

# LES RÈGLES ESSENTIELLES

## Fautes pour les sauts verticaux

Le concurrent fait une faute :

- Si la barre tombe de ses supports, touchée par le concurrent ou sa perche.
- Si le sauteur ayant manqué son appel touche, avec une partie de son corps ou avec sa perche, le sol ou le matelas de réception au-delà de la limite du plan vertical passant par la partie supérieure du bac d'appel (ligne du 0 des poteaux).
- S'il dépasse le temps imparti pour effectuer son essai.
- Si pendant le saut, il stabilise ou remet la barre en place avec une ou deux mains.
- Si le sauteur fait un appel des deux pieds.
- Pour le saut à la perche si la main inférieure prend appui sur la perche au dessus de l'autre main.

En revanche si un athlète est gêné lors de son saut, si sa perche casse ou si la barre tombe indépendamment de l'action de l'athlète par une force extérieure comme le vent, un essai de remplacement lui sera accordé.

Si un athlète commence son saut et qu'il fait un retour sur piste pour une raison quelconque et qu'un n'a pas dépassé la ligne 0, cela n'est pas considéré comme un essai.



## Fautes pour les sauts horizontaux

Le concurrent fait une faute :

- S'il laisse une marque sur la plasticine.
- S'il prend son appel totalement en dehors des extrémités latérales de la planche d'appel.
- Si après avoir sauté, il marche en arrière sans être sorti dans la zone de chute.
- Si en tombant, il touche le sol en dehors de la zone de chute, plus près de la ligne d'appel que de la marque la plus proche faite dans la zone de chute.

La zone de réception aura une largeur minimale de 2.75m et maximal de 3m. Si l'aire de saut est trop large Elle devra être délimitée de manière claire par une ligne blanche tendu de chaque côté.

Pour le triple saut les athlètes devront retomber dans un premier temps sur le pied avec lequel ils ont pris leur appel, puis au deuxième saut, sur l'autre pied. (GGD ou DDG).

Ce ne sera pas considéré comme faute si l'athlète touche le sol avec sa jambe durant son saut. Toujours pour le triple saut la planche d'appel se trouve à 13m pour les seniors hommes et 11m pour les seniors femmes.

# LES RÈGLES ESSENTIELLES

## Les montants au saut à la perche

Durant le concours les athlètes ont le droit de faire déplacer les montants dans l'axe de la course, entre le point zéro et jusqu'à 80 cm.

Astuce pour repérer le 0, il s'agit de la partie haute du butoir la plus éloignée de la piste.



## Les poteaux au saut en hauteur

La distance entre les poteaux et le tapis doit être de 10 cm. Ensuite la distance entre les deux poteaux doit être de 4m à 4m04. Une ligne blanche doit être tracée au sol entre les deux poteaux. Elle devra se poursuivre sur une distance de 3m de part et d'autre des poteaux.

## Les montées de barres

Avant de débiter le concours, le chef du concours doit prendre connaissance auprès du juge arbitre des différentes montées de barres prévues. En revanche s'il ne reste qu'un seul concurrent dans le concours il pourra choisir sa propre hauteur de barre. La barre ne devra jamais être montée de moins de 5cm pour la perche et pas moins de 2cm pour la hauteur entre chaque tour. La progression des montées de barres doit être toujours décroissante ou régulière.

## Nombres d'essais

**Pour les sauts verticaux :** Généralement un athlète a un nombre d'essai illimité. Il sera éliminé après 3 échecs consécutifs. Un athlète peut réaliser une impasse à tout moment. Faire une impasse, cela signifie que l'athlète décide de ne pas sauter et de tenter sa chance à la hauteur suivante. En revanche lors de certaines compétitions la règle des 8 sauts est appliquée. C'est-à-dire que si l'athlète rate son huitième saut il est éliminé même si il s'agit de son premier essai. Par contre si il valide son huitième essai il pourra continuer jusqu'à l'échec d'un de ses sauts.

**Pour les sauts horizontaux :** Lorsqu'il y a plus de 8 concurrents, chacun aura le droit à 3 essais et les 8 meilleurs auront le droit à 3 essais supplémentaires. En revanche lorsqu'il y a 8 athlètes ou moins, ils auront tous le droit à 6 essais.

## L'ordre de passage

L'ordre de la feuille de concours doit être respecté. En revanche si un athlète doit gérer une autre épreuve au même moment il est possible d'aménager un ordre de passage en le décalant. L'athlète doit impérativement en faire la demande auprès du chef de concours à chaque passage avant qu'il soit appelé. Ce changement peut intervenir une fois par tour d'essai. Dans tous les cas, l'athlète devra réaliser sa tentative avant le passage au tour d'essai suivant.