

# Les courses

## ■ LES CHAUSSURES

Les concurrents peuvent courir pieds nus ou avec 1 ou 2 chaussures. La chaussure ne peut comporter plus de onze pointes sous la semelle et le talon.

■ **pour les courses sur piste synthétique**, leur longueur ne devra pas être supérieure à 9 mm, diamètre maximum 4 mm. Pour le saut en hauteur et javelot, 12 mm et 4 mm de diamètre.

■ **pour les courses sur d'autres terrains «cross»**, leur longueur ne devra pas être supérieure à 25 mm et 4 mm de diamètre.

## ■ LES DOSSARDS

Ils seront portés sur le dos et la poitrine, si cela est possible. Dans le cas d'un seul dossard, celui-ci sera porté:

■ **sur la poitrine**, pour les courses supérieures à 400 m.

■ **sur le dos**, pour les courses inférieures ou égales à 400 m.

## ■ LES STARTING-BLOCKS

Pour les courses inférieures ou égale à 400 mètres, le départ doit se faire en starting-blocks. Un concurrent peut utiliser ses propres starting-blocks, mais ils doivent être conformes à la réglementation. Dans le cas de piste tout temps, l'organisateur a le droit d'exiger que soient seuls autorisés les starting-blocks qu'il fournit.

## ■ LES SANCTIONS ET LES DISQUALIFICATIONS

■ **Tout concurrent qui bousculera** un autre concurrent ou lui coupera la route volontairement sera disqualifié.

■ **Pour les courses en couloirs**, le changement de couloir ou l'abandon de celui-ci sur plusieurs mètres peut entraîner la disqualification. Même sanction pour le 800 m couru en couloir lors du premier virage.

■ **Pour les courses en lignes**, le concurrent qui, volontairement, quitte la piste sera disqualifié et ne pourra pas continuer la course.

■ **Pendant une course**, les concurrents ne doivent pas recevoir une aide quelconque de qui que ce soit (*sauf épreuve de marathon et marche de longue distance*).

L'aide inclut la fourniture de conseils ou de renseignements à un athlète par quelque moyen que ce soit. Si le juge arbitre des courses est manifestement convaincu que l'un des athlètes n'avait pas l'intention de terminer la course mais n'y participait qu'avec l'intention d'aider un autre concurrent, il pourra considérer le record, s'il y a record, comme non valable.

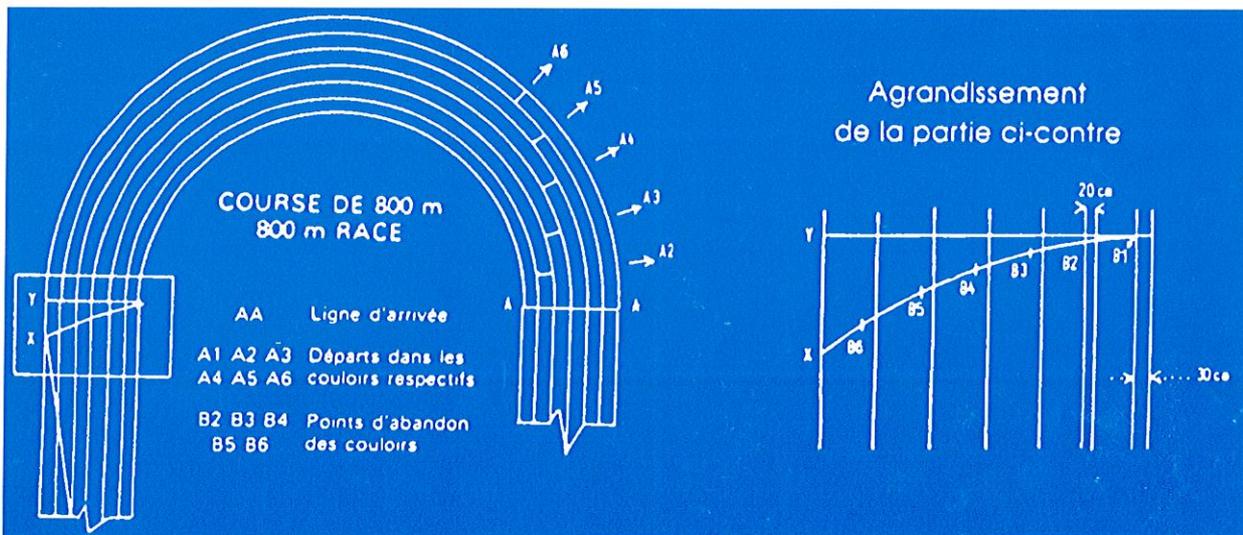


## ■ COURSES EN COULOIRS

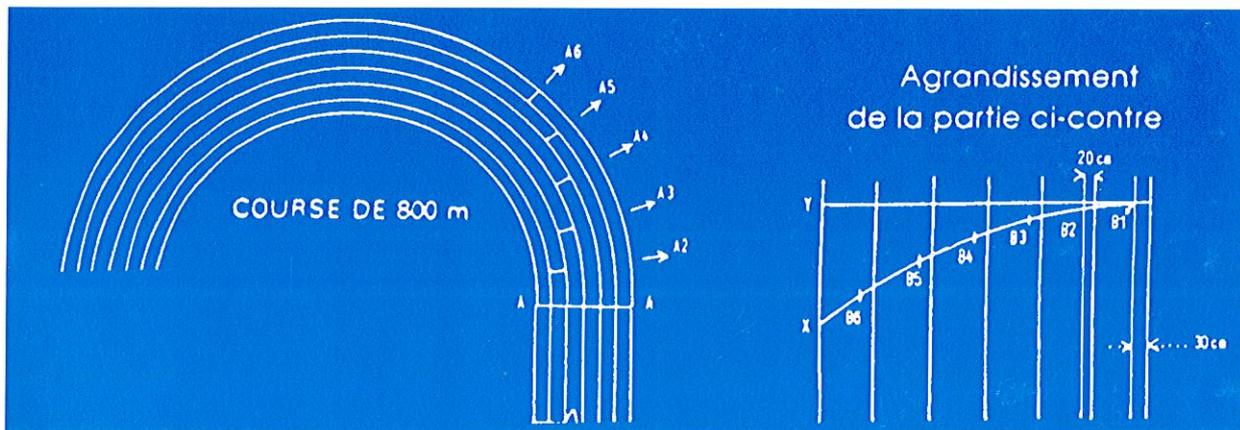
Toutes les courses comprises entre le 60 mètres plats et le 400 mètres inclus doivent se courir en couloir.

Nota: Cas du 800 m, deux possibilités:

■ 1 - le 800 m peut être couru en couloirs jusqu'à la fin du premier virage. Il est toléré deux concurrents dans un couloir à condition que ce ne soit pas dans plus de deux couloirs et que ces deux couloirs soient séparés par au moins deux autres.



■ 2 - Le 800 m avec départ en ligne.



## ■ COURSES MIXTES

Dans aucune compétition, les courses ne pourront être mixtes entre hommes et femmes. Aucune performance, accomplie dans une compétition mixte, ne sera prise en compte.

## ■ TEMPS À RESPECTER ENTRE LES SÉRIES OU LA SÉRIE ET LA FINALE

- Jusqu'à 200 mètres *inclusivement* ..... 45'
- au-delà de 200 mètres jusqu'à 1000 mètres *inclusivement* ..... 90'
- au-delà de 1000 mètres ..... pas le même jour



## ■ LES FAUX DÉPARTS

**Il y aura faux départ dans les cas suivants:**

- Après le commandement du starter «*A vos marques*» ou «*Prêts*», le concurrent n'observe pas cet ordre dans un délai raisonnable: faux départ
- Le concurrent dérange les autres concurrents en faisant du bruit ou de toute autre manière après le commandement «*A vos marques*»: faux départ
- Le concurrent après le commandement «*A vos marques*» ou «*Prêts*» quitte ses marques soit avec les mains, soit avec les pieds: faux départ

## ■ SANCTIONS

**Tout concurrent effectuant deux faux départs sera disqualifié.**

Nota: pour les épreuves combinées les concurrents effectuant trois faux départs sont disqualifiés.

## ■ LES EX-ÆQUO

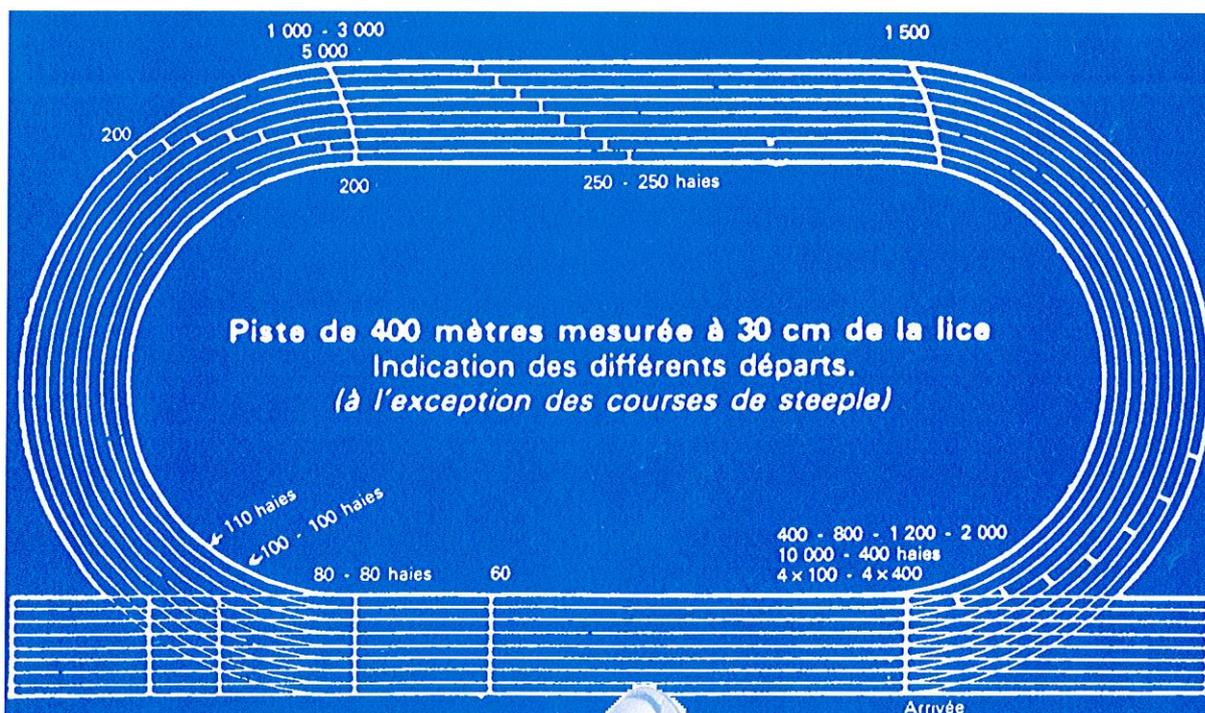
**Si un ex-æquo se produit** dans une série qui décide de l'aptitude des concurrents à concourir dans le tour suivant ou dans la finale, les concurrents se classant ex-æquo seront tous qualifiés si possible, sinon ils recommenceront la série.

**Dans le cas de l'attribution de la première place en finale**, le juge arbitre aura le pouvoir de décider s'il est possible, en pratique, de faire recommencer l'épreuve par les concurrents qui se sont classés ex-æquo. S'il décide que cela n'est pas possible, le résultat sera valable tel qu'il est. Les ex-æquo pour les autres places demeureront.

**Si le juge arbitre décide de faire recourir les deux athlètes** qui se sont classés ex-æquo, il faut si possible, utiliser les couloirs 3 et 5

## ■ MARQUAGE DE LA PISTE

- *Différents Départs et l'Arrivée*



## COMPOSITION DES SÉRIES

60, 80, 100 m, 200, 400, relais

A chaque fois que le nombre de concurrents est trop élevé pour que l'épreuve puisse se dérouler de façon satisfaisante, sous forme de finale directe, il y aura lieu d'organiser des séries éliminatoires.

Soit: ■ séries ■ 1/4 de finale ■ 1/2 finale ■ finale

**Exemple: piste à 8 couloirs**

Nombre de concurrents	Nombre de séries
9 à 16 .....	2
17 à 24 .....	3
25 à 32 .....	4
33 à 40 .....	5
41 à 48 .....	6
49 à 56 .....	7
57 à 64 .....	8
65 à 72 .....	9
73 à 80 .....	10
81 à 88.....	11
89 à 96 .....	12
97 à 104 .....	13
105 à 112 .....	14

Pour pouvoir composer les séries qualificatives, il est nécessaire de posséder les temps de référence des athlètes engagés, de façon à les répartir équitablement dans les différentes séries, suivant la règle dite du serpent, décrite ci-dessous.

**Exemple: avec une piste à 8 couloirs:**

■ nombre de concurrents: 24 inscrits dans l'épreuve, soit 3 séries de 8.

■ temps de référence des athlètes:

10"09 - 12"00 - 12"20 - 11"00 - 11"13 - 11"08 - 11"09 - 12"01 - 12"25  
 11"00 - 11"05 - 11"25 - 11"32 - 11"42 - 11"01 - 13"00 - 12"80 - 11"26 - 11"52  
 11"68 - 12"03 - 13"11 - 11"82 - 10"82

**A - RANGEMENT EN SÉRIE, selon leur valeur et la règle du serpent:**

<b>Série A</b>	10"09	11"05	11"08	11"32	11"42	12"01	12"03	13"11
<b>Série B</b>	10"82	11"01	11"09	11"26	11"52	12"00	12"20	13"00
<b>Série C</b>	11"00	11"00	11"13	11"25	11"68	11"82	12"25	12"80

**B - COMPOSITION DES AUTRES TOURS:**

**Règle:** Il faut prendre les premiers de chaque série et les ranger dans l'ordre de valeur, puis prendre les seconds de chaque série et les ranger dans l'ordre de valeur, puis les troisièmes de chaque série et les ranger dans l'ordre de valeur. Viennent ensuite, dans l'ordre de valeur, les meilleurs temps des séries



## Exemple: Temps réalisés en série

<b>Série A</b>	10"10 - 10"35 - 11"00 - 11"02 - 11"35 - 11"42 - 12"00 - 12"01
<b>Série B</b>	10"60 - 10"82 - 11"05 - 11"12 - 11"26 - 11"30 - 11"35 - 11"40
<b>Série C</b>	11"20 - 11"22 - 11"30 - 11"45 - 11"50 - 11"56 - 11"62 - 12"00

■ **classement suivant le temps** des séries avec la règle ci-dessus.

1 <sup>er</sup> demi-finale	10"10	10"35	10"82	11"05	11"30	11"26	11"30	11"40
2 <sup>e</sup> demi-finale	10"60	11"20	11"22	11"00	11"02	11"12	11"35	11"35

## AFFECTATION DES COULOIRS

### Règles:

**Pour le premier tour**, les couloirs sont affectés après tirage au sort intégrale, sans tenir compte de la valeur des concurrents.

**Pour les autres tours**, il y aura deux tirages au sort. Une fois que les athlètes sont répartis entre les différentes séries, dans chaque série, les quatre premiers athlètes participeront au premier tirage au sort pour l'attribution des couloirs centraux de 3 à 6. Les quatre derniers se partageront, après tirage au sort, les couloirs 1, 2, 7 et 8.

### Exemple avec nos deux 1/2 finales

<b>1<sup>ER</sup> 1/2 FINALE</b>	<b>couloirs de 3 à 6</b>	10"10 - 10"35 - 10"82 - 11"05
	<b>couloirs de 1,2,7,8</b>	11"30 - 11"26 - 11"30 - 11"40
<b>2<sup>E</sup> 1/2 FINALE</b>	<b>couloirs de 3 à 6</b>	10"60 - 11"20 - 11"22 - 11"00
	<b>couloirs de 1,2,7,8</b>	11"02 - 11"12 - 11"35 - 11"35

NOTA: on peut remarquer que cette règle privilégie la place par rapport à la performance. De ce fait, on constate que dans la 2<sup>ème</sup> 1/2 finale, un athlète ayant un chrono de 11"02 réalise la 5<sup>ème</sup> performance des deux 1/2 finales et néanmoins, il ne pourra pas bénéficier de l'un des couloirs centraux, alors que le concurrent ayant effectué 11"22 dans la 2<sup>ème</sup> 1/2 finale bénéficiera, lui, d'un des couloirs centraux.











