

## REGLEMENT

➤ **ANMELDUNGSMODALITÄTEN: Keine Anmeldung vor Ort: Befolgen Sie die Anweisungen, die Sie erhalten auf der offiziellen Website der LARGE zu gegebener Zeit. Die Anmeldung wird für alle kostenlos sein.**

➤ **BESTÄTIGUNG:** Mindestens 40 Minuten vor der Veranstaltung.

➤ **KATEGORIEN:** Das Match und die Meisterschaft sind für Athleten offen, die mindestens 35 Jahre alt sind am Tag vor den Wettkampf. Es wird keine Ausnahmen geben.

➤ **BEGRENZUNG DER WETTKÄMPFE:** Maximal 4 Wettkämpfe pro Athlet: davon höchstens 3 pro Disziplingruppe von Disziplinen (Laufen/Werfen/Springen) + 1 Staffel (4x200m).

➤ **TECHNISCHE MODALITÄTEN :**

o Die Gewichte der Geräte, die Höhe der Hürden und ihre Abstände sind den jeweiligen Kategorien angepasst.

o Der Organisator bestimmt den Zeitplan und kann Kategorien zusammenlegen, wenn dies für den reibungslosen Ablauf des Wettkampfs erforderlich ist.

o Stabhochsprung: 10 cm in 10 cm-Schritten für den Stabhochsprung und 3 cm in 3 cm-Schritten für den Hochsprung.

o Dreisprung: Für Männer kann ein Brett bei 7 m , für Frauen bei 5 m möglich sein.

o 6 Versuche für alle im Wurf und im Weitsprung. Beschränkung auf 4 Versuche, wenn aufgrund einer hohen Teilnehmerzahl die Einhaltung des Zeitplans dies erforderlich macht.

o Starts:

▪ Die Nutzung der Start-Blöcke ist ab M50/W50 nicht verpflichtend.

Dreipunkt-Start ist erlaubt, wie er von der EMA und der WMA vorgeschrieben ist.

▪ Wenn für einen jüngeren Athleten oder eine jüngere Athletin aufgrund eines echten körperlichen Problems der Start in Startblock nicht möglich ist, kann der Schiedsrichter einen stehenden Start erlauben, aber in diesem Fall kann kein Rekord aufgestellt werden.

▪ Ein einziger Fehlstart pro Lauf wird toleriert. Ein zweiter Fehlstart im Lauf führt zum Ausscheiden des Teilnehmers, der diesen begangen hat.

o Sprint: Es gibt keine Vorläufe, sondern Zeitendläufe, wenn es mehrere Finals gibt. Geben Sie eine Bestzeit von 2023/2024 an, um in diesem Fall Rennen mit homogenem Niveau zu bilden.

➤ **WERTUNGSMODALITÄTEN FÜR Mannschaften**

o Aus Gründen der Fairness wird die nach Alter gewichtete WMA-Leistungstabelle -2023- verwendet.

o Somit werden für JEDEN Wettkampf pro Liga, die an dem Spiel teilnimmt, die beste Leistung eines Mannes UND die beste Leistung einer Frau nach der WMA-Tabelle in Punkte umgerechnet.

o Die endgültige Rangliste wird nach Punkten und nicht nach Platzierungen erstellt.

➤ **AUSZEICHNUNGEN:**

o Für die Meisterschaft Grand-Est: Nur der/die Erstplatzierte wird mit der Medaille des Champion(n)e auf dem Podium überreicht, sobald die Ergebnisse seines Wettkampfes verkündet wurden.

o Für das Match zwischen den Mannschaften: Es wird ein besonderes Protokoll erstellt.

➤ **NOTA BENE**

o Bei Problemen, Sonderfällen oder sonstige Eventualitäten, die in diesen Regeln nicht behandelt wurden, sollte Eric Mielle, Präsident der CRAM und Delegierter der CSO, kontaktiert werden. E-Mail-Adresse: [mielleeric2@gmail.com](mailto:mielleeric2@gmail.com)