة : يوصى بشدة استخدام الحافة الداخلية في جميع المنافسات التي تقام داخل الصالات والتي تخضع بشكل مباشر للاتحاد الدولي لألعاب القوى.

وقد يكون المضمار البيضاوي أطول من 200 متر ، غير أنه لن يتم التصديق على أي أرقام قياسية لسباق 200 متر أو السباقات الأطول. إن تطوير مضمار 200 متر هو أكثر فائدة من المضامير الأقصر مسافة. لتنظيم مسابقات ذات مستوى أعلى ، سيكون من المفيد ان يكون متوفر مضمار ذو 6 حارات. وينبغي أن يكون العرض المثالي لحارات المضمار البيضاوي 1 م.

ولا يجب وضع الأقماع على طول المنحنيات فقط ، ولكن على طول المضمار البيضاوي كله.

عند وضع العلامات أو أقماع فيجب أن يؤخذ في الاعتبار أن الخط الأبيض للحافة الداخلية من الحارة 1 لا ينتمي إلى العداء الذي يعدو في هذه الحارة. ويفضل ويوصى باستخدام الأقماع في المنافسات داخل الصالات .

القاعدة 214 البداية والنهاية فى المضمار البيضاوي Start and Finish on the Oval Track

1. المعلومات الفنية حول بناء وتحديد مضمار مغطى به ميل طوله 200 م موضحة بالتفصيل في دليل الإتحاد الدولي لألعاب القوى لمنشآت المضمار والميدان. حيث أن المبادئ الأساسية التي يجب اتباعها موضحة فيما يلي .

المتطلبات الأساسية Basic Requirements

2. يجب تحديد بداية ونهاية السباق بخطوط بيضاء بعرض 50 مم ، بزواوية قائمة مع خطوط الحارة في الأجزاء المستقيمة من المضمار وبطول خط نصف القطر فى الأجزاء المنحنية من المضمار.
3. المتطلبات الخاصة بخط النهاية هي - فكلما أمكن يجب أن يكون هناك خط نهاية واحد فقط لكافة الأطوال المختلفة للسباق - أن يكون فى الجزء المستقيم من المضمار ويقدر الإمكان أن يكون أكبر قدر من هذا الجزء المستقيم قبل النهاية .
4. يعتبر المتطلب الأساسي لجميع خطوط البدء المستقيمة أو المتدرجة أو المنحنية هي أن تكون المسافة واحدة لكل متسابق عندما يسلك المسار الأقصر المسموح به.
5. كلما كان ذلك ممكناً ، لا يجب أن تكون خطوط البدء (وكذلك خطوط مناطق التسليم والتسلم فى سباقات التتابع) فى الجزء الأكثر انحداراً للميل

إدارة السباقات Conduct of the Races

6. (أ) تقام السباقات حتى وشاملة 300 م فى حارات.
- (ب) السباقات الأكبر من 300 م وأقل من 800 م يجب أن تبدأ وتستمر فى حارات حتى خط الخروج المحدد عند نهاية المنحنى الثاني.
- (ج) بالنسبة للبدء فى سباقات 800 م، يمكن أن يحدد لكل متسابق حارة مستقلة أو يخصص لإثنين من المتسابقين حارة واحدة أو يجوز استخدام البدء فى مجموعة وفقاً للقاعدة 163.5(ب) ويفضل استخدام الحارات 1 و 4 . فى هذه الحالات ، يجوز أن يترك المتسابقين حاراتهم ، أو هؤلاء الذين يجروا فى المجموعة الخارجية قد ينضموا إلى المجموعة الداخلية ، بعد خط الخروج المحدد عند نهاية المنحنى الأول فقط ، أو فى حالة إجراء السباق مع وجود منحنيين فى الحارات ، يكون عند نهاية المنحنى الثاني .ويمكن استخدام خط بداية مائل .

(د) يجب أن يتم إقامة السباقات الأطول من 800 م بدون حارات باستخدام خط بدء على شكل قوس أو البدايات في مجموعات. في حالة استخدام البدء في مجموعة ، يجب أن يكون خط الخروج في نهاية المنحنى الأول أو الثاني.

يستبعد المتسابق في حالة عدم اتباع هذه القاعدة. يجب أن يكون خط الخروج مقوس وملحوظ بعد كل منحنى وعرضه 50 مم في كل الحارات باستثناء الحارة 1 ولمساعدة المتسابقين على تحديد خط الخروج، فيجب وضع أقماع صغيرة ، مناشير أو أي علامات مناسبة 50 مم × 50 مم وبارتفاع لا يزيد عن 0.15 م ويفضل أن تكون بلون مختلف عن لون خط الخروج وخطوط الحارات . ويجب أن توضع على خطوط الحارات مباشرة قبل تقاطع خطوط الحارات مع خط الخروج.

ملحوظة (i) : في المنافسات غير تلك التي تخضع للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) و (و) ، قد تتفق الفرق المشاركة على عدم استخدام حارات في سباق 800 م . ملحوظة (ii) : في المضامير الأقل من 6 حارات يمكن استخدام البدء في مجموعات 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 . ويجب تحديد موقعه بحيث يكون خط البدء المتدرج الأكثر تقدماً في الحارة الخارجية (في سباقات 400 م) في مكان بحيث لا تزيد زاوية الميل عن 12 درجة. ويجب أن يكون خط النهاية لكل السباقات في المضمار البيضاوي امتداداً لخط البدء في الحارة الأولى وبعرض المضمار مباشرة وبزاوية قائمة مع خطوط الحارات.

ويشار إلى الألوان المستخدمة في تحديد العلامات على المضمار في رسم تخطيط المضمار المدرج في دليل الإتحاد الدولي لمنشآت المضمار والميدان.

القاعدة 215 RULE**قرعة الحارات في مسابقات المضمار
Draws for Lanes in Track Events**

1. بالنسبة لجميع السباقات ، يتم الجري كاملاً أو جزئياً في الحارات حول المنحنى وعندما يكون هناك أدوار متتالية في السباق تجرى ثلاثة قرعات للحارات كالآتي :
- (أ) قرعة لأفضل متسابقين أو فريق في الترتيب لتحديد وضعهم في الحارتان الخارجيتان.
- (ب) وأخرى لأفضل متسابق أو فريق في الترتيب الثالث والرابع لتحديد وضعهم في الحارتان التاليتان
- (ج) وأخرى للمتسابقين الآخرين أو الفرق لتحديد وضعهم في أى حارات داخلية أخرى متبقية. ويتحدد التصنيف المشار إليه على النحو التالي :
- (د) لتصفيات الدور الأول من قائمة الأداء الصحيحة التي تحققت خلال الفترة المحددة سابقاً.
- (هـ) بعد الدور الأول ووفقاً للإجراءات الموضحة في القاعدة 166.3 (ب)(i) ، أو في حالة 800 م ، 166.3 (ب)(ii)
2. بالنسبة لجميع السباقات الأخرى ، فإن ترتيب الحارات يجب أن يتم بالقرعة ووفقاً للقواعد (166.4 و 166.5) .
- وفي الحالات التي يكون فيها للمضامير شكل مختلف من الحارات ، فبجب تعديل جداول احتساب النقاط المقرر استخدامها إما في اللوائح الفنية المحددة للمنافسة أو يقوم بذلك المندوب الفني (المندوبين الفنيين) أو المنظمين.

القاعدة 216 RULE**الملابس والأحذية وأرقام الصدر
Clothing, Shoes and Number Bibs**

- يجب ألا يزيد الجزء البارز من كل مسمار في النعل أو الكعب عن 6 مم (أو وفقاً لطلب المنظمين) . يخضع دائماً للحد الأقصى المسموح به في القاعدة 143.4 .

القاعدة 217 سباقات الحواجز Hurdle Races

1. يجب أن تقام سباقات الحواجز على مسافات 50م أو 60 م في المضمار المستقيم.
2. يكون تصميم الحواجز للسباقات كالتالي :

سيدات تحت 20 سنة / سيدات	بنات تحت 18 سنة	رجال	رجال تحت 20 سنة	أولاد تحت 18 سنة	
0.838م	0.762م	1.067م	0.991م	0.914م	ارتفاع الحاجز
60 / 50م					المسافة
5 / 4					عدد الحواجز
13.00م		13.72م			من خط البدء إلى أول حاجز
8.50م		9.14م			المسافة بين الحواجز
13.00م / 11.50م		9.72م / 8.86م			من آخر حاجز إلى خط النهاية

القاعدة 218 سباقات التتابع Relay Races

إدارة السباق Conduct of the Races

1. في سباق تتابع 4 × 200 م ، يجب أن تجرى كلا من المرحلة الأولى والمنحني الأول من المرحلة الثانية والتي تصل لأقرب حافة من خط الخروج كما هو مبين في القاعدة 214.6 في الحارات. وجميع مناطق التسليم والتسلم يجب أن تكون بطول 20 متر وينبغي على المتسابق الثاني والثالث والرابع البدء في الجري خلال تلك المنطقة .
2. يجب أن يدار سباق تتابع 4×400 م وفقاً للقاعدة 214.6(ب)
3. يجب أن يدار سباق تتابع 4×800 م وفقاً للقاعدة 214.6(ج)
4. يضع المتسابقين المنتظرين في المرحلة الثالثة والرابعة من السباق 4×200م ومتسابقو المرحلة الثانية والثالثة والرابعة في سبقي 4×400 م ، 4×800 م - بتوجيه من الإداري المسؤول - أنفسهم في أماكن إنتظارهم بنفس الترتيب (من داخل إلى خارج المضمار) حسب ترتيب متسابقى فرقتهم عند دخولهم آخر

منحني. وعندما يتجاوز المتسابقين القادمين هذه النقطة فيجب على المتسابقين الاحتفاظ بأماكن إنتظار زملائهم بنفس الترتيب عند بداية منطقة التسليم والتسلم. وكل متسابق أخل بهذه القاعدة فإن فريقه سوف يستبعد. ملحوظة : نظراً لضيق الحارات فإن سباقات التتابع داخل الصالات قد تكون عرضة لحدوث حالات التصادم والإعاقة غير المقصودة أكثر منها في سباقات التتابع خارج الصالات وعلى ذلك ، فيوصي - حينما يكون ذلك ممكناً - ترك حارة شاغرة ما بين كل فريق.

القاعدة 219 RULE الوثب العالي High Jump

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

1. إذا تم استخدام المراتب المتنقلة، يجب تفسير جميع الإشارات الواردة في القواعد الخاصة بتحديد مستوى منطقة الإرتقاء تبعاً لمستوى السطح العلوي للمرتبة.
2. يمكن للمتسابق أن يبدأ الإقتراب عند منطقة الميل في المضمار البيضاوي بحيث تكون الـ 15م الأخيرة من إقترابه داخل طريق الإقتراب طبقاً للقواعد 182.3 ، 182.4 و 182.5

القاعدة 220 RULE القفز بالزانة Pole Vault

طريق الاقتراب The Runway

- يمكن للمتسابق أن يبدأ الإقتراب عند منطقة الميل في المضمار البيضاوي بحيث تكون آخر 40 م من إقترابه داخل طريق الإقتراب طبقاً للقواعد 183.6 و 183.7.

القاعدة 221 RULE الوثبات الأفقية Horizontal Jumps

طريق الاقتراب The Runway

- يمكن للمتسابق أن يبدأ الإقتراب عند منطقة الميل في المضمار البيضاوي بحيث تكون آخر 40 م من إقترابه داخل طريق الإقتراب طبقاً للقواعد 184.1 و 184.2.

القاعدة 222 دفع الجلة Shot Put

قطاع هبوط الجلة Shot Landing Sector

1. يجب أن يحتوي قطاع هبوط الجلة على بعض المواد المناسبة والتي يمكن أن تترك فيها الجلة أثراً مع أقل قدر من الإرتداد .
2. للضرورة ولتوفير الأمان للمتفرجين والإداريين والمتسابقين يجب أن تحاط منطقة الهبوط في النهاية البعيدة وعند الجانبان بواسطة حاجز إيقاف أو شبكة حماية أو كلاهما بالقرب من الدائرة على النحو المطلوب، ويوصى بأن يكون الإرتفاع الأدنى للشبكة 4 م على أن تكون كافية لإيقاف الجلة سواء كانت في الهواء أو مرتدة من سطح أرضية منطقة الهبوط .
3. نظراً لضيق المساحة داخل ساحة المنافسة في الصالات المغطاة فربما لا تكون المنطقة المحاطة بجهاز الإيقاف كبيرة بما يكفي لتشمل مقطع الرمي كاملاً بزاوية 34.92 ° . ويجب أن تسرى الشروط التالية على أى قانون من هذا القبيل .
(أ) يجب أن يبعد حاجز الإيقاف عند نهايته البعيدة خلف الرقم العالمي الحالي لدفع الجلة للرجال والسيدات على الأقل بمقدار 0.50 م
(ب) خطوط القطاع في الجانبين يجب أن تكون متمائة عند خط المركز لمقطع الرمي بزاوية 34.92 ° .
(ج) يجوز أن تمر خطوط المقطع بشكل شعاعي من مركز دائرة دفع الجلة متضمنه زاوية قطاع كاملة بدرجة 34.92 ° أو أن تكون موازية لبعضها البعض على أن يكون خط وسط القطاع بدرجة 34.92 ° . في حالة توازي خطوط القطاع، يجب أن يكون الحد الأدنى للمسافة بين خطى القطاع 9 م.
ويوصى بتمديد حاجز الإيقاف / الشبكة الواقية على أي جانب من الجانبين باتجاه الدائرة بحيث تبدأ خلال 8 م منه وبالنسبة لطول هذه الامتدادات ، فيجب أن يكون طول الشبكة 5 م .

صناعة الجلة Construction of the Shot

4. طبقاً لنوعية منطقة الهبوط (انظر القاعدة 222.1) يجب أن تكون الجلة إما من المعدن الصلب ، أو مغلف بالمعدن أو من البلاستيك الناعم أو المطاط المملوء بحشو مناسب. ولا يسمح باستخدام كلا النوعين من الجمل في نفس المنافسة.

الجللة من معدن صلب أو ذات طبقة من المعدن

Solid Metal or Metal Cased Shot

5. يجب أن يتطابق ذلك مع القاعدة 188.4 و 188.5 للجللة في الملاعب المفتوحة .

الجللة ذات طبقة البلاستيك أو المطاط

Plastic or Rubber Cased Shot

6. يجب أن يكون للجللة غلاف من البلاستيك الناعم أو المطاط وذات حشو مناسب حتى لا تتسبب في إحداث أي أضرار عند الهبوط على أرضية الصالة الرياضية العادية . ويجب أن تكون كروية الشكل وملساء

معلومات للمصنعيين : لكي تصبح ملساء يجب أن لا يقل متوسط الإرتفاع عن (1.6 μ m ميكرومتر) ، مثلاً فرقم الخشونة N7 أو أقل.

7. ويجب أن تتطابق الجللة مع المواصفات التالية :

الحد الأدنى للوزن للاعتراف بالمنافسة ولإعتماد الرقم :					
7.260 كجم	6.000 كجم	5.000 كجم	4.000 كجم	3.000 كجم	
القطر :					
110 مم	105 مم	100 مم	95 مم	85 مم	الحد الأدنى
145 مم	140 مم	135 مم	130 مم	120 مم	الحد الأقصى

القاعدة 223 RULE

منافسات المسابقات المركبة

Combined Events Competitions

أولاد تحت 18 سنة ، رجال تحت 20 سنة ورجال كبار (خماسي)
U 18 Boys, U 20 and Senior Men (Pentathlon)

1. يتكون الخماسي من خمس مسابقات ، والتي تقام في يوم واحد وفقاً للترتيب التالي :

60 م حواجز ، الوثب الطويل ، دفع الجللة ، الوثب العالي ، 1000 م .

أولاد تحت 18 سنة ، رجال تحت 20 سنة ورجال كبار (سباعي) U 18 Boys, U 20 and Senior 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 .

بنات تحت 18 سنة ، سيدات تحت 20 سنة وسيدات كبار (خماسي) U18 Girls, U20 and Senior Women (Pentathlon)

3. يتكون الخماسي من خمسة مسابقات والتي تقام في 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 المتسابقين عن ثلاثة في كل تصفية أو مجموعة.

الباب السابع - سباقات المشي
SECTION VII - RACEWALKING EVENTS

القاعدة 230
سباق المشي Race Walking

المسافات Distances

1. يجب أن تكون المسافات القانونية: داخل الصالات : 3000 م ، 5000 م ؛ خارج الصالات: 5000 م ، 10000 م ، 20 كم ، 20000 م ، 50 كم ، 50000 م .

تعريف سباق المشي Definition of Race Walking

2. سباق المشي هو تقدم المتسابق بخطوات متصلة بالأرض بحيث لا يكون هناك فقد اتصال واضح (يرى بالعين المجردة) كما يجب أن تكون الرجل المتقدمة مستقيمة (عدم انثناء في الركبة) من لحظة الإتصال بالأرض حتى الوصول إلى الوضع الرأسي المستقيم .

التحكيم Judging

3. (أ) يجب على قضاة سباق المشي انتخاب رئيس لهم ، وذلك إذا لم يكن قد تم تعيين رئيس للقضاة من قبل .
- (ب) يجب على جميع قضاة المشي أن يعملوا بشكل فردي ، كما يجب أن يكون حكمهم مبني على الملاحظة بالعين المجردة .
- (ج) يجب أن يقوم بالتحكيم في سباقات المشي الدولية و التي تقام تحت إشراف الإتحاد الدولي لألعاب القوى وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) قضاة مشي دوليين ، وفي سباقات المشي التي تقام تحت إشراف الإتحاد الدولي لألعاب القوى وفقاً للقاعدة 1.1 (ب) ، (ج) ، (هـ) ، (و) ، (ز) ، (ي) يجب أن يكون قضاة المشي على مستوى المنطقة أو قضاة دوليين .
- (د) في سباق الطريق يكون الحد الأدنى للقضاه (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 القاعدة 1.1 (أ) لا يعين أكثر من قاضي واحد (ما عدا رئيس القضاة) المنتسب لأي اتحاد عضو فيمكنه التحكيم .
- ملوحة : انتساب كل قاض لاتحاد عضو هو الذي يرد على النحو الصحيح في

قوائم القضاة العاملين الحالية في المنطقة وفي قائمة قضاة سباق المشي الدوليين.

رئيس القضاة Chief Judge

4. (أ) في المنافسات التي تخضع للقواعد 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (د) ، (و) لرئيس القضاة السلطة في إستبعاد متسابق في آخر 100 م عندما يكون السباق منفرد في المضمار أو في الطريق ، وعندما يكون أسلوب تقدم المتسابق أو المتسابقة لا يتطابق مع القاعدة 230.1 بصرف النظر عن عدد البطاقات الحمراء التي قدمت لرئيس القضاة لهذا المتسابق ، المتسابق الذي تم استبعاده عن طريق رئيس القضاة تحت هذه الظروف يجب أن يسمح له بإنهاء السباق . سوف يتم إخطاره بهذا الاستبعاد من خلال رئيس القضاة أو مساعد رئيس القضاة عن طريق إظهار لوحة حمراء اللون في أقرب فرصة بعد انتهاء المتسابق للسباق . (ب) يجب على رئيس القضاة أن يعمل كإداري مشرف على المنافسة ، ويعمل كقاضى فقط في الحالات الخاصة طبقاً للقاعدة 230.4 (أ) وفي المنافسات طبقاً للقواعد 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) والمشار إليها يتم تعيين 2 أو أكثر من المساعدين لرئيس القضاة للمساعدة في تدوين الاستبعاد دون التدخل في تحكيم سباق المشي

(ج) في جميع المنافسات التي تقام وفق القواعد 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) وعندما يكون ممكناً بالنسبة لمنافسات أخرى فيجب تعيين الإداري (الإداريين) المسئول عن لوحة التسجيل ورئيس قضاة التسجيل .

اللوحة الصفراء Yellow paddle

5. عندما يكون القاضي غير راضي بشكل كامل عن امثال المتسابق الكلي للقاعدة 230.2 يجب على الحكم كلما كان ذلك ممكناً أن يظهر له لوحة صفراء عليها رمز المخالفة على كلا الجانبين لا يسمح بإعطاء المتسابق إنذار ثانى بواسطة نفس القاضى على نفس التجاوز. وبعد تحذير المتسابق فعلى القاضى أن يخطر رئيس القضاة عن قراره بعد المنافسة.

البطاقات الحمراء Red Cards

6. عندما يلاحظ القاضى أن هناك متسابق خالف ما جاء بالقاعدة 230.2 سابقة الذكر بإظهار عدم وضوح رؤية ملامسة الأرض أو بثنى ركبته أثناء أي جزء من المنافسة يقوم القاضى بإرسال بطاقة حمراء لرئيس القضاة.

الاستبعاد Disqualification

7. (أ) باستثناء ما هو منصوص عليه في القاعدة 230.7 (ج) ، يتم استبعاد المتسابق من السباق عند حصوله على ثلاث بطاقات حمراء من ثلاث قضاة مختلفين ، ويتم إخطار المتسابق بالاستبعاد عن طريق رئيس القضاة أو مساعد رئيس القضاة بلوحة حمراء . وفي حالة الاخفاق في إخطار المتسابق بالاستبعاد فإن ذلك لا يتسبب في إلغاء الإستبعاد.

(ب) في جميع المنافسات تحت القاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) أو (هـ) فلا يجب تحت أى ظروف أن يظهر الكارت الأحمر من قاضيين منتمين لنفس الإتحاد العضو لهم السلطة في الإستبعاد .

ملو حظة : انتساب كل قاض لاتحاد عضو هو الذي يرد علي النحو الصحيح في قوائم القضاة العاملين الحالية في المنطقة وفي قائمة قضاة سباق المشي الدوليين .

(ج) يجب استخدام منطقة العقاب Pit Lane لأي سباق متوفر به اللوائح المعمول بها في المنافسة ، ويمكن استخدامها في السباقات الأخرى التي تحددها الهيئة الإدارية ذات الصلة أو المنظمين. في مثل هذه الحالات، سيطلب من المتسابق الدخول إلى حارة العقاب Pit Lane ويبقى هناك لفترة زمنية واجبة التطبيق بمجرد حصوله على ثلاث بطاقات حمراء وإخطاره بذلك عن طريق رئيس القضاة أو أي شخص مفوض من قبله.

وتكون الفترة القابلة للتطبيق في حارة العقاب Pit Lane على النحو التالي:

الوقت	السباقات حتى وبما في ذلك
0.5 دقيقة	500 م / 5 كم
1 دقيقة	1000 م / 10 كم
2 دقيقة	2000 م / 20 كم
3 دقيقة	3000 م / 30 كم
4 دقيقة	4000 م / 40 كم
5 دقيقة	5000 م / 50 كم

يتم استبعاد المتسابق إذا حصل ، في أي وقت ، على بطاقة حمراء إضافية من قاضي مختلف عن الثلاث قضاة الذين سبق وأرسلوا بطاقات حمراء. إذا أخفق اللاعب في دخول حارة العقاب Pit Lane عندما يطلب منه ذلك ، أو أخفق في البقاء للفترة الزمنية واجبة التطبيق ، يجب أن يقوم رئيس القضاة باستبعاده. (د) في سباقات المضمار ، فالمتسابق الذي أستبعد من السباق عليه مغادرة المضمار فوراً وفي سباقات الطريق يجب أن يغادر المتسابق المستبعد الطريق

فوراً بعد أن يخلع أرقامه و يترك المسار . وأي متسابق يتم استبعاده ولم يغادر المضمار أو طريق السباق أو الإمتثال للتوجيهات بموجب القاعدة 230.7 (ج) للدخول والبقاء للفترة المطلوبة في حارة العقاب Pit Lane يكون عرضة للإجراءات التأديبية طبقاً للقواعد 125.5 و 145.2 .

(هـ) يجب وضع لوحة انذارات أو أكثر في المسار وبالقرب من النهاية بغرض إعلام المتسابقين عن عدد الكروت الحمراء التي قدمت لرئيس القضاة لكل متسابق. وشعار كل مخالفة يجب أن يتم توضيحه على لوحة الإنذارات .

(و) في جميع المنافسات طبقاً للقاعدة 1.1 (أ) يجب استخدام أجهزة الكمبيوتر ولها القدرة على الإرسال بواسطة القضاة لتوصيل الكروت الحمراء إلى المسجل ولوحة الإنذارات. في كل المسابقات الأخرى ، والتي لا يتم فيها استخدام هذا النظام ، فإن رئيس القضاة ، فورياً بعد نهاية السباق ، يجب أن يرسل تقرير للحكم عن جميع المتسابقين الذين تم استبعادهم تحت القواعد 230.4 (أ) ، 230.7 (أ) أو 230.7 (ج) ، عن طريق أرقام الصدر ، ووقت الاخطار والمخالفة ، سوف يحدث نفس الاجراء لكل المتسابقين الذين تلقوا بطاقات حمراء.

البداية The start

8. يبدأ السباق بطلقة مسدس . و يجب استخدام أوامر البدء المستخدمة في السباقات الأطول من 400 متر (القاعدة 162.2 (ب)) وفي السباقات التي تحتوي على عدد كبير من المتسابقين يجب إعلام المتسابقين قبل 5 دقائق، 3 دقائق ، ودقيقة واحدة من بداية السباق. عند الأمر ” خذ مكانك“ يجب على المتسابقين التجمع على خط البداية بالطريقة التي يحددها المنظمين . يجب علي أذن البدء التأكد من أنه لا يوجد أي متسابق يضع قدمه على الخط (أو أي جزء من جسمه) يلمس خط البداية أو الأرض أمام خط البداية ، وبعدها يجب عليه بدء السباق .

الأمان Safety

9. يجب على المنظمين لسباق المشي أن تضمن سلامة المتسابقين والمسؤولين. في المنافسات التي تجرى طبقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) يجب على المنظمين تأمين طريق السباق المستخدم في السباق وأن يكون مغلقاً في جميع الاتجاهات أمام حركة المرور (المركبات) .

محطات الشرب والمرطبات الاسفنجية والمنعشات في طريق السباق Drinking / Sponging and Refreshment Stations in Road Events

10. (أ) يجب توفير المياه وأي منعشات أخرى مناسبة في بداية ونهاية جميع السباقات .
- (ب) يجب تأمين الماء فقط و المرطبات الاسفنجية على مسافات مناسبة ، لكل السباقات بداية من 5 كم والأطول من ذلك وشاملة 10 كم ، إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.
- ملحوظة : يمكن تدبير محطات المنعشات إذا أعتبر ذلك مناسباً تحت ظروف تنظيمية و/ أو ظروف مناخية.
- (ج) يجب توفير محطات المنعشات في جميع السباقات الأطول من 10 كيلو متر خلال كل لفة بالإضافة إلى تقديم الماء/ والترطيب الاسفنجي فقط في منتصف المسافة بين محطات المنعشات تقريباً أو في أكثر من مكان إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك.
- (د) يجب أن توضع المنعشات التي تؤمن من قبل المنظمين أو المتسابقين في أماكن المحطات المخصصة للمتسابقين بحيث تكون في متناول أيديهم بسهولة ويسر أو يمكن وضعها عن طريق أفراد يتم تعيينهم يقومون بتسليمها في أيدي المتسابقين . ويتم إبقاء المنعشات التي يقدمها المتسابقون تحت إشراف المسؤولين الذين يعينهم المنظمون منذ اللحظة التي يقوم فيها المتسابقون أو ممثلوهم بتسليم المنعشات. وعلى هؤلاء المسؤولين ضمان عدم تغيير المنعشات أو العبث بها بأي شكل من الأشكال.
- (هـ) للأشخاص المرخص لهم بدخول مسار السباق يمكنهم إعطاء المنعشات للمتسابق إما من الخلف ، أو من أي وضع على بعد مسافة 1 متر من الجانب وليس من أمام طاولة المنعشات .
- (و) في السباقات التي تقام وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب)، (ج)، (و). يمكن وضع إداريين اثنين بحد أقصى من كل اتحاد عضو على أن يتواجدا خلف منضدة محطة المنعشات معاً في أي وقت ، غير مسموح لأي إداري أو شخص مصرح له - تحت أي ظرف من ظروف - التحرك بجوار المتسابق أثناء تناوله المنعشات أو المياه.
- ملحوظة : في المسابقة التي قد يشارك فيها اتحاد عضو بأكثر من ثلاثة متسابقين، قد تسمح اللوائح الفنية بوجود إداريين إضافيين عند منضدة المنعشات.

(ز) يجوز للمتسابق، في أي وقت ، حمل الماء أو المنعشات باليد أو تعليقها بجسمه بشرط أن يتم حملها منذ البداية أو تناولها أو استلامها في محطة رسمية. (ح) المتسابق الذي يتناول أو يستلم منعشات أو مياه من مكان آخر غير محطة المنعشات الرسمية - فيما عدا إذا تم تناولها لأسباب طبية من الإداريين في السباق أو تحت إشرافهم - أو يأخذ المنعشات من متسابق آخر ، يجب على الحكم تحذيره - في حالة قيامه بهذه المخالفة لأول مرة - وعادة ما يتم ذلك من خلال إظهار البطاقة الصفراء. و بالنسبة للمخالفة الثانية ، يقوم الحكم باستبعاد المتسابق ، وعادة ما يكون الإستبعاد من خلال إظهار البطاقة الحمراء. ويجب على المتسابق مغادرة طريق السباق على الفور .

ملوحة : يجوز للمتسابق الحصول على أو تمرير المنعشات الرياضية الأخرى أو الماء أو الإسفنج ، بشرط أن تكون قد حملت من البداية أو جمعت أو استلمت في محطة رسمية. غير أن أي دعم مستمر من متسابق لمتسابق آخر أو أكثر بهذه الطريقة يمكن اعتباره مساعدة غير عادلة ويمكن تطبيق الإنذار و/أو الإستبعاد علي النحو المبين أعلاه.

وعموماً في الحالات التي يكون فيها الأمر منطقياً ووفقاً للممارسة ، فهناك اتساق مع الأحكام الواردة في القواعد 230 و 240 و 250 المتعلقة بالمسابقات خارج الصالات . ويجدر الإشارة إلى أن القاعدة 230.10(هـ) أعلاه مختلفة عن عمد عن القاعدة 240.8(هـ) حيث أنه في سباقات المشي لا يسمح للمسؤولين عن الفريق بالحضور أمام المنضدات.

طريق السباق Road courses

11. (أ) يجب ألا يقل طول دورة طريق السباق عن 1كم ولا تزيد عن 2 كم ، في السباقات التي تبدأ أو تنتهي في الاستاد فيجب أن يكون طريق السباق أقرب ما يمكن إلى الاستاد.
- (ب) يجب أن يتم قياس طريق السباق بما يتوافق مع القاعدة 240.3 .

إدارة السباق Race conduct

12. يمكن للمتسابق أن يترك طريق السباق المحدد على ألا يكون هذا الخروج سبباً في تقصير المسافة المطلوب قطعها وذلك بموافقة الحكم وتحت إشرافه .
13. إذا اقتنع الحكم بناءً على تقرير القاضى أو المراقب بأن المتسابق قد ترك المسار الموضح للسباق بغرض تقصير مسافة السباق فيجب استبعاده.

الباب الثامن - سباقات الطريق
SECTION VIII - ROAD RACES

القاعدة 240
Road Races سباقات الطريق

المسافات Distances

1. تشمل المسافات القانونية للرجال و السيدات على : 5 كم ، 10 كم ، 15 كم ، 20 كم ، نصف ماراتون ، 25 كم ، 30 كم، ماراتون (42.195 كم) ، 100 كم و تتابع الطريق .

ملحوظة : يوصي أن تكون مسافة سباق تتابع الطريق أطول من مسافة الماراتون ، ويفضل أن تكون دورة سباق تتابع الطريق أطول من 5 كم و تكون مراحل السباق على النحو التالي 5 كم ثم 10 كم ثم 5 كم ثم 10 كم ثم 5 كم ثم 7.195 كم . أما بالنسبة لمسافة سباق تتابع الطريق تحت 20 سنة تكون مساوية لمسافة النصف ماراتون و تكون مراحل السباق على النحو التالي 5 كم ثم 5 كم ثم 5 كم ثم 6.098 كم على الترتيب.

المسار The Course

2. يجب أن يكون الجري في سباقات الطريق على طرق ممهدة وعندما يكون مسار الطريق غير مناسب لإقامة السباق ، فيمكن أن يقام السباق على طرق الدراجات أو المشاة قرب الطريق . ولكن يجب ألا يقام السباق على أرض رخوة ذات عشب كثيف أو ما شابه ذلك . ويمكن أن يكون البدء والنهاية من داخل ساحة المنافسات .

ملحوظة (i): يوصي في سباقات الطريق التي تقام لمسافة أكبر من المسافات القانونية أن لا تزيد المسافة بين نقطتي البدء والنهاية والمقاسه على طول خط مستقيم عن 50 % من مسافة السباق . انظر القاعدة 260.21(ب)
ملحوظة (ii) : إنه من المقبول إقامة بداية السباق و نهايته و أي جزء من أجزاء السباق على أرض عشبية أو غيرها من الأسطح غير الممهدة ويجب أن تبقى هذه الأجزاء إلى أدنى حد ممكن.

3. يقاس طريق السباق من أقصر خط يستطيع المتسابق أن يسلكه داخل قطاع الطريق المصرح باستخدامه في السباق. في جميع المنافسات التي تنظم بموجب القواعد 1.1 (أ) ، وإذا أمكن (ب)، (ج)، (و) يجب أن يكون خط القياس على

امتداد طول طريق السباق بلون مميز عن العلامات الأخرى حتى لا يحدث خطأ.

ويجب ألا يقل طول طريق السباق عن المسافة الرسمية المحددة للمسابقة وفي المنافسات التي تنظم بموجب القواعد 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) ، يجب ألا تتجاوز نسبة عدم التأكد من القياس عن 0.1 % (أي 42 م للماراثون) ويجب أن يتم اعتماد طول مسافة السباق من مساح رسمي ومعتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى .

ملحوظة (i) : يجب أن يتم القياس باستخدام طريقة المعايرة بعجلة قياس معتمدة .
ملحوظة (ii) : لتجنب حدوث خطأ في إعادة 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 في 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 في يوم السباق ، يجب أن يتم تحديد موقعها في موعد لا يتجاوز توقيت إجراء عملية القياس كما أنه يجب أن يتضمن ذلك تقرير المساح.

ملحوظة (iv) : يوصي بالنسبة لسباقات الطريق التي تنظم وفقاً للمسافات القانونية ألا يتجاوز الانخفاض العام في الارتفاع بين البداية والنهاية عن 1: 1000 أي متر لكل كيلومتر (0.1 %) للحصول على اعتماد الأرقام ، انظر القاعدة 260.21 (ج)

ملحوظة (v) : شهادة قياس طريق السباق معتمدة لمدة خمس سنوات ، وبعد ذلك يجب إعادة قياس طريق السباق حتى إذا لم يكن هناك أي تغيير ملحوظ.

4. يجب أن توضع علامات لتحديد المسافة بالكيلومتر على طول الطريق لجميع المتسابقين .

5. في سباق تتابع الطريق ، يجب أن يرسم بعرض الطريق خط بعرض 50 مم لتحديد المسافات لكل مرحلة من مراحل سباق تتابع الطريق مع إظهار خط البدء ، ولتحديد منطقة التسليم والتسلم يجب أن يرسم خط على بعد 10 متر قبل خط البدء يرسم خط آخر على بعد 10 متر بعد خط البدء - ما لم يتم تحديد خلاف ذلك من المنظمين - وتتضمن هذه المنطقة الاتصال الجسدي بين العداء المسلم والعداء المستلم ، بحيث تتم جميع إجراءات عملية التسليم والتسلم خلال هذه المنطقة.

البداية The Start

6. يبدأ السباق بطلقة مسدس ، مدفع ، بوق هوائي ، أو أي جهاز مشابه ، ويجب استخدام الأوامر في القاعدة (162.2 (ب)) في السباقات الأطول من 400 متر وفي السباق الذي يحتوي على عدد كبير من المتسابقين يجب تحذير المتسابقين قبل خمس دقائق ، 3 دقائق ، دقيقة واحدة قبل بداية السباق. عند الأمر ” خذ مكانك “ ، يجتمع المتسابقين على خط البدء على النحو الذي يحدده المنظمين. على أذن البدء التأكد من عدم لمس قدم أي متسابق لخط البداية (أو أي جزء من جسمه) أو الأرض أمام خط البداية ثم يبدأ السباق.

أما بالنسبة لمسابقات المسافات المتوسطة والطويلة فإنه يتم التأكيد على أنه بالنسبة للمسابقات التي تقام خارج الاستاد فينبغي على أذني البدء والحكام تجنب الحماس الزائد في تطبيق قواعد البدء الخاطئ . إن إعادة البدء في سباقات الطرق وغيرها من المسابقات الخارجية يمكن أن يكون صعباً ، وفي مجالات أوسع فإنه غير عملياً . و على أي حال غير أنه في حالة وجود خرق واضح ومقصود ، فينبغي ألا يتردد الحكم في النظر في اتخاذ الإجراء المناسب فيما يتعلق بالفرد سواء أثناء السباق أو بعده. ولكن في المسابقات الكبرى ، وعندما تتعطل آلية البدء وأنه من الواضح أو المحتمل أن نظام التوقيت قد لا يكون قد بدأ في إعادة البدء للسباق عندما يكون ذلك عملياً أفضل خيار.

السلامة Safety

7. يجب على المنظمين لسباقات الطرق تأمين سلامة الطريق والعاملين ، وفي المسابقات التي تتم وفقاً للقاعدة 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) يجب على المنظمين تأمين الطريق بحيث يكون مغلقاً أمام المرور والمركبات و في جميع الاتجاهات .

محطات الشرب و المرطبات الإسفنجية و المنعشات

Drinking / sponging and refreshment stations

8. (أ) يجب توفير الماء والمنعشات الأخرى المناسبة عند بداية ونهاية جميع السباقات .

(ب) في جميع السباقات ، يجب توفير المياه على مسافات مناسبة كل 5 كم تقريباً . و بالنسبة للمسابقات الأطول من 10 كم ، يمكن توفير منعشات أخرى بخلاف المياه في هذه المراحل.

ملحوظة (i) : عندما تقتضي الظروف ، مع الأخذ في الاعتبار طبيعة المسابقة، وحالة الجو وحالة اللياقة البدنية لغالبية المتنافسين ، فقد يتم وضع المياه و / أو

المنعشات على مسافات أكثر انتظاماً على طول الطريق.
ملحوظة (ii) : يمكن تدبير محطات المنعشات إذا أُعتبر ذلك مناسباً تحت ظروف مناخية و/ أو تنظيمية محددة.

(ج) ويمكن أن تتضمن المنعشات على المشروبات ، ومكملات الطاقة والمواد الغذائية أو أي عنصر آخر غير الماء. ستقوم المنظمين بتحديد أي المنعشات سيتم توفيرها بناءً على الظروف السائدة.

(د) عادة ما يقوم المنظمين بتوفير المنعشات ولكن قد يسمح للمتسابقين بتوفير منعشاتهم الخاصة ، وفي هذه الحالة يجب أن يحدد المتسابق في أي المحطات سيتم توفيرها له . تحفظ المنعشات المقدمة من المتسابقين تحت إشراف الإداريين المعيّنين من قبل المنظمين من لحظة تقديم المنعشات من قبل المتسابقين أو ممثليهم. يتأكد الإداريين من عدم تغيير المنعشات أو العبث بها بأي شكل من الأشكال.

(هـ) يقوم المنظمين بتحديد المنطقة التي يمكن فيها تلقي المنعشات أو جمعها ، وذلك من خلال حواجز أو جداول أو علامات على الأرض . ولا يجب أن تكون بشكل مباشر على خط مسار السباق . توضع المنعشات بحيث تكون في متناول أيديهم بسهولة ويسر أو عن طريق تعيين أفراد يقومون بتسليمها في أيدي المتسابقين. يظل هؤلاء الأشخاص داخل المنطقة المحددة ولا يسمح بدخولهم مسار السباق أو إعاقة أي متسابق . لا يسمح تحت أي ظرف من الظروف لأي إداري أو شخص مصرح له بالتحرك بجانب المتسابق عند تناوله المنعشات أو المياه .

(و) في المسابقات التي تقام وفقاً للقواعد 1.1 (أ) ، (ب) ، (ج) ، (و) ، يسمح بتواجد إداريين إثنين من كل اتحاد عضو كحد أقصى خلف المنطقة المحددة لبلدهم في أي وقت من الأوقات .

ملحوظة : في المسابقة التي قد يشارك فيها اتحاد عضو بأكثر من ثلاثة متسابقين، قد تسمح اللوائح الفنية بوجود إداريين إضافيين عند منضدة المنعشات.

(ز) يجوز للمتسابق ، في أي وقت ، حمل الماء أو المنعشات باليد أو تعليقها بجسمه بشرط أن يتم حملها منذ البداية أو تناولها أو استلامها في محطة رسمية.

(ح) المتسابق الذي يتناول أو يستلم منعشات أو مياه من مكان آخر غير محطة المنعشات الرسمية - فيما عدا إذا تم تناولها لأسباب طبية من الإداريين في السباق أو تحت إشرافهم - أو يأخذ المنعشات من متسابق آخر ، يجب على الحكم تحذيره وعادة ما يتم ذلك من خلال إظهار البطاقة الصفراء. وبالنسبة

للمخالفة الثانية ، يقوم الحكم باستبعاد المتسابق ، وعادة ما يكون الاستبعاد من خلال إظهار البطاقة الحمراء. ويجب على المتسابق مغادرة طريق السباق على الفور.

ملوحظة : يجوز للمتسابق الحصول على أو تمرير المنعشات الرياضية الأخرى أو الماء أو الإسفنج ، بشرط أن تكون قد حملت من البداية أو جمعت أو استلمت في محطة رسمية. غير أن أي دعم مستمر من متسابق لمتسابق آخر أو أكثر بهذه الطريقة يمكن اعتباره مساعدة غير عادلة ويمكن تطبيق الإنذار و/ أو الإستبعاد على النحو المبين أعلاه.

إدارة السباق Race Conduct

9. يمكن للمتسابق أن يترك طريق السباق المحدد بتصريح أو تحت إشراف الإداري المسئول بشرط ألا يؤدي خروجه إلى تقصير المسافة التي يجب أن يقطعها خلال السباق.

10. إذا اقتنع الحكم بالتقرير المقدم من القاضى أو المراقب بأن المتسابق ترك المسار بغرض تقصير المسافة سوف يستبعد.

11. ينبغي وضع الحكام المراقبين على فترات منتظمة وعند كل نقطة رئيسية. بينما يجب أن يتحرك الحكام الآخرون على طول الطريق خلال السباق.

ومن المسلم به إنه وفقاً للممارسة المتعلقة بالإنذار الأول عند تطبيق الجوانب ذات الصلة من القاعدة 240 والقاعدة 144.2 والقاعدة 144.3 القابلة للتطبيق ستخلق صعوبات في التنفيذ ولكن حيثما تسنح الفرصة ، فينبغي للحكم أن يفعل ذلك . ويقترح أن أحد الخيارات قد يتمثل في تعيين الحكام في محطات السباق كمساعدين للحكام وأن يكونوا على اتصال بالحكم وبعضهم البعض لضمان التنسيق الفعال للتحذيرات والإستبعادات. ولكن ما زالت هناك إمكانية ، وفقاً للملاحظة الواردة في القاعدة 144.2 ، بأنه في بعض الظروف ، يجوز استبعاد المتسابق بدون إنذار .

وعندما لا يستخدم نظام تسجيل التوقيت بأجهزة توقيت الترانسبوندر ، أو حيثما يكون من المرغوب فيه وجود نظام تسجيل احتياطي إضافي ، فيوصي باستخدام نظام القمع مثل تلك الموصوفة لسباقات إختراق الضاحية في التعليق على القاعدة 250.

الباب التاسع - سباقات اختراق الضاحية و سباقات الجبل و سباقات الجري في الطبيعة

SECTION IX - Cross-Country, and Mountain and Trail Races

هناك اختلاف كبير للظروف التي تتعرض لها سباقات جري اختراق الضاحية وجري الجبل والجري في الطبيعة في العالم ومن الصعب وضع معايير دولية لهذه السباقات . ويجب تقبل أن الفرق بين السباقات الناجحة وغير الناجحة يرجع إلى المواصفات الطبيعية لمكان السباق وقدرات مصمم طريق السباق. أما القواعد التالية فهي كدليل وحافز لمساعدة الأعضاء على تنمية سباق جري اختراق الضاحية وجري الجبل والجري في الطبيعة .

القاعدة 250 سباقات اختراق الضاحية Cross-Country Races

المسافات Distances

1. يجب أن تكون المسافات في بطولة العالم لإختراق الضاحية التي ينظمها الإتحاد الدولي لألعاب القوى تقريبا :
الرجال 10 كم سيدات 10 كم
رجال تحت 20 سنة 8 كم سيدات تحت 20 سنة 6 كم
وينبغي أن تكون المسافات الموصى بها لمسابقات تحت 18 سنة تقريبا :
اولاد تحت 18 سنة 6 كم بنات تحت 18 سنة 4 كم
يوصى باستخدام مسافات مماثلة للبطولات الدولية والمحلية الأخرى.

طريق السباق Course

2. (أ) يجب أن يصمم مسار السباق في أماكن مفتوحة أو منطقة غابات مغطاة بالنبجيلة بقدر الإمكان مع وجود عوائق طبيعية يمكن استخدامها بواسطة مصمم مسار السباق لبناء مسار سباق شيق ومليء بالتحديات.
(ب) يجب أن تكون المنطقة واسعة بالقدر الكافي وذلك لإستيعاب ليس فقط طريق السباق ولكن جميع المرافق الضرورية.

3. في البطولات والمسابقات الدولية وحينما أمكن في المنافسات الأخرى يجب مراعاة ما يلي:

(أ) يجب أن تصمم حلقة طريق السباق بحيث تكون قياسات الحلقة ما بين 1500 م و 2000 م. ويمكن إذا لزم الأمر إضافة حلقة صغيرة من أجل ضبط المسافة مع المسافة الكلية المطلوبة في مختلف السباقات، في هذه الحالة يجب أن يتم جرى اللفة الصغيرة في المراحل الأولى من المسابقة. ويوصى بأن تكون الزيادة الكلية لكل لفة طويلة على الأقل 10 أمتار.

(ب) يجب استخدام العوائق الطبيعية الموجودة إن أمكن. كما يجب تجنب العوائق شديدة الارتفاع والحفر العميقة والمرتفعات والمنحدرات الخطيرة والعشب الكثيف أي بشكل عام أي عائق يشكل صعوبة أمام هدف المسابقة. ويفضل عدم استخدام العوائق الصناعية ولكن إذا كان لا سبيل إلى تجنب استخدامها فيجب تشكيلها لتمثال العوائق الطبيعية الموجودة في الأماكن المفتوحة. وفي السباقات التي يوجد بها أعداد كبيرة من المتسابقين يجب تجنب وجود ممرات ضيقة أو أي عوائق أخرى التي قد تعيق المتسابقين في جري الـ 1500 متر الأولى .

(ج) يجب تجنب عبور تقاطع الطرق أو أي طرق مرصوفة أو تكون في الحد الأدنى على الأقل إذا وجدت . وعندما لا توجد إمكانية لتجنب هذه الظروف في منطقة أو منطقتين من طريق السباق يجب أن يكون الطريق مغطى بالنجيلة أو التراب أو مرتبة.

(د) بعيداً عن مناطق بداية ونهاية السباق، يجب ألا يحتوي طريق السباق على أي مسافة مستقيمة طويلة. إن طريق السباق "الطبيعي" المتمرج الذي يحتوي على منحني بسيط وطريق مستقيم قصير يكون هو المناسب والأفضل.

4. (أ) يجب تحديد طريق السباق بوضوح باستخدام شريط على الجانبين، كما يوصى أن يكون على طول جانب مسار طريق السباق ممر طوله 1 متر- كما يجب أن يحاط طريق السباق من الخارج بسياج - ويجب أن تخصص هذه المنطقة لاستخدام الإداريين المنظمين والإعلاميين فقط (للبطولات بشكل إجباري). يجب أن تكون حدود السباقات محاطة بسياج قوى خاصة عند منطقة البدء (شاملة منطقة الإحماء وغرفة النداء) ومنطقة النهاية (شاملة أي مناطق مختلطة). الأفراد المفوضين فقط هم المصرح لهم بالدخول إلى هذه المناطق .

(ب) يصرح للجمهور العام فقط بالمرور بطريق السباق أثناء المراحل الأولى من السباق عند نقاط عبور محددة ومنظمة جيداً عن طرق مراقب النظام في البطولة.

(ج) يوصي بأن يكون عرض طريق السباق 5 متر شاملاً مناطق الإعاقة وذلك بعيداً عن منطقة البدء والنهائية.

5. يجب أن ترسم خطوط تتابع إختراق الضاحية بعرض 50 مم وعلى بُعد 20 متر فاصل بينهم طوال مسار السباق لتحديد منطقة التسليم والتسلم ، وجميع اجراءات التسليم والتسلم يجب أن تتضمن اتصالاً بدنياً بين المتسابقين المسلم والمستلم - ما لم يحدد المنظمون خلاف ذلك - ، ويجب أن يتم ذلك داخل هذه المنطقة.

البدء Start

6. يجب أن تبدأ السباقات عن طريق طلقة المسدس ، وتستخدم أوامر (القاعدة 162.2 (ب)) في السباقات الأطول من 400 متر .
في السباقات التي يشارك فيها عدداً كبيراً من المتسابقين، يتم التنبيه على بدء السباقات قبل بداية السباق بخمس دقائق ، ثم ثلاث دقائق ثم دقيقة واحدة.
يجب توفير صناديق المغادرة للفرق المشاركة في السباق كما ينبغي على أعضاء كل فريق أن يصطفوا خلف بعضهم البعض في خط واحد عند بداية السباق.
يصطف المتسابقين في السباقات الأخرى بالطريقة التي يحددها المنظمين . عند سماع أمر "خذ مكانك"، يجب على أذن البدء التأكد من عدم ملامسة قدم أى متسابق من المتسابقين (أو أى جزء من جسمه) لخط البدء أو الأرض التي أمامه ومن ثم يقوم ببدء السباق.

السلامة Safety

7. يجب أن يضمن المنظمون سلامة المتسابقين والإداريين في سباقات إختراق الضاحية

محطات الشرب والمرطبات الإسفنجية و المنعشات

Drinking /Sponging and Refreshment Stations

8. يجب تأمين المياه وأي منعشات أخرى مناسبة في بداية ونهاية جميع السباقات. ففي جميع السباقات، يجب تأمين محطات المياه والمرطبات الإسفنجية في كل لفة ، إذا كانت حالة الجو تستدعي ذلك .

ملوحظة : إذا اقتضت الظروف ، فيجب مراعاة طبيعة المسابقة ، الأحوال الجوية وحالة اللياقة البدنية لغالبية المتنافسين ويمكن وضع المياه والإسفنجة على فترات أكثر انتظاماً على طول الطريق.

إدارة السباق Race Conduct

9. إذا كان الحكم راضياً عن تقرير القاضي أو المراقب أو بخلاف ذلك بأن المتسابق قد ترك مسار طريق السباق المحدد وبذلك تم تقصير المسافة التي يتعين عليه جريها ، فإنه يجب استبعاده.

يجب أن تكون منطقة النهاية واسعة بما يكفي لكي يتمكن العديد من المتسابقين من العدو جنباً إلى جنب ولمسافة طويلة بما يكفي لفصلهم في النهاية .
ما لم يتم استخدام نظام توقيت الترانسبوندر مع وجود نظام النسخ الاحتياطي (مثل تسجيل الفيديو) لفحص الترتيب النهائي للمتسابقين ، فينبغي أن يتم إنشاء ممرات النهاية ("الأقمار") لمسافة تقدر بنحو 8 إلى 10 أمتار بعد خط النهاية بأقصى عرض 0.70 - 0.80 متر . وبمجرد دخول المتسابق القمع فلن يتمكن من تجاوز متسابق آخر . ويجب أن يكون طول القمع 35 - 40 متراً والذي سيتم من خلاله توجيه المتسابقين بنفس الترتيب الذي عبروا به خط النهاية. في نهاية كل قمع ، سوف يقوم الإداريين بملاحظة أرقام المتسابقين / أسمائهم واسترداد رقائق جهاز توقيت الترانسبوندر إذا كان ذلك مطبقاً .
وينبغي أن يكون نهاية الأقمار من الحبال القابلة للحركة التي تسمح بدخول المتسابقين ، بحيث عندما تمتلئ إحدى الحارات ، فيمكن سحب الحبل التالي خلف آخر متسابق ، مما يسمح بدخول المتسابق التالي عند إنهاؤه للسباق في حارة جديدة وهكذا .
بالإضافة إلى ذلك ، يتم وضع القضاة والميقاتيين على جانبي خط النهاية ، ويوصي بأنه ، من أجل متابعة أي احتجاج بالنسبة لترتيب المتسابقين في النهاية ، فيجب تعيين إداري مسؤول ويكون لديه أجهزة تسجيل بالفيديو (مع توفير ساعة لتحديد التوقيت إذا أمكن ذلك) ويتم وضعها على بعد بضعة أمتار من خط النهاية من أجل تسجيل ترتيب دخول المتسابقين عبر خط النهاية

القاعدة 251 RULE

سباقات الجبل Mountain Races

أنواع سباقات الجبل Types of Mountain Races

1. (أ) معظم سباقات الجري في الجبال ذات بدايات مزدحمة بالعدائين التي يبدأ فيها جميع المتسابقين معاً أو يبدأون بشكل منفصل حسب الجنس أو الفئات العمرية.
- (ب) بالنسبة لسباق جري التتابعات الجبلية ، يمكن أن يتباين التكوين والمسافات وأنواع مسارات طريق السباق تبايناً كبيراً ، تبعاً للظروف الطبيعية وخطط المنظمين.

(ج) تعتبر السباقات الجبلية ذات أزمنة البدء الفردية (على فترات زمنية مختلفة) هي سباقات ضد الزمن. ويتم ترتيب النتائج حسب أزمنة النهايات الفردية.

طريق السباق Course

2. (أ) تجرى سباقات الجبال في منطقة وعرة والتي تكون غير ممهدة بشكل أساسي ، وما لم يكن هناك مكاسب كبيرة من الارتفاع على الطريق ففي هذه الحالة يكون السطح المرصوف بالحصى مقبولاً.
- (ب) يعتبر مسار طريق كل سباق للجري في الجبال بالطبع هو حالة خاصة وفقاً للظروف الطبيعية التي تفرض مسار طريق السباق الأساسي . ويفضل استخدام الطرق والمسارات الموجودة بالطبيعة. والمنظمون مسؤولون عن العناية بالبيئة.
- (ج) وقد يختلف طول طريق السباق من 1 كيلومتر إلى مسافة سباق الماراثون مع احترام التفاصيل الفنية المطلوبة.
- (د) في الغالب يمكن أن يتضمن طريق السباق صعود مرتفعات ومنخفضات أو مزيج منهما .
- (هـ) يجب أن يتضمن متوسط الانحدار ما لا يقل عن 5% (أو 50 م لكل كم) وألا يتجاوز 20% (أو 200 م لكل كم). ومتوسط الارتفاع الأكثر تفضيلاً هو 100 م تقريباً لكل كم شريطة أن يظل مسار طريق السباق قابل للجري به.
- (و) يجب تحديد طريق السباق بالكامل بعلامات واضحة ويجب توفير خريطة لمسار طريق السباق مع منظر جانبي .

البداية Start

3. بالنسبة لأوامر بدء السباقات الأطول من 400 متر. فيجب استخدام (القاعدة 162.2 (ب)).
- في السباقات التي يشارك فيها عدداً كبيراً من المتسابقين ، يتم التنبيه على بدء السباقات قبل بداية السباق بخمس دقائق ، ثم ثلاث دقائق ثم دقيقة واحدة.

السلامة Safety

4. يجب أن يضمن المنظمون سلامة المتسابقين والإداريين في سباقات الجبل. ويجب احترام الأحوال الخاصة مثل المرتفعات العالية وعلاقتها بالأحوال المناخية والبنية التحتية المتوفرة .

محطات الشرب و المرطبات الإسفنجية و المنعشات

Drinking / sponging and refreshment stations

5. يجب توفير الماء و المنعشات الأخرى المناسبة عند بداية و نهاية جميع السباقات. يجب توفير محطات الشرب و المنعشات الإسفنجية و المنعشات في مناطق مناسبة على طول طريق السباق.

إدارة السباق Race Conduct

6. إذا كان الحكم راضياً عن تقرير القاضي أو مراقب الحارات أو غير ذلك المتعلق بأن أحد المتسابقين قد غادر طريق السباق المحدد وبالتالي تقصير المسافة التي يجب تغطيتها في السباق، فيستبعد هذا المتسابق.

القاعدة 252 RULE

سباقات الطبيعة Trail Races

طريق السباق Course

1. (أ) تجرى سباقات الطبيعة على مجموعة متنوعة من التضاريس (بما في ذلك الطرق الترابية، ومسارات الغابات وممرات المشاة ذات المسار الواحد) داخل بيئة طبيعية في البلاد المفتوحة (مثل الجبال والصحراء والغابات أو السهول) والتي هي أساساً طرقاً وعرة .

(ب) الأجزاء ذات الأسطح المرصوفة أو الصلبة مقبولة ولكن ينبغي أن تكون الحد الأدنى الممكن لطريق السباق المطلوب ، كما يجب ألا تتجاوز 20 % من المسافة الإجمالية للسباق. ولن تكون هناك حدود موضوعة على المسافة أو الارتفاع سواء بالزيادة أو النقصان

(ج) يقوم المنظمون ، قبل السباق، بالإعلان عن مسافة طريق السباق وإجمالي مناطق الصعود / الهبوط به والتي يجب أن يكون قد تم قياسها مع توفير خريطة وصورة عامة تفصيلية لطريق السباق به وصفاً للصعوبات الفنية التي سيتم مواجهتها خلال السباق.

(د) يجب أن يتم وضع علامات على طريق السباق تعطى للمتسابقين معلومات كافية لاستكمال طريق السباق دون الانحراف عنه.

الأدوات Equipment

2. (أ) لا يحدد الجري في الطبيعة استخدام تكنيك معين أو أدوات محددة للتقدم فيه.
- (ب) يجوز للمنظم، مع ذلك، فرض أدوات أمنية إلزامية أو التوصية بها والتي يمكن استخدامها وفقاً للظروف المتوقعة أو التي من الممكن مواجهتها خلال السباق والتي من شأنها تسمح للمتسابق بتجنب أى مواقف صعبة، أو في حالة وقوع حادث، لإعطاء انذاراً والانتظار في مكان آمن حتى وصول المساعدة.
- (ج) الحد الأدنى من العناصر التي ينبغي أن تكون لدى كل متسابق هي بطانية البقاء على قيد الحياة، وصفارة، والتزود بالمياه والغذاء الإحتياطي.
- (د) إذا سمح المنظمون على وجه التحديد، قد يستخدم المتسابقين عصي مثل العصي المستخدمة عند القيام بنزهة طويلة سيراً على الأقدام

البداية Start

3. تبدأ جميع السباقات بطلقة مسدس. تستخدم الأوامر في القاعدة 162.2 (ب) للسباقات الأطول من 400 م. في السباقات التي تتضمن عدداً كبيراً من المتسابقين، يجب أن تعطى تحذيرات قبل بداية السباق بخمس دقائق و ثلاث دقائق و دقيقة واحدة.

السلامة Safety

4. يضمن المنظمون سلامة المتسابقين و الإداريين ويجب أن تكون هناك خطة محددة للحفاظ على الصحة والسلامة والإنقاذ خلال السباق، بما في ذلك وسائل تقديم الدعم للمتسابقين والمشاركين الآخرين عند اصابتهم بأى مكروه.

محطات المساعدات Aid Stations

5. بما أن سباقات الجري في الطبيعة قائمة على الاكتفاء الذاتي، فيجب أن يكون كل متسابق مستقلاً بذاته بين محطات المساعدات فيما يتعلق بالملابس، والاتصالات، والطعام والشراب. ووفقاً لذلك، يجب أن تكون محطات المساعدات متباعدة بما فيه الكفاية وفقاً لخطة المنظمين واحتراماً للإستقلال الذاتي للمتسابقين ولكن مع الأخذ في الاعتبار عوامل الصحة والسلامة.

ادارة السباق Race Conduct

6. إذا كان الحكم راض عن تقرير القاضي أو مراقب الحارات أو غير ذلك بأن أحد المتسابقين قد غادر الطريق المحدد للسباق وبالتالي تقصير المسافة المراد تغطيتها، سيتم استبعاد هذا المتسابق.
7. لا يمكن توفير المساعدة إلا في محطات المساعدات.
8. يقوم منظمو كل سباق من سباقات الطبيعة بنشر لوائح معينة تحدد الظروف التي قد تؤدي إلى فرض عقوبة أو استبعاد متسابق من المتسابقين .

SECTION X الباب العاشر WORLD RECORDS الأرقام العالمية

RULE 260 القاعدة World Records الأرقام العالمية

التقديم والتصديق Submission and Ratification

1. تسجيل الأرقام العالمية في المنافسات التي تقام بصورة حقيقية أى التي نظمت رسمياً وأعلن عنها وصدق عليها قبل يوم إقامة البطولة بواسطة الإتحاد العضو بالإتحاد الدولي لألعاب القوى التي تقام المسابقة في دولته أو مقاطعته على أن تنظم وفقاً ومتطابقة مع قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى. في المسابقات الفردية يجب أن يشارك ثلاث متسابقين على الأقل ، كما يجب أن يشارك فريقين على الأقل في سباقات التتابع على أن يكون المتنافسين في السباق حقيقيين . باستثناء مسابقات الميدان التي تجرى على النحو المنصوص عليه في القاعدة 147 والمنافسات التي تقام خارج الاستاد وفقاً للقاعدتين 230 و 240. لا يتم التصديق على الأرقام العالمية التي سجلها المتسابق إذا ما تم تحقيقها في مسابقة مختلطة.

ملوحظة : الأرقام القياسية لسباقات الطريق للسيدات فقط هي التي تخضع للشروط المبينة في القاعدة 261 .

2. يعتمد الإتحاد الدولي لألعاب القوى فئات الأرقام القياسية العالمية التالية:
(أ) الأرقام العالمية ;

(ب) الأرقام العالمية لفئة تحت 20 سنة ;

(ج) الأرقام العالمية للصالات ;

(د) الأرقام العالمية للصالات فئة تحت 20 سنة

ملحوظة (i) : لغرض تطبيق هذه القواعد ، ما لم يفرض السياق خلاف ذلك، تشير الأرقام العالمية لجميع فئات الأرقام القياسية بموجب هذه القاعدة. ملاحظة (ii) : الأرقام العالمية تحت القاعدة 260.2 (أ) و (ب) تعترف بأفضل أداء مصدق عليه وتم تحقيقه بأي وسيلة وفقاً للقاعدة 260.12 أو 260.13 .

3. يجب على المتسابق (أو المتسابقين في حالة سباق التتابع) الذي يحقق رقماً عالمياً أن :

(أ) مؤهلاً للتنافس وفقاً لقواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى

(ب) يكون تحت ولاية الإتحاد العضو .

(ج) في حالة الأداء المقدم وفقاً للقاعدة 260.2 (ب) أو (د)، ما لم يتم الإتحاد الدولي لألعاب القوى من قبل بالتأكد من تاريخ ميلاد المتسابق ، يجب التأكد من تاريخ الميلاد عن طريق جواز سفره أو شهادة ميلاده أو أي مستند رسمي، ويجب أن يقوم المتسابق أو الإتحاد الوطني للاعبين بتقديم نسخة من هذه الوثائق إلى الإتحاد الدولي لألعاب القوى دون تأخير، في حالة عدم إرفاقها باستمرار الطلب.

(د) في حالة مسابقات التتابع ، يجب أن يكون الكل مؤهلين لتمثيل العضو الواحد وفقاً للقاعدة 5.1

(هـ) يتم الخضوع لفحص المنشطات في نهاية المسابقة وفقاً لقواعد ونظم الإتحاد الدولي لمكافحة المنشطات المعمول بها حالياً. يجب أن ترسل العينات المجمعة للمعمل المعتمد للمنظمة العالمية لمكافحة المنشطات (WADA) ليتم تحليلها على أن ترسل النتائج إلى الإتحاد الدولي لألعاب القوى لإضافتها للبيانات الأخرى المطلوبة من الإتحاد الدولي لألعاب القوى للإعتماد. وإذا ما كانت نتائج الفحص ايجابية أو لم يتم إجراء الفحص فلن يعتمد هذا الأداء. ملحوظة (i): في حالة تسجيل رقماً عالمياً في سباق التتابع ، يجب أن يخضع جميع أفراد الفريق لهذه الفحوص

ملحوظة (ii): إذا أقر متسابق بأنه قد استخدم أو تناول مادة مساعدة أو طريقة محظورة في وقت ما قبل تحقيق الرقم العالمي ، فعندئذ وبناءً على قرار اللجنة الطبية ومكافحة المنشطات فلن يستمر اعتراف الإتحاد الدولي لألعاب القوى لهذا الرقم كرقماً عالمياً.

4. عند تسجيل أداءً معادلاً للرقم العالمي الحالي أو أفضل منه ، فيجب على الإتحاد العضو في الدولة التي سجل فيها هذا الإنجاز تجميع كافة البيانات المطلوبة وبدون تأخير من أجل قيام الإتحاد الدولي لألعاب القوى بإعتماد هذا الرقم. لا يعتبر أي إنجاز رقماً عالمياً حتى يتم إعتماده من قبل الإتحاد الدولي لألعاب القوى. كما يجب على الإتحاد العضو إبلاغ الإتحاد الدولي على الفور عن عزمه على تقديم هذا الإنجاز.

5. يجب أن يكون الأداء المقدم أفضل من الرقم العالمي الحالي أو معادلاً له لهذه

المسابقة ، ووفقاً لما هو معتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى. إذا تم معادلة الرقم العالمي فلا بد أن يحصل على نفس وضع الرقم العالمي.

6. يملأ نموذج الطلب الرسمي للإتحاد الدولي لألعاب القوى ويرسل إلى مكتب الإتحاد الدولي لألعاب القوى خلال 30 يوماً. إذا كان نموذج الطلب هذا خاص بمتسابق أجنبي (أو فريق أجنبي) ، ترسل نسخة مطابقة إلى الإتحاد العضو للمتسابق (أو الفريق) في نفس الوقت.

ملحوظة : تتوافر نماذج الطلب لدى مكتب الإتحاد الدولي لألعاب القوى عند الطلب كما يمكن تحميلها من موقع الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

7. يجب على الإتحاد العضو للدولة التي تم تسجيل الأداء فيها أن يرسل مع الإستمارة الرسمية ما يلي :

(أ) برنامج المنافسة مطبوعاً (أو ما يعادله إلكترونياً)

(ب) النتائج الكاملة للمسابقة ، بما في ذلك جميع المعلومات المطلوبة بموجب هذه القاعدة

(ج) في حالة إستخدام جهاز التوقيت الكهربائي كامل الألية في تسجيل الأرقام العالمية لمسابقات المضمار ، تضم صور التوقيت الإلكتروني (الفوتوفينش) وإختبار ضبط الجهاز على رقم صفر.

(د) أي معلومات أخرى مطلوب تقديمها بموجب هذه القاعدة ، عندما تكون هذه المعلومات في حيازة الإتحاد العضو أو ينبغي أن تكون في حيازته.

8. الانجازات التي تم تسجيلها في الأدوار التأهيلية أو في حل عقدة - في الوثب العالي و القفز بالزانة - في أي مسابقة أو في جزء من المسابقة و التي أقرت فيما بعد أنها غير صحيحة وفقاً لأحكام القواعد 125.7 أو 146.4 (ب) أو في المسابقات الفردية في المسابقات المركبة ، سواء أكمل المتسابق جميع سباقات المسابقة المركبة أو لم يكملها، يمكن تقديمها للاعتماد من قبل الإتحاد الدولي لألعاب القوى.

9. الرئيس و السكرتير العام للإتحاد الدولي لألعاب القوى هما المفوضان بسلطة إعتقاد الأرقام العالمية ، وإذا كان هناك شك في قبول أو رفض الإنجاز ، يجب عليهم في هذه الحالة رفع الأمر إلى مجلس إدارة الإتحاد الدولي لألعاب القوى لاتخاذ القرار.

10. عند إعتقاد رقماً عالمياً ، سيقوم الإتحاد الدولي لألعاب القوى بـ :

(أ) إخطار الإتحاد العضو للمتسابق وكذلك الإتحاد العضو المتقدم بطلب الإعتماد والإتحاد القارى المختص.

(ب) توفير أوسمة الأرقام العالمية الرسمية لتقديمها لحاملي الأرقام العالمية.
 (ج) تحديث القائمة الرسمية للأرقام العالمية كلما تم اعتماد رقماً عالمياً جديداً.
 تمثل هذه القائمة الإنجازات التي يعتبرها الإتحاد الدولي أفضل الإنجازات المعتمدة - منذ تاريخ إصدار القائمة - التي أحرزها متسابق من المتسابقين أو فريق من المتسابقين حتى هذه اللحظة في كل مسابقة معترف بها ومدرجه بالقائمة في القواعد 261 ، 262 ، 263 و 264 .
 (د) نشر حالة هذه القائمة بشكل رسمي (عن طريق خطاب تعميم للأعضاء) في 1 يناير من كل عام .

11. في حالة عدم اعتماد الانجاز ، سيوضح الإتحاد الدولي لألعاب القوى أسباب ذلك.

حالات خاصة Specific Conditions

12. باستثناء مسابقات الطريق:

(أ) يأخذ بالإنجازات التي تم احرازها في منشآت ألعاب القوى المعتمدة من الإتحاد الدولي لألعاب القوى أو أن يكون مكان المنافسة مطابقاً للقاعدة 140 ، أو حيثما يمكن تطبيق القاعدة 149.2 .

(ب) لإعتماد أى انجاز لمسافة 200 متر أو أكثر يجب ألا يزيد محيط المضمار عن 402.3 متر (440 ياردة) ، كما يجب أن يبدأ السباق من على أي جزء من محيطه ، وهذا الشرط لا ينطبق على سباقات الموانع التي يكون فيها حفرة الماء خارج مضمار عادي محيطه 400 متر.

(ج) إن الانجاز المسجل في المسابقة التي أجريت في مضمار بيضاوي في حارة ما يجب ألا يتجاوز نصف قطر خط الجرى 50 م إلا في حالة تصميم المنحني على نصفي قطرين مختلفين وفي مثل هذه الحالة فيجب ألا يحسب قوس المنحني الأكبر بزاوية أكثر من 60 درجة من زاوية دوران 180 درجة.
 (د) لإعتماد انجازاً تم احرازه في مسابقات المضمار خارج الصالات ، يجب أن تكون مواصفات المضمار مطابقة للقاعدة 160 .

13. لإعتماد الأرقام العالمية للصالات المغطاة :

(أ) يجب أن يسجل الانجاز على منشآت ألعاب القوى المعتمدة من الإتحاد الدولي لألعاب القوى أو موقع المنافسة الذي يجب أن يكون مطابقاً للقاعدة من 211 إلى 213 حسب الإقتضاء.

(ب) بالنسبة للسباقات من 200 متر وأكثر ، فيجب ألا يزيد طول المضمار البيضاوي عن 201.2 متر (220 ياردة)

- (ج) يجوز تسجيل انجازاً على مضمار ببيضاوي بطول أقل من 200 م شريطة أن تكون المسافة المقطوعة في الجري ضمن الإحتمال المسموح للمسافة.
- (د) يجب أن ينظم الأداء في المضمار البيضاوي في حارة حيث لا يتجاوز نصف قطر خط الجري المتوقع في المنحنى عن 27 م وبالنسبة للمسابقات المتعددة اللفات فيجب ألا يقل طول المستقيمين عن 30 م.
- (هـ) يجب أن يتطابق أي مضمار مستقيم وفقاً للقاعدة 212 .

14. اعتماد الأرقام العالمية لمسابقات الجري وسباقات المشي:

- (أ) يجب أن تسجل الانجازات بواسطة ميقاتين رسميين أو بواسطة جهاز تسجيل التوقيت وتصوير النهاية كامل الآلية (و يتم إجراء اختبار ضبط الجهاز على رقم صفر لهذا الجهاز طبقاً للقاعدة 165.19) أو جهاز الترانسبوندر (انظر القاعدة 165.24) متطابقاً مع قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى .
- (ب) للسباقات حتى وشاملة 800 متر (بما في ذلك 4×200 م و 4×400 م) فقط لا يعتمد إلا الإنجازات المسجلة بواسطة جهاز تسجيل التوقيت وتصوير النهاية كامل الآلية المتطابق مع قواعد الإتحاد الدولي لألعاب القوى.
- (ج) بالنسبة للإنجازات المسجلة في السباقات حتى وشاملة 200 متر خارج الصالات ، يجب أن تقدم المعلومات المتعلقة بسرعة الريح المقاسة وفقاً للقاعدة 163.8 حتى 163.13 ولا يعتمد الانجاز إذا كانت سرعة الريح في اتجاه الجري تزيد عن 2 م/ث.
- (د) لا يعتمد أي إنجاز مسجل في حالة انتهاك المتسابق للقاعدة 163.3 ولا في أي مسابقة فردية عندما يسجل المتسابق محاولة بدء خاطئة كما هو مسموح به وفقاً للقاعدة 200.8(ج).
- (هـ) جميع الانجازات المسجلة في السباقات حتى وشاملة 400 م (بما في ذلك 4×200 م و 4×400 م) وفقاً للقواعد 261 و 263 ، يجب استخدام مكعبات البدء المتصلة بجهاز معلومات البدء المعتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى وفقاً للقاعدة 161.2 ، على أن يعمل بشكل صحيح بحيث يتم الحصول على أزمنا رد الفعل و يتم عرضها مع نتائج المسابقة

15. لإعتماد الأرقام العالمية المسجلة لمسافات متعددة في السباق ذاته:

- (أ) يصرح بأن يكون السباق لمسافة واحدة فقط.
- (ب) بالنسبة للسباق الذي يغطي مسافة خلال زمن محدد فيمكن دمج مع سباق محدد المسافة (مثل سباق لساعة واحدة و 20.000 متر ، أنظر القاعدة 164.3).
- (ج) يحق للمتسابق ذاته أن يقدم انجازات متعددة ليتم اعتمادها في نفس السباق.

(د) يحق لأي عدد من المتسابقين أن يقدموا إنجازاتهم ليتم اعتمادها في نفس السباق
(هـ) لا يعتمد إنجازاً حققه المتسابق خلال مسافة أقل إذا ما لم يكمل مسافة
السباق كاملة

16. لإعتماد الأرقام العالمية في مسابقات التتابع :

الزمن المسجل بواسطة المتسابق الأول في سباق التتابع لا يجوز التقدم لاعتماده
كرقماً عالمياً.

17. لإعتماد الأرقام العالمية لمسابقات الميدان :

(أ) يجب أن يتم قياس الإنجازات بواسطة ثلاثة من قضاة الميدان مستخدمين
شريط أو قضيب قياس معتمد من الصلب أو أي جهاز قياس علمي معتمد
ومؤكد دقته وفقاً للقاعدة 148 .

(ب) يجب تقديم تقرير عن سرعة الريح في سباقات الوثب الطويل والوثب الثلاثي
التي تجرى خارج الصالات على أن يتم قياسها وفقاً للقواعد 12-10-184 ولا
يعتمد الإنجاز إذا كانت سرعة الرياح المقاسة في إتجاه الوثب تزيد عن 2 م / ث .
(ج) يمكن اعتماد أكثر من رقم عالمي في المنافسة شريطة أن يكون كل رقم
من الأرقام المسجلة معادلاً أو أفضل من الأرقام السابقة في تلك اللحظة.

(د) يجب فحص أداة الرمي المستخدمة في مسابقات الرمي قبل المنافسة وفقاً
للقاعدة 123 . وإذا تأكد الحكم خلال المسابقة أنه تم معادلة رقم عالمي مسجل
أو كسره ، فيجب عليه على الفور وضع علامة على الأداة المستخدمة وفحصها
للتأكد مما إذا كانت لا تزال مطابقة للقواعد أو إذا حدث أي تغيير في خصائصها.
وعادة ، يتم فحص مثل هذه الأداة مرة أخرى بعد المسابقة طبقاً للقاعدة 123.

18. لإعتماد الأرقام العالمية في المسابقات المركبة :

يجب أن تتطابق الإشرطات مع مثيلاتها في السباقات الفردية كما هو موضح
بالقاعدة 200.8. بالإضافة لتلك المسابقات التي يتطلب فيها قياس سرعة الريح
، فيجب ألا يزيد متوسط السرعة عن 2 متر/ ثانية (يحسب على أساس سرعة
الريح المقاسة لكل سباق فردي مقسوماً على عدد هذه السباقات) .

19. لإعتماد الأرقام العالمية لسباقات المشي:

يجب أن يشارك في تحكيم المسابقة ثلاث قضاة على الأقل سواء قضاة المشي
الدوليين المعتمدين من الإتحاد الدولي لألعاب القوى أو من القضاة القاريين .
كما يجب عليهم التوقيع على إستمارة طلب الإعتماد.

20. لإعتماد الأرقام العالمية لمسابقات مشى الطريق

(أ) يجب أن يقاس طريق السباق بواسطة مساح طريق درجة "أ" أو "ب"، معتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى والجمعية الدولية لقياسات الطريق. والذي يضمن أن تقرير القياس ذات الصلة وأي معلومات أخرى تتطلبها هذه القاعدة يكون متاحاً للإتحاد الدولي لألعاب القوى عند الطلب.

(ب) يجب ألا تقل دورة (لفة) السباق عن 1 كيلو متر ولا تزيد عن 2 كيلومتر ويحتمل أن تكون البداية و النهاية في الاستاد.

(ج) يقوم أي مساح قام بقياس طريق السباق في البداية أو أي إداري مؤهل تأهيلاً

مناسباً و معين بواسطة المساح (بعد استشارة الشخص ذو الصلة بالموضوع)

ومعه نسخة من المستندات التي توضح تفاصيل مسار السباق الذي تم قياسه

بشكل رسمي بالتصديق على أن مسار السباق الذي جرى فيه المتسابقين مطابقاً

لمسار السباق الذي تم قياسه و موثقاً بواسطة المساح الرسمي لمسار السباق.

(د) يجب التحقق من صحة طريق السباق (أي إعادة قياسه) في أقصى وقت

متأخر قبل بدء السباق، في يوم السباق أو في أقرب وقت عملي ممكن بعد

السباق و يقوم بذلك مساح درجة "أ"، مختلف عن هؤلاء الذين قاموا بالقياس

في البداية.

ملحوظة: إذا قام على الأقل مساحين درجة "أ"، أو أحدهم درجة "أ"، والآخر

درجة "ب" في البداية بقياس طريق السباق ، فلن يتطلب وجود إثبات لصحة

الطريق (إعادة القياس) بموجب هذه القاعدة 260.20 (د)

(هـ) يجب أن تكون الأرقام القياسية العالمية لمسابقات مشى الطريق التي

تم إحرازها في المسافات المتوسطة ضمن السباق خاضعة للشروط المقررة

بموجب القاعدة 260 . ينبغي قياس المسافات المتوسطة وتسجيلها وبعد ذلك

تحديدها كجزء من طريق السباق كما يجب أن يكون قد تم التحقق من صحتها

وفقاً لأحكام القاعدة 260.20 (د).

21. لإعتماد الأرقام العالمية لمسابقات جرى الطريق:

(أ) يجب أن يقاس طريق السباق بواسطة مساح طريق درجة "أ" أو "ب"،

معتمد من الإتحاد الدولي لألعاب القوى والجمعية الدولية لقياسات الطريق.

والذي يضمن أن تقرير القياس ذات الصلة وأي معلومات أخرى تتطلبها هذه

القاعدة متاحاً للإتحاد الدولي لألعاب القوى عند الطلب.

(ب) نقطتي البداية والنهاية لطريق السباق يجب أن تقاس على طول الخط

المستقيم بينهم وعلى ألا تزيد عن 50 % من مسافة السباق.

(ج) يجب ألا يتجاوز الإنخفاض الكلى لمعدل الإرتفاع بين البداية والنهاية 1 : 1000 أى 1 م لكل كم (0.1 %)

(د) يقوم أى مساح قام بقياس طريق السباق فى البداية أو أى إداري مؤهل تأهيلاً مناسباً و معين بواسطة المساح (بعد استشارة الشخص ذو الصلة بالموضوع) ومعه نسخة من المستندات التي توضح تفاصيل مسار السباق الذى تم قياسه بشكل رسمي والذي يجب قبل السباق التحقق من أن طريق السباق قد تم تحديده وفقاً لمسار الطريق الذي تم قياسه وموثقاً من قبل مساح الطريق الرسمي لمسار السباق. ويجب عليه ركوب السيارة الرئيسية أو بطريقة أخرى عليه التأكد من صحة مسار السباق الذي جرى فيه المتسابقين .

(هـ) يجب التحقق من صحة طريق السباق (أى إعادة قياسه) في أقصى وقت متأخر قبل بدء السباق، في يوم السباق أو في أقرب وقت عملي ممكن بعد السباق و يقوم بذلك مساح درجة "أ" مختلف عن هؤلاء الذين قاموا بالقياس فى البداية.

ملحوظة: إذا قام على الأقل مساحين درجة "أ" أو أحدهم درجة "أ" والآخر درجة "ب" فى البداية بقياس طريق السباق ، فلن يتطلب وجود إثبات لصحة الطريق (إعادة القياس) بموجب هذه القاعدة 260.21 (هـ)

(و) يجب أن تكون الأرقام القياسية العالمية لمسابقات جري الطريق التي تم إحرازها فى المسافات المتوسطة ضمن السباق خاضعة للشروط المقررة بموجب القاعدة 260 . ينبغي قياس المسافات المتوسطة وتسجيلها وبعد ذلك تحديدها كجزء من طريق السباق كما يجب أن يكون قد تم التحقق من صحتها وفقاً لأحكام القاعدة 260.21 (هـ).

(ز) يجب أن تكون مراحل سباق تتابع الطريق على النحو التالي : 5 كليومتر، 10 كليومتر، 5 كليومتر، 10 كليومتر، 5 كليومتر، 7.195 كليومتر. تقاس المراحل وتسجل وبعد ذلك تحدد كجزء من طريق السباق مع السماح بوجود فارق يقدر ب $\pm 1\%$ من مسافة السباق كما يجب التأكيد على صحتها وفقاً للقاعدة 260.21 (هـ).

ملحوظة: يوصى بأن تتبع الهيئات الوطنية المسنولة والاتحادات القارية قواعد مشابهة للقواعد السابقة الذكر في تسجيل الأرقام الخاصة بمسابقاتهم.

القاعدة 261 RULE

المسابقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي Events for Which World Records Are Recognised

(F.A.T) تعني التوقيت الكهربائي كامل الآلية .

(H.T) تعني التوقيت اليدوي .

(T.T) تعني توقيت جهاز الترانسبوندر

رجال

مسابقات الجرى والمسابقات المركبة وسباقات المشى:

100 م ، 200 م ، 400 م ، 800 م F.A.T

110 م حواجز ، 400 م حواجز التوقيت الكهربائي

400×4 م تتابع ، 200×4 م تتابع ، 100×4 م تتابع ، مسابقة العشارى . كامل الآلية فقط

1000 م ، 1500 م ، 1 ميل ، 2000 م ، 3000 م H.T أو F.A.T

5000 م ، 10.000 م ، 20.000 م ، ساعة واحدة ، التوقيت الكهربائي

25.000 م ، 30.000 م ، 3000 م موانع كامل الآلية أو التوقيت

4 × 800 م تتابع ، مسافة التتابع المتنوع اليدوي

4 × 1500 م تتابع

سباق المشى (مضمار) ، 20.000 م ، 30.000 م ،

50.000 م

سباقات الطريق: 5 كم* ، 10 كم ، نصف ماراتون ، H.T أو F.A.T أو T.T

ماراثون ، 100 كم ، تتابع طريق (مسافة الماراتون فقط) التوقيت الكهربائي

سباق المشى (الطريق) : 20 كم ، 50 كم . كامل الآلية أو التوقيت

اليدوي أو جهاز

الترانسبوندر

مسابقات الوثب :

الوثب العالى ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب

الثلاثى .

مسابقات الرمى :

دفع الجلة ، قذف القرص ، إطاحة المطرقة ، رمى

الرمح .

سيدات

مسابقات الجري والمسابقات المركبة وسباقات المشي:	
100 م ، 200 م ، 400 م ، 800 م	F.A.T
100 م حواجز ، 400 م حواجز	التوقيت الكهربائي
100×4 م تتابع و 200×4 م تتابع ، 400×4 م تتابع	كامل الآلية فقط
، مسابقة السباعي ، مسابقة العشاري.	
1000 م ، 1500 م ، 1 ميل ، 2000 م ، 3000 م	H.T أو F.A.T
5000 م ، 10.000 م ، 20.000 م ، ساعة واحدة ،	التوقيت الكهربائي
25.000 م ، 30.000 م ، 3000 م مواعيد ،	كامل الآلية أو التوقيت
800×4 م تتابع ، مسافة التتابع المتنوع	اليدوي
1500×4 م تتابع	
سباق المشي (مضمار) : 10.000 م ، 20.000 م ،	
50.000 م *	
سباقات الطريق: 5 كم* ، 10 كم ، نصف ماراتون ،	F.A.T أو H.T أو
ماراثون ، 100 كم ، تتابع طريق (مسافة الماراتون	T.T
فقط)	التوقيت الكهربائي
سباق المشي (الطريق) : 20 كم ، 50 كم	كامل الآلية أو التوقيت
	اليدوي أو جهاز
	الترانسبوندر

ملحوظة (i) : فيما عدا سباقات المشي ، يحتفظ الإتحاد الدولي لألعاب القوى برقميين قياسييين عالميين للسيدات في سباقات الطريق : رقم قياسي عالمي لأفضل أداء تحقق في سباقات الطريق المختلفة ورقم قياسي عالمي لأفضل أداء تحقق في السباقات المخصصة للسيدات فقط.

ملحوظة (ii) : سباق الطريق للسيدات هو السباق الوحيد الذي يمكن تنظيمه بأزمة بدء منفصلة للرجال والسيدات. وينبغي اختيار فرق التوقيت المناسب لمنع أي إمكانية لتقديم المساعدة ، أو التدخل أو إيقاع الخطوة ، خصوصاً في طريق السباق الذي به أكثر من لفة لنفس الجزء من طريق السباق.

* يتم الاعتراف بأول رقم بعد 1 يناير 2018 يجب أن يعادل الإنجاز المحقق أو يكون أفضل من 13:10 (للرجال) 14:45 (للسيدات) وإذا لم يتم تحقيق مثل هذا الإنجاز لعام 2018 فيجب أن يعترف به في 1 يناير 2019 .

مسابقات الوثب : الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي
مسابقات الرمي : دفع الجلة ، قذف القرص ، إطاحة المطرقة ، رمي الرمح.

على مستوى العالم

مسابقات الجري والمسابقات المركبة وسباقات المشي:

F. A. T 400 × 4 م تتابع (مختلط)

التوقيت

الكهربائي كامل

الآلية فقط

القاعدة 262 RULE

المسابقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي لتحت 20 سنة
Events for which World U20 Records are Recognised

(F.A.T) تعني التوقيت الكهربائي كامل الآلية .

(H.T) تعني التوقيت اليدوي .

(T.T) تعني توقيت جهاز الترانسبوندر

رجال تحت 20 سنة

مسابقات الجري والمسابقات المركبة وسباقات المشي:

F. A. T 100 م ، 200 م ، 400 م ، 800 م

التوقيت الكهربائي كامل 110 م حواجز ، 400 م حواجز

الآلية فقط 4 × 100 م تتابع ، 4 × 400 م تتابع ، مسابقة العشاري

H.T أو F.A.T 1000 م ، 1500 م ، 1 ميل ، 3000 م

التوقيت الكهربائي كامل 5000 م ، 10000 م ، 3000 م موانع

الآلية أو التوقيت اليدوي سباق المشي (مضمار) : 10.000 م

F.A.T أو H.T أو T.T سباق المشي (الطريق) : 10 كم.

التوقيت الكهربائي كامل

الآلية أو التوقيت اليدوي

أو جهاز الترانسبوندر

مسابقات الوثب: الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي

مسابقات الرمي: دفع الجلة ، قذف القرص ، إطاحة المطرقة ، رمي الرمح.

سيدات تحت 20 سنة

مسابقات الجري والمسابقات المركبة وسباقات المشي:

F.A.T
التوقيت الكهربائي كامل
الآلية فقط
100م ، 200م ، 400م ، 800م
100م حواجز ، 400م حواجز
100 × 4 م تتابع ، 400 × 4 م تتابع ، مسابقة السباعي ، مسابقة العشاري*

H.T أو F. A. T
التوقيت الكهربائي كامل
الآلية أو التوقيت اليدوي
1000م ، 1500م ، 1 ميل ، 3000م
5000م ، 10.000م ، 3000م موانع
سباق المشي (مضمار) : 10.000م

T. T أو H.T أو F. A. T
التوقيت الكهربائي كامل
الآلية أو التوقيت اليدوي أو جهاز الترانسبوندر
سباق المشي (الطريق) : 10 كم.

مسابقات الوثب: الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي

مسابقات الرمي: دفع الجلة ، قذف القرص ، إطاحة المطرقة ، رمي الرمح.

* تعتمد فقط إذا تجاوزت 7300 نقطة .

القاعدة 263 RULE

المسابقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي داخل الصالات المغطاة Events for which World Indoor Records are Recognised

(F.A.T) تعني التوقيت الكهربائي كامل الآلية.

(H.T) تعني التوقيت اليدوي.

رجال

مسابقات الجرى والمسابقات المركبة وسباقات المشى:

50م ، 60م ، 200م ، 400م ، 800م

F.A.T

التوقيت الكهربائي كامل

50م حواجز ، 60م حواجز

الآلية فقط

4×200م تتابع ، 4×400م تتابع

مسابقة السباعى

1000م ، 1500م ، 1 ميل ، 3000م ، 5000م

F.A.T أو H.T

التوقيت الكهربائي كامل

4×800م تتابع

الآلية أو التوقيت اليدوي

سباق المشى : 5000م

الوثب العالى ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ،

مسابقات الوثب:

الوثب الثلاثى

دفع الجلة

مسابقات الرمى:

سيدات

مسابقات الجرى والمسابقات المركبة وسباقات المشى:

50م ، 60م ، 200م ، 400م ، 800م

F.A.T

التوقيت الكهربائي كامل

50م حواجز ، 60م حواجز

الآلية فقط

4×200م تتابع ، 4×400م تتابع

مسابقة الخماسى .

1000م ، 1500م ، 1 ميل ، 3000م ، 5000م

F.A.T أو H.T

التوقيت الكهربائي كامل

4×800م تتابع

الآلية أو التوقيت اليدوي

سباق المشى : 3000م

الوثب العالى ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ،

مسابقات الوثب:

الوثب الثلاثى

دفع الجلة

مسابقات الرمى:

القاعدة 264 RULE

المسابقات المعترف بتسجيل أرقامها على المستوى العالمي لتحت 20 سنة
داخل الصالات المغطاة

Events for which World U20 Indoor Records are Recognised

(F.A.T) تعني التوقيت الكهربائي كامل الآلية .

(H.T) تعني التوقيت اليدوي .

رجال

مسابقات الجري والمسابقات المركبة :

60 م ، 200 م ، 400 م ، 800 م F.A.T

التوقيت الكهربائي كامل الآلية فقط
60 م حواجز ،
مسابقة السباعي

1000 م ، 1500 م ، 1 ميل ، 3000 م ، 5000 م H.T أو F.A.T

التوقيت الكهربائي كامل الآلية أو التوقيت اليدوي

مسابقات الوثب: الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ،
الوثب الثلاثي

مسابقات الرمي: دفع الجلة

سيدات

مسابقات الجري والمسابقات المركبة:

60 م ، 200 م ، 400 م ، 800 م F.A.T فقط التوقيت

الكهربائي كامل الآلية
60 م حواجز ،

مسابقة الخماسي .

1000 م ، 1500 م ، 1 ميل ، 3000 م ، 5000 م H.T أو F.A.T

التوقيت الكهربائي كامل الآلية أو التوقيت اليدوي

مسابقات الوثب: الوثب العالي ، القفز بالزانة ، الوثب الطويل ،
الوثب الثلاثي

مسابقات الرمي: دفع الجلة

القاعدة 265 RULE الأرقام القياسية الأخرى Other Records

1. في دورات الألعاب والبطولات واللقاءات وغيرها من الأرقام القياسية المماثلة ربما يتم تأسيسها بواسطة الشخص ذو الصلة بالموضوع الذي يتوفر لديه السيطرة على المنافسة أو من قبل المنظمين.
2. ينبغي أن يعترف بالرقم القياسي الذي تحقق بالأداء الأفضل في أي نسخة من المنافسة المطبقة وفقاً للقواعد ، باستثناء إمكانية تجاهل قراءات جهاز قياس سرعه الريح ، ما لم ينص على خلاف ذلك على وجه التحديد في قواعد المسابقة.

القاعدة 205
Other Records

تتمثل القواعد القياسية في القوانين واللوائح والقرارات التي تصدرها
الهيئات الرياضية الوطنية والهيئات الدولية المختصة في المجال الرياضي
والتي لها أثر قانوني في تنظيم الممارسة الرياضية في المملكة العربية
السعودية.



الاتحاد السعودي لألعاب القوى
SAUDI ATHLETIC FEDERATION



الاتحاد السعودي لألعاب القوى
SAUDI ATHLETIC FEDERATION



الاتحاد الدولي لألعاب القوى

مركز التنمية الأفريقي لألعاب القوى بالقاهرة