



## Datenblatt Hammer pro Anlage

Stand: 14.02.2012/ jost/mo

Anzahl	Material	Anzahl	Personen
1	Hammerring , Durchmesser 2.15m	1	Anlagenchef
1	Schutznetz (7 m, Flügel 10 m)	1	Resultate eintragen
1	Messband 100m	1	Abwurfrichter mit weisser und roter Fahne
1	Stecknagelserie 1 - 20	1	Kontrolle Landung Gerät
je 3	Hammer 3.0 kg, 4.0 kg, 5.0 kg, 6.0 kg, 7.26 kg	1	Stecknägel stecken
1	Besen	1	Geräterücktransport
5	Lappen		
1	Schreibunterlage mit Bleistift		
1	Stuhl		
1	Anzeigetafel (bei Meisterschaft)		
je 2	Fahnen rot und weiss		

### Kampfgericht Hammer

#### 2. Ablauf des Wettkampfes

- 2.1 Appell in der ausgelosten Reihenfolge durchführen.
  - 2.2 Den Teilnehmenden sollen zwei Probeversuche erlaubt werden. Diese sind bei den Wurfwettkämpfen nach namentlichem Aufruf entsprechend der ausgelosten Reihenfolge unter der Aufsicht des Kampfgerichtes durchzuführen (Sicherheitsvorkehrung).
  - 2.3 Erste/n Werfer/in und den/die Nächstfolgende/n aufrufen (z.B. «Huber - bereitmachen Müller»).
  - 2.4 Überwachen des Wurfes auf korrekte Ausführung.
  - 2.5 Messen der Würfe:  
An **Meisterschaften und Int. Meetings** (A/B-Meeting) **wird jeder** Wurf unmittelbar nach dem Versuch **gemessen**. Vom hinteren Rand der Aufschlagstelle bzw. Berührungsstelle des Gerätes, die der Innenkante des Kreisringes am nächsten liegt, entlang einer geraden Linie von der Aufschlagstelle bzw. Berührungsstelle bis zum Mittelpunkt des Kreises bzw. Kreisbogens. Zur Feststellung der Leistung muss das gespannte Messband so angelegt werden, dass die Leistung am Kreisring abgelesen werden kann.  
Die Leistung ist in vollen Zentimetern anzugeben, bei dazwischenliegenden Leistungen gilt der nächstniedrige Zentimeter.
- Anmerkung:** An C-Meetings und SVM-Versuchen können die Würfe auch gesteckt werden
- 2.6 Nach dem dritten Durchgang werden in der Regel die acht Erstplatzierten und die auf dem achten Platz mit gleicher Leistung Klassierten (Beachtung der IWR Regel 180.20 "gleiche Leistung") weitere drei Versuche durchführen. Der Endkampf wird in umgekehrter Reihenfolge durchgeführt. Gilt nicht für C-Meetings, nur für Meisterschaften.  
Verzichtet jemand auf die Teilnahme am Endkampf, wird die Leistung aus dem Vorkampf gewertet. Nach dem Verzicht eines/einer zum Endkampf Berechtigten darf niemand ersatzweise nachrücken.
  - 2.7 Bei acht oder weniger Startenden gibt es keinen Vorkampf. Alle haben sechs Versuche. Es ist nicht erforderlich, dass einer der ersten drei Versuche gültig ist.

#### 3. Fehlversuche

Als Fehlversuch gilt, wenn der/die Wettkämpfer/in ...

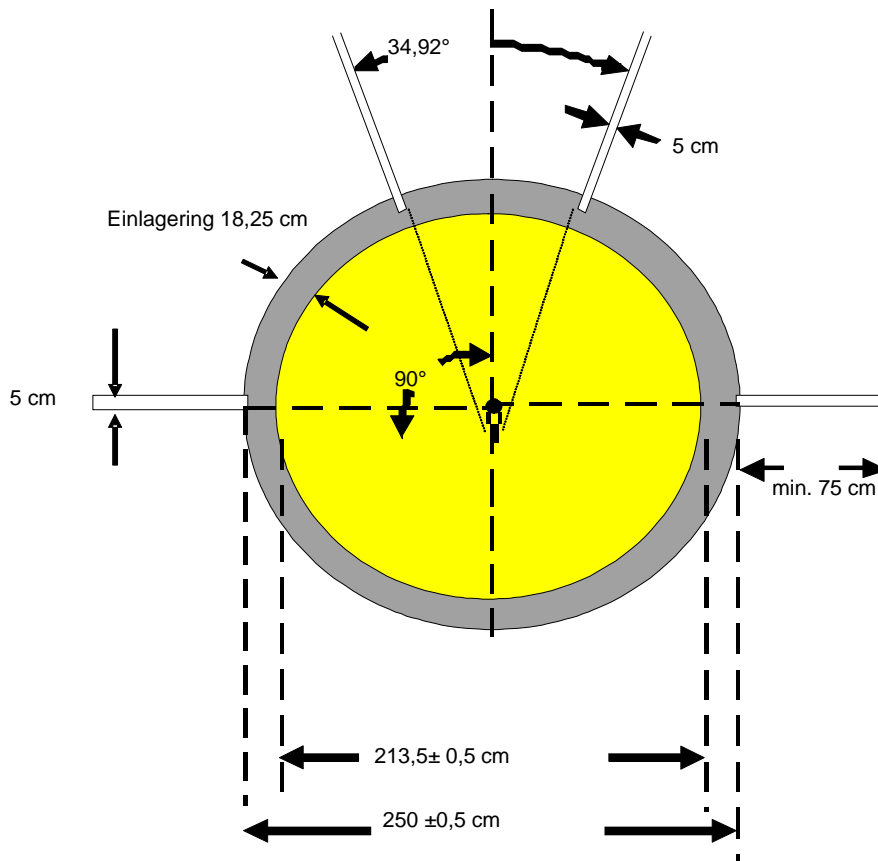
- a) nach Betreten des Kreises zur Ausführung des Versuches mit irgendeinem Teil des Körpers die Oberkante oder -fläche des Stossbalkens oder des Kreisringes oder den Boden ausserhalb des Kreises berührt;
- b) während eines Versuches den Hammer fallen lässt;
- c) den Kreis verlässt, bevor das Gerät den Boden berührt hat;
- d) beim Verlassen des Kreises den ersten Schritt ausserhalb nicht vollständig hinter die gekennzeichnete seitliche Verlängerungslinie der hinteren Hälfte des Kreisringes setzt;

#### 4. Allgemeine Regeln

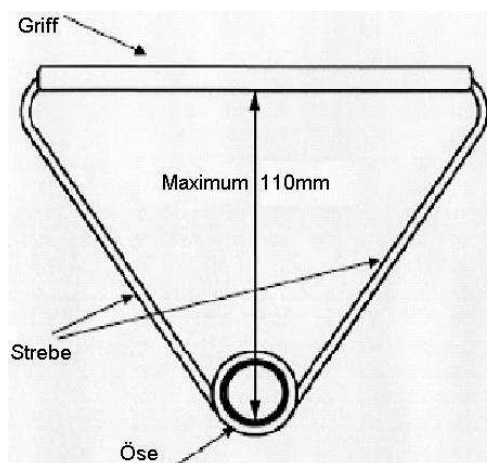
- a) Das Kampfgericht kann einer Person, die sich sowohl für einen Lauf-, Stoss- oder Wurfwettkampf, die gleichzeitig stattfinden, gemeldet hat, erlauben, die Versuche in anderer Reihenfolge durchzuführen, als es vorher durch das Los bestimmt wurde. Unter diesen Voraussetzungen darf aber ein Athlet oder eine Athletin pro Durchgang nur einen Versuch ausführen (kein Nachholen verpasster Versuche).
- b) Alle Würfe aus dem Kreis sind nur dann gültig, wenn das Gerät innerhalb der innern Ränder der Sektorenlinie niederfällt, die beim Hammerwurf einen Winkel von 34,92° bilden. Das niederfallende Gerät darf die innern Ränder der Sektorenlinie nicht berühren.
- c) Wird bei Wurfwettkämpfen unnötigerweise ein Versuch verzögert, kann dies als Fehlversuch gewertet werden. Für ein zweites Verzögern während des Wettkampfes soll das Schiedsgericht den Ausschluss von jedem weiteren Versuch anordnen. Die bis dahin erreichten Leistungen behalten Gültigkeit (IWR 180.17).
- d) Bei allen Stoss- und Wurfwettkämpfen (inkl. Probeversuche) muss das Gerät zur Abwurfline oder zum Wurfkreis zurückgetragen werden. Es darf auf keinen Fall dorthin zurückgeworfen werden.
- e) Beim Hammerwurf ist die Verwendung von Handschuhen zum Schutz der Hände gestattet. Die Handschuhe müssen auf der Vorder- und Rückseite weich sein und die Fingerspitzen frei lassen.  
Das Umwickeln einzelner Finger ist erlaubt und dem Kampfgericht anzuzeigen.
- f) Der Werfer oder die Werferin darf in der Ausgangsstellung vor Beginn des Schwungholens oder Drehens den Hammerkopf auf den Boden ausserhalb des Kreises legen.
- g) Es ist kein Fehlversuch, wenn der Hammerkopf beim Schwungholen oder beim Drehen den Boden innerhalb oder ausserhalb des Wurfkreises oder die Oberseite des Kreisrings berührt. Der Wettkämpfer kann den Versuch abbrechen und den Wurf neu beginnen, vorausgesetzt es ist dabei keine andere Regel verletzt worden.

- h) Vorausgesetzt, dass im Verlauf eines Versuches kein Regelverstoß vorgekommen ist, darf man einen schon begonnenen Versuch unterbrechen, das Gerät niederlegen und den Stoss-/ Wurfkreis verlassen, bevor man wieder in die Ausgangsstellung zurückkehrt und den Versuch erneut beginnt. Innerhalb der zur Verfügung stehenden Zeit darf der Versuch beliebig oft unterbrochen, das Gerät abgelegt und der Stoss-/ Wurfkreis verlassen werden.

### Kombinierter Diskus- und Hammerwurfkreis

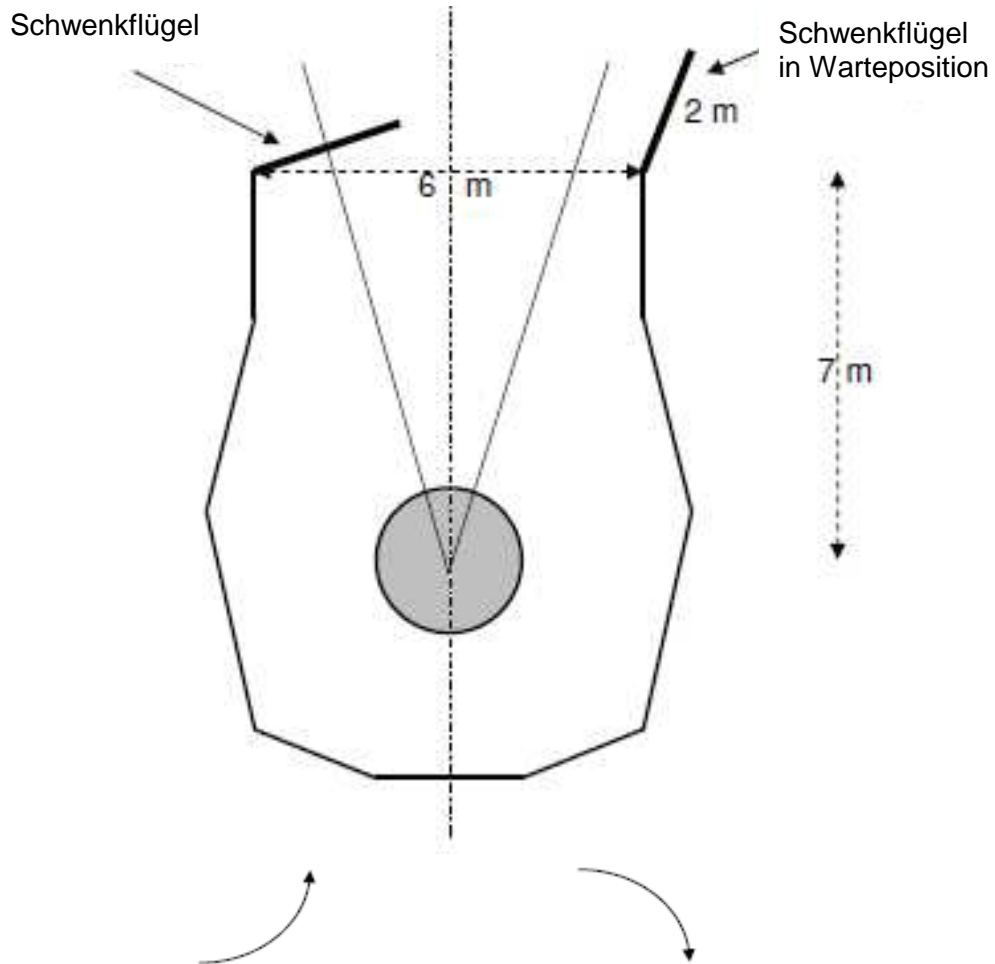


### Allgemeine Hammergriffe





## Schwenkflügeleinstellung beim Hammer



Der linke Flügel ist einzuschwenken, wenn der Werfer gegen den Uhrzeigersinn dreht.

Der rechte Flügel ist einzuschwenken, wenn der Werfer im Uhrzeigersinn dreht.

Der eingeschwenkte Flügel sollte mit der jeweiligen Sektorbegrenzungslinie ungefähr einen rechten Winkel bilden. Sein Ende ist ca. 1,10 m von der (gedachten) Mittelachse der Wurfanlage entfernt. Bei einem Wettkampf mit links und rechts drehenden Wettkämpfern müssen die Flügel oft umgestellt werden. Daher ist es erforderlich, dass diese Einstellungen schnell und mit nur wenigen einfachen Handgriffen vorgenommen werden können.