

Datenblatt Steeple

1. Allgemein

- Standardstrecken sind 2'000m und 3'000m.
- Beim 3'000m-Lauf sind in 7,5 Runden total 28 Hindernisse und 7 Wassergrabenhindernisse zu überqueren. Beim 2'000m-Lauf sind 18 Hindernisse und 5 Wassergrabenhindernisse zu überqueren. Der Wassergraben muss niveaugleich gefüllt sein.
- Bei den Hindernisläufen müssen (nachdem die Ziellinie das erste Mal passiert worden ist) in jeder vollständigen Runde 5 Hindernisse überquert werden (mit dem Wassergrabenhindernis an vierter Stelle). Die Hindernisse sind gleichmässig so zu verteilen, dass der Abstand dazwischen ungefähr ein Fünftel der Rundenlänge beträgt (Details siehe Bahnmarkierungen).

Anmerkung: Ist beim 2'000m-Lauf der Wassergraben innerhalb der Laufbahn, werden die ersten rund 200m ohne Hindernisse gelaufen. Die Hindernisse H1 + H2 sind in diesem Fall erst nach dem zweiten Passieren der Ziellinie zu überqueren.

- Beim 3'000m-Lauf wird die Strecke vom Start bis zum Beginn der ersten vollständigen Runde ohne Hindernisse und ausserhalb des Wassergrabens gelaufen (H3 und H5 sind daher erst nach der ersten Zielpassage hinzustellen).

Nationale Bestimmung Swiss Athletics

Beim 1500 m-Lauf wird die Strecke vom Start bis zum Beginn der ersten vollständigen Runde ohne Hindernisse und ausserhalb des Wassergrabens gelaufen (die Hindernisse H2, H3 und H5 sind erst danach hinzustellen).

- Die Hindernisse müssen so auf die Laufbahn gestellt werden, dass der Hindernisbalken 30 cm weit in den Innenraum ragt.
- Jeder Läufer überquert jedes Hindernis und springt über oder läuft durch den Wassergraben.

Ein Läufer wird disqualifiziert, wenn er

- beim Sprung seitlich neben den Wassergraben tritt, oder
- beim Überqueren seinen Fuss oder sein Bein unter dem Niveau der Oberseite des Hindernisbalkens vorbeizieht.

Hinweis:

Vorausgesetzt, diese Bestimmungen werden beachtet, kann ein Läufer die Hindernisse in jeder Art und Weise überqueren.

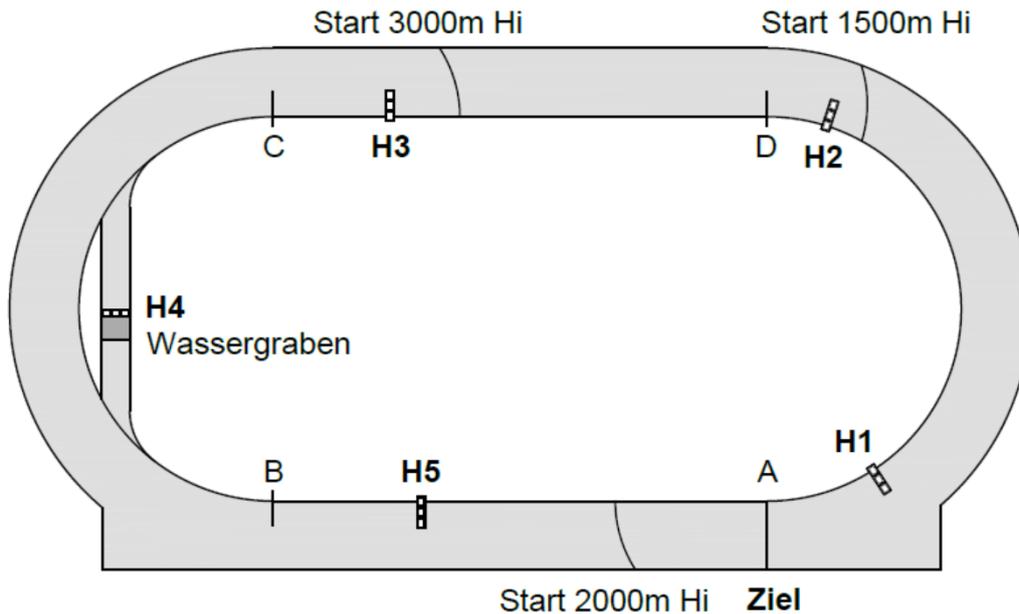
- Liegt der Wassergraben innen, ist beim 1500m & 3000m Steeple der Durchgang zum Wassergraben auf der ersten Runde mit Kegeln oder Band einmalig zu sperren.

2. Steeple Markierungen

Hindernisbreite min. 3,94m, Wassergrabenbreite 3,66 ± 2cm, Wassergrabentiefe 50 – 70cm

<p>Männer U23 M / U20 M</p> <p>3000m = 91,4 ± 0,3cm, 28 Hindernisse / 7x Wassergraben</p> <p>-----</p> <p>2000m = 91,4 ± 0,3cm, 18 Hindernisse / 5x Wassergraben</p>	<p>Markierung</p> 	<p>Frauen U23 W / U20 W</p> <p>3000m = 76,2 ± 0,3cm, 28 Hindernisse / 7x Wassergraben</p> <p>-----</p> <p>2000m = 76,2 ± 0,3cm, 18 Hindernisse / 5x Wassergraben</p>	<p>Markierung</p> 
<p>U18 M</p> <p>2000m = 83,8 ± 0,3cm, 18 Hindernisse / 5x Wassergraben</p> <p>-----</p> <p>1500m 1500m 83,8 ± 0,3cm 12 Hindernisse / 5x Wassergraben</p>		<p>U18 W</p> <p>2000m = 76,2 ± 0,3cm, 18 Hindernisse / 5x Wassergraben</p> <p>-----</p> <p>1500m 76,2 ± 0,3cm 12 Hindernisse / 5x Wassergraben</p>	

3. Position Hindernisse



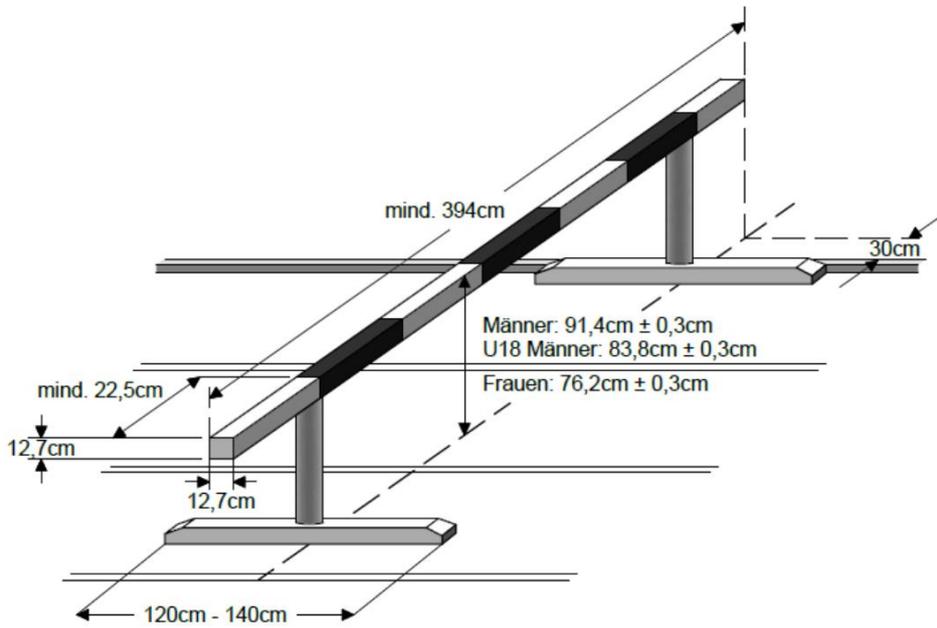
- Liegt der Wassergraben ausserhalb der Rundbahn, so sind die Startlinien nach vorne verlegt (auf homologierten Bahnen sind die Markierungen entsprechend aufgemalt und auch ein Markierungsplan sollte im Stadion einsehbar sein).

Hinweis:

In Stadien, wo auf Bahn 1 als Innenbegrenzung eine Bahnbegrenzungslinie gezogen ist (vor der Regenrinne), sind **in den Kurven** auf dieser Linie ca. alle 5m Pylonen (Gummihütchen / Kegel) als Bahnbegrenzung hinzustellen. Zudem sind die Übergänge der Kurven / Gerade zu kennzeichnen oder mit Kegeln zu markieren.

4. Masse Steeplebalken /Hindernisse und Wassergraben

a) Steeplebalken / Wassergraben



b) Masse Wassergraben

← Laufrichtung

