

Datenblatt Weit- und Dreisprung

14.03.2025

Anzahl	Material	Anzahl	Personen
1	Absprungbalken	1	Anlagenchef & ablesen Weite
2-3	Einlagebretter / Plastilinpaste	1	Schreiber
1	Messband 10m	1	Landestelle (Messband Landung)
1	Stecknagel	1	Messband Absprungstelle
1	Windmesser	1	Plastilimbalken ausbessern
1-2	Schaufel, Rechen, Besen	1	Ausebnen Sandgrube
1	Schreibunterlage mit Bleistift	1	Bedienung Windmesser
1	Stuhl & Tisch, Sonnen-/Regenschirm	1	Bedienung Anzeigetafel
1	Tisch zur Bearbeitung Einlagebrett		
20	Anlaufmarken		
1	Anzeigetafel (für V, A+B-Meetings)		
1	Konzentrationsuhr		
je 1	Fahne weiss, gelb und rot		
1 - 2	Wollfäden oder leichte Bänder für Windanzeige		

1. Die Weit- und Dreisprunganlage

1.1. Die Sprunggrube

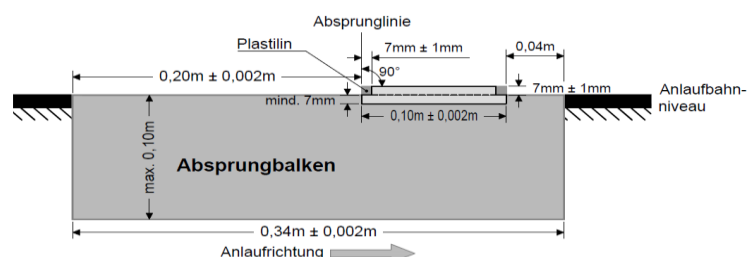
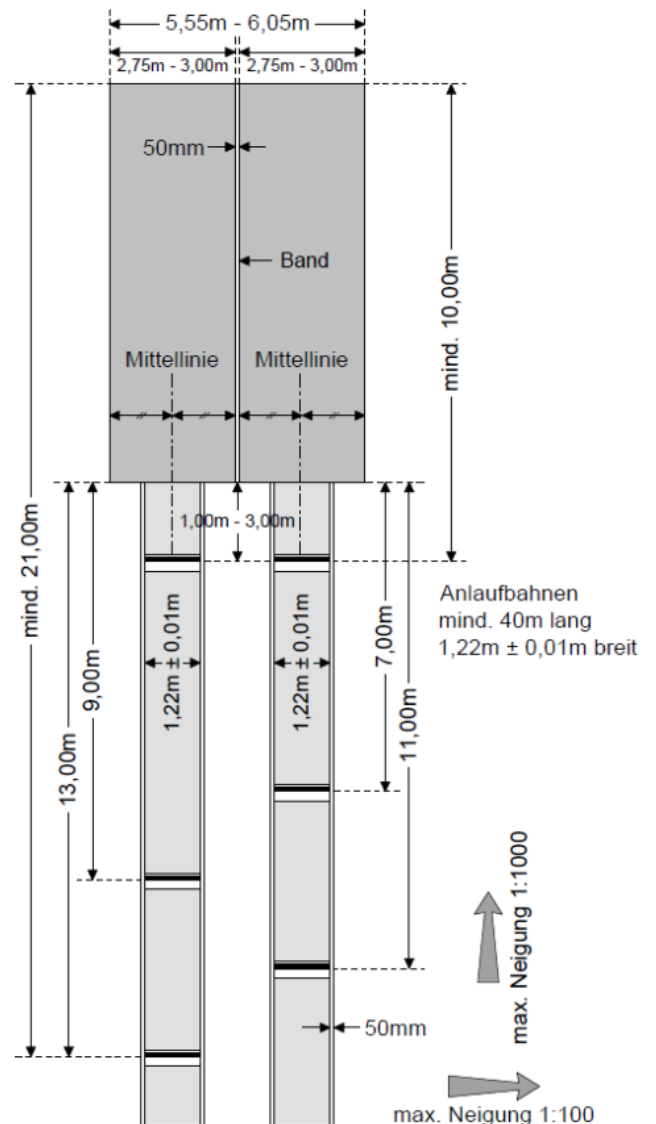
- Die Sprunggrube hat eine Mindestbreite von 2.75 m und eine Höchstbreite von 3.00 m. Falls möglich ist sie so anzulegen, dass die Mitte der Sprunggrube mit der Mitte der Anlaufbahn übereinstimmt.
- Entspricht die Achse der Anlaufbahn nicht der Mitte der Sprunggrube, ist die Sprunggrube mit einem oder zwei Bändern abzugrenzen..
- Die Sprunggrube soll mit weichem, feuchtem Sand gefüllt sein, dessen Oberfläche niveaugleich mit dem Absprungbalken sein muss. Der Sand soll eine Körnung von 0,2 bis 2 mm haben.

1.2. Der Absprungbalken

- Der Absprung muss durch einen in den Boden eingelassenen Balken gekennzeichnet sein, der niveaugleich mit der Anlaufbahn und der Oberfläche der Sprunggrube ist. Die Kante des Balkens, die näher zur Sprunggrube ist, wird als Absprunglinie bezeichnet.
- Der Absprungbalken muss aus Holz oder einem anderen geeigneten festen Material gefertigt und weiss sein. Die Fläche hinter der Absprunglinie muss in farblich einen guten Kontrast zum Absprungbalken haben.
- Im Dreisprung kann ein fehlender Absprungbalken auch aufgemalt oder geklebt werden. Als 'Plastilinersatz' eignet sich 5cm breites Malerband das anstelle des Einlagebrettes aufgeklebt wird. Erzielte Rekorde können auf einer solchen Anlage nicht anerkannt werden. Die erzielten Resultate werden aber in die Bestenliste aufgenommen.

1.3. Das Einlagebrett

- Das Einlagebrett ist aus Holz oder einem anderen geeigneten Material gefertigt. Es muss gegenüber dem Absprungbalken eine andere Farbe haben. Falls möglich soll das Plastilin eine dritte unterscheidbare Farbe haben.
- Es ist zweckmässig, 2-3 zusätzliche Einlagebretter bereitzuhalten, damit das Beseitigen des Abdrucks im Plastilin der Ablauf des Wettkampfs nicht verzögert.



2. Allgemeine Bestimmungen

- Durchführungsart / Anzahl Versuche
 - An A- und B-Meetings sowie an Schweizer Meisterschaften, ist in der Regel ein Vor- und Endkampf durchzuführen, wobei die besten 8 Athletinnen resp. Athleten den Endkampf mit weiteren 3 Versuchen in umgekehrter Reihenfolge absolvieren. Verzichtet jemand auf die Teilnahme am Endkampf, wird die Leistung aus dem Vorkampf gewertet; ein Nachrutschen ist nicht möglich.
- Hinweise:
 - Sind mehrere Athlet/innen mit gleicher bester Leistung auf Position 8 klassiert, so entscheidet die zweit- resp. drittbeste Leistung über die Klassierung. Herrscht auch dann Gleichstand, können alle auf Position 8 klassierten Athlet/innen am Endkampf teilnehmen.
 - Sind mehr als 8 Athlet/innen am Start, sind in jedem Fall nur jene Athlet/innen zum Endkampf zugelassen, welche zumindest einen gültigen Versuch haben.
 - Bei 8 oder weniger Athlet/innen gibt es keinen Vorkampf; alle haben 6 Versuche. Es ist dabei nicht erforderlich, dass einer der ersten 3 Versuche gültig ist.
 - Bei C-Meetings kann der Veranstalter über die Durchführungsart selbst entscheiden, wobei die gewählte Form in der Ausschreibung ersichtlich sein muss (mögliche Formen: Alle haben 6 Versuche; alle haben 4 Versuche, Vor- und Endkampf, ...).
 - In einem Mehrkampf haben die Athlet/innen nur je 3 Versuche.
- Teilnahme an gleichzeitig stattfindenden Disziplinen

Die Anlagenchefin/Der Anlagenchef kann die auf dem Wettkampfbblatt vorgesehene Reihenfolge der Athletinnen resp. Athleten zugunsten einer Athletin/eines Athleten, die/der in einer gleichzeitig stattfindenden anderen Disziplin im Einsatz steht, verändern. Ist die Athletin resp. der Athlet zum Abschluss des entsprechenden Durchganges nicht anwesend, ist dies als Verzicht (-) zu werten.
- Ausnahme:

Im 6. Durchgang eines Finalwettkampfes (wenn ein Vor- und ein Endkampf ausgetragen wird) ist eine Änderung der Reihenfolge nicht erlaubt.
- Jede Athletin/Jeder Athlet darf zur Unterstützung des Anlaufes maximal 2 Markierungen benutzen.
- Das Windmessgerät steht ca. 20 m vor dem Absprungbalken in einer Höhe von 1.22 m und ist nicht weiter als 2 m von der Anlaufbahn entfernt. Bei sämtlichen Wettkämpfen U14 und jünger muss kein (kann aber) Wind gemessen werden.
- An geeigneter Stelle sind eine oder mehrere Windanzeigen aufzustellen, die den Athletinnen und Athleten die ungefähre Windrichtung und -stärke anzeigen.
- Weder die Stärke noch der Richtungswechsel des Windes sind ausreichende Gründe für eine Änderung des Wettkampfplatzes oder der Wettkampfzeit.

3. Ablauf des Wettkampfes

- Distanzen abmessen und Probesprünge absolvieren lassen, wobei die Wettkampfleitung das Prozedere definiert. Jeder Athletin/Jedem Athleten sind mindestens 2 Probesprünge auf der Wettkampfanlage zu gewähren. Die Probesprünge werden immer unter Aufsicht des Kampfgerichts ausgeführt. Hat der Wettkampf begonnen, ist es den Athlet/innen nicht mehr erlaubt, für Probewecke die Anlaufbahn oder den Absprungbereich zu benutzen.
- Einige Minuten vor Beginn des Wettkampfes ist in der Reihenfolge der Auslosung ein Appell durchzuführen
- Vor jedem Versuch: Aufruf des/des nächsten und der/des übernächsten Athletin/en (z.B. «als nächstes Huber – bereit macht sich Müller») und Freigabe der Anlage.
- Ab Freigabe der Bahn (oder auf Abruf; die Art und Weise der Bekanntgabe ist den Athlet/innen vor dem Wettkampf bekannt zu geben) muss der Versuch innerhalb 60 Sekunden begonnen werden (dies gilt auch im Mehrkampf; muss eine Athletin/ein Athlet zwei Mal unmittelbar nacheinander antreten, sind 120 Sekunden zu gewähren). Die verbleibende Versuchszeit soll den Athlet/innen nach Möglichkeit mit einer Uhr (Konzentrationsuhr) angezeigt werden. Zusätzlich müssen die letzten 15 Sekunden der Versuchszeit von einer Kampfrichterin resp. einem Kampfrichter mit einer gelben Fahne oder auf andere Weise deutlich angezeigt werden.
- Überwachen des Sprunges auf korrekte Ausführung (U10/U12/U14 = Zonenabsprung).
- Alle Sprungweiten werden von dem durch irgendeinen Teil des Körpers in der Sandgrube hinterlassenen Eindruck, welcher der Absprunglinie am nächsten liegt, rechtwinklig zu diesem gemessen. Der Nullpunkt des unverdrehten und gespannten Messbandes ist dort hinzuhalten, so dass die Weite bei der Absprunglinie abgelesen werden kann.
- Die erzielte Leistung ist in vollen Zentimetern im Wettkampfbblatt einzutragen. Bei dazwischenliegenden Leistungen gilt der nächstniedrigere Zentimeter. Gleichzeitig ist für jeden Sprung die Windgeschwindigkeit gemäss Messzeit (= 5 Sek.) einzutragen, z. B. +1,5 (Rückenwind).

4. Gültigkeit von Versuchen

- Gültig oder ungültig wird im Bereich des Absprungs mit der weissen (gültig) oder roten (ungültig) Fahne angezeigt.
- Zeitverzögerung: Wird ein Versuch unnötigerweise verzögert, ist eine Schiedsrichterin/ein Schiedsrichter beizuziehen. Diese/r kann den Versuch als Fehlversuch werten und/oder eine Verwarnung aussprechen.
- Bei Störung oder Behinderung in einem Sprungwettbewerb kann die/der zuständige Schiedsrichter/in einen Ersatzversuch gestatten (Informationen/Ansagen und Siegerehrungen sowie Musik gelten nicht als Behinderung).

Als Fehlversuch gilt, wenn die Athletin resp. der Athlet ...

- mit einem festen Teil des Schuhs (also nicht mit dem Schuhbändel) die Senkrechte zur Absprunglinie durchbricht.

Die entsprechende Kontrolle kann auf verschiedene Arten geschehen:

1. Mit einem Einlagebrett mit Plastilin, wobei das Plastilin in einem Winkel von 90 Grad aufzutragen ist (siehe Abbildung Seite 1)
2. Mit einer Videoaufnahme
3. Rein optisch durch das Kampfgericht

Hinweis:

Für Schweizer und Regionen Meisterschaften inkl. SVM ist Variante 1 oder 2 Pflicht, für alle anderen Wettkämpfe dringend empfohlen.

- im Weitsprung nach dem Balken den Boden zwischen der Absprunglinie und der Sprunggrube berührt, sei es beim Sprung ab Balken oder beim Durchlaufen;
- im Dreisprung nach dem Balken den Boden zwischen der Absprunglinie und der Sprunggrube mehr als zwei Mal berührt, sei es beim Sprung ab Balken oder beim Durchlaufen;
- im Dreisprung die vorgeschriebene Sprungfolge rechts-rechts-links oder links-links-rechts nicht einhält
- seitlich des Balkens vor oder hinter der verlängerten Absprunglinie abspringt;
- einen Salto-Sprung ausübt;
- bei der Landung den Boden ausserhalb der Sprunggrube berührt, sofern dieser Punkt näher zur Absprunglinie liegt als der für die Messung massgebliche Eindruck in der Sandgrube.
- nach einem ausgeführten Sprung vor dem Messen durch die Sprunggrube zurückgeht oder die Sprunggrube so verlässt, dass sich der erste Auftritt ausserhalb der Sprunggrube näher bei der Absprunglinie befindet als der hinterste Abdruck im Sand.

Es ist kein Fehler, wenn die Athletin resp. der Athlet ...

- beim Anlauf vor dem Absprungbalken die seitlich gekennzeichnete Anlaufbahn verlässt.
- mit einem Teil seines Schuhs/Fusses den Boden seitlich des Absprungbalkens vor der Absprunglinie berührt.
- bei der Landung mit irgendeinem Teil seines Körpers den Boden ausserhalb der Sprunggrube berührt, es sei denn, dies ist der erste und hinterste Kontakt.
- nachdem die Sprunggrube regelkonform verlassen wurde, durch die Sprunggrube zurück geht.

5. Absprungfläche "Zonenabsprung"

- Bei den Kategorien U14 und jünger ist eine 80 cm-Absprungszone zulässig. Diese erstreckt sich von den Kanten des Absprungbalkens je 30 cm in Richtung Anlauf und Sprunggrube. Sie ist mit 5 cm breiten weißen Linien zu begrenzen. 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 Zone abgesprungen wird.
- Zonen können auch nach dem fixen Balken oder ohne Balkeneinbezug gezeichnet / aufgemalt sein.
- Die Anfangsline ist in die 80 cm einzubeziehen, die Abschlussline nicht.

