



## **REGLES SPECIFICIQUES AUX COMPETITONS INDOOR**

### **Toutes catégories**

#### **Protocole de départs :**

Mise en place des coureurs

Coup de sifflet direct

#### **Règle des faux départs VITESSE :**

##### **Avant coup le coup sifflet,**

Lorsque qui passera la ligne recevra un premier avertissement (carton jaune).

En cas de récidive, sur le même départ, il recevra un carton rouge qui équivaldra à un faux départ et donc un placement à 1 m derrière la ligne de départ.

L'avertissement (carton jaune) n'est pas cumulable et donc valable uniquement pour la manche en cours.

##### **Au coup de sifflet,**

Premier faux départ : Le coureur fautif est placé 1 m derrière la ligne pour le second départ.

Second faux départ entraîne la disqualification du coureur fautif quel qu'il soit (même si il n'est pas impliqué dans le premier faux départ)

(Disqualification = Classement à la dernière place de la série la plus importante de la catégorie)

#### **Règle des faux départs FOND :**

##### **Avant coup le coup sifflet,**

Lorsque qui passera la ligne recevra un premier avertissement (carton jaune).

En cas de récidive, sur le même départ, il recevra un carton rouge qui équivaldra à un faux départ et donc un placement à 1 m derrière la ligne de départ.

L'avertissement (carton jaune) n'est pas cumulable et donc valable uniquement pour la manche en cours.

##### **Au coup de sifflet,**

Premier faux départ : Le coureur fautif est placé 1 m derrière la ligne pour le second départ.

Si lors du prochain départ, le coureur fautif anticipe à nouveau le départ, il sera disqualifié.

Si deuxième faux départ, la règle ci-dessus est à nouveau appliquée.

(Disqualification = Classement à la dernière place de la manche - séries ou finales)

Second faux départ entraîne la disqualification du coureur fautif quel qu'il soit (même si il n'est pas impliqué dans le premier faux départ)

(Disqualification = Classement à la dernière place de la série la plus importante de la catégorie)

### Quille de balisage piste

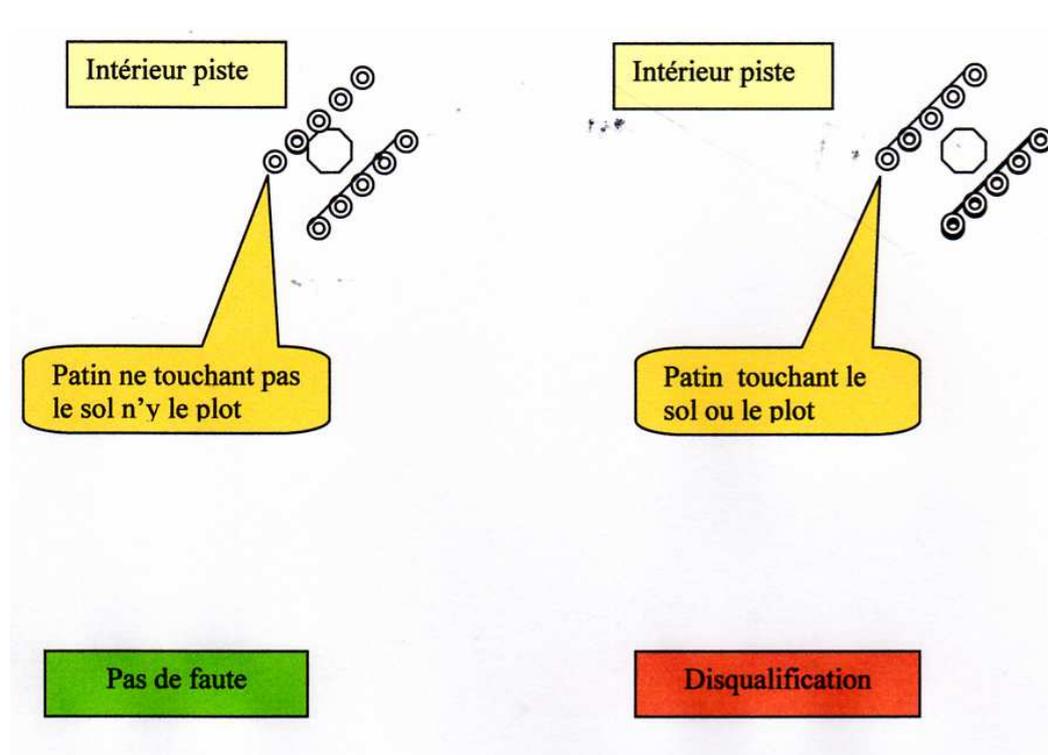
La piste sera balisée par 4 plots ou quilles qui en fonction des dimensions de l'équipement seront disposées suivant le schéma joint. Le diamètre des virages devront compris entre 9 et 11 m. La largeur de la piste ne devra pas être inférieure à ce qui est indiquée.

La hauteur des quilles devra être inférieure à 20 cm. L'utilisation de plots larges et de faible hauteur est préférable.

La ligne de départ sera placée à une distance de 3 m du fond de la salle. La ligne d'arrivée sera placée à une distance de 10 du plot du premier virage.

Règlement : tout coureur touchant cette quille sera disqualifié.  
(Classement à la dernière place de la manche - séries ou finales)

Le passage des plots sera sanctionnable suivant les indications ci-dessous



### Arrêt de la course en cas de chute au départ

Un nouveau départ sera donné en cas de chute d'un coureur **causé par le contact avec un autre coureur** lorsqu'elle aura lieu avant le premier passage sur la ligne. (zone entre la ligne de départ et la ligne d'arrivée).