

# COMMISSAIRE COURSES

## Les règles pour les relais

Une course de relais peut être courue entièrement ou en partie en couloirs. Un athlète peut utiliser du ruban adhésif pour faire une marque dans son couloir.

Un témoin doit être utilisé dans toutes les courses de relais organisées dans un stade, il doit être porté durant toute la course.

Il est interdit d'utiliser des gants de protections ou même d'utiliser des substances permettant d'avoir une meilleure prise sur le témoin.

Si le témoin tombe il doit être ramassé par l'athlète qui l'a fait tomber. Il peut quitter son couloir pour le récupérer en revanche il doit impérativement revenir avec le témoin là où il l'a laissé tomber, c'est-à-dire à l'endroit où il a perdu contact avec le témoin.

Si un athlète ne respecte pas cela, l'équipe devra être disqualifiée.

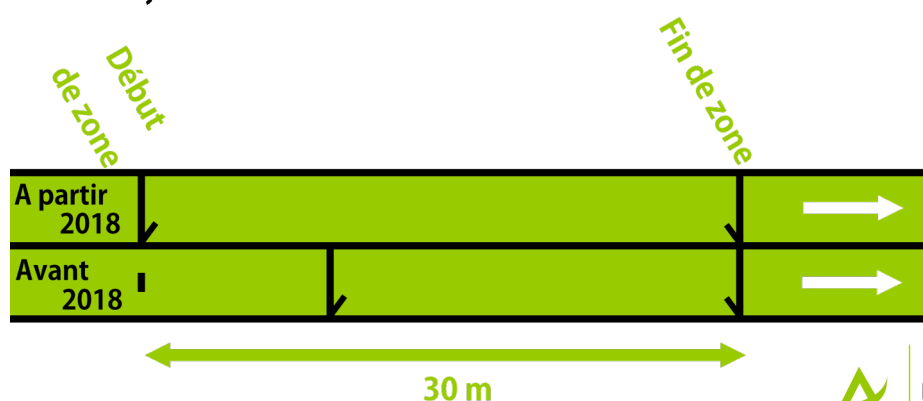
Le témoin doit être échangé dans la zone de transmission. On considère que la passation de témoin débute dès que le coureur receveur touche le témoin. Cette passation se termine dès que le receveur est le seul à avoir de témoin en contact. La passage du témoin à l'extérieur de la zone entraînera la disqualification de l'équipe.

## Les drapeaux

Vous aurez besoin de trois drapeaux pour les relais, un rouge, un blanc et un jaune. Lors de la mise en place des athlètes, le rouge signifie que les athlètes ne sont pas prêts, le blanc les athlètes sont prêts. Après le passage des athlètes le drapeau blanc signifie que le passage s'est bien passé, le drapeau jaune signifie qu'il y a eu une faute lors du passage. Le drapeau doit être maintenu levé pendant toute la durée de la procédure. Il faudra donc ces trois drapeaux à chaque zones de transmission.

## Zones de passage

Il y a une zone de 30 mètres de transition pour les 4x100, 4x200 et le premier et deuxième changement des relais Medley. Pour le 4x400 et les autres la zone est de 20 mètres.



JUGE DES COURSES