

## Fiche technique Lancer de balle

09.05.2022

Nombre	Matériel	Nombre	Personnes
1	Ruban métrique 100m	1	Chef d'installation
1	Marquage des distances 20/30/40/50/60/70 m	1	Secrétaire
1	Série de fiches de marquage 1-3 (evtl. 1-20)	1	Lancement avec drapeau blanc et rouge
5-10	Balles 200g	2	Marquage du point de chute
1	Chaises et Parasol	1	Planter les fiches de marquage
1	Sous-main et crayon	1	Ruban métrique
3	Chiffon sec		
2	Drapeau blanc et rouge		
1	Rouleau de ruban adhésif de peintre (pour limiter l'élan latéral)		

### 1. Déroulement de la compétition

#### Variante A

Avant le début du concours, chaque concurrent a droit à des essais de réglage sur l'emplacement de compétition. Au lancer de balle, au minimum deux essais de réglage sont effectués, toujours dans l'ordre tiré au sort et sous la surveillance du jury du concours.

Si le concours a commencé, les concurrents n'ont plus le droit de s'exercer d'utiliser les engins et de pénétrer sur la piste d'élan sans engin.

#### Variante B

Les athlètes arrivent après s'être échauffés sur la place de lancer et lancent un essai de réglage (non obligatoire) suivant à la liste de départ, puis 3 essais où le meilleur jet sera compté. Après les 3 essais, appeler le prochain concurrent.

### 2. Déroulement du concours

- Faire connaître à nouveau la variante utilisée (A ou B) ; procéder à l'appel par l'ordre tiré au sort.
- Les essais de réglage des concours de lancer se font après appel du nom conformément à l'ordre tiré au sort et sous surveillance du jury du concours (mesure de sécurité).
- Appeler le premier lanceur et le suivant (par ex. «Huber – se prépare Müller»).
- Durée de l'essai = 60 sec.
- Surveiller l'exécution correcte du lancer (la balle doit être lancée par-dessus l'épaule ou la partie supérieure du bras).
- Planter des fiches de marquage et mesurer les essais à la fin (Variante A ou B).
- **Remarque:** Il est possible d'organiser un seul passage, mais aussi de lancer trois ou 2x 3 lancers à la suite. (la même chose pour tous dans le même concours).
- En concours multiple seulement trois essais par athlète sont autorisés.

### 3. Essais nuls

L'essai est nul, si le/la concurrent/e :

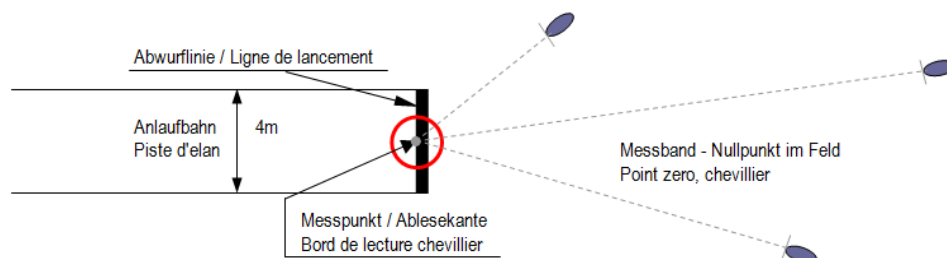
- lance la balle avec un mouvement de rotation (par le côté), ou
- lance par-dessous la ligne des épaules (de bas en haut), ou
- touche avec n'importe quelle partie du corps la ligne de lancement ou (si la poutre) le bord supérieur de la poutre de lancement (comme poids) ou le sol en dehors de la piste d'élan.

### 4. Règles générales

- Le jury du concours peut permettre à un athlète, inscrit à une épreuve de course ou de lancer (se déroulant simultanément), d'effectuer les essais dans un autre ordre, que celui prévu par le tirage au sort.

- Si le lanceur ou la lanceuse tarde à effectuer son essai : avertir l'athlète, puis (si cela se reproduit) informer le JA.
- Pour tous les concours de lancer (y.c. lancers de réglage) l'engin doit être rapporté vers la ligne de lancement. Il ne doit en aucun cas y être lancé.

**5. Installation de lancer de balle** (dans les stades aussi possible sur l'installation de javelot)



**Élan:**

Bande de 4m de large sur le sable, l'herbe ou piste synthétique. La longueur de l'élan n'est pas limitée.

**Ligne de lancement:**

Marquage rectiligne de 4 m de long (5cm de large) sur le sol avec ruban adhésif, peinture ou poutre. Le lancement doit se faire devant la ligne de lancement. Il faut marquer le point de mesure au milieu de la ligne de lancement.

**Secteurs:**

Aucun secteur ne doit être marqué, uniquement marquer la ligne limite de lancer avec une référence au centre comme point de mesure.

**Note :**

Installation du lancer possible sur les droites de la piste de 400m. Marquez la largeur (à droite et à gauche) de la piste d'élan de 4 mètres ainsi que le point de mesure (au centre) et utilisez la bordure blanche intégrable du bord du couloir 1 (si existant) comme poutre de bord de lecture.