



MERKEZ HAKEM KURULU 2016 YILI FAALİYET ÖZETİ

KONULAR

- Faaliyetler ve Hakem Eğitimleri
- Açılan Hakem Kursları
- Terfi Sınavları
- Deplase Edilen Hakemler
- Yapılan Resmi Müsabakalar
- Kros – Pist Yarışmalarına Katılan Takımlar
- Yaş Gruplarına Göre Yarışmalara Sporcu Katılımları
- Merkez Hakem Kurulunun Dilek ve Temennileri

* Faaliyetler ve Hakem Eğitimleri :

Federasyonumuz 2015—2016 sezonunu oldukça yoğun geçirmiştir. Merkez Hakem Kurulumuz bu yoğun faaliyetlerin yanı sıra ;

- * ISF Okullar Dünya Şampiyonası
- * Avrupa Şampiyon Kulüpler Şampiyonası
- * Balkan Büyükler Salon ve Gençler Açık Saha Şampiyonaları,
- * Üniversiteler Kros ve Açık Saha Şampiyonaları,
- * Okul sporları atletizm yarışmaları,
- * Bedensel, Görme ve İşitme engelliler federasyonları ile

- * **Faaliyetler ve Hakem Eğitimleri :**
- * Özel kurum ve kuruluşların atletizm yarışmalarını aksaksız şekilde organize etmiştir.
- * Belirtilen organizasyonlarda görev alan hakemlerimiz ihtiyaç duyulduğunda organizasyonların yapıldığı illere yakın illerden deneyimli hakemlerimizce takviye edilmiştir.
- * Gerçekleştirilmiş olan bu faaliyetlerle yerel ve deplasman hakemlerimiz arasında bilgi alış verişleri pekiştirilmiş olup bu amaçla 60 ilden toplam 348 hakem deplase edilmiştir.
- * Ekim ve Kasım aylarında yapılacak Bölgesel lig yarışmaları ile hedef 81 il ve 500 hakem olarak planlanmıştır.

- Federasyonumuzun 2016 yılı Faaliyet Sezonunda Organize ettiği Resmi Müsabakalarına Katılımlar
 - (Pist – Kros – Yürüyüş – Dağ Koşuları)

16 Yaş Altı Kız-Erkek Katılımı	:	365 Kulüp-Okul Takımı
Küçük Kız – Erkek Katılımı	:	601 Kulüp-Okul Takımı
Yıldız Kız – Erkek Katılımı	:	371 Kulüp Takımı
Genç Bayan – Erkek Katılımı	:	192 Kulüp Takımı
Büyük Kadın – Erkek Katılımı	:	136 Kulüp Takımı

TOPLAMDA İSE 1675 KULÜP VE OKUL TAKIMLARINI TEMSİLEN 12011 KADIN VE ERKEK SPORCU RESMİ MÜSABAKALARIMIZA İŞTİRAK ETMİŞLERDİR.

* Faaliyetler ve Hakem Eğitimleri

* 2016 Faaliyet sezonu başında Merkez Hakem Kurulunca oluşturulan komisyonca çevirisi yapılan IAAF yarışma kural kitapçığı ülkemiz genelinde tüm hakem ve antrenörlerimizin kullanımına sunulmak üzere illerimize gönderilerek dağıtımları sağlanmıştır.

* 2015-2016 Faaliyet sezonu başlangıcında ise yıl içinde yapılan faaliyetlerde MHK'ce tespit edilen kuralları uygulama tereddütleri ve yeni gelen kural değişikliklerini içeren bir eğitim sunusu hazırlanarak tüm il temsilcilerimize gönderilerek faal hakem seminerlerinde işlenmesi sağlanmıştır.

* Faaliyetler ve Hakem Eğitimleri :

Yine faaliyet sezonu içerisinde Bilgi İşlem Hakemi yetiştirme seminerleri düzenlenerek özellikle İç Anadolu, Doğu ve Güneydoğu Anadolu Bölgelerimizde yarışmaların Bilgisayar ortamında yapılması için ortam hazırlanmıştır.

* Bilgi İşlem Seminerlerine hakem çağrılan illerimiz ;

Adıyaman

Malatya

Aksaray

Mardin

Bingöl

Niğde

Çankırı

Sivas

Elazığ

Şanlıurfa

Gaziantep – Kahramanmaraş – Kütahya

* Yeni sezonda istekli illerden Bilgi İşlem Hakemi yetiştirilmek üzere hakem seminerlerine devam edilecektir.

* Açılan Hakem Kursları

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerimizin ihtiyaçları ve talebi doğrultusunda açılan Hakem Kursları

Kurs Açılan İl Sayısı : 11

Kurslarda Başarılı Olanların Sayısı : 414 Hakem

* Kurs Açılan İller

Adana – Antalya – Aksaray –Aydın – Bartın – Denizli
Elazığ – Erzincan – Kayseri – Konya – Nevşehir

* Yıl sonuna kadar kurs açılması planlanan iller

Mardin – Ordu - Tokat - Kütahya

* Terfi Sınavları

9 İlimizden gelen terfi sınavı istekleri doğrultusunda Ulusal ve Uluslar arası hakemliğe terfi sınavları yapılmıştır.

Ulusal Hakemliğe Terfi	:	55 Hakem
U.Arası Hakemliğe Terfi	:	43 Hakem

* Terfi sınavı yapılan ve kurs açılan iller ile yarışma organizasyonu verilen illerin atletizm yarışmalarında görev alan tüm hakemlerine seminerler verilerek değişen kurallarla ilgili bilgi edinmeleri sağlanmıştır.

Merkez Hakem Kurulunun Kulüp idarecileri ve Antrenörlerimizden Dilek ve Temennilerimiz

- * Teknik Kurulca hazırlanan yarışma teknik bültenlerinin iyi inceleyerek statü dışı isteklerde bulunmamaları,
- * Özellikle takım ve ferdi yarışma kayıtlarını yaparlarken Teknik Bültenlerde belirtilen son kayıt tarih ve saatlerine dikkat edilerek kayıtların kapanmasından sonra yeni kayıt isteklerinde bulunmayarak etkinliklere katkı sağlamalarıdır.
- * 2016-2017 sezonunda ise yarışma Teknik Bültenlerinde istenen belgeleri (Lisans- Kulüp - İl onayı v.s) olmayan ferdi sporcular ile takımlar protestolu yarıştıramayacaktır.

**2016- 2017 SEZONUNDA TÜM İL TEMSİLCİSİ
VE ANTRENÖR ARKADAŞLARIMA KURULUM
ADINA BAŞARILAR DİLERİM.**

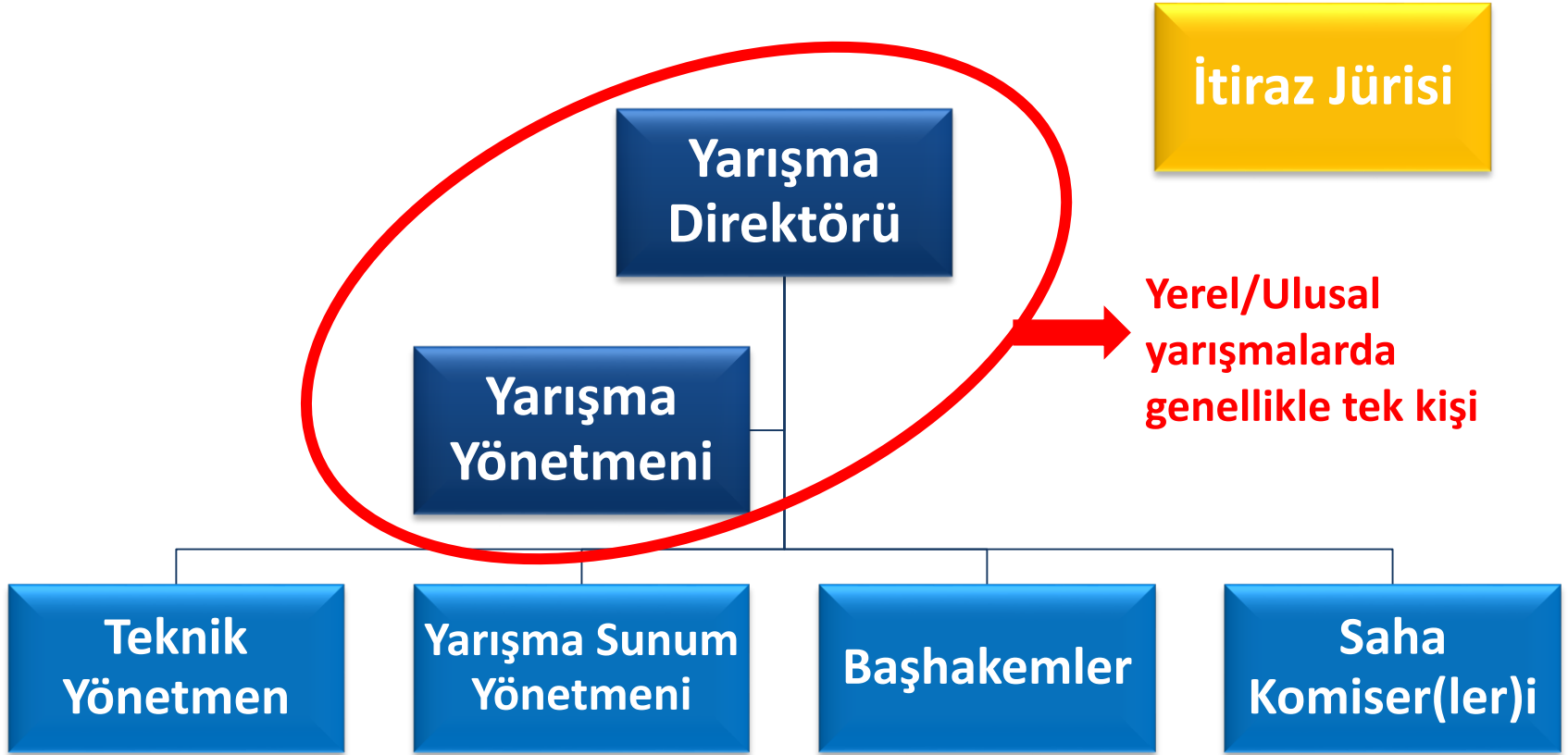
**MÜSLÜM AKSAKAL
MERKEZ HAKEM KURULU ASBAŞKANI**

YARIŞMA DİREKTÖRÜ

- Yarışma öncesi ve yarışma sırasında teknik açıdan planlamayı yapar.
- Teknik sorunlara müdahale eder.
- Tüm görevlilerle iletişim halinde olarak, programın zamanında uygulanmasını sağlar.

YARIŞMA YÖNETMENİ

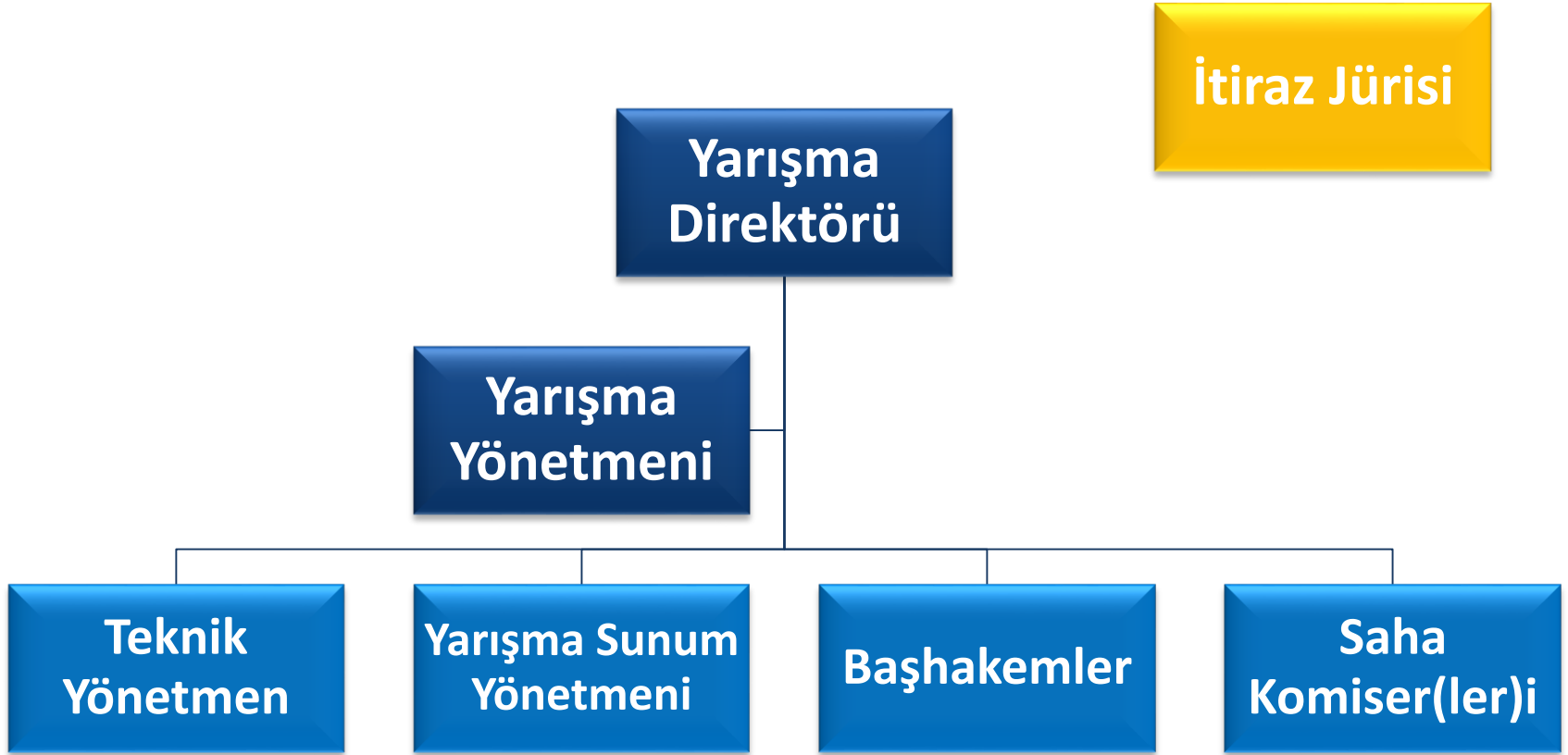
- Yarışmanın yönetiminden sorumludur.
- Hakemlerin ve görevlilerin, görev yerlerinde bulduklarını, görevlerini yaptıklarını kontrol eder.
 - Kurallara uymayanları görevden alabilir, yerlerini değiştirebilir.
- Saha Komiseri ile işbirliği içinde, yarışma alanına sadece yarışmacılar, hakemler ve diğer görevlilerin girmesini sağlar.



(Teknik Kurallar 119 - 139)

TEKNİK YÖNETMEN

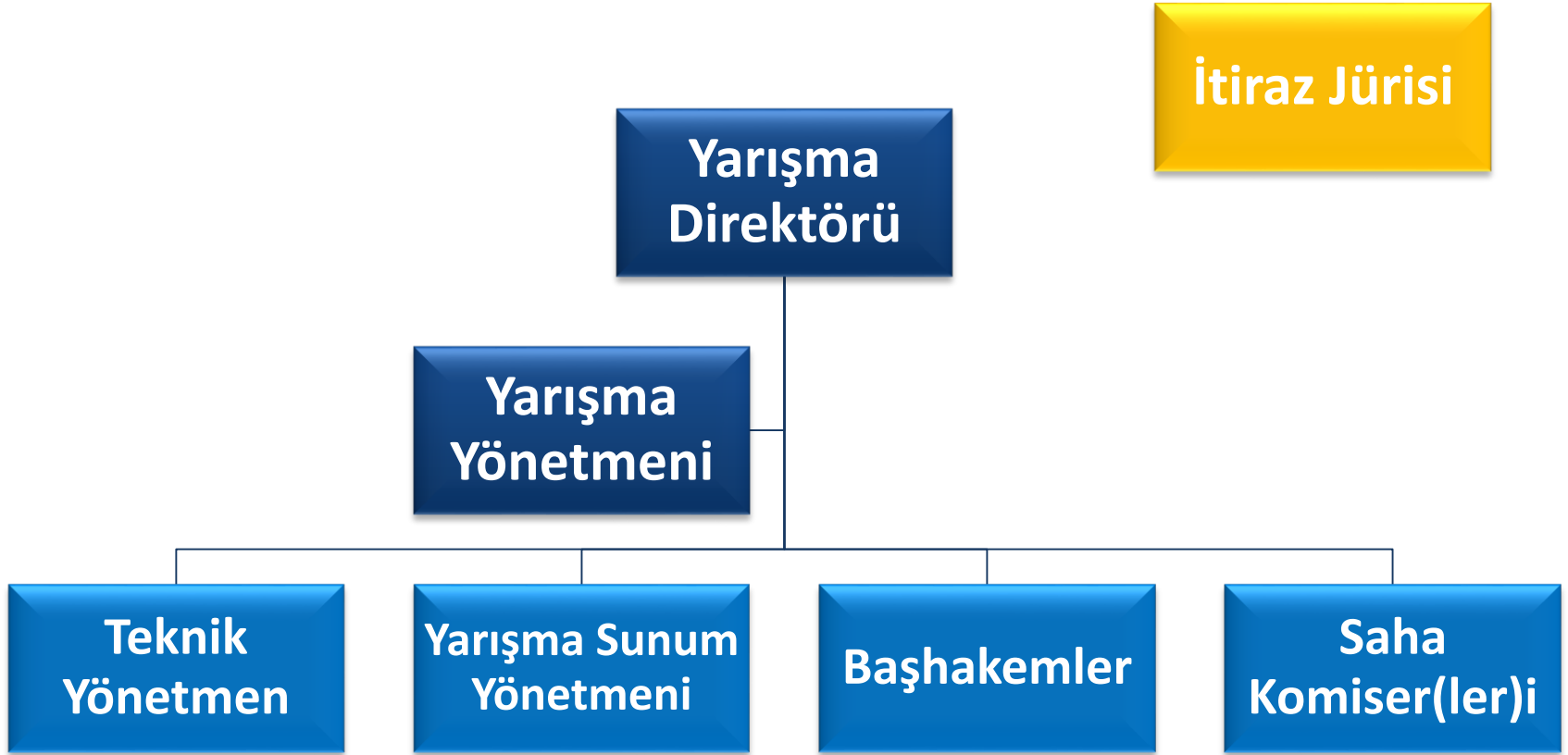
- Yarışma alanının düzenlenmesinden sorumludur.
- Pistin, sektörlerin ve malzemelerin kurallara uygunluğunu kontrol eder.
- Atmalarda kullanılan aletlerin ölçü ve ağırlıklarını kontrol ederek ilgili sektörlere çıkarılmalarını sağlar.



(Teknik Kurallar 119 - 139)

YARIŞMA SUNUM YÖNETMENİ

- Yarışmaların zevkle izlenmesi için gerekli düzenlemeleri yapar ve bununla ilgili ekibi idare eder.
- Yarışmacıların takdimi, ödül törenlerinin düzeni, tören ve yarışma esnasında çalınacak müziğin seçiminden sorumludur.
- Yarışma Direktörü ile koordinasyon içinde çalışır.



(Teknik Kurallar 119 - 139)

SAHA KOMİSERİ

- Yarışma alanını kontrol altında tutar, yarışmacılar, hakemler, görevliler ve akreditasyon sahiplerinin dışındaki kişilerin sahaya girmelerine izin vermez.

SAHA KOMİSERİ

➤ Yarışma alanını kontrol altında tutar, yarışmacılar, hakemler, **görevliler ve akreditasyon sahiplerinin** dışındaki kişilerin sahaya girmelerine izin vermez.



- ✓ Taşıma personeli
- ✓ Atlama havuzu kum düzelticisi
- ✓ Yarışma sunum görevlileri
- ✓ Ödül töreni hostesleri
- ✓ Fotoğrafçılar
- ✓ TV kameramanı ve teknisyenleri
- ✓

BAŞHAKEM

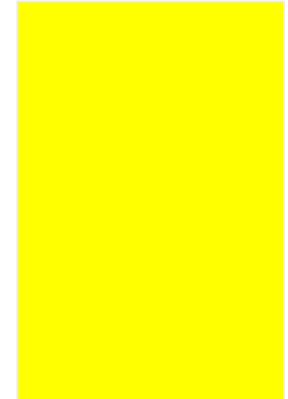
- Sorumluluğundaki sektörde kurallara ve teknik talimatlara uyulmasını sağlar.
- Kurallarda yer almayan konularda karar verir.
- Anlaşmazlıkları çözer, itirazları karara bağlar.
- Sonuç çizelgesini kontrol eder ve imzalar.
- Gerekli görürse bir yarıştı geçersiz sayabilir, tekrar ettirebilir.

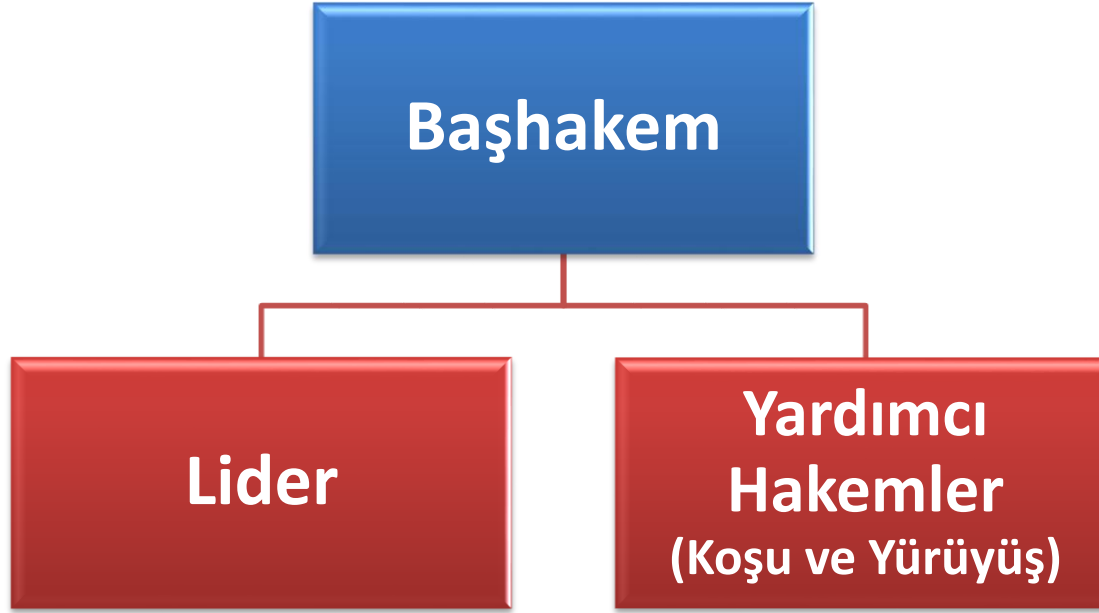
BAŞHAKEM

- İhtar ve ihraç yetkisine sahiptir.

"Başhakem sportmenlik dışı ya da uygunsuz davranışta bulunan herhangi bir yarışmacıyı yarışmadan ihraç etme ya da uyarı yetkisine sahiptir."

Sporculara uyarılar sarı kart, ihraçlar ise kırmızı kart gösterilerek yapılır.





LİDER

- Sektöründeki hakemler arasında görev bölümü yapar.
- Derecelerin kurallara uygun şekilde tespit edilmesini sağlar.
- Sonuçların kayıtlara doğru olarak geçirilmesini gözetir.

YARDIMCI HAKEM



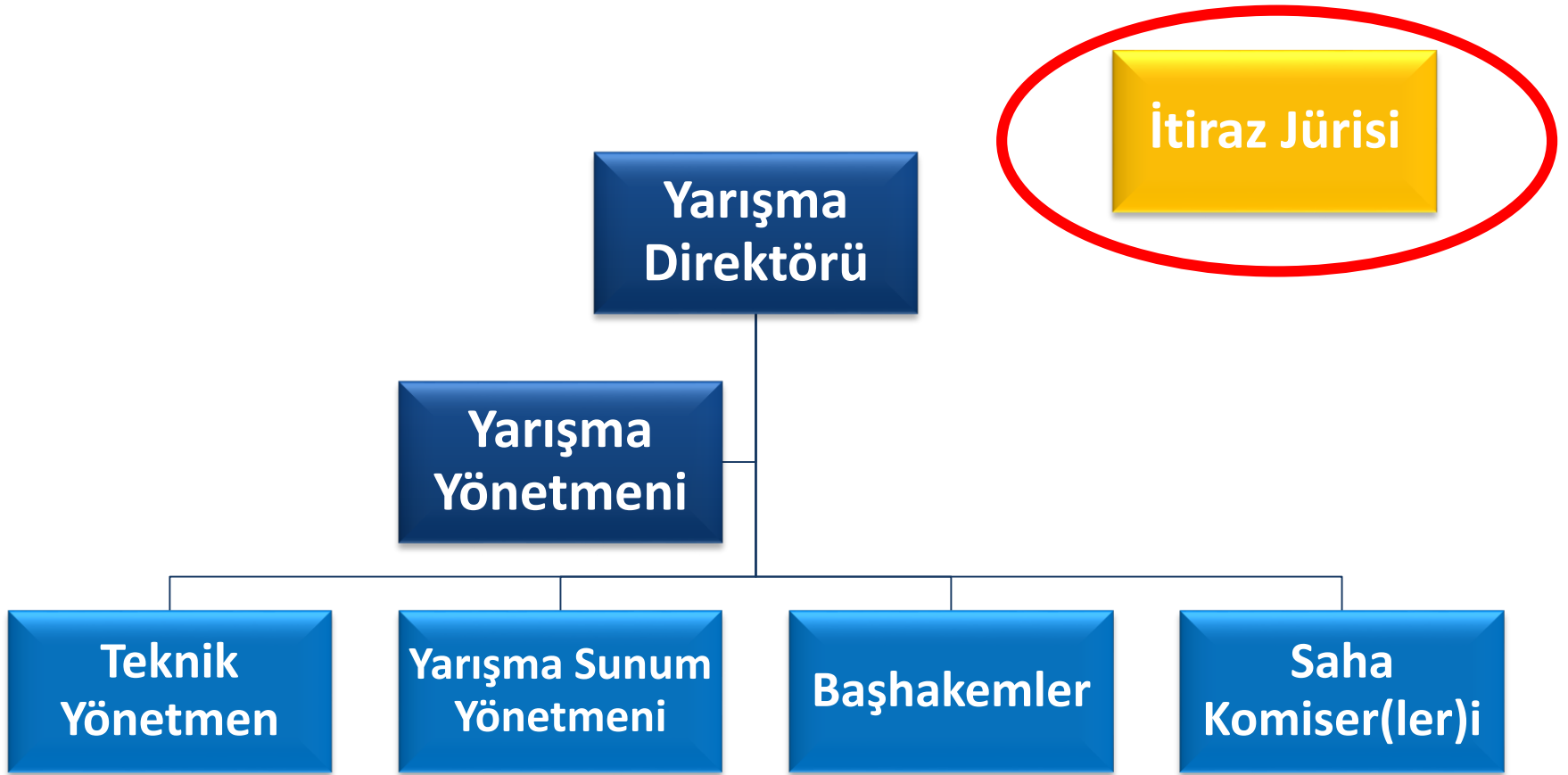
- Tüm koşularda ve yürüyüş yarışlarında görev yapar.
- Başhakemin yardımcısıdır; faullü hareketleri ve kural ihlallerini gözlemler, doğru kararı verebilmesi için gözlemini başhakeme aktarır (son karar yetkisi yoktur).
- Hatayı, sarı bayrak kaldırarak veya yarışma öncesi belirlenmiş başka bir güvenilir yöntemle başhakeme işaret eder.

YARDIMCI HAKEM, KENDİ GÖZLEMİNE GÖRE BİR HATA YAPILDIĞINI DÜŞÜNÜRSE;

- Sarı bayrak kaldırır,
- Hatanın yapıldığı kulvara gider,
- Mümkünse hata yapılan yeri pist üzerinde işaretler,
- Sarı bayrağı havada tutarak, Başhakemin kendisine gelmesini bekler.







(Teknik Kurallar 119 - 139)

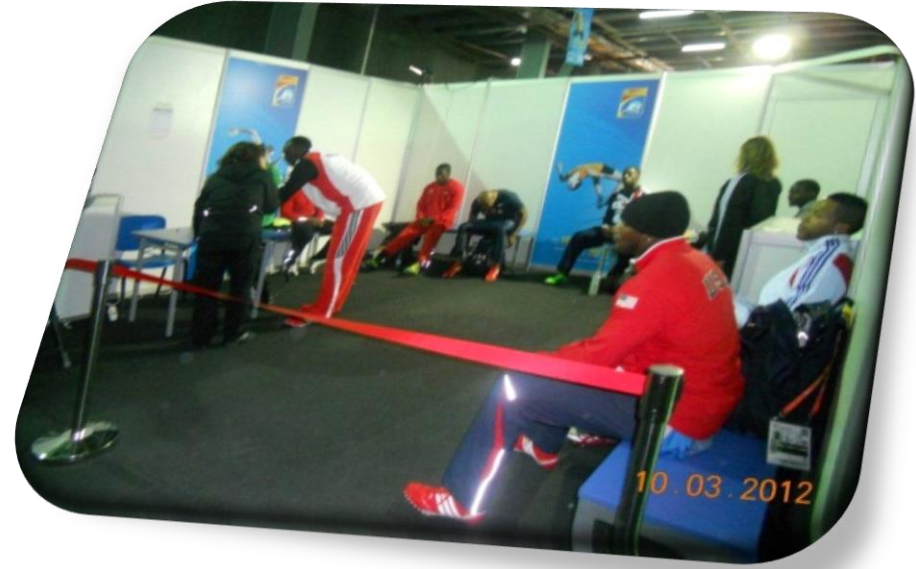
İTİRAZ JÜRİSİ

- Üç, beş veya yedi üyeden oluşur.
- Üyelerden biri başkanlığı, biri de sekreterliği üstlenir. Gerekirse sekreter, jüri üyeleri dışından atanabilir.
- Prosedüre uygun olarak yapılan itirazları görüşür ve karara bağlar.
- İtiraz konusuyla ilgili her türlü video, fotoğraf ve diğer kanıtları değerlendirebilir, başhakem ve hakemlerin görüşünü alabilir.
- Jürinin kararı kesindir, değiştirilemez.

İtiraz prosedürü:

- İtiraz, önce atlet veya temsilcisi tarafından başhakeme sözlü olarak yapılır.
- Yarışma sonucunun resmi ilanından sonra 30 dakika içinde İtiraz Jürisi'ne dilekçe ile itiraz edilebilir.
- Jüriye yapılan itiraza 100 Amerikan Doları veya eşdeğeri depozito eşlik eder, itirazın reddi halinde depozito iade edilmez.

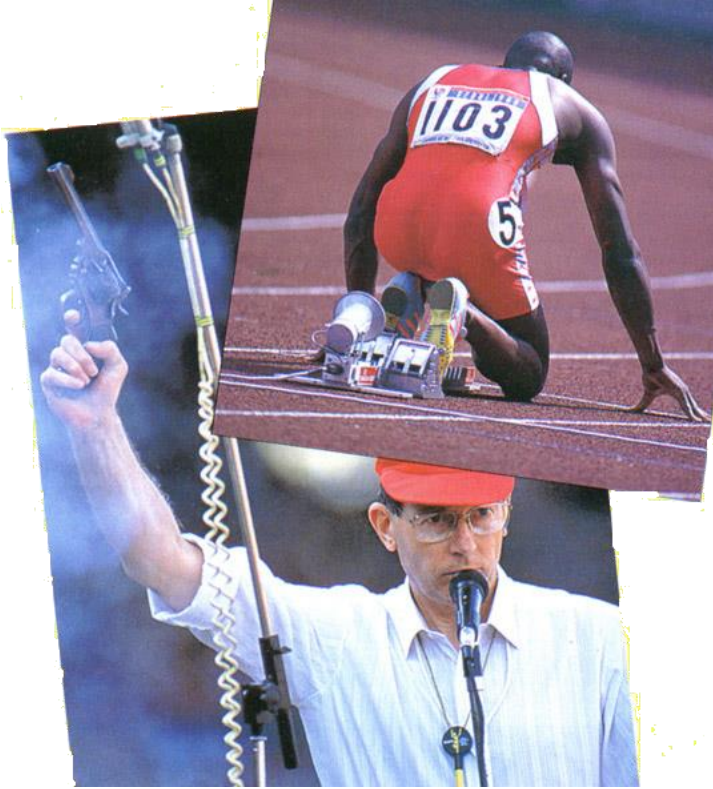
ÇAĞRI ODASI



- Isınma alanı ile yarışma alanı arasındaki geçişi düzenler.
- Aşağıdaki kontroller yapılır;
 - Yarışmacıların çıkış listesine uygunluğu
 - Göğüs numaraları
 - Yarışma giysileri (Resmi formalar)
 - Reklamlar
 - Ayakkabılar (Çivi sayıları, boyutları)
 - ✓ Ayakkabısız ve tek ayakkabıyla yarışılabilir,
 - ✓ En çok 11 çiviye izin verilir,
 - ✓ Çivi en çok 9mm, yüksek ve ciritte en çok 12mm

Yarışma alanına sokulmasına izin verilmeyecek malzemeler :

- Atma aletleri
- İzin verilenden daha çok ve/veya daha uzun çiviye sahip ayakkabılar
- Elektronik cihazlar; video, kasetçalar, radyo, CD, telsiz vericisi, mobil telefon ve benzeri



PİST YARIŞLARI

NİZAMİ ATLETİZM PİSTİ

- ❑ Pist uzunluğu 400 metre
- ❑ İki paralel düzlük + çapları eşit iki viraj
- ❑ Kulvar genişliği 1.22 metre
- ❑ Çıkış, varış ve kulvar çizgileri genişliği 5 santimetre

Olimpik branşlar

- Kısa mesafe : 100m, 200m, 400m
- Orta mesafe : 800m, 1500m
- Uzun mesafe : 5000m, 10000m
- Engelli koşular: 100mE/110mE, 400mE, 3000mE
- Bayrak yarışları: 4x100m, 4x400m

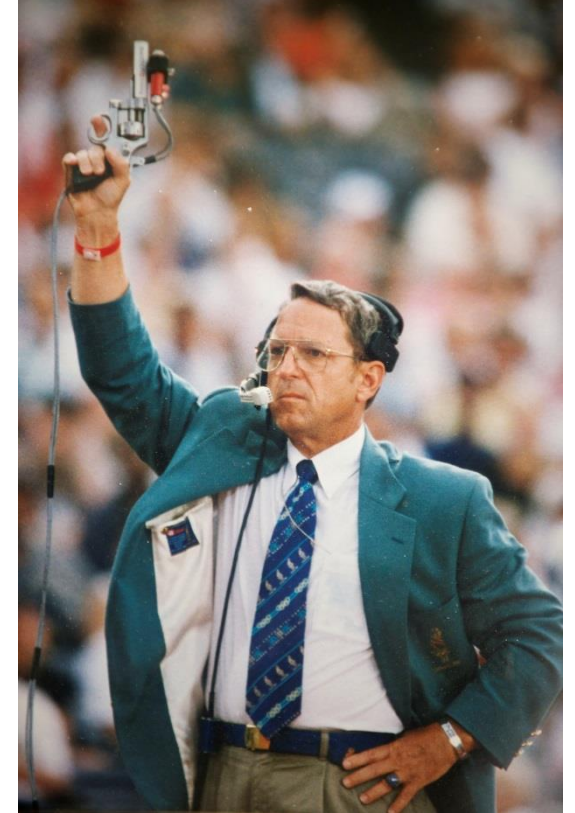
Koşular Çıkış Hakemi'nin komutlarıyla başlar;

Alçak çıkışlı (takozdan çıkılan) koşular

- Yerlerinize
- Dikkat
- Tabanca

Yüksek çıkışlı koşular

- Yerlerinize
- Tabanca



Alçak çıkışlı koşular

100m, 200m, 400m

100m engelli/110m engelli, 400m engelli

4x100m, 4x400m

“Yerlerinize” komutuyla atlet, çıkış çizgisinin gerisindeki takoza oturur; en az bir dizi ve her iki el yerle, her iki ayağı takozla temas halinde olmalıdır.

“Dikkat” komutunda her iki elin yerle, her iki ayağın takozla teması kesilmeden çıkış pozisyonu alınır.



YERLERİNİZE !



DİKKAT !

Yüksek çıkışlı koşular

- 400 metreden uzun mesafeler

“Yerlerinize” komutuyla atlet, 5 cm genişliğindeki çıkış çizgisinin arkasında çıkış pozisyonu alır.

Çıkış esnasında yarışmacı zemine el(ler)iyle temas edemez.

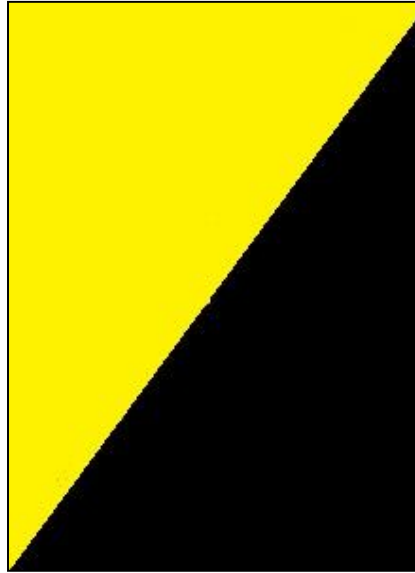
HATALI ÇIKIŞ

- Tabanca sesinden önce çıkış hareketine başlayan atlet(ler) “**hatalı çıkış**” yapmış olur.
 - Yüksek çıkışla başlayan yarışlarda erken bir çıkış hareketinin denge kaybı sonucu olduğu düşünülürse, “**hatalı çıkış**” verilmez.
- Hatalı çıkışı tespit etmek ve atletleri geri çağırmak, Geri Çağırma Hakemleri’nin sorumluluğundadır.

Çoklu yarışmalar dışında, hatalı çıkışı yapan atlet(ler), Çıkış Hakemi Yardımcısı tarafından kırmızı ve siyah (çapraz olarak ikiye bölünmüş) bir kart gösterilerek diskalifiye edilir.



Çoklu yarışmalarda, Hatalı çıkışı yapan atlet(ler), Çıkış Hakemi Yardımcısı tarafından sarı ve siyah (çapraz olarak ikiye bölünmüş) bir kart gösterilerek uyarılır.



Sonraki hatalı çıkışı yapan atlet(ler) diskalifiye edilir.







ATLETİZM HAKEM KURSU



START TIME 20:43

TEMPERATURE 26°C

HUMIDITY 67%

Wind: -1.4m/s

PLACE	BIB	NAME	COUNTRY	DATE OF BIRTH	LANE	RESULT	REACTION	F ⁿ
1	587	Yohan BLAKE 요한 블라케	JAM	26 DEC 89 1989년 12월 26일	6	9.92 SB	0.174	
2	1073	Walter DIX 월터 디스	USA	31 JAN 86 1986년 1월 31일	4	10.08	0.175	
3	941	Kim COLLINS 김 칼린스	SKN	5 APR 76 1976년 4월 5일	3	10.09	0.155	
4	413	Christophe LEMAITRE 크리스토프 르메트르	FRA	11 JUN 90 1990년 6월 11일	8	10.19	0.179	
5	111	Daniel BAILEY 다니엘 베일리	ANT	9 SEP 86 1986년 9월 9일	2	10.26	0.165	
6	424	Jimmy VICAUT 지미 비코	FRA	27 FEB 92 1992년 2월 27일	1	10.27	0.162	
7	589	Nesta CARTER 네스타 카터	JAM	10 NOV 85 1985년 11월 10일	7	10.95	0.154	
	588	Usain BOLT 우사인 볼트	JAM	21 AUG 86 1986년 8월 21일	5	DQ 162.7	-0.104	F ¹

Eğer hatalı çıkış bir atletten kaynaklanmıyorsa ya da Başhakem, Çıkış Hakemi'nin hatalı çıkış kararına katılmıyorsa, tüm sporculara yeşil kart gösterilir.



Çıkış Hakemi aşağıdaki hallerde çıkışı iptal eder;

- Yarışmacının ayağa kalkarak ya da elini kaldırarak çıkışa engel olması,
- Yarışmacının çıkış komutuna belirli bir sürede uymaması,
- Yarışmacının çıkıştan önce diğer yarışmacıları ses ya da başka şekilde rahatsız etmesi.

Bu durumda Başhakem, yarışmacıyı "uygun olmayan hareket" nedeniyle uyarabilir, tekrarı halinde diskalifiye edebilir.

Çıkış Hakemi Yardımcısı

- Yarışmacıların doğru seride ve doğru kulvarda olduklarını, göğüs numaralarını doğru taktıklarını kontrol eder.
- Yarışmacıları kulvarlarına, çıkış çizgisinin yaklaşık üç metre gerisine yerleştirir.
- Çıkış hakeminin yerlerinize/dikkat komutunda, yarışmacıların komuta uyduklarını kontrol eder.
- Bayrak yarışlarında stafetin hazır olmasından sorumludur.

Çıkışla ilgili prosedür, **Çıkış Koordinatörü** tarafından yürütülür. Çıkış ekibinin görev dağılımını Çıkış Koordinatörü yapar.

Çıkıştan sorumlu başhakem, gerektiğinde "uygun olmayan" hareketten yarışmacıyı uyarabilir, tekrarı halinde yarıştan ihraç edebilir.

Çıkışla ilgili prosedür, **Çıkış Koordinatörü** tarafından yürütülür.
Çıkış ekibinin görev dağılımını Çıkış Koordinatörü yapar.

Çıkıştan sorumlu başhakem, gerektiğinde "uygun olmayan" hareketten yarışmacıyı uyarabilir, tekrarı halinde yarıştan ihraç edebilir.

Yerel/Ulusal yarışmalarda genellikle aynı kişi !

ZAMAN ÖLÇÜMÜ

ZAMAN ÖLÇME YÖNTEMLERİ

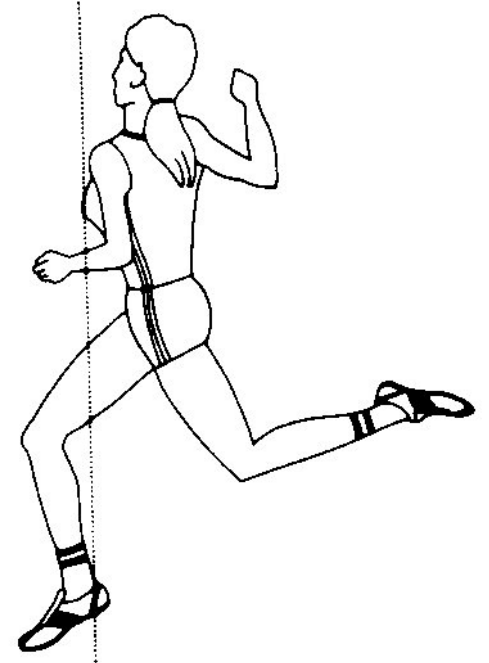
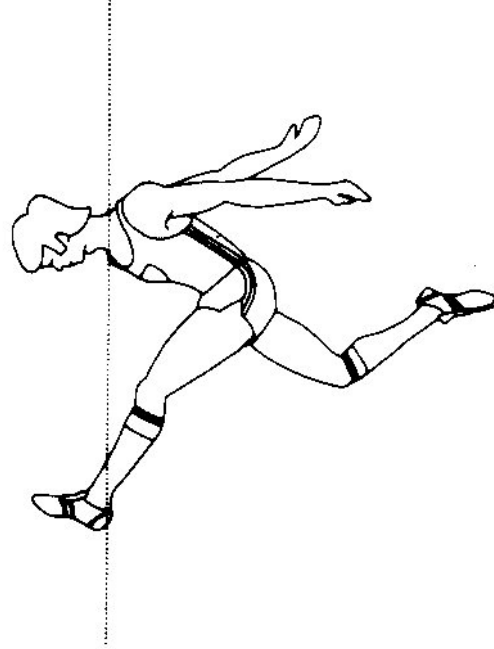
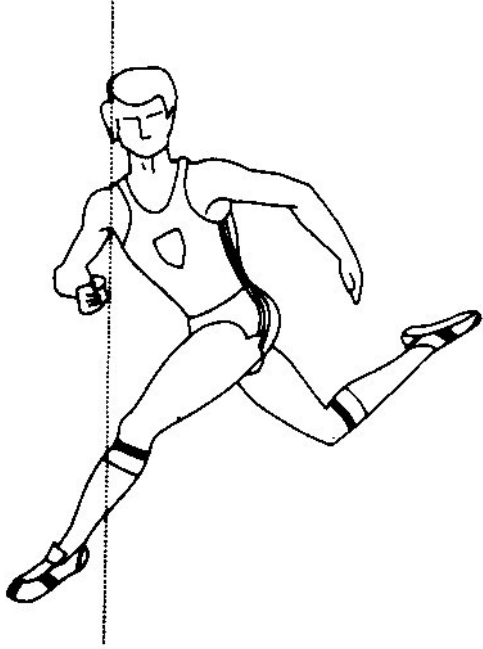
1. Manuel zamanlama (El kronometresi)
2. Tam otomatik zamanlama (Fotofiniş sistemi)
3. Çipli süre ölçümü (sadece kısmen veya tamamen stadyum dışında yapılan yarışlarda)

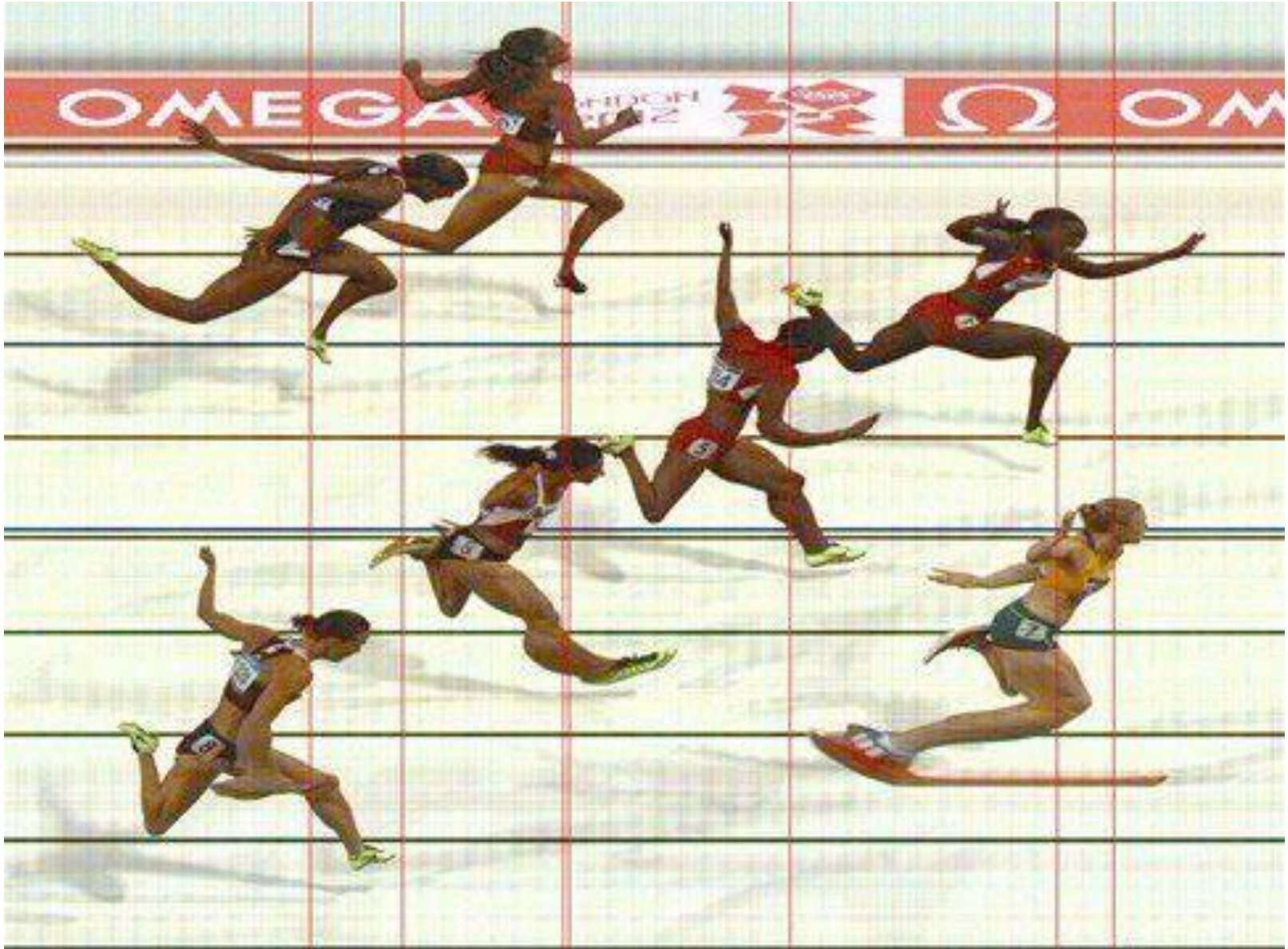
Zaman,

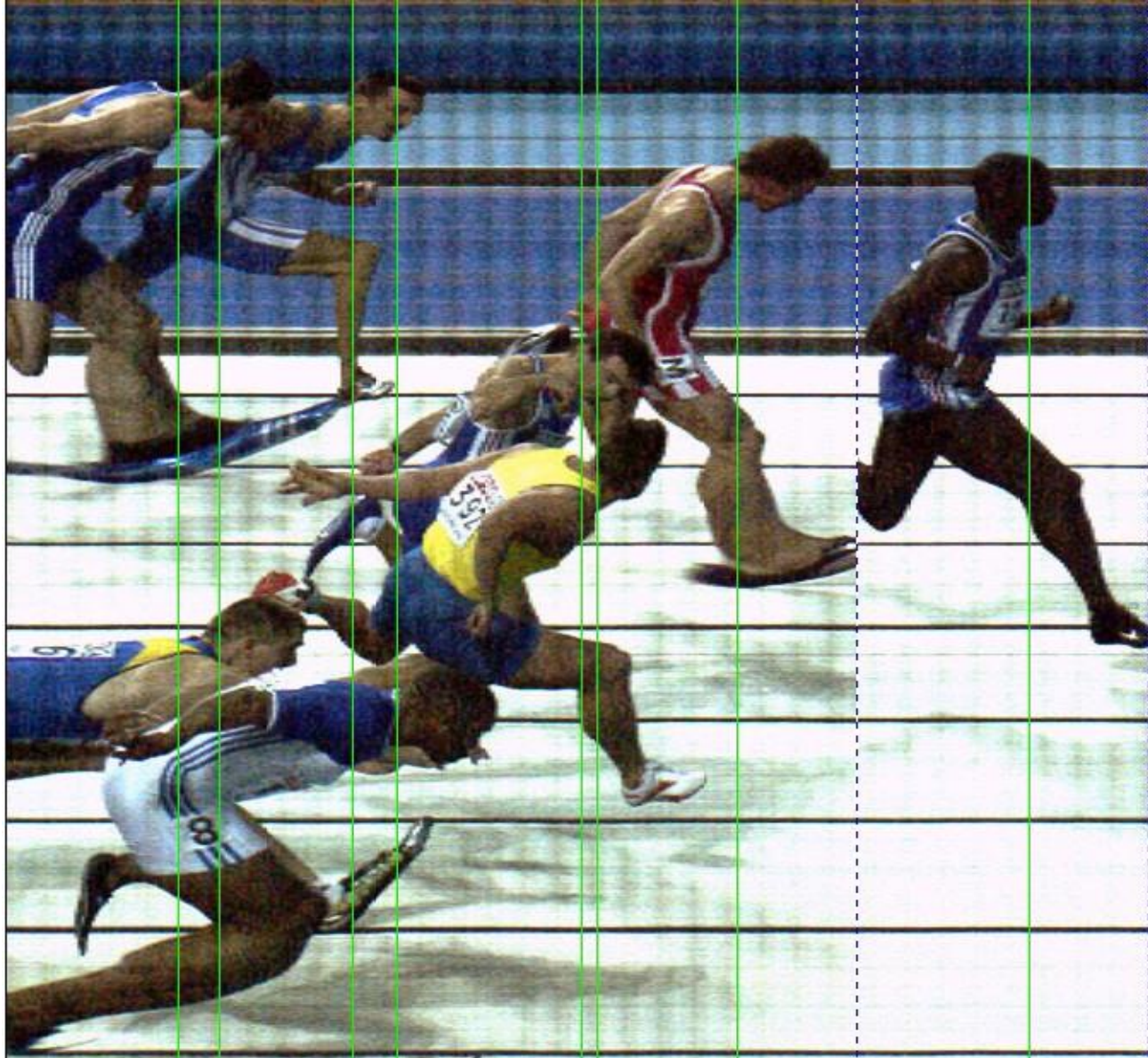
yarışmayı başlatan tabancanın alevi veya dumanı
görüldüğü andan,

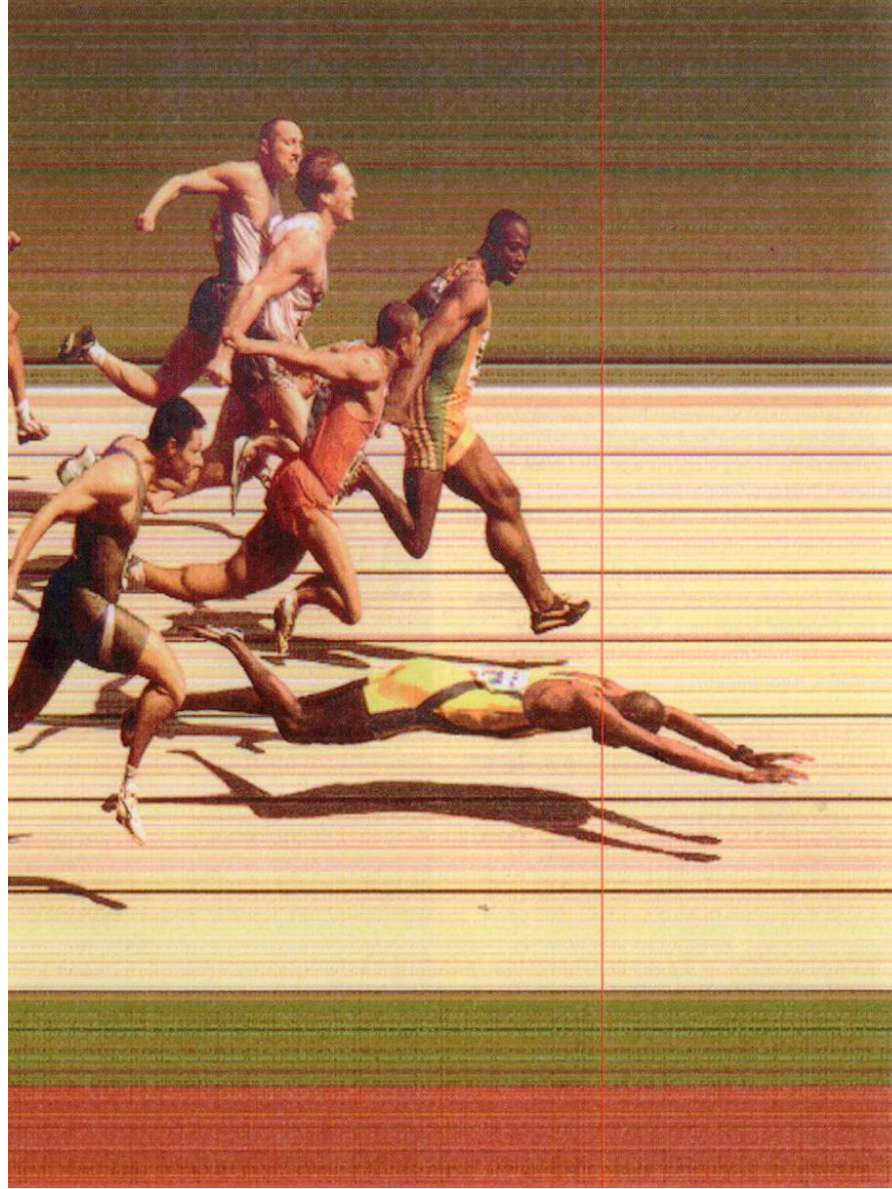
yarışmacının başı, boynu, kolu, bacağı, el ve ayakları
dışında, gövdesinin bir parçası, varış çizgisinin iç kenarına
dik olarak indiğini varsaydığımız düzleme temas ettiği ana
kadar

tutulur.



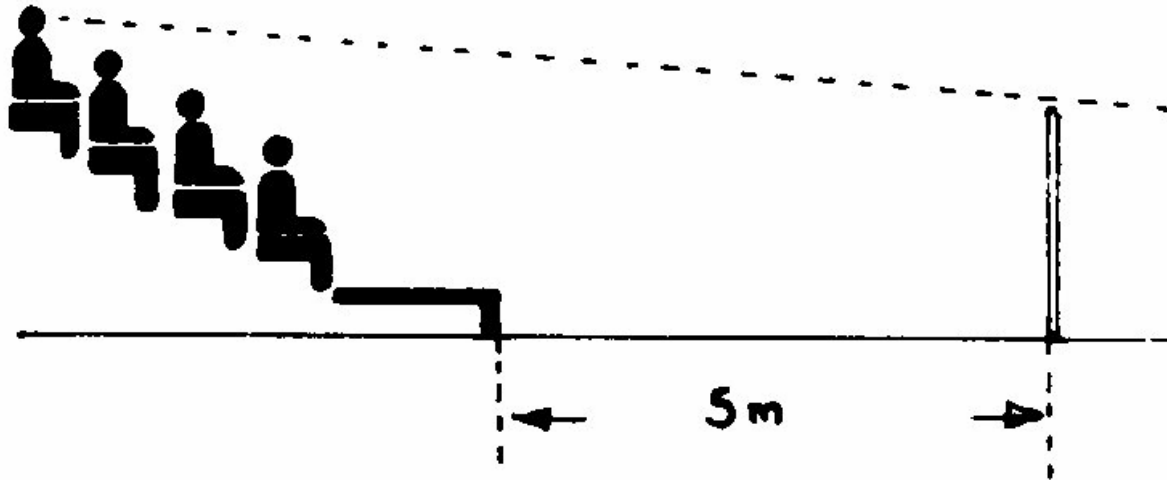






MANUEL ZAMANLAMA

Saat hakemleri, pistin dış kulvarından en az beş metre mesafede, yükseltilmiş bir platformda, varış çizgisinin hizasında yer alırlar.



Üç saatle tespit edilmemiş bir derece, rekor kabul edilmez!

Manuel zamanın sonuç çizelgesine aktarılması :



Manuel zamanın sonuç çizelgesine aktarılması :

11.00 = 11.0

11.01 = 11.1

11.09 = 11.1

11.10 = 11.1

11.11 = 11.2



26.49 = 26.5

56.25 = 56.3

1:47.12 = 1:47.2

3:55.67 = 3:55.7

8:59.91 = 9:00.0

9:00.0

9.~~X~~0.-

~~9~~-

9 ~~X~~et

23.02 = 23.1

1:54.92 = 1:55.0

4:01.05 = 4:01.1

Kısmen veya tamamen stadyum dışında yapılan yarışlarda, okunan zaman **bir sonraki tam saniyeye** çevrilir.

Avrasya Maratonu'nda $2:15:26.14 = 2:15:27$

Büyük Atatürk Yol Koşusu'nda $44:51.73 = 44:52$

Bolu İl Birinciliği Kros Yarışmaları'nda $21:11.01 = 21:12$

Bireysel yarışlarda her yarışın birincisine üç saat tutulmalıdır. Çoklu branşlarda her yarışmacıya üç saatin tutulması gerekir.

Resmi derece aşağıdaki şekilde ilan edilir;

- Üç saatin mutabık olduğu derece,
- Üç saatten biri farklıysa, mutabık olan ikisi,
- Üç saatin üçü de farklıysa, ortadaki değer,
- İki saat tutulduysa, mutabık oldukları derece,
- İki saat farklıysa, kötü derece,
- Tek saat tutulduysa, tutulan derece.

	A	B	C		
1.	11.2	11.1	11.2	:	11.2
2.	11.5	11.7	11.6	:	11.6
3.	11.9	11.9		:	11.9
4.	12.3	12.1		:	12.3
5.	12.4			:	12.4

	A	B	C	
1.	46.2	46.7	46.3	: 46.3
2.	46.7	46.6	46.6	: 46.6
3.	46.9	46.8		: 46.9
4.	47.0	47.3		: 47.3
5.	47.4			: 47.4

	A	B	C		
1.	46.2	46.7	46.3	:	46.3
2.	46.7	46.6	46.6	:	46.6
3.	46.9	46.8		:	46.9
4.	47.0	47.3		:	47.3
5.	47.4			:	47.4

	A	B	C		
1.	46.2	46.7	46.3	:	46.3
2.	46.7	46.6	46.6	:	46.6
3.	46.9	46.8		:	46.9
4.	47.0	47.3		:	47.3
5.	47.1			:	?

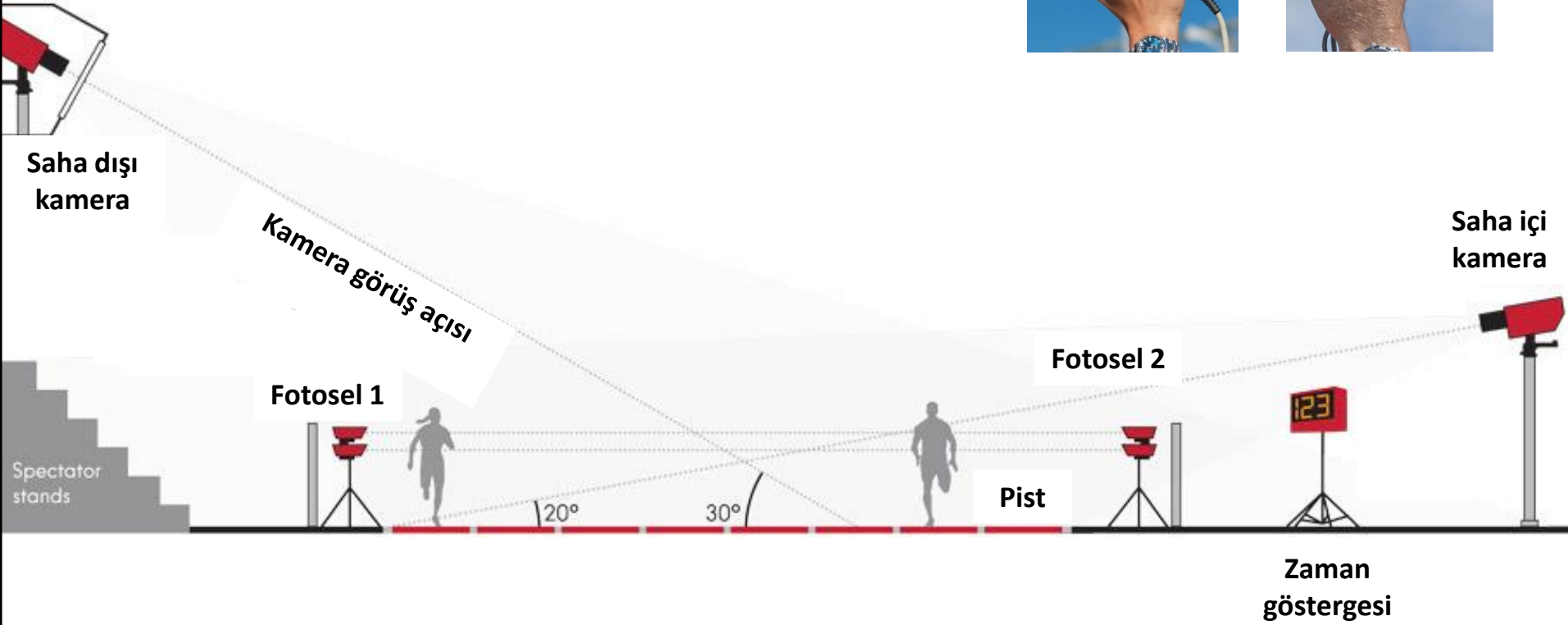
TAM OTOMATİK ZAMANLAMA (FOTOFİNİŞ SİSTEMİ)

- Sistem, tabanca atışı ile otomatik olarak başlar, atletin varışa ulaşmasıyla otomatik olarak durur.
- Dereceler, 0.01 saniye değerinde okunur.



1948 Londra Olimpiyatları'nda kullanılan ilk fotofiniş sistemi

Sistem nasıl çalışır ?

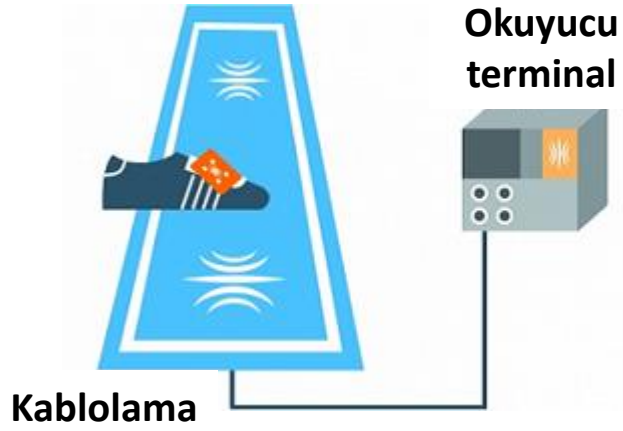


ÇİPLE ZAMANLAMA

Tamamı stadyumda düzenlenmeyen yarışmalarda, yol yarışlarında, kros yarışlarında, dağ koşularında kullanılabilir.

Atletin,

- tabanca atışından varış çizgisine ulaşması arasındaki zaman (brüt zaman) resmi derecesidir.
- çıkış çizgisinden geçişinden varış çizgisine ulaşması arasındaki zaman (net zaman) ayrıca bildirilir ama resmi sonuç kabul edilmez.



Aynı yarış içinde çok sayıda rekor mümkün;

- 1) Atlet, yarışın asıl mesafesini tamamlamalı,
- 2) Ara derece, tam otomatik zamanlama sistemi ile tutulmadiysa, üç saat tarafından tespit edilmiş olmalı
(bu amaçla atlet ya da temsilcisi tarafından dilekçe verilmiş olmasını arıyoruz)

RÜZGAR ÖLÇÜMÜ

100m : 10 saniye

200m : Yarışın lideri düzlüğe girdiği andan itibaren
10 saniye

100m engelli : 13 saniye

110m engelli : 13 saniye

Rüzgarölçer, varış çizgisine 50 metre mesafede, 1. kulvarın dışına yerleştirilir.

Atletin arkasından **2 metre/saniye'den hızlı** esen rüzgarın yardımıyla elde edilen derece rekor olarak kabul edilmez.

+ 2.0 m/sn : Rekor geçerli

+ 2.1 m/sn : Rekor geçersiz

Rüzgarölçer, rüzgar hızını yüzdelik olarak gösteriyorsa, bu değer pozitif yönde ondalığa yükseltilir.

$$+ 1.81 \text{ m/sn} = + 1.9 \text{ m/sn}$$

$$+ 0.12 \text{ m/sn} = + 0.2 \text{ m/sn}$$

$$- 1.81 \text{ m/sn} = - 1.8 \text{ m/sn}$$

$$- 0.12 \text{ m/sn} = - 0.1 \text{ m/sn}$$

KULVAR İHLALLERİ

KULVAR İHLALLERİ

Tamamı kulvarlarda koşulan 100m, 200m, 400m, 100m engelli, 110m engelli, 400m engelli, 4x100m bayrak yarışlarında, ikinci adamların ilk virajdan sonra iç kulvara geçtikleri 4x400m bayrak yarışında, ilk 100 metresi kulvarlı koşulan 800 metrede

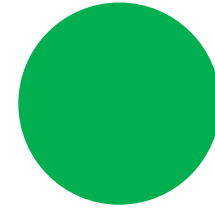
- virajda kendi kulvarının solundaki kulvara geçen veya kulvar çizgisine basan
- virajda sağındaki kulvara geçerek veya düzlükte kulvar değiştirerek başka bir yarışmacıya engel olan

atlet diskalifiye edilir.

- Başka bir yarışmacı tarafından kendi kulvarının dışına itilen ve bundan bir avantaj sağlamayan yarışmacı diskalifiye edilmez.
- Virajda sağındaki kulvara geçerek veya düzlükte kulvar değiştiren ancak başka bir yarışmacıya engel olmayan atlet diskalifiye edilmez.
- Bu istisnaların dışında Başhakem, yardımcı hakemin raporunu yeterli bulursa, kendi kulvarı dışında koşan yarışmacıyı diskalifiye edecektir.
- Yarışma sonuçlarında diskalifikasyona ilişkin kuralın maddesi belirtilir.

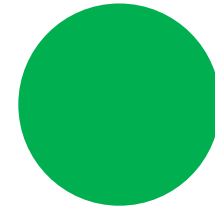
KULVAR İHLALLERİ – Senaryo 1

100 metre yarışında son sırada yarışı tamamlamak üzere olan atlet yandaki kulvara geçer ve yarışı o kulvarda tamamlar.



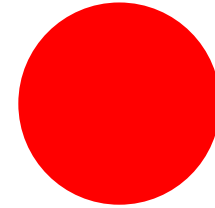
KULVAR İHLALLERİ – Senaryo 2

400 metre yarışının ikinci virajında 5. kulvardaki atlet, boş olan 6. kulvara geçerek 10 metre kadar orada koşar.



KULVAR İHLALLERİ – Senaryo 3

800 metre yarışının ilk 100 metresinde 3. kulvardaki atlet, dengesini kaybederek 2. kulvarı sınırlayan çizgiye bir kez basar.



TUR GÖSTERGESİ



800 metre ve daha uzun mesafeli yarışlarda, Varış Lideri tarafından görevlendiren hakem, yarışın liderinin kalan turlarını tur panosunda gösterir.

Tur sayısı, yarışın lideri varış çizgisi ile son bulan düzluğē girerken değiştirilir.

Son tura giren her atlet, bir çan çalınarak uyarılır.

Seçme ve final şeklinde yapılan yarışlarda,

herhangi bir turun son serisi ile sonraki turun ilk serisi veya final arasında olması gereken en az süreler;

200 metreye kadar (200m dahil)

45 dakika

200 metreden 1000m'ye kadar (1000m dahil)

90 dakika

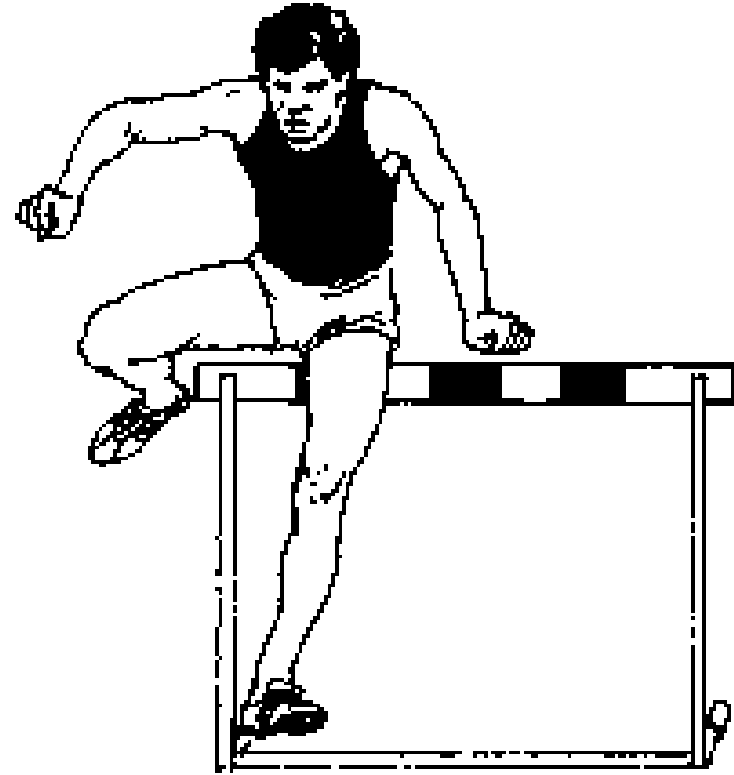
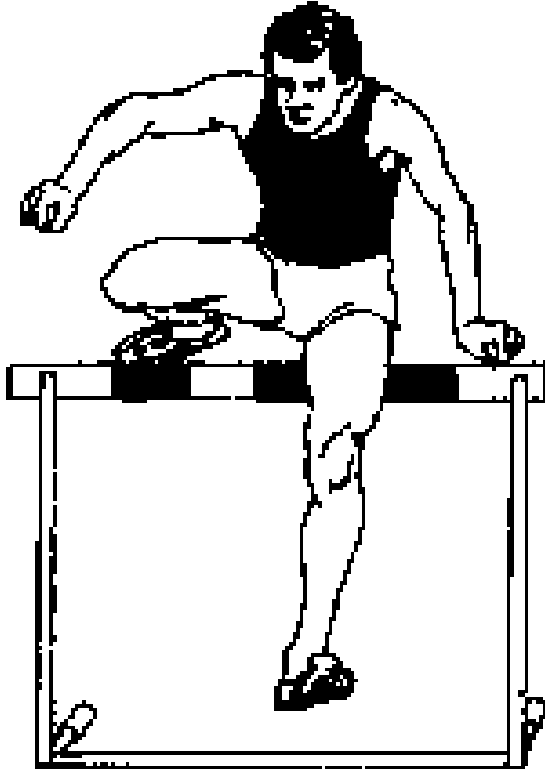
1000 metre üzeri

Aynı gün değil

ENGELLİ KOŞULAR

ENGELLİ KOŞULAR (100m/110m engelli, 400m engelli)

- Yarışın tamamı kulvarlı koşudur,
 - Her kulvarda 10 engel yer alır,
 - Atlet, kulvarındaki tüm engellerin üzerinden geçmelidir.
 - Bacağı engel düzleminin altından geçen,
 - Başka kulvardaki engeli atlayan,
 - Engeli kasten deviren
- yarışmacı diskalifiye edilir.



Engel yükseklikleri

Erkekler 110m engelli : 106,7 cm

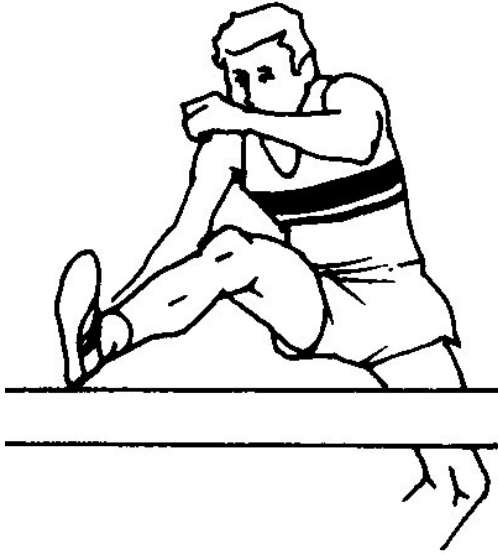
Erkekler 400m engelli : 91,4 cm

Kadınlar 100m engelli : 84 cm

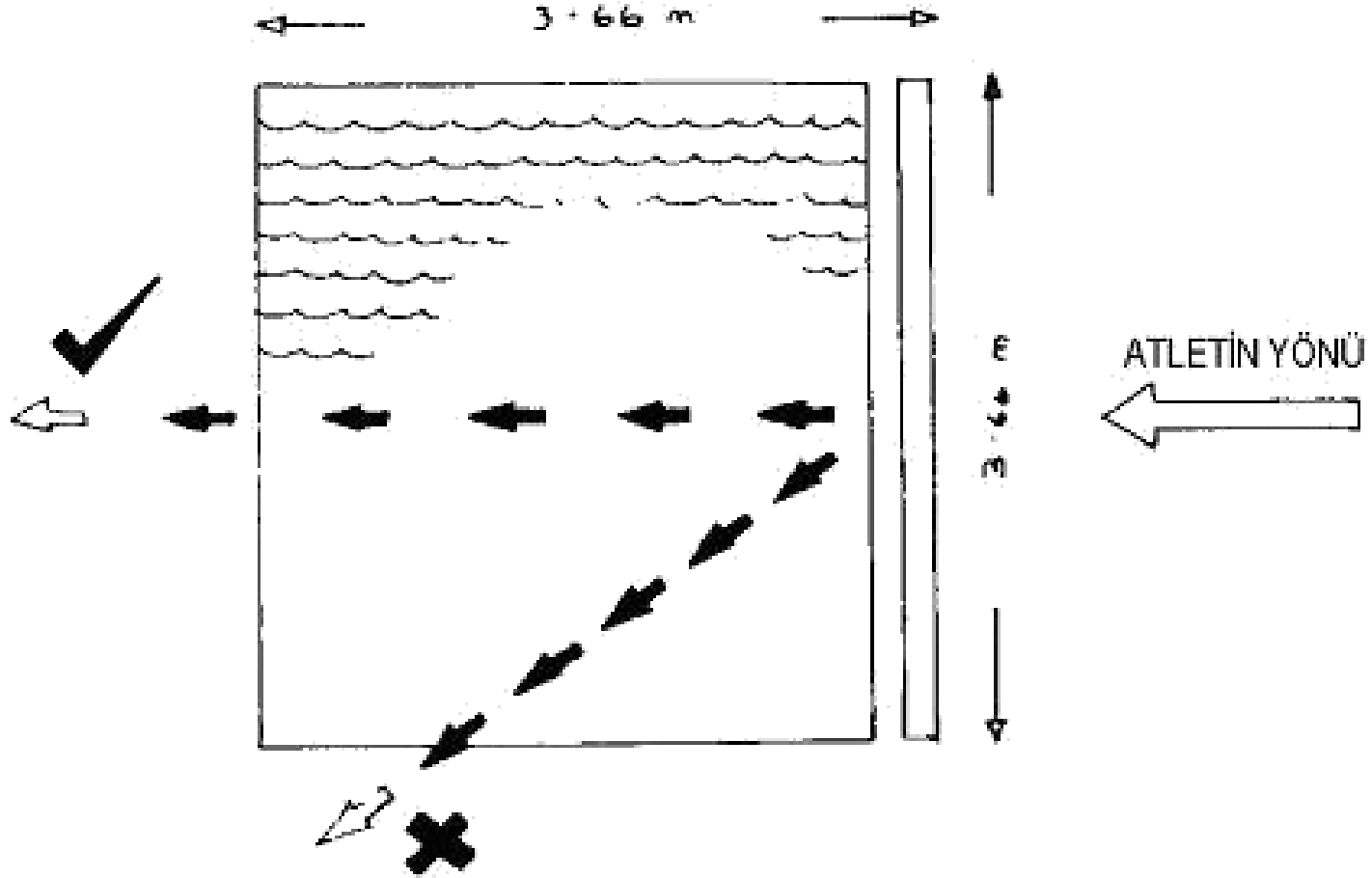
Kadınlar 400m engelli : 76,2 cm

Havuz engelli koşular (steeplechase)

- Her turda 4 kuru ve 1 sulu engel yer alır
 - 3000m engelli yarışında 28 kuru ve 7 sulu engel bulunur
- Atletler çıkıştan sonra, varış çizgisini ilk kez geçene dek engeller kaldırılır
- Engel yükseklikleri bayanlarda 76.2cm, erkeklerde 91.4cm'dir



Yarışmacı, engelleri herhangi bir şekilde; üzerine basmadan veya basarak, eliyle tutunarak, hatta üstüne oturarak geçebilir.



Su engelinde yarışmacı, suyun üzerinden atlamalı veya içinden geçmeli, havuzun ön tarafından çıkmalıdır. Havuzun kenarlarına basan atlet, diskalifiye edilir.

BAYRAK YARIŞLARI

BAYRAK YARIŞLARI (4x100m, 4x400m)

- Bayrak değiştirme alanı, pisti enine kesen 5cm'lik çizgilerle belirlenmiştir.
- Bayrak, 20 metrelik değiştirme alanında el deęiřtirmelidir.
- 4x100 metrede bayrak alacak atlet, hız alma koşusuna değiştirme alanının en çok 10 metre gerisinden başlayabilir.

BAYRAK YARIŞLARI

4x100 metrede

tüm atletler, yarış boyunca kendi kulvarlarında koşarlar.

BAYRAK YARIŞLARI

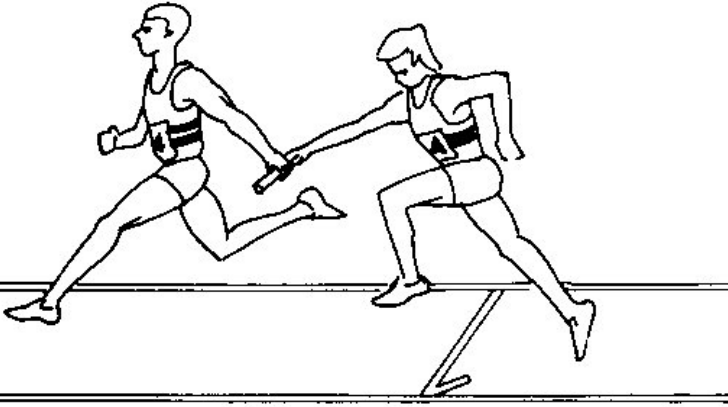
4x400 metrede,

- ✓ İlk turun tamamı ve ikinci turun ilk virajı kulvarlı koşulur,
- ✓ İkinci koşucu kendi kulvarlarında bayrak almasına karşın, hız alma mesafesi kullanamaz,
- ✓ Üçüncü ve dördüncü koşucular, varış çizgisinin 10m gerisindeki değiştirme alanı başlangıcında, hakem nezaretinde, takım arkadaşlarının 200m geçiş sırasında sıralanırlar, bayrak alana kadar pozisyonlarını değiştiremezler.

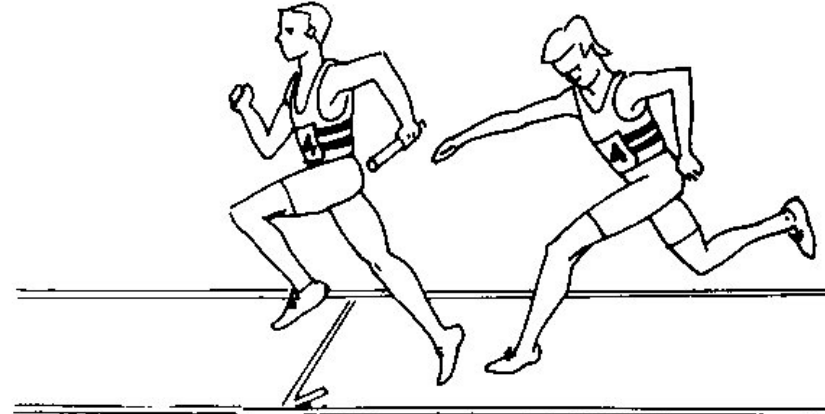
BAYRAK YARIŞLARI

- Bayrak yere düşerse, düşüren atlet tarafından yerden alınmalıdır,
- Atlet, düşen bayrağı almak için kulvarından ayrılabilir, ancak yarış mesafesini kısaltamaz,
- Bayrağı takım arkadaşına veren atlet, pisti hiçbir yarışmacıyı engellemeden terketmelidir,
- Rakibini engelleyen, takım arkadaşını iten atletin takımı diskalifiye edilir.

Değiştirme alanında olabilecek hatalar için bayrağın pozisyonu gözlemlenmelidir.



BÖLGENİN SONU



BÖLGENİN SONU



Bayrak değişimi, alan sporcu bayrağa temas ettiği anda başlar, sadece alan koşucunun elinde olduğu anda tamamlanır.

YOL, KROS, DAĞ KOŞULARI

YOL KOŞULARI

- Maraton (42km 195m)
- Yarı maraton (21km 100m)
- 10km, 15km, 20km, 25km, 30km, 100km
- Yol bayrak yarışları

YOL KOŞULARI

- Parkur, çim ya da benzeri yumuşak zemin olamaz.
- Parkur, tüm yönlerde araç trafiğine kapalı olmalı.
- Çıkış ve varışta su ve diğer uygun içecekler bulunmalı.

YOL KOŞULARI

- Tüm yarışlarda yaklaşık 5 kilometre aralıklarla su istasyonu kurulmalı.
- 10 kilometreden uzun yarışlarda, istasyonlarda sudan başka içecek ve yiyecekler de bulunmalıdır.
- Koşullar gerektirdiğinde, su/içecek/yiyecek istasyonları daha sık aralıklarla yerleştirilebilir.
- Yarışmacılar kendi içecek/yiyeceklerini teslim edebilirler.

YOL KOŞULARI

- Yarışmacı, yarışın başlangıcından itibaren taşınmış ya da resmi bir istasyondan alınmış olması kaydıyla, içecek ve yiyeceği elinde veya vücuduna bağlı taşıyabilir.
- Resmi istasyon dışında bir yerden ya da başka bir yarışmacıdan su/içecek/yiyecek alan yarışmacı önce sarı kartla uyarılır, tekrarı halinde diskalifiye edilir.

YOL KOŞULARI

- Yarışmacı, yarış mesafesini kısaltmamak koşuluyla, görevlinin izni ve denetiminde parkuru terk edebilir.
- Parkuru terk ederek yarış mesafesini kısalttığı belirlenen yarışmacı diskalifiye edilir.

KROS YARIŞLARI

- Normalde kış aylarında yapılır.
- Parkur zemini çim, toprak vb. olmalı.
- Parkurun bir turu 1500m ile 2000m arasında olmalı.
- Parkur doğal ya da suni engeller içermelidir.

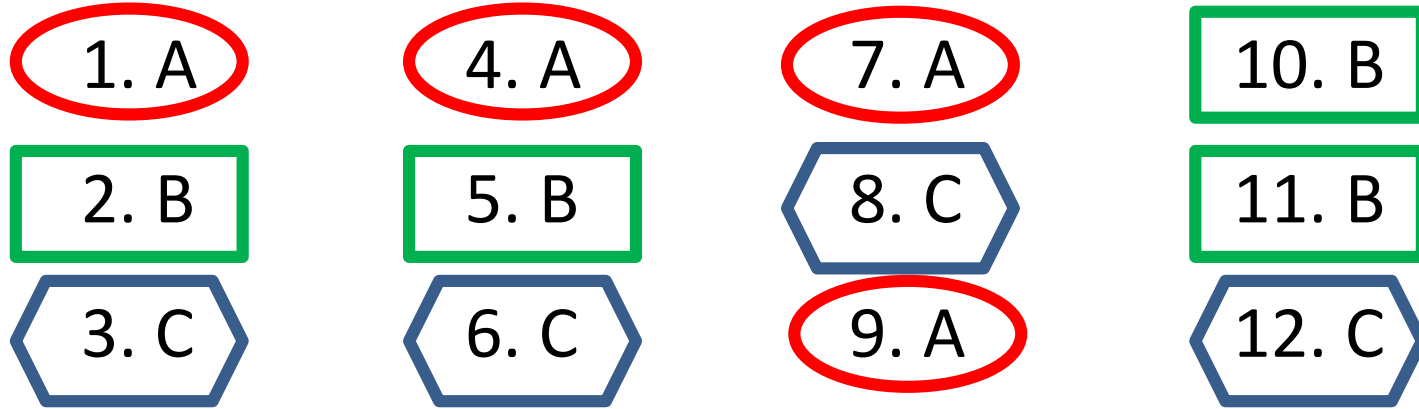
KROS YARIŞLARI

- Çıkış ve varışta su ve diğer uygun içecek/yiyecekler bulunmalı. Hava koşulları gerektirirse, her turda su istasyonu kurulmalı.
- Parkuru terk ederek yarış mesafesini kısalttığı belirlenen yarışmacı diskalifiye edilir.

KROS YARIŞLARINDA PUANLAMA

- Bir takımın kaç atletinin puana tabi olacağı, ilgili teknik talimatta belirlenmiştir.
- Yarışmacının varış sıralaması, o yarışmacının puanıdır.
- Puana tabi takım üyelerinin varış sıralamaları toplanır. En düşük puan alan takım ilk sırada yer alır.
- Beraberlik halinde, puana tabi son takım üyelerinin varış sıralamalarına bakılır. Önde gelen atletin takımı öne geçer.

“3+1” (3 atlet puana tabi, 1 atlet yedek)



1. A takımı $1+4+7$ (9) = 12 puan
2. C takımı $3+6+8$ (12) = 17 puan
3. B takımı $2+5+10$ (11) = 17 puan

DAĞ KOŞULARI

- Çoğunlukla yol olmayan arazide yapılmalı.
- Ortalama eğim en az %5, en çok %20 olmalı.
- Parkurun en yüksek noktası 3000 metreyi geçmemeli.
- Sadece "çıkış" ya da "çıkış/iniş" parkurlar düzenlenir.
- Çıkış ve varışta su ve diğer uygun içecek/yiyecekler bulunmalı. Koşullar gerektirirse, ek su istasyonları kurulabilir.

YOL, KROS, DAĞ KOŞULARI - Genel

- 400 metreden uzun yarışlardaki çıkış komutları kullanılır.
 - Çok sayıda yarışmacı varsa, çıkış saatinden önce beş dakika, üç dakika, bir dakika uyarıları yapılmalıdır.
- Resmi sağlık görevlisi tarafından talimat verilirse, yarışmacı hemen yarıştan çekilmelidir.
- Yarış mesafesini kısaltan yarışmacı diskalifiye edilir.

ATLAMALAR



UZUN VE ÜÇADIM ATLAMA :

- Yarışta sekizden fazla atlet varsa;
 - her atlete üç hak verilir,
 - geçerli en iyi performansı elde eden sekiz atlete üç hak daha verilir. (Sekizincilikte beraberlik var ise, Kurala uygun şekilde bozular.)
- Yarışta sekiz veya daha az atlet varsa, her birine altı hak verilir.

Her iki durumda da son üç hak için yarışma sırası, ilk üç hak sonundaki sıralamanın tersi olacaktır.

ATLAYIŞ SÜRESİ

Sektör atlayışa hazırlandıktan sonra
Lider tarafından yapılan çağrıdan itibaren

1 dakika

Aynı atletin birbirini izleyen iki atlayışı için

2 dakika

ATLETİZM HAKEM KURSU



- Süresi içinde koşusuna başlamayan atlet faul yapmış sayılır.
- Koşuya başlayan atlet, süresi içinde olmak şartıyla durup, geri dönebilir ve atlayışa tekrar başlayabilir.
- Sürenin dolmasına 15 saniye kala sarı bayrak kaldırılır ve süre dolana dek havada tutulur.
- Yarışmacının görebildiği bir konumda zaman göstergesi olmalıdır.

- Yarıştan önce havuza deneme koşuları ve atlayışları yapılabilir, ancak yarış başladıktan sonra denemeye izin verilmez.
- Yarışmacı, koşu yolu kenarına en çok iki adet olmak kaydıyla markör koyabilir.
 - Tebeşir ya da silinemeyen benzeri malzeme kullanılamaz.

BASMA (SIÇRAMA) TAHTASI ve MACUN



Koşu yolu uzunluğunda (1.22m) ve 20cm genişliğinde basma tahtası + 10cm genişliğinde macunlu gösterge tahtası.



Geçerli tüm atlayışlar, yarışmacının kumda bıraktığı basma tahtasına en yakın iz ile basma tahtası veya uzantısı arasında ölçülür.

