

Regelwerk zum Laufen des Vierkampfes

Austragungsort : Reitverein Windhof e.V.

Parkmöglichkeiten auf dem Gelände sind ausgewiesen .

Ausrüstung der Teilnehmer

Sportkleidung je nach Wetterlage und Laufschuhe

Die Teilnehmer erhalten eine Startnummer , die nach Beendigung der Disziplin Laufen , beim Schriftführer , abgegeben werden muss .

Wettkampfbedingungen / - voraussetzung

- gesundheitliche Fitness und Vermögen , die jeweilige Prüfungsanforderung zu erfüllen

Laufstrecke / Bodenbeschaffenheit

- Grasboden mit Kiesabschnitten und eingezäunte Wegstrecke

Wertungspersonal

2 Zeitnehmer

1 Wendekontrollleur (kontrolliert die Rundenzahl und Einhaltung der Laufstrecke)

2 Schriftführer

(dokumentiert Teilnehmer und Laufzeiten)

1 Sanitäter

1 Streckenkontrollleur

Prüfungsteilnahme Laufen

Je nach Prüfungsinhalt sind Distanzen von 800 m , 1500 m und 3000 m zurück zu legen ,

1. Start der Prüfung

Teilnehmer stellen sich nebeneinander an der Startlinie auf

2. Startkommando

„ Auf die Plätze “ und anschließender **einmaliger Pfiff aus einer Trillerpfeife** und die Zeitabnahme beginnt .

Fehlstartprozedere erfolgt genau wie beim Schwimmen

3 . Wenderegeln

Je nach Distanz sind Wendepunkte zu umlaufen , um wieder zur Start - / Ziellinie zu kommen .

Der entsprechende Wendepunkt wird vom Wendekontrollleur beobachtet und der Teilnehmer registriert .

Der Wendepunkt ist vom Teilnehmer zu umlaufen .

Wendepunkte

- befinden sich auf der Laufstrecke und an der Start - / Ziellinie

800 m – Lauf mit einmaligen Wendepunkt nach 400 m

1500 m – Lauf mit zweimaligen Wendepunkt nach 375 m und einer Zielwendung

3000 m – Lauf mit dreimaligen Wendepunkt nach 500 m und zwei Zielwendungen

4. Zieleinlauf

Nach Absolvierung der geforderten Laufdistanz der Prüfung , ist die Überquerung der Ziellinie erforderlich und die Zeitabnahme endet.

Der Zeitnehmer übermittelt dem Schriftführer die Laufzeit zur Dokumentation .

Disqualifikation

Das Ziehen eines Teilnehmers durch einen anderen Teilnehmer ist verboten und führt für beide zur Disqualifikation .

Das Nichtumlaufen der Wendepunkte führt ebenfalls zum Ausschluss aus dieser Disziplin .

Alle weiteren Ausschlusskriterien , haben , wie beim Schwimmen , auch beim Laufen bestand .

Zuschauer

Das Zuschauen ist im ausgewiesenen Bereich an der abgesperrten Laufstrecke erlaubt . Wir bitten andere Bereiche der Laufstrecke und Zieleinlauf nicht zu betreten , um einen reibungslosen Wettkampf für alle Aktiven sicher zu stellen und fair zu bewerten .

Vierkampf 5. & 6. Mai 2018



Regelwerk Schwimmen und Laufen