



Special Olympics Sportregeln ©

Leichtathletik

(2016)



Premium Partner

 **WÜRTH**

ABB

s.Oliver



Inhalt

Abschnitt A – Wettbewerbe.....3

Abschnitt B – Wettbewerbsregeln 6

Abschnitt C - "Skill-Test" / Leistungseinschätzungstest.....22

Special Olympics hat dieses Regelwerk in Anlehnung an die Regeln der International Association of Athletics Federations (IAAF) für internationale Wettbewerbe erstellt. Die IAAF-Regeln sollen auch bei Wettbewerben auf nationaler und regionaler Ebene angewandt werden, einzusehen unter <http://www.iaaf.org/>. Regeln nationaler Verbände können angewandt werden, sofern sie nicht im Widerspruch zu den offiziellen Regeln von Special Olympics stehen.

Athleten mit Downsyndrom, bei denen eine atlanto-axiale Instabilität diagnostiziert wurde, dürfen nicht am Fünfkampf und am Hochsprung teilnehmen.



Abschnitt A – Wettbewerbe

Nachfolgend werden die offiziellen, bei Special Olympics vorhandenen Wettbewerbe aufgelistet.

Es ist vorgesehen, Wettbewerbsmöglichkeiten für alle Athleten aller Leistungsklassen anzubieten. Die einzelnen Programme legen die angebotenen Wettbewerbe fest, und falls nötig, Richtlinien zur Durchführung dieser Wettbewerbe. Die Trainer sind für das Angebot sowohl des Trainings als auch des Wettbewerbs gemäß der Fähigkeiten und Interessen jedes einzelnen Athleten verantwortlich.

Bahnwettbewerbe

1. 25m
2. 50m
3. 100 Meter Lauf
4. 200 Meter Lauf
5. 400 Meter Lauf
6. 800 Meter Lauf
7. 1500 Meter Lauf
8. 3000 Meter Lauf
9. 5000 Meter Lauf
10. 10000 Meter Lauf
11. Hürde
 - a. 110 m Männer
 - b. 100 m Frauen
12. 4 x 100m Staffel
13. 4 x 400m Staffel
14. 4 x100m Unified Staffel
15. 4 x 400m Unified Staffel



Technikwettbewerbe

1. Weitsprung
2. Standweitsprung
3. Hochsprung
4. Ballwurf (200g)
5. Kugelstoßen
 - i. Männer 4 kg
 - ii. Frauen 3 kg
 - iii. Jungen (8-11 Jahre): 3 kg
- b. Mädchen (8-11 Jahre): 2 kg
6. Mini-Speerwurf
 - a. Männer: 400g
 - b. Frauen: 300g
 - c. Mädchen und Jungen (8-15 Jahre): 300g

Kombinierte Wettbewerbe

1. Fünfkampf: 100m, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung, 400m)

Gehwettbewerbe

1. 25 m Gehen
2. 50 m Gehen
3. 100 m Gehen
4. 400 m Gehen
5. 800 m Gehen

Gehwettbewerbe mit Unterstützung

1. 10 m Gehen mit Unterstützung
2. 25 m Gehen mit Unterstützung
3. 50 m Gehen mit Unterstützung

Rollstuhlwettbewerbe

1. 10 m Rollstuhlwettbewerb



2. 25 m Rollstuhlwettbewerb
3. 30 m Rollstuhlwettbewerb
4. 4 x 25 m Rollstuhlwettbewerb
5. 30 m Slalom mit einem Elektro-Rollstuhl
6. 50 m Slalom mit einem Elektro-Rollstuhl
7. 25 m Parcourrennen mit einem Elektro-Rollstuhl
8. 100 m Rollstuhlwettbewerb
9. 200 m Rollstuhlwettbewerb
10. 400 m Rollstuhlwettbewerb
11. Kugelstoßen für Rollstuhlfahrer
 - a. Männer: 4 kg
 - b. Frauen: 3 kg

Straßenrennen

1. Halbmarathon
2. Marathon

In Deutschland außerdem angeboten:

- 100 Meter „Unified“ Lauf
- 200 Meter „Unified“ Lauf
- 400 Meter „Unified“ Lauf
- 800 Meter „Unified“ Lauf
- 1500 Meter „Unified“ (Gehen und Laufen)
- 3000 Meter „Unified“ (Gehen und Laufen)
- 5000 Meter „Unified“ (Gehen und Laufen)
- 10000 Meter „Unified“ (Gehen und Laufen)
- 15000 Meter „Unified“ (Gehen und Laufen)
- Halbmarathon „Unified“ (Laufen)
- Marathon „Unified“ (Laufen)



Abschnitt B – Wettbewerbsregeln

Allgemeine Regeln

Gebrauch von Blöcken und Start der Läufe

- 1) In den Läufen bis einschließlich 400 m können die Athleten wählen, ob sie Startblöcke benutzen wollen oder nicht.
 - 2) In den Wettbewerben gibt der Kampfrichter die Befehle „Auf die Plätze“, und „fertig“, nur in Englisch, Französisch oder in seiner Muttersprache. Anschließend erfolgt der Startschuss mit einer Startpistole. Hierbei ist es bei Läufen bis zu 400m ohne Belang, ob die Athleten Startblöcke benutzen.
Wichtig: Bei allen internationalen Veranstaltungen sollen die Befehle in Englisch gegeben werden.
 - 3) In Läufen ab 800 Meter, lautet der Befehl „auf die Plätze“ und wenn alle Teilnehmer bereit sind, erfolgt der Startschuss. Die Teilnehmer dürfen den Boden mit ihren Händen nicht berühren.
-
- 1) Start der Läufe von mehr als 400 m:800 m Strecke: Die erste Runde (bis zur ersten Kurve) wird in Bahnen gelaufen. Sobald die Querlinie nach der ersten Kurve erreicht ist, kann auf die Innenbahn gewechselt werden.
 - 2) 1500m und längere Strecken: Massenstart.
 - 3) Staffelstart
 - a. 4 x 100m Staffel: Keinem Läufer, der auf ein eintreffendes Staffelmittglied (mit Staffelholz) wartet, ist es gestattet, außerhalb seiner „Übergabezone“ loszulaufen.
 - b. 4 x 400m Staffel: Die ersten Läufer jeder Mannschaft laufen ausschließlich in ihren Bahnen. Die zweiten Läufer bleiben in den ihnen zugeteilten Bahnen, bis sie nach der ersten Kurve die Querlinie erreichen, nach der sie auf die Innenbahn wechseln. Bei 4 x 400m Staffeln, in denen nicht mehr als 4 Teams teilnehmen, wird empfohlen, dass nur die erste Kurve der ersten Runde in Bahnen gelaufen wird.



Anmerkung SOD:

- Alle Läufe bis einschließlich 100m werden auf einer 100 m- Geraden einer 400m Bahn gelaufen.
 - Alle Teilnehmer starten hinter der Startlinie. Ein Teilnehmer hat den Lauf beendet, wenn sein Oberkörper die senkrechte Zielmarkierung der Ziellinie erreicht hat.
 - Alle Laufstrecken bis zu 100m werden von der Ziellinie gemessen. Die Startlinie wird entsprechend der jeweiligen Entfernungen angepasst.
- 6) Der Starter gibt jedem Teilnehmer die Möglichkeit, sein Bestes zu geben, indem er:
- i. dem Teilnehmer genügend Zeit gibt, um sich auf den Start vorzubereiten, nachdem er den Befehl „auf die Plätze“ gegeben hat.
 - ii. den Startvorgang wiederholt, wenn ein Teilnehmer das Gleichgewicht verliert.
 - iii. den Start nach dem Befehl „fertig“ nicht unnötig hinauszögert.
- 7) Fehlstart: Verursacht ein und derselbe Athlet in einem Lauf 2 Fehlstarts, so wird dieser für dieses Rennen disqualifiziert.

Bahnordnung

(Verlassen der Bahn und Behinderungen von anderen Teilnehmern)

- 1) In allen Läufen, die in Bahnen gelaufen werden, bleibt jeder Teilnehmer vom
 - a) Start bis zum Ziel in seiner zugewiesenen Bahn.
- 2) Wenn ein Teilnehmer von einem anderen Läufer geschoben oder gezwungen wird, außerhalb seiner Bahn zu laufen und wenn hierdurch kein wesentlicher Vorteil erzielt wird, wird dieser Teilnehmer nicht disqualifiziert.
- 3) Wenn ein Teilnehmer entweder:
 - a) außerhalb seiner Bahn geradeaus läuft, oder
 - b) über die äußere Linie seiner Bahn in der Kurve läuft, ohne einen wesentlichen Vorteil zu erlangen und kein anderer Läufer hierdurch behindert wird, wird der Teilnehmer nicht disqualifiziert.



Gehwettbewerbe

- 1) Der Athlet muss jederzeit mit einem Fuß Bodenkontakt haben.
- 2) Bei allen Gehwettbewerben ist es nicht nötig, dass der Teilnehmer ein Bein ständig gestreckt hat.
- 3) Bei Gehwettbewerben bis einschließlich 400m wird der Teilnehmer ohne vorherige Verwarnung disqualifiziert, wenn er sich nach Ansicht von zwei oder mehreren Kampfrichtern einen Vorteil verschafft hat.

Hürdenlauf

- 1) Die Höhe der Hindernisse beträgt beim 100m Hürdenlauf 0.762 m., die Distanz zwischen Startlinie und der ersten Hürde beträgt 13 m. Die Entfernung zwischen den Hürden beträgt 8.50 m und die Entfernung von der letzten Hürde bis zur Ziellinie beträgt 10.50 m.
- 2) Die Höhe der Hindernisse beim 110 m Hürdenlauf beträgt 0.840 m, die Entfernung von der Startlinie bis zur ersten Hürde 13.72 m. Die Entfernung zwischen den Hürden beträgt 9.14m. und die Entfernung von der letzten Hürde bis zur Ziellinie beträgt 14.02 m

Disziplin	Höhe der Hürden	Distanz vom Start bis zur 1. Hürde	Distanz zwischen den Hürden	Distanz von der letzten Hürde bis zum Ziel
100 Meter	0.762 Meter	13.00 Meter	8.50 Meter	10.50 Meter
110 Meter	0.840 Meter	13.72 Meter	9.14 Meter	14.02 Meter



Allgemeine Regeln für Leichtathletikwettbewerbe

Messungen

Beim Weitsprung, Standweitsprung und den Wurf Wettbewerben (Kugelstoßen, Mini-Speerwurf, Softball- und Tennisballwurf) werden jedem Teilnehmer drei nicht aufeinander folgende Versuche erlaubt. Alle drei Versuche werden für die Zwischenergebnisse gemessen und notiert. Das beste Ergebnis des Teilnehmers wird gewertet.

Weitsprung

- 1) Beim Weitsprung muss der Teilnehmer in der Lage sein, mindestens 1m zu springen. Dieses ist die Mindestentfernung zwischen dem Absprungbalken und der Sandgrube.
- 2) Die Entfernung wird vom ersten Körperabdruck, der von irgendeinem Körperteil oder Körperglied verursacht worden ist, bis zum Absprungbalken gemessen.
- 3) Vor den Sprungwettbewerben dürfen die Teilnehmer mit Hilfe eines Kampfrichters ihren Absprungpunkt markieren

Weitsprung aus dem Stand

- 4) Die Teilnehmer müssen mit beiden Füßen auf dem Boden hinter einer Absprunglinie abspringen.
- 5) Beim Absprung befinden sich die Zehen der Teilnehmer hinter der Absprungmarkierung.
- 6) Die Teilnehmer benutzen beim Sprung beide Füße. Er darf vor und zurück schaukeln und die Zehen/Hacken (Fersen) im Wechsel anheben, dabei darf ein Fuß jedoch nicht eindeutig vom Boden abheben.
- 7) Die Entfernung wird vom ersten Körperabdruck, der von irgendeinem Körperteil oder Körperglied verursacht worden ist, bis zum Absprungbalken gemessen.
- 8) Es wird dringend empfohlen, dass der Weitsprung aus dem Stand nach Möglichkeit in Sandgruben durchgeführt wird. Die Absprungmarkierung soll am Ende der Anlaufbahn angebracht werden.

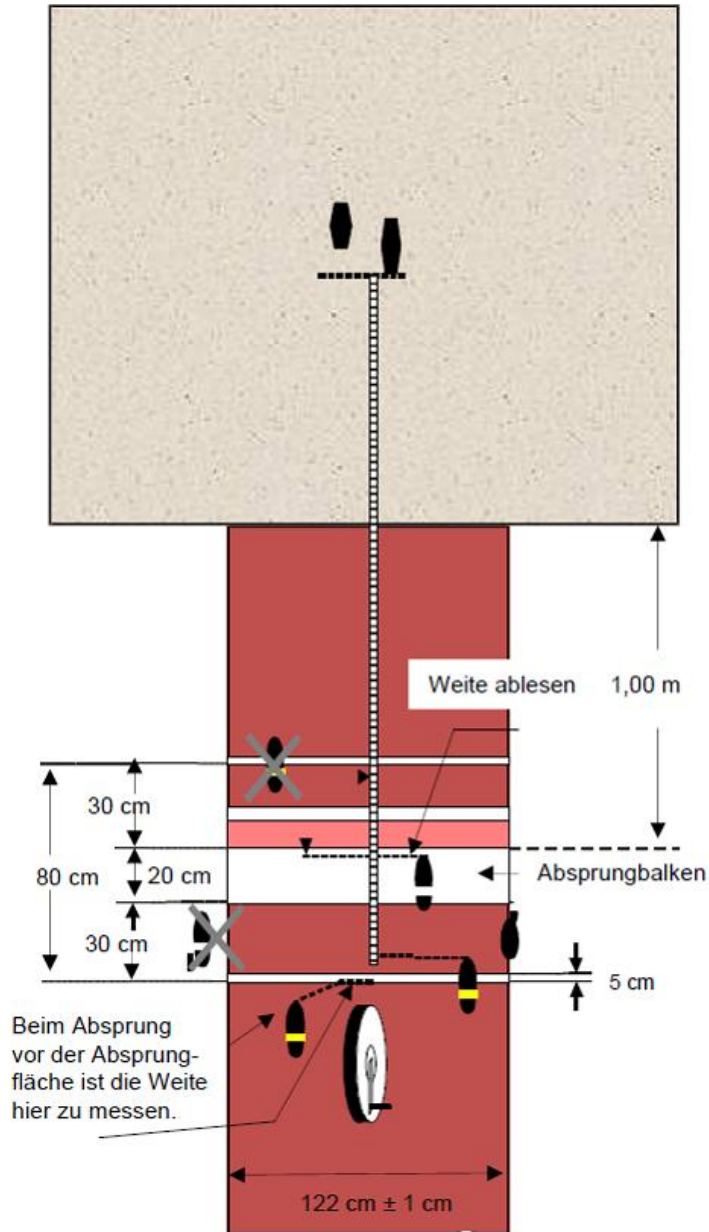


Wenn eine Matte benutzt wird, sollte diese lang genug sein, um Absprung und Landung zu ermöglichen. Die Matte muss sicher am Boden befestigt sein, um ein Rutschen zu verhindern.

- 9) Vor den Sprungwettbewerben dürfen die Teilnehmer mit Hilfe eines Kampfrichters ihren Absprungpunkt markieren.

Weitsprung mit Absprungzone

- 10) Die Absprungzone beträgt 80 cm. Diese erstreckt sich von den Kanten des Absprungbalkens 30 cm in Richtung des Anlaufs und in Richtung der Sprunggrube. Sie ist mit 5 cm breiten weißen Linien zu begrenzen. Die Anfangsline ist in die 80 cm einzubeziehen, die Abschlusslinie nicht (siehe Zeichnung).
- 11) Ist der Absprungbalken mehr als 100 cm von der Sprunggrube entfernt, kann die 80 cm-Absprungsfläche auch ohne dessen Einbeziehung auf der Anlaufbahn gekennzeichnet werden. Es ist kein Fehlversuch, wenn vor der Absprungsfläche abgesprungen wird.





Hochsprung

- 12) Der Teilnehmer muss mit einem Fuß abspringen.
- 13) Die Minimum-Eröffnungshöhe für alle Hochsprung-Wettbewerbe beträgt 1m.
- 14) Die Teilnehmer dürfen keinen Hechtsprung über die Latte machen oder mit beiden Füßen gleichzeitig abspringen.
- 15) Teilnehmer mit Down Syndrom, bei denen atlanto-axiale Instabilität diagnostiziert wurde, dürfen nicht am Fünfkampf und Hochsprung teilnehmen. Zusätzliche nähere Informationen zum Verfahren für Ausnahmeregelungen siehe Artikel I, Abschnitt L, Pt.7f.
- 16) Wenn selbst nach Vergleich der Fehlversuche ein Unentschieden zwischen mehreren Athleten vorliegt, teilen sich die Athleten mit derselben Wertung denselben Platz im Wettbewerb. Es wird kein Stechen durchgeführt.
- 17) Vor den Sprungwettbewerben dürfen die Teilnehmer mit Hilfe eines Kampfrichters ihren Absprungpunkt markieren.

Kugelstoßen

- 18) Die Kugel kann aus Stahl, Kupfer oder einem Kunststoff umhüllten Material bestehen.
- 19) Es dürfen auch Rollstuhlfahrer am regulären Kugelstoß-Wettbewerb teilnehmen, wobei das Gewicht der Kugel für alle Teilnehmer gleich sein muss.
- 20) Ein gültiger Stoß muss aus dem Wurfkreis heraus erfolgen, wobei der Athlet oder sein Rollstuhl nicht die Oberkante des Begrenzungsringes, den obersten Eisenring oder den Boden außerhalb des Kreises berühren darf. Die Innenseite des Begrenzungsringes darf berührt werden.
- 21) Die Benutzung von mechanischen Hilfsmitteln ist nicht erlaubt. Eine Handgelenkmanschette darf jedoch zum Schutz benutzt werden.



- 22) Die Kugel wird von der Schulter aus mit nur einer Hand gestoßen. Der Athlet muss den Versuch aus einer ruhenden Stellung innerhalb des Kreises beginnen. Die Kugel wird nahe am Kinn oder Hals positioniert. Während der Ausführung des Stoßes darf die Wurfhand nicht unter diese Position fallen. Es ist nicht erlaubt, die Kugel hinter die Schultern zu führen.
- 23) Der Stoß wird für ungültig erklärt und nicht gemessen, wenn der Teilnehmer, nachdem er den Kreis betreten und zum Stoß angesetzt hat, einen der folgenden Regelverstöße begeht:
- 24) eine Technik anwendet, die der Definition eines zugelassenen Stoßes widerspricht (wie festgelegt in Abschnitt B.2.e.5), oder wenn die Kugel auf oder außerhalb der Grenzmarkierungen des Kugelstoßsektors landet.

Ballwurf (200g)

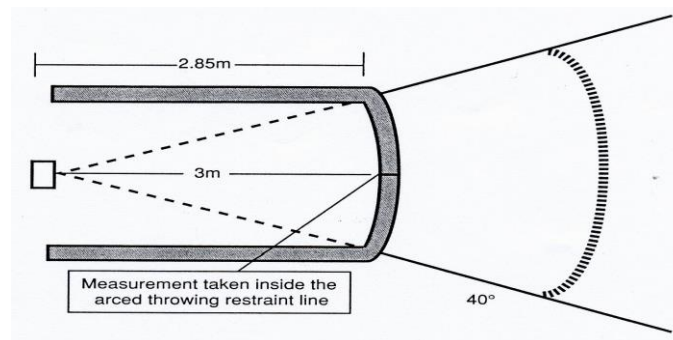
Diese Disziplin ist für Athleten geringerer Leistungsniveaus geeignet

- 25) Es soll ein Schlagball, mit der Größe im Durchmesser ca. 8cm und dem Gewicht 200g, aus dem Material Leder genutzt werden.
- 26) Die Art des Wurfes ist jedem Teilnehmer freigestellt.
- 27) Der Wurfsektor soll wie folgt aufgebaut sein:
 - a) Markieren Sie zwei parallel verlaufende Linien, die 2.85 m lang sind und 2m Abstand zu einander haben. Am Ende des Wurfsektors setzen Sie eine Markierung von 10 cm genau mittig zwischen den Endpunkten der beiden Linien. (Dies ist der Ausgangspunkt für die Messung der Würfe). Von diesem Punkt ziehen Sie eine imaginäre Linie von 3 Metern.
 - b) Markieren Sie diesen Punkt und zeichnen Sie einen Bogen, der die Endpunkte der beiden Seitenlinien verbindet. Der Ball muss innerhalb eines Sektors landen, der durch einen 40 Grad Winkel gebildet wird, der von der Mitte der hinteren Linie ausgeht. Von der Mitte der



hinteren Linie ziehen Sie zwei Linien, die durch die Endpunkte der Seitenlinien verlaufen.)

- Softball Wurfplatz Skizze



Mini-Speerwurf

- 28) Der Schaft, der Griff sowie die Fins sollten aus Plastik hergestellt sein.
- 29) Die Spitze sollte aus weichem Gummi mit einem abgestumpften runden Ende bestehen.
- 30) Eine Mini-Speer sollte aus vier Fins bestehen. Diese sollten flach (ohne Vorsprünge und Unebenheiten) und rechtwinklig zur Oberfläche des Mini-Speers angebracht sein.
- 31) Das Gewicht der Speere für Jungen und Mädchen zwischen 8 und 15 sowie für Frauen beträgt 300g, für Männer 400g.



Abmessungen Mini-Speer	Minimal [mm]	Maximal [mm]
Gesamtlänge	685	705
Länge des Speerkopfes	84	94
Durchmesser der Spitze am breitesten Punkt	37	43
Entfernung der Spitze vom Zentrum der Schwerkraft	365	380
Durchmesser des Schaftes vor dem Griff	30	38
Durchmesser des Schaftes hinter dem Griff	24	30
Durchmesser des Schaftes am Griff	34	40
Breite des Griffes	99	109
Entfernung vom Griff zur Spitze des Speerendes	322	332
Länge der Finne	162	168
Entfernung der Finne	95	105

- 32) Der Mini-Speer darf mit nur einer Hand am Griff gehalten werden.
- 33) Der Mini-Speer soll über der Schulter bzw. oberhalb des werfenden Arms abgeworfen und nicht geschleudert werden.
- 34) Der Athlet darf zu keiner Zeit mit dem Rücken zur Wurfzone stehen.
- 35) Die Wurf- und Landezone entspricht den Maßen der IAAF-Regeln: Kapitel 5, Absatz IV – „Field Events“, Regeln 187, 9,10, 11 und 12.
- 36) Ein ungültiger Wurf liegt vor
 - a) wenn der Athlet nicht die regegerechte Wurftechnik anwendet
 - b) wenn der Athlet den Mini-Speer nicht so wirft, dass er mit der Spitze zuerst den Boden berührt.
- c) wenn der Athlet den Mini-Speer nicht so wirft, dass er mit der Spitze innerhalb der Wurf- und Landeszone landet.



Allgemeine Regeln für den Fünfkampf

- 1) Die fünf Disziplinen für den Fünfkampf werden in der folgenden Reihenfolge durchgeführt: 100m Lauf, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung und 400 m Lauf.
- 2) Die Special Olympics Fünfkampfwertungstabelle ist am Ende dieses Teiles aufgeführt. Falls eine Weite bzw. Zeit erreicht wird, die nicht in der Tabelle aufgelistet ist, ist die nächst niedrigere Zeit bzw. Weite zu nutzen.
- 3) Der Fünfkampf wird an einem oder zwei direkt aufeinander folgenden Wettbewerbstagen durchgeführt. Wird der Wettbewerb über zwei Tage abgehalten, müssen die Disziplinen 1, 2 und 3 am ersten Tag und die restlichen zwei Disziplinen am zweiten Tag durchgeführt werden.

Allgemeine Regeln für Rollstuhlwettbewerbe

- a. Athleten, die an Rollstuhlwettbewerben teilnehmen, dürfen auch an anderen Leichtathletikwettbewerben teilnehmen.
- b. Rollstuhl-Kugelstoßen
 - 4) Es dürfen auch Rollstuhlfahrer am regulären Kugelstoß-Wettbewerb teilnehmen, wobei das Gewicht der Kugel für alle Teilnehmer gleich sein muss.
 - 5) Siehe auch Abschnitt B, 2 e
- c. Grundregeln für Rollstuhl-Rennen
 - 1) Alle Räder des Rollstuhls müssen sich beim Start hinter der Startlinie befinden.
 - 2) Die Zeit wird vom Startschuss bis zum Zeitpunkt, an dem die Räder des Rollstuhls rechtwinkelig die äußere Markierung der Ziellinie erreichen, gemessen.
 - 3) Elektrorollstühle sind bei regulären Rollstuhlwettbewerben nicht zugelassen.
 - 4) Es dürfen nur Athleten an Wettbewerben teilnehmen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind.
 - 5) Athleten dürfen nicht geschoben, gezogen oder auf sonstige Art bei den Wettbewerben unterstützt werden.



- 6) Die einzelnen Bahnen für die Rollstuhlwettbewerbe betragen zwei Laufbahnen.

d. 10 Meter /25 Meter Rollstuhllauf

- 1) Dieser Wettbewerb ist für Athleten mit einem geringen Leistungsniveau geeignet.
 - 1) Jeder Teilnehmer muss vom Start bis zum Ziel in seiner Bahn bleiben und darf andere Teilnehmer weder stören noch behindern. Zuwiderhandlungen können je nach Ermessen der Kampfrichter eine Disqualifikation zur Folge haben.
 - 2) Beginnend mit der Startlinie werden im Abstand von 5m in jeder Bahn Markierungskegel gesetzt. Die Markierungskegel sollten in der Mitte der Bahn positioniert werden.

e. 30 Meter Slalom für Rollstuhlfahrer

- 1) Dieser Wettbewerb ist für Athleten mit einem geringen Leistungsniveau geeignet.
 - 1) Beginnend von der Startlinie sind die Kegel auf einer Linie mit einem Abstand von jeweils 5 m zu platzieren. (siehe Seite 11)
 - 2) Der Athlet manövriert seinen Rollstuhl durch den Parcours, indem er den Rollstuhl rechts am ersten Hindernis vorbeiführt und keine anderen Teilnehmer behindert.
 - 3) Wenn ein Hindernis umgeworfen wird, werden 3 Strafsekunden angerechnet.

f. 4 x 25 m Pendel Staffel für Rollstuhlfahrer

- 1) Dieser Wettbewerb ist für Athleten mit einem geringen Leistungsniveau geeignet.
 - 1) Vier Personen bilden ein Team. Jeder Teilnehmer legt 25 m der Staffel zurück.
 - 2) Der zweite, dritte und vierte Teilnehmer der Mannschaft darf erst dann starten, wenn die Vorderräder des vorher gestarteten Teilnehmers die 1m vor der Startlinie parallel verlaufende Linie überquert haben.



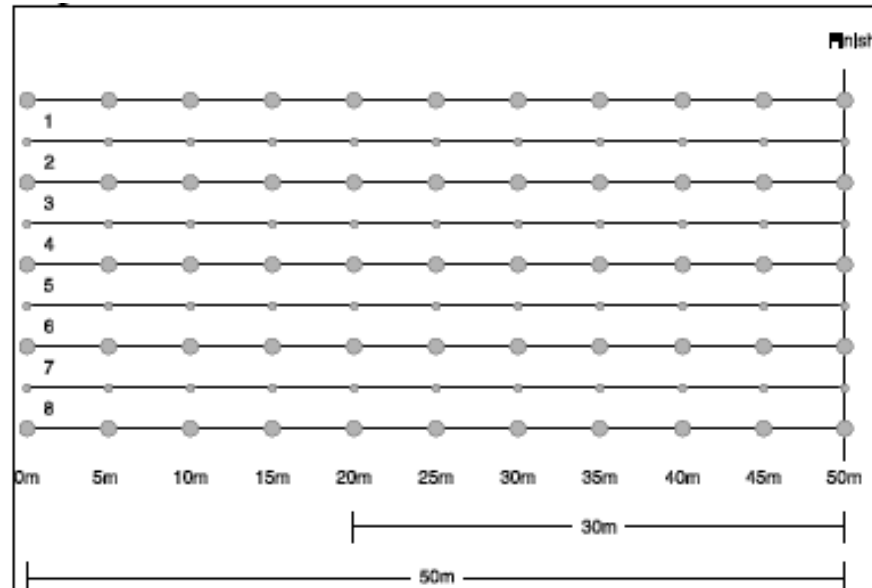
Allgemeine Regeln für Elektrorollstuhlwettbewerbe

a. Grundregeln

- 1) Diese Wettbewerbe sind ausschließlich für motorisierte Rollstühle.
- 2) Die ersten beiden Räder eines jeden Rollstuhls werden als Start- und Zielpunkte aller Rennen betrachtet.
- 3) Wenn ein Teilnehmer von einer Hindernisreihenfolge abweicht, muss dieser unverzüglich und ohne Aufforderung eines Offiziellen wieder zu dem Punkt zurückkehren, vor dem er das falsche Hindernis genommen hat, bevor er den Kurs als Ganzes beenden darf. Andernfalls wird dieser disqualifiziert.
- 4) Ein Teilnehmer wird disqualifiziert, wenn sein Coach (oder Helfer) den Parcours während seines Durchgangs betritt. Coaches dürfen von außerhalb des markierten Parcours Instruktionen geben. Schiedsrichter und Offizielle dürfen keine Richtungshinweise geben.
- 5) Beim Einreichen der Eintrittszeiten für Elektrorollstuhlwettbewerbe muss auf den Formblättern mit angegeben werden, ob die Zeiten mit einer „High-Speed“ oder „Low-Speed“ Einstellung des Rollstuhls erzielt wurden.
- 6) Die Zeit wird vom Startschuss bis zum Zeitpunkt, an dem die Räder des Rollstuhls rechtwinkelig die äußere Markierung der Ziellinie erreichen, gemessen.

b. Elektrorollstuhl-Slalom

- 1) Jedem Athleten stehen zwei Bahnbreiten als Bahn zur Verfügung.
- 2) Um je vier Start- und Zielbereiche sowie vier Bahnen zu markieren, werden auf der Start- und Ziellinie Kegel im Abstand von 2,44m (2-Bahn-breit) aufgestellt.
- 3) Beginnend mit der Startlinie werden alle 5 Meter (Verkehrs-) Kegel aufgestellt. Die Kegel sollten in die Mitte der Bahnen positioniert werden.
- 4) Grafik – 30 und 50 Meter Elektrorollstuhlsalom



- 5) Der Athlet manövriert seinen Rollstuhl durch den Parcours, indem er den Rollstuhl rechts am ersten Hindernis vorbeiführt und keine anderen Teilnehmer behindert. Wenn ein Kegel umgeworfen wird, werden 3 Strafsekunden angerechnet.
- 6) Es ist nicht regelwidrig einen Kegel zu berühren.

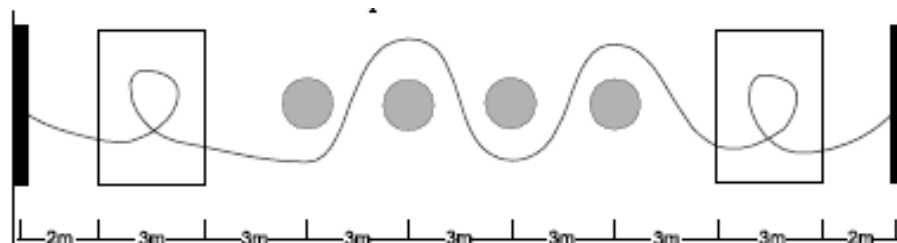
c. 25 Meter Elektrorollstuhl Hindernis-Parcours

Dieser Wettbewerb ist für Athleten mit geringem Leistungsniveau geeignet

- 1) Jeweils 2m von der Startlinie und 2m von der Ziellinie entfernt, werden Boxen markiert. Jede Box sollte einen Durchmesser von 3m haben.
- 2) Zwischen die Boxen werden 4 Kegel im Abstand von 3m platziert.
- 3) Regeln:
 - a) Der Athlet beginnt mit Blick auf den Parcours/dem Parcours zugewandt.
 - b) Zwischen Startlinie und dem ersten Kegel vollzieht der Athlet zunächst



1. eine 360° Grad Drehung, bevor er sich dann zwischen den 4 Kegeln
 2. hindurch fädelt. Zwischen dem vierten Kegel und der Ziellinie vollzieht er
 3. dann noch einmal eine 360° Grad Drehung.
- c) Die Boxen (3m x 3m) dienen dem Athleten lediglich als optisches Hilfsmittel für die 360° Grad Drehungen. Für das Berühren oder Überfahren der Linien gibt es weder Punkt- noch Zeitabzug.
1. Die Boxen können mit Klebeband skizziert werden.
- d) Das Umfahren eines Hindernisses stellt ein Regelverstoß dar und wird
2. mit 3 Strafsekunden geahndet. Teilnehmer, die sich nicht eindeutig
 3. bemühen, um die Kegel herum zu fahren, werden nach Ermessen des
 4. Schiedsrichters disqualifiziert.
- e) Pro Rennen dürfen nicht mehr als 3 Athleten starten.



Allgemeine Regeln für den Gehwettbewerb mit Hilfe

Dieser Wettbewerb ist für Athleten mit geringem Leistungsniveau geeignet

- a. Athleten müssen ihre eigenen Hilfsgeräte mitbringen. Solche Hilfsgeräte können Spazierstöcke, Krücken oder Gehhilfen sein.
- b. Ablauf:
 - 1) Jeder Athlet benutzt 2 Bahnen als Laufbahn, sodass sie breit genug für die Hilfsgeräte sind.



- 2) Auf der Start- und Ziellinie werden Kegel im Abstand von 2,44m (2-Bahn-breit) gesetzt, um je 4 Start- und Zielbereiche zu erhalten.
- 3) Beginnend mit der Startlinie werden pro Bahn Kegel im Abstand von 5m aufgestellt. Die Kegel sollten in die Mitte der Bahnen positioniert werden.

d. Regeln:

- 1) Die Athleten starten mit ihrer Gehhilfe hinter der Startlinie.
- 2) Die Athleten nutzen zum Gehen ihre Gehhilfe.
- 3) Die Athleten bleiben in ihrer zugewiesenen Bahn.
- 4) Die Athleten dürfen keine Hilfe von ihren Coaches, Offiziellen u.a. erhalten.
- 5) Die Zeit wird vom Startschuss bis zu dem Moment, wenn der Oberkörper die vordere Kante der Ziellinie erreicht, gemessen.

Blinde und taube Athleten

- 1) Um Athleten mit Sehbehinderung zu unterstützen, darf ein Begleiter, der mit dem Athleten durch ein Band verbunden ist, mitlaufen.
- 2) Der Begleiter darf sich unter keinen Umständen vor dem Athleten befinden. Zu keinem Zeitpunkt darf der Begleiter den Athleten ziehen oder den Athleten nach vorne schieben.
- 3) Athleten, die zugleich blind und taub sind, werden durch antippen zum Start aufgefordert.
- 4) Die mitlaufenden Begleiter der Athleten tragen einen hell-orangen Umhang / Shirt, damit sie von den Sportlern klar unterschieden werden können. Diese Umhänge werden vom Organisationskomitee gestellt.

Allgemeine Regeln für Unified – Wettbewerbe

b. Laufen oder Gehen

- 1) Jedes Unified - Team besteht aus einem Athleten und einem Partner
- 2) Die gewertete Zeit eines Unified - Teams errechnet sich aus der Summe der beiden erreichten Einzelzeiten.



- 3) Der Läufer bzw. Geher eines Unified - Teams, der als erster die Ziellinie überquert, darf die Strecke nicht wieder betreten, um seinen Partner anzufeuern.

c. Sonstige Leichtathletikwettbewerbe

- 1) Jedes Unified - Team besteht aus einem Athleten und einem Partner
- 2) Das Endergebnis eines Unified - Teams errechnet sich aus der Summe der
- 3) jeweils besten Versuche der beiden Sportler.

d. Fünfkampf

- 1) Jedes Unified - Team besteht aus einem Athleten und einem Partner.
- 2) Das Endergebnis eines Unified - Teams errechnet sich aus der Summe der jeweils besten Versuche der beiden Sportler.

e. Staffelwettbewerbe

- 1) *Jede Unified - Staffel besteht aus 2 Athleten und 2 Partnern.*
- 2) Die Staffelläufer dürfen in beliebiger Reihenfolge starten.

9. Die Tabellen für Fünfkampfwettbewerbe sind dem englischen Regelwerk unter <http://www.specialolympics.org/uploadedFiles/athletics.pdf> zu entnehmen.

Abschnitt C - "Skill-Test" / Leistungseinschätzungstest

Die aktuelle Bestleistung des gemeldeten Athleten ist schriftlich mitzuteilen. Vor Ort werden nochmals Leistungserhebungen zur Einteilung der Gruppen vorgenommen. Weicht das Wettbewerbsergebnis davon mehr als 15% ab, wird der betreffende Athlet disqualifiziert.