

# **Regelgeving Nederlandse kampioenschappen 2013**

**November 2012**



## Inhoudsopgave

<b>1</b>	<b>Nederlandse kampioenschappen atletiek</b>	<b>5</b>
1.1	NK atletiek senioren	5
1.2	NK atletiek junioren A/B	8
1.3	NK atletiek masters	11
1.4	Open NK atletiek gehandicapten	14
1.5	NK meerkamp senioren en junioren A/B en NK werpvijfkamp voor masters	17
1.6	NK teams voor senioren	19
1.7	NK teams voor junioren	21
1.8	NK estafettes senioren, junioren A/B en masters	23
<b>2</b>	<b>Nederlandse kampioenschappen indoor</b>	<b>25</b>
2.1	NK indoor senioren	25
2.2	NK indoor junioren A/B	28
2.3	NK indoor masters	31
2.4	NK meerkamp indoor senioren en junioren A/B	34
<b>3</b>	<b>Nederlandse kampioenschappen op de weg</b>	<b>36</b>
3.1	NK 10 kilometer senioren, junioren A en masters	36
3.2	NK halve marathon senioren en masters	37
3.3	NK marathon senioren en masters	3938
3.4	NK 100 kilometer senioren	4039
3.5	NK 24 uur loop senioren	4140
3.6	NK 50 kilometer snelwandelen mannen en NK 10 kilometer snelwandelen vrouwen	4241
<b>4</b>	<b>NK Crosscountry</b>	<b>4342</b>
4.1	NK Crosscountry voor senioren, junioren A/B en masters	4342

## Inleiding

De Regelgeving Nederlandse Kampioenschappen (NKs) vormt een verzameling van regels en richtlijnen op het gebied van technische en organisatorische aspecten van Nederlandse kampioenschappen. De Regelgeving ondersteunt organisatoren in de voorbereiding naar en uitvoering van een NK. De organisator van ieder NK ontvangt de relevante paragraaf uit deze regelgeving

De Regelgeving NKs komt tot stand na consultatie van bondscoaches en gerapporteerde opmerkingen van de technisch gedelegeerden.

De technisch gedelegeerde ziet toe op een juiste toepassing van de in de Regelgeving omschreven regels en richtlijnen. In bijzondere gevallen kan de technisch gedelegeerde eventueel afwijken van de Regelgeving, indien de technisch gedelegeerde dat noodzakelijk acht of als de omstandigheden daartoe aanleiding geven. Afwijkingen van de Regelgeving moeten in het TG-rapport en aan de coördinator TG's worden gerapporteerd met vermelding van de reden.

Op- of aanmerkingen op deze Regelgeving, graag doorgeven aan ondergetekende.

Papendal, november 2012

Commissie Wedstrijdatletiek  
Stefan Beerepoot

# 1 Nederlandse kampioenschappen atletiek

## 1.1 NK atletiek senioren

### 1.1.1 Programma

#### VRIJDAGAVOND (aanvang niet vóór 18:30)

Vrouwen		Max	Onderdeel	Mannen		Max
	Richtprestatie				Richtprestatie	
Series	67,75	24	400 meter horden	Series	57,25	24
Finale	-	27	10 000 meter	Finale	-	27
Finale	37,20 m	12	Kogelslingeren	-		-

#### ZATERDAG

Vrouwen		Max	Onderdeel	Mannen		Max
	Richtprestatie				Richtprestatie	
Series/Finale	12,38	24	100 meter	Series/Finale	11,03	24
Series	58,70	24	400 meter	Series	49,67	24
Series	2:15,25	24	800 meter	Series	1:54,65	24
Series	4:45,00	30	1500 meter	Series	3:56,20	30
-		-	5 000 meter	Finale	14:52,00	20
Finale		8	400 meter horden	Finale		8
Finale	15:00,00	15	3 000 m steeplechase	-		-
-		-	Hoogspringen	Finale	1,98 m	12
Finale	3,40 m	12	Polstokhoogspringen	-		-
Finale	5,70 m	12	Verspringen	-		-
-		-	Hink-stap-springen	Finale	13,40 m	12
Finale	13,00 m	12	Kogelstoten	-		-
Finale	40,00 m	12	Discuswerpen	-		-
-		-	Kogelslingeren	Finale	44,00 m	12
-		-	Speerwerpen	Finale	62,00 m	12

#### ZONDAG

Vrouwen		Max	Onderdeel	Mannen		Max
	Richtprestatie				Richtprestatie	
Series/Finale	25,60	24	200 meter	Series/Finale	22.35	24
Finale		8	400 meter	Finale		8
Finale		8	800 meter	Finale		8
Finale		15	1 500 meter	Finale		15
Finale	18:13,00	20	5 000 meter	-		-
Series/Finale	15,25	24	100/110 meter horden	Series/Finale	15,90	24
-		-	3 000 m steeplechase	Finale	10:16,00	15
-		-	20 km snelwandelen <sup>1)</sup>	Finale	-	-
Finale	1,70 m	12	Hoogspringen	-		-
-		-	Polstokhoogspringen	Finale	4,60 m	12
-		-	Verspringen	Finale	7,03 m	12
Finale	10,90 m	12	Hink-stap-springen	-		-
-		-	Kogelstoten	Finale	14,50 m	12
-		-	Discuswerpen	Finale	44,00 m	12
Finale	39,50 m	12	Speerwerpen	-		-

<sup>1)</sup> Eventueel te vervangen door 20 000 m als er geen wegparkoers beschikbaar is.

### 1.1.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 april van het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 1.1.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen. Hierbij geldt dat op alle onderdelen van het NK baan senioren uitsluitend inschrijvingen worden geaccepteerd als bij die inschrijving een prestatie is vermeld die in de aangegeven periode is verricht op een afstand, hordehoogte of met een werpgewicht zoals die voor senioren gelden. Deze bepaling geldt voor alle leeftijdscategorieën die reglementair deelnamegerechtigd zijn, dus zowel voor C-, B- als A-junioren, maar ook voor masters en senioren;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen komen te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en de balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 1.1.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig, via de vereniging waarvan zij lid zijn, schriftelijk in kennis gesteld.

Op de wedstrijddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer bij het verstrijken van de 1<sup>e</sup> meldingstijd, in de call room en bij de start zich minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### 1.1.5 Overgangsregels looponderdelen

- tot en met 800 meter (inclusief hordeonderdelen):
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 1 500 meter:
  - 2 series: nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- langer dan 1 500 meter (incl. steeplechase en snelwandelen): direct finale.

### 1.1.6 Aanvangs- en vervolghoogten

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)											NR
Hoogspringen	V	1,66	1,71	1,76	1,80	1,84	1,87	1,90	1,92	enz.			1,88
	M	1,94	1,98	2,02	2,06	2,10	2,14	2,18	2,21	2,24	2,26	enz.	2,30
Polsstokhoogspringen	V	3,40	3,60	3,80	3,90	4,00	4,06	4,11	4,16	enz.			4,40
	M	4,60	4,80	4,90	5,00	5,10	5,16	5,22	5,27	5,32	enz.		5,81

**1.1.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen:**

- Vrouwen 11,00 meter
- Mannen 13,00 meter

**1.1.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Het in artikel 142.4 van het WR bepaalde, is ook van toepassing op dit NK;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

**1.2 NK atletiek junioren A/B****1.2.1 Programma****VRIJDAGAVOND (aanvang niet vóór 17:30)**

Meisjes		Max	Onderdeel	Jongens		Max
AB	Series	24/30 <sup>1)</sup>	800 meter	AB	Series	24/30 <sup>1)</sup>
A	Finale	20	5 000 meter			
	-	-	10 000 meter	A	Finale	27
AB	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	400 meter horden	AB	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
B	Finale	15	Verspringen	B	Finale	15
A	Finale	15	Speerwerpen	A	Finale	15

**ZATERDAG**

Meisjes		Max	Onderdeel	Jongens		Max
AB	Series, halve finales en finale	30/40 <sup>1)</sup>	100 meter	AB	Series, halve finales en finale	30/40 <sup>1)</sup>
AB	Series en halve finales	24/32 <sup>1)</sup>	400 meter	AB	Series en halve finales	24/32 <sup>1)</sup>
AB	Finale	8	800 meter	AB	Finale	8
AB	Series	24/30 <sup>1)</sup>	1 500 meter	AB	Series	24/30 <sup>1)</sup>
B	Finale	18	3 000 meter	B	Finale	18
A	Finale	15	3 000 m steeplechase	A	Finale	15
	-	-	10 000 m snelwandelen	AB	Finale	27
B	Finale	15	Hoogspringen <sup>2)</sup>	A	Finale	15
A	Finale	12	Polsstokhoogspringen <sup>2)</sup>	B	Finale	12
	-	-	Verspringen	A	Finale	15
A	Finale	15	Hink-stap-springen	B	Finale	15
B	Finale	18	Kogelstoten	A	Finale	18
B	Finale	15	Discuswerpen	A	Finale	15
A	Finale	15	Kogelslingeren	B	Finale	15
	-	-	Speerwerpen	B	Finale	15

**ZONDAG**

Meisjes		Max	Onderdeel	Jongens		Max
AB	Series, halve finales en finale	30/40 <sup>1)</sup>	200 meter	AB	Series, halve finales en finale	30/40 <sup>1)</sup>
AB	Finale	6/8 <sup>1)</sup>	400 meter	AB	Finale	6/8 <sup>1)</sup>
AB	Finale	12/15 <sup>1)</sup>	1 500 meter	AB	Finale	12/15 <sup>1)</sup>
A	Finale	18	3 000 meter		-	-
	-	-	5 000 meter	A	Finale	20
AB	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	100 meter horden		-	-
	-	-	110 meter horden	AB	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
B	Finale	15	2 000 m steeplechase	B	Finale	15
A	Finale	27	10 000 m snelwandelen		-	-
B	Finale	20	5 000 m snelwandelen		-	-
A	Finale	15	Hoogspringen <sup>2)</sup>	B	Finale	15
B	Finale	12	Polsstokhoogspringen <sup>2)</sup>	A	Finale	12
A	Finale	15	Verspringen		-	-
B	Finale	15	Hink-stap-springen	A	Finale	15



A	Finale	18	Kogelstoten	B	Finale	18
A	Finale	15	Discuswerpen	B	Finale	15
B	Finale	15	Kogelslingeren	A	Finale	15
B	Finale	15	Speerwerpen	-	-	-

<sup>1)</sup> Max toegestaan aantal deelnemers op een 6/8-laans accommodatie.

<sup>2)</sup> Om toegelaten te worden tot het NK moeten atleten in de in 1.2.2 genoemde periode bij hoogspringen en polsstokhoogspringen een prestatie hebben behaald die gelijk is aan, of beter dan de in 1.2.6 vastgestelde aanvangshoogte.

### 1.2.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 april van het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 1.2.3 Screening

Het maximale aantal deelnemers dat per onderdeel wordt toegelaten, is weergegeven in bovenstaande tabel. Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen. Hierbij geldt dat op alle onderdelen van het NK baan junioren A resp. junioren B uitsluitend inschrijvingen worden geaccepteerd als bij die inschrijving een prestatie is vermeld die in de aangegeven periode is verricht op een afstand, hordehoogte of met een werpgewicht zoals die voor junioren A resp. junioren B gelden. Deze bepaling geldt voor alle leeftijdscategorieën die reglementair deelnamegerechtigd zijn, dus zowel voor C-, B- als A-junioren. Daarbij is uiteraard ook de bepaling t.a.v. uitkomen in andere leeftijdscategorieën in artikel 141 van toepassing;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen komen te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 1.2.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig, via de vereniging waarvan zij lid zijn, schriftelijk in kennis gesteld.

Op de wedstrijddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de 1<sup>e</sup> meldingstijd, in de call room en bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### 1.2.5 Overgangsregels looponderdelen

#### **6-laans accommodatie**

- 100 tot en met 400 meter (inclusief hordeonderdelen):
  - 2 series: nummers 1, en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 4 en 5 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 4 resp. 2 tijdsnelsten uit de series gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 en 2 aangevuld met de 2 tijdsnelsten naar de finale;

- 800 meter:
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 1 500 meter:
  - nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale;
- langer dan 1 500 meter (inclusief steeplechase en snelwandelen): direct finale.

#### **8-laans accommodatie**

- tot en met 800 meter (inclusief hordeonderdelen):
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 4 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1, 2 en 3 aangevuld met de 2 tijdsnelsten naar de finale;
  - 5 series: nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales; uit de 3 halve finales gaan de nummers 1 en 2 aangevuld met de 2 tijdsnelsten naar de finale;
- 1 500 meter:
  - nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- langer dan 1 500 meter (inclusief steeplechase en snelwandelen): direct finale.

#### **1.2.6 Aanvangs- en vervolghoogten**

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)										NR
Hoogspringen	MB	1,55	1,60	1,64	1,68	1,72	1,75	enz.				
	MA	1,60	1,65	1,70	1,75	1,78	1,81	1,83	enz.			1,86
	JB	1,75	1,80	1,85	1,89	1,93	1,97	2,01	2,04	enz.		
	JA	1,80	1,85	1,90	1,95	1,98	2,01	enz.				2,21
Polstokhoogspringen	MB	2,80	3,00	3,10	3,20	3,30	3,35	3,40	enz.			
	MA	3,00	3,20	3,35	3,50	3,65	3,76	3,86	3,96	4,01	4,06	4,20
	JB	3,50	3,70	3,90	4,00	4,10	4,20	4,25	4,30	enz.		
	JA	3,70	3,90	4,05	4,20	4,31	4,41	4,51	4,61	4,71	4,76	5,45

#### **1.2.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen:**

- Meisjes A en B 9,00 meter
- Jongens A en B 11,00 meter

#### **1.2.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Het in artikel 142.4 van het WR bepaalde, is ook van toepassing op dit NK;
- Als series (en/of halve finales) vervallen, vindt de finale op dag van de series plaats;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

### 1.3 NK atletiek masters

#### 1.3.1 Programma

Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+ .

#### ZATERDAG

Vrouwen	Max	Onderdeel	Mannen	Max
Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	100 meter	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	400 meter	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
Series op tijd	24	1 500 meter	Series op tijd	24
-	-	5 000 meter	Finale	20
Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	80/100/110 meter horden	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
Finale	12	Hoogspringen	-	-
-	-	Polsstokhoogspringen	Finale	12
Finale	15	Verspringen	-	-
-	-	Hink-stap-springen	Finale	12
Finale	15	Kogelstoten	-	-
Finale	12	Discuswerpen	-	-
Finale	12	Kogelslingeren	-	-
Finale	12	Speerwerpen	-	-
Finale	12	Gewichtwerpen	-	-

#### ZONDAG

Vrouwen	Max	Onderdeel	Mannen	Max
Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	200 meter	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
Series op tijd	18/24 <sup>1)</sup>	800 meter	Series op tijd	18/24 <sup>1)</sup>
Finale	20	5 000 meter	-	-
-	-	10 000 meter	Finale	27
Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>	300/400 meter horden	Series en finale	18/24 <sup>1)</sup>
-	-	2 000/3 000 m steeplechase	Finale	15
Finale	-	3 000 meter snelwandelen	-	-
-	-	5 000 meter snelwandelen	Finale	-
-	-	Hoogspringen	Finale	12
Finale	12	Polsstokhoogspringen	-	-
-	-	Verspringen	Finale	15
Finale	12	Hink-stap-springen	-	-
-	-	Kogelstoten	Finale	15
-	-	Discuswerpen	Finale	12
-	-	Kogelslingeren	Finale	12
-	-	Speerwerpen	Finale	12
-	-	Gewichtwerpen	Finale	12

<sup>1)</sup> Max toegestaan aantal deelnemers per leeftijdscuster op een 6/8-laans accommodatie

### 1.3.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Ten behoeve van de serie-indeling en bij overschrijding van het mogelijk aantal toe te laten deelnemers dient bij de inschrijving een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 april van het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 1.3.3 Screening

Het maximaal aantal deelnemers dat per leeftijdscluster per onderdeel wordt toegelaten, is weergegeven in bovenstaande tabel. Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen dienen te worden samengevoegd of komen te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Bij de screening zal gebruik worden gemaakt van de statistieken van de werkgroep masters.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 1.3.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel van een leeftijdscluster vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Ook hiervan worden alle betrokkenen tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Een onderdeel van een leeftijdscluster vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de 1<sup>e</sup> meldingstijd, in de call room en bij de start minimaal 3 atleten van die cluster voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscluster gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### 1.3.5 Overgangsregels looponderdelen

#### **6-laans accommodatie**

- Tot en met 400 meter (inclusief de hordeonderdelen):
  - 2 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale.

#### **8-laans accommodatie**

- Tot en met 400 meter (inclusief de hordeonderdelen):
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale.

### **Alle accommodaties**

- 800 meter en 1 500 meter: series op tijd;
- 2 000/3 000 meter steeplechase, 5 000/10 000 meter en snelwandelen: direct finale.

### **1.3.6 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten**

De aanvangs- en vervolghoogten worden aan de hand van de inschrijvingen per leeftijdscategorie vastgesteld. Wordt de aanvangshoogte lager dan de vastgestelde aanvangshoogte, dan dient de nieuwe aanvangshoogte bij het hoogspringen altijd 5 cm (of een veelvoud daarvan) lager te zijn dan de aanbevolen aanvangshoogte en bij het polsstokhoogspringen altijd 20 cm (of een veelvoud daarvan).

### **1.3.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen**

De definitieve balkafstanden bij het hink-stap-springen worden aan de hand van de inschrijvingen per leeftijdscategorie vastgesteld.

### **1.3.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Deelname staat open voor masters van alle leeftijdscategorieën.
- Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscategorieën gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+ .
- Per leeftijdscategorie wordt de Nederlands Kampioen bepaald. Bijzonderheden:
  - Bij de hordenonderdelen loopt iedereen de afstand en met de hordenhogte die bij zijn eigen leeftijdscategorie hoort; de technisch gedelegeerde(n) zullen direct na de screening bekend maken welke methode wordt toegepast om te bepalen wie er Nederlands Kampioen is geworden.
  - Bij de werponderdelen werpt, slingert of stoot iedereen met het materiaal wat bij zijn leeftijdscategorie hoort; de Nederlands Kampioen is diegene die in zijn leeftijdscategorie het verst werpt, slingert of stoot.
- Bij wedstrijden voor masters is het toegestaan dat mannen en vrouwen tegelijk aan hetzelfde onderdeel deelnemen;
- Bij de looponderdelen wordt begonnen met de oudste leeftijdscategorie, vervolgens met de op een na oudste categorie enz.;
- Als bij het hoogspringen en polsstokhoogspringen tegelijkertijd wordt deelgenomen door deelnemers uit verschillende leeftijdscategorieën, dan kan het voorkomen dat er (tussentijds) een barrage moet worden gesprongen i.v.m. de vaststelling van de kampioen in een bepaalde leeftijdscategorie;
- Door de technisch gedelegeerde(n) kan worden besloten dat er in voorkomend geval geen barrage zal worden gesprongen;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 1.4 Open NK atletiek gehandicapten

### 1.4.1 Programma

#### DAG 1 (aanvang niet vóór 11.00)

Vrouwen		Onderdeel	Mannen	
T11-13	Series en finale	200 meter	T11-13	Series en finale
T35-38	Series en finale		T35-38	Series en finale
T40-46	Series en finale		T40-46	Series en finale
Wheelers	Series en finale		Wheelers	Series en finale
T11-13	Series op tijd	800 meter	T11-13	Series op tijd
T35-38	Series op tijd		T35-38	Series op tijd
T40-46	Series op tijd		T40-46	Series op tijd
Wheelers	Series op tijd		Wheelers	Series op tijd
		5 000 meter	T11-13, T37-38, T46	Finale
F11-13	Finale	Verspringen	F11-13	Finale
F35-38	Finale		F35-38	Finale
F42-46	Finale		F42-46	Finale
F11-13	Finale	Kogelstoten	F11-13	Finale
Wheelchair	Finale		Wheelchair	Finale
F11-13	Finale	Discuswerpen	F11-13	Finale
Wheelchair	Finale		Wheelchair	Finale
F35-38	Finale	Speerwerpen	F35-38	Finale
F44-46	Finale		F44-46	Finale

#### DAG 2, aanvang niet voor 11.00

Vrouwen		Onderdeel	Mannen	
T11-13	Series en finale	100 meter	T11-13	Series en finale
T35-38	Series en finale		T35-38	Series en finale
T42-46	Series en finale		T42-46	Series en finale
Wheelers	Series en finale		Wheelers	Series en finale
T35-38	Series op tijd	400 meter	T35-38	Series op tijd
T44-46	Series op tijd		T42-46	Series op tijd
Wheelers	Series op tijd		Wheelers	Series op tijd
		1 500 meter	T11-13	Series op tijd
T20	Finale		T20	Finale
			T37-38	Series op tijd
			T44-46	Series op tijd
Wheelers	Series op tijd		Wheelers	Series op tijd
F11/13	Finale	Hoogspringen	F11/13	Finale
F42/46	Finale		F42/46	Finale
F20	Finale	Verspringen	F20	Finale
Alle klas- sen	Finale	Hink-stap-springen	Alle klassen	Finale
F20	Finale	Kogelstoten	F20	Finale
F35-F38	Finale		F35-F38	Finale
F40-F46	Finale		F40-F46	Finale
F35-F38	Finale	Discuswerpen	F35-F38	Finale
F40-F46	Finale		F40-F46	Finale
F11-13	Finale	Speerwerpen	F11-13	Finale
Wheelchair	Finale		Wheelchair	Finale

*De uitslag wordt bepaald door de tijd / prestatie om te rekenen in punten. (IPC point score system)*

## 1.4.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient een prestatie te worden opgegeven, die is behaald tussen 1 april van het jaar voorafgaand aan het NK en de sluitingsdatum van de inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

## 1.4.3 Richtprestaties / screening

Vrouwen	Richtprestatie	Onderdeel	Mannen	Richtprestatie
T11-13	19,00	100 meter	T11-13	16,00
T35-	24,00		T35-38	20,00
T42-44-46	24,00		T42-44-46	18,00
T51-52-33-32	30,00		T51-52-33-32	30,00
T53-54-34	25,00		T53-54-34	24,00
T11-13	35,00	200 meter	T11-13	30,00
T35-38	50,00		T35-36-37-38	43,00
T42-44-46	35,00		T42-44-46	40,00
T51-52-33-32	60,00		T51-52-33-32	50,00
T53-T54-34	55,00		T53-T54-34	45,00
T11-13	01:30,00	400 meter	T11-13	01:15,00
T35-38	01:40,00		T35-38	01:30,00
T44-46	01:40,00		T44-46	01:20,00
T51-52-33-32	01:40,00		T51-52-33-32	01:50,00
T53-54-34	01:20,00		T53-54-34	01:25,00
T11-13	03:30,00	800 meter	T11-13	02:40,00
T35-38	03:30,00		T35-38	02:40,00
T44-46	03:30,00		T44-46	02:40,00
T51-52-33-32	03:30,00		T51-52-33-32	03:30,00
T53-54-34	03:00,00		T53-54-34	02:50,00
T20	-	1 500 meter	T11-13	05:30,00
			T20	-
			T37-38	05:30,00
			T44-46	05:30,00
Wheelers	04:45,00		Wheelers	04:45,00
		5 000 meter	T11-12-13	20:00,00
			T37-38	20:00,00
F11/13	0,75	Hoogspringen	F11/13	1,00
F42/46	0,75		F42/46	1,00
F11-12-13	2,50	Verspringen	F11-12-13	3,50
F20	-		F20	-
F36-37-38	2,50		F36-37-38	3,30
F42-44-46	2,30		F42-44-46	3,50
F11-12-13	4,00	Kogelstoten	F11-12-13	5,50
F20	-		F20	-
F35-36-37-38	3,00		F35-36-37-38	6,00
F40-44-46	3,00		F40-44-46	6,00
Wheelchair	2,50		Wheelchair	5,50
F11-12-13	12,50	Discuswerpen	F11-12-13	15,00
F35-36-37-38	8,00		F35-36-37-38	15,00
F40-44-46	10,00		F42-44-46	15,00
Wheelchair	6,50		Wheelchair	11,50
F11-12-13	10,00	Speerwerpen	F11-12-13	15,00
F35-36-37-38	8,00		F35-36-37-38	15,00
F40-44-46	10,00		F40-44-46	15,00
Wheelchair	5,00		Wheelchair	10,50

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en ev. een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie, classificatie en prestatie op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen dienen te worden samengevoegd of komen te vervallen;
- aan de hand van inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

#### **1.4.4 Doorgaan onderdeel**

##### Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten kunnen de inschrijvingen van verschillende klassen worden samengevoegd. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

##### Op de wedstrijddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de meldingstijd en bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Indien er zich op een onderdeel geen 3 deelnemers hebben gemeld, kan de technisch gedelegeerde bepalen om klassen samen te voegen.

#### **1.4.5 Overgangsregels looponderdelen**

- De 6 resp. 8 tijdsnelsten uit de series gaan naar de finale.

#### **1.4.6 Bijzondere aandachtspunten**

- De deelname aan het NK staat open voor atleten met een lichamelijke of verstandelijke beperking;
- Atleten met een lichamelijke of verstandelijke beperking moeten een classificatiekeuring hebben ondergaan waarin de klasse is vastgesteld waarin zij mogen uitkomen;
- Atleten mogen aan maximaal 5 onderdelen deelnemen;
- Het kampioenschap wordt door de Afdeling Wedstrijdatletiek voor buitenlandse deelnemers opengesteld. Dat wil zeggen dat de winnaar van ieder onderdeel zich Nederlands kampioen mag noemen, ook de buitenlanders.



## 1.5 NK meerkamp senioren en junioren A/B en NK werpvijfkamp voor masters

### 1.5.1 Programma NK meerkamp senioren en junioren A/B

#### 1<sup>e</sup> DAG

Categorie	Onderdelen in volgorde				
Vrouwen/meisjes A	100 m horden	hoogspringen	kogelstoten	200 m	
Meisjes B	100 m horden	hoogspringen	kogelstoten	200 m	
Mannen/jongens A	100 m	verspringen	kogelstoten	hoogspringen	400 m
Jongens B	100 m	verspringen	kogelstoten	polstokhoogspringen	

#### 2<sup>e</sup> DAG

Categorie	Onderdelen in volgorde				
Vrouwen/meisjes A	verspringen	speerwerpen	800 m		
Meisjes B	verspringen	speerwerpen	800 m		
Mannen/jongens A	110 m horden	discuswerpen	polstokhoogspringen	speerwerpen	1 500 m
Jongens B	110 m horden	discuswerpen	hoogspringen	speerwerpen	1 500 m

### 1.5.2 Programma NK werpvijfkamp voor masters

Vanaf 2013 worden bij de NKs baan en indoor voor masters voorlopig de volgende leeftijdsclusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+ .

#### ZATERDAG/ZONDAG<sup>1)</sup>

Categorie	Onderdelen in volgorde <sup>2)</sup>				
Alle categorieën	kogelslingeren	kogelstoten	discuswerpen	speerwerpen	gewichtwerpen

<sup>1)</sup> De organisatie van het NK kan zelf beslissen op welke dag de meerkamp voor een bepaald leeftijdscluster plaatsvindt;

<sup>2)</sup> De volgorde van de onderdelen staat vast volgens artikel 312 van het WR en alle onderdelen dienen op 1 dag verwerkt te worden.

### 1.5.3 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient per onderdeel een prestatie én een meerkamptotaal opgegeven te worden die zijn behaald tussen 1 april van het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 1.5.4 Screening

Bij alle categorieën/leeftijdscategorieën worden maximaal **12** deelnemers toegelaten.

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen voor welke categorieën en/of leeftijdsclusters de meerkamp door kan gaan of komt te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en de indeling in series en groepen vast te kunnen stellen.

Bij de screening voor de werpvijfkamp zal gebruik worden gemaakt van de statistieken van de werkgroep masters.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 1.5.5 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

De meerkamp voor een categorie vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt voor die categorie het kampioenschap geschrapt. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

De meerkamp voor een categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start van het eerste onderdeel van de meerkamp minimaal 3 atleten van die categorie voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat de meerkamp heeft voltooid.

### 1.5.6 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten

Onderdeel	Categorie	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)				
Hoogspringen	Meisjes B	1,36	1,39	1,42	enz.	
	Meisjes A	1,39	1,42	1,45	enz.	
	Vrouwen	1,42	1,45	1,48	enz.	
	Jongens B	1,59	1,62	1,65	enz.	
	Jongens A	1,62	1,65	1,68	enz.	
	Mannen	1,75	1,78	1,81	enz.	
Polstokhoogspringen	Jongens B	2,40	2,60	2,70	2,80	enz.
	Jongens A	2,80	2,90	3,00	enz.	
	Mannen	3,00	3,10	3,20	enz.	

Wordt de aanvangshoogte lager dan de aanbevolen aanvangshoogte vastgesteld, dan dient de nieuwe aanvangshoogte bij het hoogspringen altijd 3 cm (of een veelvoud daarvan) lager te zijn dan de aanbevolen aanvangshoogte en bij het polstokhoogspringen altijd 10 cm (of een veelvoud daarvan).

### 1.5.7 Bijzondere aandachtspunten

- Deelname bij NK werpvijfkamp staat open voor masters van alle leeftijdscategorieën.
- Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscategorieën gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.
- Per leeftijdscategorie wordt de Nederlands Kampioen bepaald. Daarbij werpt, slingert en stoot iedereen met het materiaal wat bij zijn leeftijdscategorie hoort; de Nederlands Kampioen is diegene die in zijn leeftijdscategorie de meeste punten behaalt.
- Bij wedstrijden voor masters is het toegestaan dat mannen en vrouwen tegelijk aan hetzelfde onderdeel deelnemen.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 1.6 NK teams voor senioren

### 1.6.1 Programma

Maximum aantal deelnemers per team		
Vrouwen	Onderdeel	Mannen
1	100 m	1
1	200 m	1
1	400 m	1
1	800 m	1
1	1 500 m	1
1	3 000 m	-
-	5 000 m	1
1	100 m horden	-
-	110 m horden	1
1	400 m horden	1
-	3 000 m steeplechase	1
1	4 x 100 m estafette	1
1	4 x 400 m estafette	1
1	Hoogspringen	1
1	Polstokhoogspringen	1
1	Verspringen	1
1	Hink-stap-springen	1
1	Kogelstoten	1
1	Discuswerpen	1
1	Kogelslingeren	1
1	Speerwerpen	1

Aan het NK teams voor senioren nemen in een gecombineerde wedstrijd op één locatie 8 vrouwen- en 8 mannenteams deel, die zich bij het NK teams of in de wedstrijden van de 1<sup>e</sup> divisie competitie in het voorafgaande kalenderjaar voor dit NK hebben geplaatst. De winnaars van deze wedstrijd mogen zich Nederlands verenigingskampioen noemen en hebben het recht om in het daaropvolgende jaar deel te nemen aan de European Champion Clubs Cup.

### 1.6.2 Inschrijving

De verenigingen moeten voor elke deelnemende ploeg op een daarvoor bestemd formulier de ploegopstelling aangeven en dit formulier moet uiterlijk de maandag voordat de betreffende competitiewedstrijd plaatsvindt door de organisator van de betreffende competitiewedstrijd ontvangen zijn. Voor het aangeven van de ploegopstelling mag uitsluitend gebruik worden gemaakt van het formulier dat voor dit doel op de website van de Atletiekunie is gepubliceerd. Het niet tijdig inzenden van dit formulier kan uitsluiting van deelname tot gevolg hebben, dit ter beoordeling door de competitieleider.

### 1.6.3 Screening

Na de sluitingsdatum kunnen de inschrijvingen door de competitieleider en/of de organiserende vereniging worden gescreend om eventueel:

- de opgegeven geboortedatum, wedstrijdlicentie en verenigingslidmaatschap op juistheid te controleren;
- te bepalen of alle ingeschreven atleten kunnen deelnemen;

### 1.6.4 Doorgaan onderdeel

p.m.

### 1.6.5 Serie-indeling en volgorde technische onderdelen

Bij de wedstrijd van het NK teams wordt de indeling in lanen bij de looponderdelen en de volgorde bij de technische onderdelen vastgesteld volgens onderstaand lootschema.

#### VROUWEN

Vereniging ►	A	B	C	D	E	F	G	H
Onderdeel ▼								
100 m, 1 500 m, hoogspringen	1	2	3	4	5	6	7	8
200 m, polsstokhoogspringen	2	3	4	5	6	7	8	1
400 m, 3 000 m, verspringen	3	4	5	6	7	8	1	2
800 m, hss	4	5	6	7	8	1	2	3
100 m horden, kogelstoten	5	6	7	8	1	2	3	4
400 m horden, discuswerpen	6	7	8	1	2	3	4	5
4 x 100 m, kogelslingeren	7	8	1	2	3	4	5	6
4 x 400 m, speerwerpen	8	1	2	3	4	5	6	7

#### MANNEN

Vereniging ►	A	B	C	D	E	F	G	H
Onderdeel ▼								
100 m, 1 500 m, hoogspringen	1	2	3	4	5	6	7	8
200 m, polsstokhoogspringen	2	3	4	5	6	7	8	1
400 m, 5 000 m, verspringen	3	4	5	6	7	8	1	2
800 m, 3 000 m steeplechase, hss	4	5	6	7	8	1	2	3
110 m horden, kogelstoten	5	6	7	8	1	2	3	4
400 m horden, discuswerpen	6	7	8	1	2	3	4	5
4 x 100 m, kogelslingeren	7	8	1	2	3	4	5	6
4 x 400 m, speerwerpen	8	1	2	3	4	5	6	7

Voorafgaand aan de wedstrijd moet de wedstrijdleider door loting vaststellen welke vereniging A is, welke vereniging B is, etc. Uit het schema volgt dan de indeling in lanen en de volgorde bij de technische onderdelen.

### 1.6.6 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)					
Hoogspringen	V	1,40	1,50	1,55	1,60		Verder met 5 cm
	M	1,60	1,70	1,80	1,85	1,90	Verder met 5 cm
Polsstokhoogspringen	V	2,00	2,10	2,20	2,30		Verder met 10 cm
	M	2,60	2,80	3,00	3,10	3,20	Verder met 10 cm

Wordt de aanvangshoogte lager dan de aanbevolen aanvangshoogte vastgesteld, dan dient de nieuwe aanvangshoogte bij het hoogspringen altijd 5 cm (of een veelvoud daarvan) lager te zijn dan de aanbevolen aanvangshoogte en bij het polsstokhoogspringen altijd 20 cm (of een veelvoud daarvan).

### 1.6.7 Bijzondere aandachtspunten/(degradatieregeling)

- Op het NK teams voor senioren zijn ook alle regels van het Competitiereglement (hoofdstuk 9 van het WR) van toepassing.
- Voor het NK teams senioren geldt het tijdschema zoals dat door de Atletiekunie is vastgesteld. Dit tijdschema is te verkrijgen bij de afdeling Wedstrijdatletiek.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie de tweede alinea van artikel 23.4 van het WR.

## 1.7 NK teams voor junioren

### 1.7.1 Programma

Maximum aantal deelnemers per team <sup>1)</sup>		
Meisjes	Onderdeel	Jongens
2	100 m	2
2	200 m	2
2	400 m	2
2	800 m	2
1	1 500 m	2
-	3 000 m	2
2	100 m horden	-
-	110 m horden	2
1	4 x 100 m estafette	1
2	Hoogspringen	2
-	Polstokhoogspringen	1
2	Verspringen	2
1	Hink-stap-springen	1
2	Kogelstoten	2
1	Discuswerpen	1
1	Speerwerpen	1

<sup>1)</sup> Volgens artikel 417 van de Algemene bepalingen van het WR telt slechts de beste atleet per ploeg voor de puntentelling.

Aan het NK teams voor junioren nemen in een gecombineerde wedstrijd op één locatie 12 meisjes- en 12 jongensteams deel, die zich in de wedstrijden van de competitie voor A-junioren in het lopende kalenderjaar voor dit NK hebben geplaatst. De winnaars van deze wedstrijd mogen zich Nederlands verenigingskampioen junioren noemen en hebben het recht om in het daaropvolgende jaar deel te nemen aan de European Champion Clubs Cup.

### 1.7.2 Inschrijving

De verenigingen moeten voor elke deelnemende ploeg op een daarvoor bestemd formulier de ploegopstelling aangeven en dit formulier moet uiterlijk de maandag voordat de betreffende competitiewedstrijd plaatsvindt door de organisator van de betreffende competitiewedstrijd ontvangen zijn. Voor het aangeven van de ploegopstelling mag uitsluitend gebruik worden gemaakt van het formulier dat voor dit doel op de website van de Atletiekunie is gepubliceerd. Het niet tijdig inzenden van dit formulier kan uitsluiting van deelname tot gevolg hebben, dit ter beoordeling door de competitieleider.

### 1.7.3 Screening

Na de sluitingsdatum kunnen de inschrijvingen door de competitieleider en/of de organiserende vereniging worden gescreend om eventueel:

- de opgegeven geboortedatum, wedstrijdlicentie en verenigingslidmaatschap op juistheid te controleren;
- te bepalen of alle ingeschreven atleten kunnen deelnemen;

### 1.7.4 Doorgaan onderdeel

p.m.

**1.7.5 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten**

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)				
Hoogspringen	Meisjes	1,20	1,30	1,35	1,40	Verder met 5 cm
	Jongens	1,30	1,40	1,45	1,50	Verder met 5 cm
Polsstokhoogspringen	Jongens	2,20	2,40	2,50	2,60	Verder met 10 cm

**1.7.6 Bijzondere aandachtspunten/(degradatieregeling)**

- Op het NK teams voor junioren zijn ook alle regels van het Competitiereglement (hoofdstuk 9 van het WR) van toepassing.
- Voor het NK teams junioren geldt het tijdschema zoals dat door de Atletiekunie is vastgesteld. Dit tijdschema is te verkrijgen bij de afdeling Wedstrijdatletiek.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie de tweede alinea van artikel 23.4 van het WR.

## 1.8 NK estafettes senioren, junioren A/B en masters

### 1.8.1 Programma

De wedstrijd is uitsluitend opengesteld voor verenigingsploegen; nationale ploegen mogen buiten mededinging meedoen.

Onderdeel	Categorieën	Series/finale	Max. aantal ploegen <sup>1)</sup>
4 x 100 meter	Senioren	Series op tijd	12/16
4 x 100 meter	Junioren A/B en masters <sup>2)</sup>	Series en finale	18/24
4 x 400 meter	Senioren	Series op tijd	12/16
4 x 400 meter	Junioren A/B en masters <sup>2)</sup>	Series op tijd	18/24

<sup>1)</sup> Max. toegestaan aantal ploegen op een 6/8-laans accommodatie.

<sup>2)</sup> Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscategorieën gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.

### 1.8.2 Organisatie

- De Nederlandse Kampioenschappen 4 x 100 meter senioren vinden plaats tijdens de Baancircuitwedstrijd in Lisse (Ter Specke Bokaal);
- De Nederlandse Kampioenschappen 4 x 400 meter senioren vinden plaats tijdens de Baancircuitwedstrijd in Hoorn (De FLYNTH recordwedstrijden);
- De Nederlandse Kampioenschappen 4 x 100 meter en 4 x 400 meter junioren en masters vinden plaats tijdens de Nationale Estafette Kampioenschappen georganiseerd door AV Startbaan.

### 1.8.3 Inschrijving

- In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden;
- Voor inschrijving en deelname van de leden van een estafetteploeg: zie artikel 170.17 en 170.18 van het Atletiekunie WR;
- Een atleet die wordt ingeschreven als lid van een estafetteploeg voor een bepaalde afstand, kan niet ook worden ingeschreven als (reserve)lid van een andere estafetteploeg op dezelfde afstand;
- Een estafetteploeg kan alleen dan als nationale ploeg worden ingeschreven na uitdrukkelijke toestemming van de algemeen secretaris van de Atletiekunie;
- Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 1.8.4 Screening

Het maximaal aantal ploegen dat per onderdeel wordt toegelaten, is weergegeven in bovenstaande tabel. Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), eventueel vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedatum, wedstrijdlicentie en verenigingslidmaatschap op juistheid te controleren;
- te bepalen welke ploegen kunnen deelnemen;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen dienen te worden samengevoegd of komen te vervallen;

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 1.8.5 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde ploegen daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven ploegen wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de meldingstijd en bij de start minimaal 3 ploegen voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal ploegen van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de ploegen de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

#### **1.8.6 Overgangsregels looponderdelen**

- 4 x 100 meter senioren: series op tijd;
- 4 x 100 meter junioren A/B en masters: nummers 1 van iedere serie, aangevuld met de tijdsnelste ploegen uit de series, gaan naar de finale;
- 4 x 400 meter senioren, junioren A/B en masters: series op tijd.

#### **1.8.7 Bijzondere bepalingen**

- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.



## 2 Nederlandse kampioenschappen indoor

### 2.1 NK indoor senioren

#### 2.1.1 Programma

##### ZATERDAG

Vrouwen		Max	Onderdeel	Mannen		Max
	Richtprestatie				Richtprestatie	
Series en halve finales	8,07	40	60 meter	Series en halve finales	7,22	40
Series	-	18	200 meter <sup>1)</sup>	Series	-	18
Series en halve finales	-	30	400 meter	Series en halve finales	-	30
Series	-	24	800 meter	Series	1:59,90	24
Series	-	18	1 500 meter	Series	-	18
Finale	-	15	3 000 meter	-	-	-
-	-	-	5 000 m snelw.	Finale	-	20
-	-	-	Hoogspringen	Finale	1,97 m	12
Finale	3,40 m	12	Polstokhoogspringen	-	-	-
Finale	5,50 m	12	Verspringen	-	-	-
-	-	-	Hink-stap-springen	Finale	12,85 m	12
Finale	12,10 m	12	Kogelstoten	-	-	-

##### ZONDAG

Vrouwen		Max	Onderdeel	Mannen		Max
	Richtprestatie				Richtprestatie	
Finale		8	60 meter	Finale		8
Finale		6	200 meter <sup>1)</sup>	Finale		6
Finale		6	400 meter	Finale		6
Finale		8	800 meter	Finale		8
Finale		9	1 500 meter	Finale		9
-			3 000 meter	Finale	-	15
Series/Finale	9,50	24	60 meter horden	Series/Finale	9,00	24
Finale	-	20	3 000 m snelw.	-	-	-
Finale	1,66 m	12	Hoogspringen	-	-	-
-	-	-	Polstokhoogspringen	Finale	4,60 m	12
-	-	-	Verspringen	Finale	6,75 m	12
Finale	10,60 m	12	Hink-stap-springen	-	-	-
-	-	-	Kogelstoten	Finale	12,95 m	12

De maximaal aantallen bij de looponderdelen gelden per categorie voor een indooraccommodatie met 8 sprintlanen en 6 rondlanen.

<sup>1)</sup> De 200 meter series en finales worden ook in 2013 in een alternatieve vorm verwerkt met 2 series op de zaterdag en de finale op zondag (zie website NK).

### 2.1.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 oktober van 2 kalenderjaren voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 2.1.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen. Hierbij geldt dat op alle onderdelen van het NK indoor senioren uitsluitend inschrijvingen worden geaccepteerd als bij die inschrijving een prestatie is vermeld die in de aangegeven periode is verricht op een afstand, hordehoogte of met een werpgewicht zoals die voor senioren gelden. Deze bepaling geldt voor alle leeftijdscategorieën die reglementair deelnamegerechtigd zijn, dus zowel voor C-, B- als A- junioren, maar ook voor masters en senioren.
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen komen te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 2.1.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de 1<sup>e</sup> meldingstijd, in de call room en bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### 2.1.5 Overgangsregels looponderdelen

#### **Accommodatie met 8 sprintlanen**

- 60 meter en 60 meter horden:
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 4 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 4 naar de finale;
  - 5 series: nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales; uit de 3 halve finales gaan de nummers 1 en 2 aangevuld met de 2 tijdsnelsten uit de halve finales naar de finale;

**Accommodatie met 6 rondlanen**

- 200 meter:
  - De beste 6 atleten met de snelste totaal tijden van het klassement na de twee 200 meters op zaterdag gaan naar de finale op zondag.
- 400 meter:
  - 2 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 3 naar de finale;
  - 4 en 5 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 4 resp. 2 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 3 naar de finale;
- 800 meter (Max 8 deelnemers per serie):
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 1 500 meter:
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 3 000 meter en snelwandelen: direct finale.

**2.1.6 Aanvangs- en vervolghoogten**

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)											NR
Hoogspringen	V	1,66	1,71	1,76	1,80	1,84	1,87	1,90	1,92	1,94	enz.		1,92
	M	1,94	1,98	2,02	2,06	2,10	2,14	2,18	2,21	2,24	2,26	2,28	2,31
Polstokhoogspringen	V	3,40	3,60	3,80	3,90	4,00	4,06	4,11	4,16	enz.			4,45
	M	4,60	4,80	4,90	5,00	5,10	5,16	5,22	5,27	5,32	enz.		5,75

**2.1.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen:**

- Vrouwen 11,00 meter
- Mannen 13,00 meter

**2.1.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Het in artikel 142.4 van het WR bepaalde, is ook van toepassing op dit NK.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.
- Aan het programma van dit NK kunnen eventueel extra onderdelen als een pilot worden toegevoegd.

## 2.2 NK indoor junioren A/B

### 2.2.1 Programma

#### ZATERDAG

Meisjes		Max	Onderdeel	Jongens		Max
AB	Series, halve finales en finale	40	60 meter	AB	Series, halve finales en finale	40
AB	Series en halve finales	30	400 meter	AB	Series en halve finales	30
AB	Series	24	800 meter	AB	Series	24
A	Finale	15	3 000 meter	B	Finale	15
B	Finale	15	Hoogspringen <sup>1)</sup>	A	Finale	15
A	Finale	12	Polsstokhoogspringen <sup>1)</sup>	B	Finale	12
A	Finale	15	Verspringen	B	Finale	15
A	Finale	12	Hink-stap-springen	B	Finale	12
B	Finale	18	Kogelstoten	A	Finale	18

#### ZONDAG

Meisjes		Max	Onderdeel	Jongens		Max
AB	Series en finale	12	200 meter <sup>1)</sup>	AB	Series en finale	12
AB	Finale	6	400 meter	AB	Finale	6
AB	Finale	8	800 meter	AB	Finale	8
AB	Series op tijd	18	1 500 meter	AB	Series op tijd	18
B	Finale	15	3 000 meter	A	Finale	15
AB	Series en finale	24	60 meter horden	AB	Series en finale	24
A	Finale	15	Hoogspringen <sup>2)</sup>	B	Finale	15
B	Finale	12	Polsstokhoogspringen <sup>2)</sup>	A	Finale	12
B	Finale	15	Verspringen	A	Finale	15
B	Finale	12	Hink-stap-springen	A	Finale	12
A	Finale	18	Kogelstoten	B	Finale	18

De maximumaantallen bij de looponderdelen gelden per categorie voor een indooraccommodatie met 8 sprintlanen en 6 rondlanen.

<sup>1)</sup> In de series worden alleen lanen 3 t/m 6 gebruikt; in de finale worden alle 6 de lanen gebruikt.

<sup>2)</sup> om toegelaten te worden tot het NK moeten atleten in de in 2.2.2 genoemde periode bij hoogspringen en polsstokhoogspringen een prestatie hebben behaald die gelijk is aan, of beter dan de in 2.2.6 vastgestelde aanvangshoogte.

### 2.2.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 oktober van twee kalenderjaren voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 2.2.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen. Hierbij geldt dat op alle onderdelen van het NK indoor junioren A resp. junioren B uitsluitend inschrijvingen worden geaccepteerd als bij die inschrijving een prestatie is vermeld die in de aangegeven periode is verricht op een afstand, hordehoogte of met een werpgewicht zoals die voor junioren A resp. junioren B gelden. Deze bepaling geldt voor alle leeftijdscategorieën die reglementair deelnamegerechtigd zijn, dus zowel voor C-, B- als A-junioren. Daarbij is uiteraard ook de bepaling t.a.v. uitkomen in andere leeftijdscategorieën in artikel 141 van toepassing;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

#### **2.2.4 Doorgaan onderdeel**

##### Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

##### Op de wedstriiddag:

Een onderdeel vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de 1<sup>e</sup> meldingstijd, in de call room en bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

#### **2.2.5 Overgangsregels looponderdelen**

##### ***Accommodatie met 8 sprintlanen***

- 60 meter en 60 meter horden:
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 4 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 4 naar de finale;
  - 5 series: nummers 1, 2, 3 en 4 van iedere serie aangevuld met de 4 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales; uit de 3 halve finales gaan de nummers 1 en 2 aangevuld met de 2 tijdsnelsten uit de halve finales naar de finale;

##### ***Accommodatie met 6 rondlanen***

- 200 meter:
  - 2 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 400 meter:
  - 2 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 3 naar de finale;
  - 4 en 5 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 4 resp. 2 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales; uit de 2 halve finales gaan de nummers 1 tot en met 3 naar de finale;
- 800 meter (max 8 deelnemers per serie):
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
- 1 500 meter: maximaal 2 series op tijd. De snelste atleet uit beide series is Nederlands kampioen, de op een na snelste wordt 2e, etc.;
- 3 000 meter: direct finale.

**2.2.6 Aanvangs- en vervolghoogten**

Onderdeel	Cat.	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)										NR
Hoogspringen	MB	1,55	1,60	1,64	1,68	1,72	1,75	enz.				
	MA	1,60	1,65	1,70	1,75	1,78	1,81	1,83	enz.			1,86
	JB	1,75	1,80	1,85	1,89	1,93	1,97	2,01	2,04	enz.		
	JA	1,80	1,85	1,90	1,95	1,98	2,01	enz.				2,21
Polstokhoog- springen	MB	2,80	3,00	3,10	3,20	3,30	3,35	3,40	enz.			
	MA	3,00	3,20	3,35	3,50	3,65	3,76	3,86	3,96	4,01	4,06	4,20
	JB	3,50	3,70	3,90	4,00	4,10	4,20	4,25	4,30	enz.		
	JA	3,70	3,90	4,05	4,20	4,31	4,41	4,51	4,61	4,71	4,76	5,45

**2.2.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen:**

- Meisjes A en B 9,00 meter
- Jongens A en B 11,00 meter

**2.2.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Het in artikel 142.4 van het WR bepaalde, is ook van toepassing op dit NK.
- Als series (en/of halve finales) vervallen, vindt de finale op dag van de series plaats.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 2.3 NK indoor masters

### 2.3.1 Programma

Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdsclusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+ .

Vrouwen	Max	Onderdeel	Mannen	Max
Series en finale	24	60 meter	Series en finale	24
Series en finale	12/18 <sup>1)</sup>	200 meter	Series en finale	12/18 <sup>1)</sup>
Series en finale	12/18 <sup>1)</sup>	400 meter	Series en finale	12/18 <sup>1)</sup>
Series op tijd	16	800 meter	Series op tijd	16
Series op tijd	18	1 500 meter	Series op tijd	18
Finale	12	3 000 meter	Finale	12
Series en finale	24	60 meter horden	Series en finale	24
Finale	15	3 000 m snelwandelen	Finale	15
Finale	8	Hoogspringen	Finale	8
Finale	8	Polsstokhoogspringen	Finale	8
Finale	12	Verspringen	Finale	12
Finale	12	Hink-stap-springen	Finale	12
Finale	12	Kogelstoten	Finale	12

<sup>1)</sup> De maximaal aantallen bij de looponderdelen gelden per leeftijdscluster voor een indooraccommodatie met 8 sprintlanen en 4 resp. 6 rondlanen.

### 2.3.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Ten behoeve van de serie-indeling en bij overschrijding van het mogelijk aantal toe te laten deelnemers dient bij de inschrijving een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 oktober van twee kalenderjaren voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 2.3.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen welke onderdelen op basis van de binnengekomen inschrijvingen dienen te worden samengevoegd of komen te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten en balkafstanden bij het hink-stap-springen vast te stellen.

Bij de screening zal gebruik worden gemaakt van de statistieken van de werkgroep masters.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 2.3.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Een onderdeel van een leeftijdscluster vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

**Op de wedstrijddag:**

Een onderdeel van een leeftijdscluster vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de 1e meldingstijd, in de call room en bij de start minimaal 3 atleten van die cluster voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscluster gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

**2.3.5 Overgangsregels looponderdelen****Accommodatie met 8 sprintlanen**

- 60 meter en 60 meter horden:
  - 2 series: nummers 1, 2 en 3 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;

**Accommodatie met 4 rondlanen**

- 200 meter en 400 meter:
  - 2 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de tijdsnelste gaan naar de finale.

**Accommodatie met 6 rondlanen**

- 200 meter en 400 meter:
  - 2 series: nummers 1 en 2 van iedere serie aangevuld met de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - 3 series: nummers 1 van iedere serie aangevuld met de 3 tijdsnelsten gaan naar de finale.

**Alle accommodaties**

- 800 meter (max 8 deelnemers per serie) en 1 500 meter: series op tijd;
- 3 000 meter en snelwandelen: direct finale.

**2.3.6 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten**

De aanvangs- en vervolghoogten worden door de Afdeling Wedstrijdatletiek aan de hand van de inschrijvingen per leeftijdscluster vastgesteld.

Wordt de aanvangshoogte lager dan de vastgestelde aanvangshoogte, dan dient de nieuwe aanvangshoogte bij het hoogspringen altijd 5 cm (of een veelvoud daarvan) lager te zijn dan de aanbevolen aanvangshoogte en bij het polsstokhoogspringen altijd 20 cm (of een veelvoud daarvan).

**2.3.7 Aanbevolen balkafstanden hink-stap-springen**

De definitieve balkafstanden bij het hink-stap-springen worden aan de hand van de inschrijvingen per leeftijdscluster vastgesteld.

**2.3.8 Bijzondere aandachtspunten**

- Deelname staat open voor masters van alle leeftijdscategorieën;
- Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdsclusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+ .
- Per leeftijdsclusters wordt de Nederlands Kampioen bepaald. Bijzonderheden:
  - Bij de 60 meter horden loopt iedereen met de hordenhoogte die bij zijn eigen leeftijdscategorie hoort; de technisch gedelegeerde(n) zullen direct na de screening bekend maken welke methode wordt toegepast om te bepalen wie er Nederlands Kampioen is geworden.
  - Bij het kogelstoten stoot iedereen met het materiaal wat bij zijn leeftijdscategorie hoort; de Nederlands Kampioen is diegene die in zijn leeftijdsclusters het verst stoot.
- Bij wedstrijden voor masters is het toegestaan dat mannen en vrouwen tegelijk aan hetzelfde onderdeel deelnemen;
- Bij de looponderdelen wordt begonnen met de oudste leeftijdscluster, vervolgens met de op een na oudste cluster enz.;
- Als bij het hoogspringen en polsstokhoogspringen tegelijkertijd wordt deelgenomen door



deelnemers uit verschillende leeftijdscusters, dan kan het voorkomen dat er (tussentijds) een barrage moet worden gesprongen i.v.m. de vaststelling van de kampioen in een bepaalde leeftijdscuster;

- Door de technisch gedelegeerde(n) kan worden besloten dat er in voorkomend geval geen barrage zal worden gesprongen;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 2.4 NK meerkamp indoor senioren en junioren A/B

### 2.4.1 Programma

#### ZATERDAG

Categorie	Onderdelen in volgorde			
Jongens B	60 m	verspringen	kogelstoten	polstokhoogspringen
Mannen/jongens A	60 m	verspringen	kogelstoten	hoogspringen

#### ZONDAG

Categorie	Onderdelen in volgorde				
Meisjes B	60 m horden	verspringen	kogelstoten	hoogspringen	800 m
Vrouwen/meisjes A	60 m horden	hoogspringen	kogelstoten	verspringen	800 m
Jongens B	60 m horden	hoogspringen			1 000 m
Mannen/jongens A	60 m horden	polstokhoogspringen			1 000 m

### 2.4.2 Inschrijving

In verband met de screening dient de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK gesloten te worden. Bij de inschrijving dient per onderdeel een prestatie én een meerkamptotaal opgegeven te worden die zijn behaald tussen 1 januari van het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 2.4.3 Screening

Er worden maximaal 12 deelnemers per categorie toegelaten. Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen voor welke categorieën de meerkamp door kan gaan of komt te vervallen;
- aan de hand van de inschrijvingsgegevens de definitieve aanvangs- en vervolghoogten vast te stellen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 2.4.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

De meerkamp voor een categorie vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt voor die categorie het kampioenschap geschrapt. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

De meerkamp voor een categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij het verstrijken van de meldingstijd en bij de start van het eerste onderdeel van de meerkamp minimaal 3 atleten van die categorie voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat de meerkamp heeft voltooid.

**2.4.5 Aanbevolen aanvangs- en vervolghoogten**

Onderdeel	Categorie	Aanvangs- en vervolghoogten (in meter)						
Hoogspringen	Meisjes B	1,36	1,39	1,42	enz.			
	Meisjes A	1,39	1,42	1,45	enz.			
	Vrouwen	1,42	1,45	1,48	enz.			
	Jongens B	1,59	1,62	1,65	enz.			
	Jongens A	1,62	1,65	1,68	enz.			
	Mannen	1,75	1,78	1,81	enz.			
Polstokhoogspringen	Jongens B	2,60	2,70	2,80	2,90	3,00	enz.	
	Jongens A	2,80	2,90	3,00	enz.			
	Mannen	3,00	3,10	enz.				

Wordt de aanvangshoogte lager dan de aanbevolen aanvangshoogte vastgesteld, dan dient de nieuwe aanvangshoogte bij het hoogspringen altijd 3 cm (of een veelvoud daarvan) lager te zijn dan de aanbevolen aanvangshoogte en bij het polstokhoogspringen altijd 10 cm (of een veelvoud daarvan).

**2.4.6 Bijzondere aandachtspunten**

- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

### 3 Nederlandse kampioenschappen op de weg

#### 3.1 NK 10 kilometer senioren, junioren A en masters

##### 3.1.1 Programma

~~Het NK 10 kilometer is opengesteld voor senioren, junioren A en masters. Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscategorieën gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.~~

Het is opengesteld voor senioren, junioren A en masters en wordt ingepast in een bestaande 10 kilometer van internationaal/nationaal niveau.

##### 3.1.2 Inschrijving

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

##### 3.1.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), ondersteund door vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen of het kampioenschap door kan gaan of komt te vervallen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

##### 3.1.4 Doorgaan onderdeel

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Voor de senioren en de junioren vindt het kampioenschap slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten van een categorie wordt het kampioenschap van die categorie geschrapt.

Voor de masters geldt dat het onderdeel van een leeftijdscategorie slechts doorgang vindt als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscategorie, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap voor een bepaalde categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich bij de masters minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscategorie gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscategorie, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

##### 3.1.5 Bijzondere aandachtspunten

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter.
- Voor elk onderdeel van dit kampioenschap zullen per leeftijdscategorie aparte startnummers moeten worden verstrekt, dit wil zeggen in verschillende series. Alle deelnemers zijn verplicht twee startnummers te dragen, één op de borst en één op de rug.
- Deelnemers aan het NK dienen in hetzelfde aparte startvak te worden opgesteld, dat zich vóór het startvak van de recreanten bevindt.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 3.2 NK halve marathon senioren en masters

### 3.2.1 Programma

~~Het NK is opengesteld voor mannen, vrouwen en mannen en vrouwen masters en wordt ingepast in een bestaande halve marathon van internationaal/nationaal niveau. Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdsclusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.~~

Het NK is opengesteld voor senioren en masters en wordt ingepast in een bestaande halve marathon van internationaal/nationaal niveau.

### 3.2.2 Inschrijving

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### 3.2.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen;
- te bepalen welke (leeftijds)categorieën komen te vervallen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### 3.2.4 Doorgaan kampioenschap

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Voor de senioren vindt het kampioenschap slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten van een categorie wordt het kampioenschap van die categorie geschrapt.

Voor de masters geldt dat het onderdeel van een leeftijdscluster slechts doorgang vindt als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap voor een bepaalde categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich bij de masters minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscluster gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### 3.2.5 Bijzondere aandachtspunten

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter;
- Voor elk onderdeel van dit kampioenschap zullen per leeftijdscategorie aparte startnummers moeten worden verstrekt, dit wil zeggen in verschillende series. Alle deelnemers zijn verplicht twee startnummers te dragen, één op de borst en één op de rug;
- Deelnemers aan het NK dienen in hetzelfde aparte startvak te worden opgesteld, dat zich vóór het startvak van de recreanten bevindt;
- Zie ook artikel 240 van het wedstrijdreglement van de Atletiekunie;

- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

### 3.3 NK marathon senioren en masters

#### 3.3.1 Programma

~~Het NK is opengesteld voor mannen en vrouwen en mannen en vrouwen masters en wordt ingepast in een bestaande marathon van internationaal/nationaal niveau. Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdscategorieën gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.~~

Het NK is opengesteld voor senioren en masters en wordt ingepast in een bestaande marathon van internationaal/nationaal niveau.

#### 3.3.2 Inschrijving

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

#### 3.3.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen of het kampioenschap door kan gaan of komt te vervallen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

#### 3.3.4 Doorgaan kampioenschap

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Voor de senioren vindt het kampioenschap slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten van een categorie wordt het kampioenschap van die categorie geschrapt.

Voor de masters geldt dat het onderdeel van een leeftijdscategorie slechts doorgang vindt als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscategorie, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap voor een bepaalde categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich bij de masters minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscategorie gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscategorie, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

#### 3.3.5 Bijzondere aandachtspunten

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter;
- Alle deelnemers zijn verplicht twee startnummers te dragen, een op de borst en een op de rug;
- Deelnemers aan het NK dienen in hetzelfde aparte startvak te worden opgesteld, dat zich vóór het startvak van de recreanten bevindt;
- Zie ook artikel 240, 241 en 316.5 van het wedstrijdreglement van de Atletiekunie;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## **3.4 NK 100 kilometer senioren**

### **3.4.1 Programma**

Deelname aan het NK staat open voor senioren (ingeschreven masters doen dus mee in de categorie senioren). Er is geen NK 100 kilometer voor masters!

Het NK wordt ingepast in een bestaande 100 kilometer wegwedstrijd van nationaal of internationaal niveau.

### **3.4.2 Inschrijving**

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### **3.4.3 Screening**

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### **3.4.4 Doorgaan kampioenschap**

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het kampioenschap geschrapt. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### **3.4.5 Bijzondere aandachtspunten**

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter;
- De organisator van de NK 100 kilometer dient bij voorkeur te beschikken over een verkeersvrij parkoers;
- Alle deelnemers zijn verplicht twee startnummers te dragen, één op de borst en één op de rug;
- Deelnemers, die na de limiet van 12 uur finishen worden niet meer in de einduitslag van het NK opgenomen;
- Zie ook artikel 243 van het wedstrijdreglement van de Atletiekunie;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.



## **3.5 NK 24 uur loop senioren**

### **3.5.1 Programma**

Deelname aan het NK staat open voor senioren (ingeschreven masters doen dus mee in de categorie senioren). Er is geen NK 24 uur voor masters!

### **3.5.2 Inschrijving**

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 januari het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

### **3.5.3 Screening**

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten kunnen deelnemen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

### **3.5.4 Doorgaan kampioenschap**

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het kampioenschap geschrapt. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

### **3.5.5 Bijzondere aandachtspunten**

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

### **3.6 NK 50 kilometer snelwandelen mannen en NK 10 kilometer snelwandelen vrouwen**

#### **3.6.1 Programma**

- Mannen senioren 50 km
- Vrouwen senioren 10 km

#### **3.6.2 Inschrijving**

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Bij de inschrijving dient een prestatie opgegeven te worden die is behaald tussen 1 januari het jaar voorafgaande aan het NK en de sluitingsdatum van inschrijving. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

#### **3.6.3 Screening**

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen of het kampioenschap door kan gaan of komt te vervallen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

#### **3.6.4 Doorgaan kampioenschap**

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten wordt het betreffende kampioenschap geschrapt. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten hebben gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

#### **3.6.5 Bijzondere aandachtspunten**

- Het parkoers dient vooraf te worden gemeten door een door de Afdeling Wedstrijdatletiek of IAAF/AIMS aangewezen parkoersmeter;
- Bij de mannen mag na 5 uur 45 minuten niet meer begonnen worden aan de laatste ronde; de betreffende deelnemers worden op de dan afgelegde afstand geklasseerd;
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.

## 4 NK Crosscountry

### 4.1 NK Crosscountry voor senioren, junioren A/B en masters

#### 4.1.1 Programma

Het wedstrijdprogramma is opengesteld voor senioren, junioren A/B en masters. ~~Vanaf 2013 worden bij de NKs voor masters voorlopig de volgende leeftijdsclusters gehanteerd: V35-49, V50-59, V60+ en M35-49, M50-59, M60+.~~

Bij het NK Crosscountry wordt er voor de senioren, junioren A, junioren B en masters ook een Nederlands verenigingskampioenschap gehouden (zie 4.1.5). Verenigingen, die met het minimaal vereiste aantal deelnemers hebben ingeschreven, worden geacht aan het Nederlands verenigingskampioenschap deel te nemen.

Het programma:

Categorie	Afstanden <sup>1)</sup>	Categorie	Afstanden <sup>1)</sup>
Vrouwen	2,5 km (korte cross)	Mannen	2,5 km (korte cross)
Vrouwen	8 km	Mannen	10 km
Meisjes A	4 km	Jongens A	6 km
Meisjes B	3 km	Jongens B	4 km
Vanaf V35	6 km	M35, M40 en M45	7 km
		Vanaf M50	6 km

<sup>1)</sup> Een afwijking van 10% op bovenstaande afstanden is toegestaan

#### 4.1.2 Inschrijving

In verband met de screening wordt aanbevolen de inschrijving 3 weken voor de datum van het NK te sluiten. Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, publiceert de organisatie regelmatig een overzicht van de ingeschreven deelnemers op haar website.

#### 4.1.3 Screening

Na de sluitingsdatum zullen de inschrijvingen worden gescreend door de technisch gedelegeerde(n), vertegenwoordigers van de lokale organisatie en eventueel een vertegenwoordiger van de Afdeling Wedstrijdatletiek, om:

- de opgegeven geboortedata, nationaliteit en wedstrijdlicentie op juistheid te controleren;
- te bepalen of het kampioenschap door kan gaan, of categorieën moeten worden samengevoegd, of komt te vervallen.

Alle betrokkenen worden tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte gesteld. De organisatie publiceert het resultaat van de screening op haar website.

#### 4.1.4 Doorgaan kampioenschap

##### *Individueel kampioenschap*

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Voor de senioren en de junioren vindt het kampioenschap slechts doorgang als minimaal 5 startgerechtigde atleten daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten van een categorie wordt het kampioenschap van die categorie geschrapt.

Voor de masters geldt dat het onderdeel van een leeftijdscluster slechts doorgang vindt als minimaal 5 startgerechtigde atleten van die cluster daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 5 ingeschreven atleten worden de inschrijvingen gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscluster, enz. Als er dan nog steeds minder dan 5 ingeschreven atleten zijn, wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld.

Alle betrokkenen worden hiervan tijdig op de hoogte gesteld

Op de wedstrijddag:

Het kampioenschap voor een bepaalde categorie vindt slechts doorgang wanneer zich bij de start minimaal 3 atleten voor dit onderdeel hebben gemeld en van start zijn gegaan. Hebben zich bij de masters minder dan 3 deelnemers in een leeftijdscategorie gemeld, dan worden zij gevoegd bij de naastliggende jongere leeftijdscategorie, enz. Als er dan nog steeds minder dan 3 ingeschreven atleten zijn, dan wordt het betreffende onderdeel geschrapt als onderdeel van het kampioenschap. Gaat wel het vereiste aantal atleten van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap en worden aan de atleten de medailles uitgereikt, welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal dat is gefinisht.

**Verenigingskampioenschap**

Op het tijdstip van sluiting van de inschrijving:

Het onderdeel vindt slechts doorgang als minimaal 3 ploegen daarvoor officieel hebben ingeschreven. Bij minder dan 3 ingeschreven ploegen in een categorie wordt het betreffende verenigingskampioenschap geschrapt uit het programma.

Op de wedstrijddag:

Een verenigingskampioenschap vindt doorgang wanneer bij de start minimaal 3 ploegen voor dit onderdeel zijn gemeld en van start zijn gegaan. Gaat het vereiste aantal ploegen van start, dan is sprake van een officieel kampioenschap, en worden aan de ploegen de medailles uitgereikt welke behoren bij de klassering, ongeacht het aantal ploegen dat is gefinisht.

**4.1.5 Bepaling verenigingskampioenschap**

Het Nederlands verenigingskampioenschap wordt gewonnen door de ploeg waarvan de eerst geplaatste vier atleten het beste resultaat behalen. Dit wordt als volgt bepaald:

- De eerst aankomende deelnemer krijgt 1 punt, de tweede aankomende 2 punten, enz.
- De punten behaald door de 4 eerst binnenkomende lopers van iedere vereniging worden bij elkaar opgeteld.
- De vereniging met het laagste puntenaantal heeft het Nederlandse verenigingskampioenschap behaald.
- Eindigen twee of meer verenigingen met hetzelfde puntenaantal, dan wordt het verenigingskampioenschap toegekend aan de vereniging met de best geplaatste 4<sup>e</sup> deelnemer.

**4.1.6 Bijzondere aandachtspunten**

- Bij de start van de mannen dient rekening gehouden te worden met het volgende:
  - in het voorste startvak moeten die atleten worden opgesteld die tot de beste 25 atleten behoren op de afstanden van 5 kilometer en meer;
  - tevens dient rekening gehouden te worden met atleten van de vereniging die behoren tot de kanshebbers voor het (verenigings)kampioenschap van Nederland.
- Voor elk onderdeel van dit kampioenschap zullen per leeftijdscategorie aparte startnummers moeten worden verstrekt, dit wil zeggen in verschillende series. Alle deelnemers zijn verplicht twee startnummers te dragen, één op de borst en één op de rug;
- De wedstrijdleider heeft het recht gedubbelde atleten (ter verduidelijking: atleten gedubbelde door een atleet of atleten uit dezelfde categorie) uit de wedstrijd te nemen. Deze atleten worden wel geklasseerd voor het verenigingskampioenschap.
- Voor deelname van buitenlandse atleten aan dit NK: zie artikel 23.4 van het WR.
- Volgens voorwaarden zoals beschreven in de tweede alinea van artikel 23.4 van het WR mogen buitenlandse atleten wel meedoen aan het verenigingskampioenschap.