










Nombre	Matériel	Nombre	Personnes
3	Revolvers de départ, y.c matériel de nettoyage	2	Starter
100	Cartouches de munition	1-2	Starter de rappel
30	Témoins	1	Aide-starter
1	Chronométrage électronique	1	Juge d'arrivée
1	Microphone de starter pour communiquer avec le chronométrage	1	Affichage des tours
1	Installation de haut-parleur - starter	1	Numéros pour la jambe / Réception des témoins
1	Marquage des couloirs par couloir (par ex. 1 – 8)	2	Chronométrage
1	Blocs de départ par couloir + min. 1 en réserve	1	Évaluation des temps
6	Rouleaux de scotch de peintre	24/32	Juges de transmission
5	Palettes d'affichage (1 par transmission)		Pour 2 couloirs > 1 JT au
4 de chaque	Drapeau blanc, rouge		début, 1 à la fin de la zone
12/16	Drapeaux jaunes	1	J-A par transmission

## 2. Déroulement de la compétition

### 2.1 Règle des courses de relais

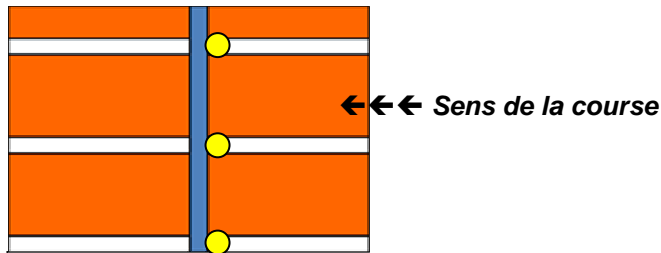
- Pour reconnaître les parties des zones resp. marquer le milieu de la zone de transmission, il faut tirer des traits transversalement à la piste.
- La longueur de chaque zone de transmission est de 20 m avec une marque au milieu de la zone. Les zones de transmission commencent et se terminent au bord des lignes de la zone de transmission, le plus proche de la ligne de départ dans le sens de la course.
- Pour le relais 4x400m (ou la deuxième zone de transmission pour le relais 4x200m) les marquages du milieu de la zone de transmission sont identiques aux lignes de départ du 800m.
- Les zones de transmission pour le deuxième et le dernier relais (4x400m) sont limitées par les lignes situées à 10m des deux côtés de la ligne de départ/d'arrivée.

#### Marquages des transmissions selon le "Plan de marquage" de l'IAAF

Discipline	Marque de change	Couleur	Signe	Longueur / Largeur	Remarque
4x100m	Élan pour le change	rouge		60/5 cm	
4x100m	Début du change	jaune		110/5 cm	
4x100m	Fin du change	jaune		110/5 cm	
4x400m	Début du change	bleu		80/5 cm	
4x400m	Fin du change	bleu		80/5 cm	
4x400m	Début et fin du change	bleu		80/5 cm	Pour les coureurs 3+4
5x80m	Élan pour le change	rouge		60/5 cm	
5x80m	Début du change	jaune		60/5 cm	
5x80m	Fin du change	jaune		60/5 cm	

- La ligne de transmission à l'entrée de la ligne droite opposée, où les deuxièmes relayeurs (4x400m) ont le droit de quitter leur couloir, est la même que la ligne de transmission, décrite dans le règle 163.5 pour la course du 800 m.
- Pour les relais 5x80m, 4x100m et 4x200m, les relayeurs qui reçoivent le témoin peuvent prendre leur élan au plus 10,00 m avant la zone de transmission (voir No 2). Il faut nettement marquer cette zone d'élan élargie dans chaque couloir.
- Pour le relais 4x400 m la première transmission a lieu complètement dans les couloirs individuels. Les deuxièmes relayeurs n'ont pas le droit de prendre leur élan en dehors de leur zone de transmission, mais doivent s'élancer dans leur zone de transmission. Il en va de même pour les troisièmes et quatrièmes relayeurs. Les deuxièmes coureurs de chaque équipe effectuent encore le premier virage dans les couloirs jusqu'au bord le plus proche de la prochaine ligne de transmission, où ils peuvent quitter le couloir qui leur a été attribué. La ligne de transmission est une ligne arrondie large de 5 cm et tirée en travers de la piste; elle commence au couloir 2. Pour que les coureurs la reconnaissent mieux, il faut placer de petits cônes ou prismes immédiatement avant l'intersection entre les lignes délimitant les couloirs et la ligne de transmission ; surface de 5 x 5cm<sup>2</sup>, pas plus hauts que 15 cm et si possible d'une couleur autre que celle des lignes délimitant les couloirs et la ligne de transmission.

## Ligne de transmission 4 x 400m



**Explication:** Les cônes ou les prismes peuvent être remplacés par des demi-balles de tennis (voir aussi règle 163.5).

- h) Les coureurs qui effectuent la troisième et la quatrième distance du relais 4x400 m doivent prendre leur position d'attente conformément aux instructions de l'officiel désigné pour que cela corresponde (de l'intérieur à l'extérieur) à l'ordre de passage des membres de leur équipe au passage des 200m. Lorsque les coureurs qui arrivent ont passé ce point, les coureurs qui attendent doivent conserver cet ordre et ne peuvent pas changer leur position au début de la zone de transmission. En cas de non-respect, leur équipe est disqualifiée.
- i) Pour tous les relais qui ne se courent pas en couloirs individuels et dans la mesure où les relais 4x200m et 4x400m sont concernés, les coureurs qui attendent peuvent conformément à l'arrivée des membres de leur équipe se déplacer à l'intérieur de la piste, à condition qu'ils ne gênent pas d'autres coureurs en bousculant ou bloquant.  
Pour les relais 4x200 m et 4x400 m les coureurs qui attendent doivent conserver le placement décrit (au point i).
- k) Marquages: lorsqu'un relais est disputé entièrement ou partiellement en couloirs, le coureur peut apposer une marque de contrôle dans son couloir. Il peut utiliser une bande adhésive de 5 cm x 40 cm au maximum, qui, par sa couleur, ne doit pas pouvoir être confondue avec d'autres marques permanentes. Il n'est pas permis d'utiliser d'autres marques.
- l) Les relais 3x1000m, Olympique (800 - 400 - 200 - 100) et Américaine partent tous depuis la développante.
- m) Le témoin doit être un tube creux, lisse, cylindrique d'une pièce en bois, métal ou autre matière rigide. Il ne doit pas mesurer plus de 30 cm ni moins de 28 cm. Le volume du témoin doit être de 12 cm bis 13 cm (*diamètre 38,2 – 41,4 mm*) et son poids ne doit pas être inférieur à 50 g. Le témoin doit être de couleur, afin d'être bien visible pendant la course.
- n) Pendant la course le témoin doit toujours être tenu à la main. Les coureurs n'ont pas le droit de porter des gants ou d'utiliser une matière pour que le témoin adhère mieux. Si le témoin tombe, seul le coureur qui l'a laissé tomber a le droit de le ramasser. Pour cela il a le droit de quitter son couloir, dans la mesure où cela ne raccourcit pas son parcours de course. S'il respecte cela et qu'aucun autre coureur n'est lésé, la perte du témoin n'implique pas la disqualification.  
**Explication:** Ceci est également valable si le témoin tombe dans le secteur intérieur.
- p) Vor und/oder nach der Übergabe des Staffelstabs sollen die Läufer in ihren Einzelbahnen oder Wechselräumen bleiben und nach der Stabübergabe die Einzelbahn erst verlassen, wenn die Laufbahn frei ist, um andere Läufer nicht zu behindern. Regel 163.3 und 4 darf nicht auf diese Läufer angewendet werden. Sollte ein Läufer absichtlich ein Mitglied einer anderen Mannschaft dadurch behindern, dass er nach Beendigung seiner Teilstrecke seinen Platz oder seine Einzelbahn verlässt, ist seine Mannschaft zu disqualifizieren.
- p) Avant et/ou après la transmission du témoin, les coureurs doivent rester dans leur couloir respectif ou zone de transmission et ne quitter leur couloir respectif qu'au moment où la piste est libre afin de ne pas gêner les autres coureurs. Les règles 163.3 et 4 ne doivent pas être appliquées à ces coureurs. Si un coureur devait intentionnellement gêner un membre d'une autre équipe, en quittant sa place ou son couloir après avoir terminé son parcours, il faut disqualifier son équipe.
- q) Aider un coureur en le poussant ou autre implique la disqualification.
- r) Parmi tous les concurrents inscrits à la manifestation, que ce soit en relais ou dans une autre épreuve, quatre concurrents peuvent composer une équipe de relais. Lorsqu'une équipe de relais a commencé la compétition, seuls deux concurrents supplémentaires peuvent être engagés comme remplaçants dans cette équipe de relais. Si une équipe ne suit pas cette règle, il faut la disqualifier.

## Directives nationales Swiss Athletics

### Relais 5xlibre - 6xlibre

Le départ se situe au départ du 400m. Pour ces relais aucune zone de transmission n'est marquée, car il n'y a pas de limites prescrites pour transmettre le témoin.

### Relais 5x80m

Le départ se situe au départ du 400m et les zones de transmission sont marquées intégralement, y compris les marques d'élan. Toutes les transmissions avec marques d'élan.

### Relais 4x100m

Le départ se situe au départ de 400m et les zones de transmission sont identiques aux départs du 300m, du 200m et pour la troisième transmission il faut faire une petite marque blanche. Toutes les transmissions avec marques d'élan.

### Relais 4x200m (3 virages complets en couloirs)

Le départ est identique à celui du relais 4x400m. Le coureur reste dans son couloir jusqu'à la fin du 3ème virage, il peut ensuite choisir le couloir libre. Pour la 3ème transmission, la deuxième zone de transmission du relais 4x100m du couloir 1 est valable. Toutes les transmissions avec marques d'élan.

### Relais 4x200m (entièrement dans les couloirs)

Tous les coureurs courent du départ jusqu'à l'arrivée dans leur couloir respectif. Les positions de départ dans le virage d'arrivée et les premiers milieux de transmission dans le virage de départ sont marqués avec un petit plus jaune + à l'extérieur des différents couloirs. Le deuxième milieu de transmission est identique au départ du 400m. La troisième transmission est identique à la deuxième transmission du relais 4x100m pour tous les couloirs. Toutes les transmissions avec marques d'élan.

### Relais 4x400m

Le départ se situe dans le virage d'arrivée et les coureurs restent dans leur couloir respectif pendant trois virages complets. La première transmission se fait dans les différents couloirs et les deuxièmes coureurs peuvent quitter leur couloir et choisir le couloir libre après être entrés dans la ligne droite opposée. Les deuxièmes et troisièmes transmissions se situent dans la zone de l'arrivée ; des marquages dans les couloirs 1 à 5 espacés de 10 m parallèlement à la ligne d'arrivée pour le début et la fin de la transmission représentent les transmissions. Si un concurrent ne respecte pas cette règle, son équipe doit être disqualifiée. Toutes les transmissions sans marques d'élan.

### Relais 3x800m et 4x800m

Le départ peut se situer sur la développante ou dans les couloirs séparés du départ du 800m. Si le départ est donnée en couloirs séparés, le premier coureur reste dans son couloir respectif jusqu'au début de ligne droite opposée et peut ensuite choisir le couloir libre. Les autres transmissions sont identiques à la deuxième et troisième transmission du relais 4x400m. Si un concurrent ne respecte pas cette règle, son équipe doit être disqualifiée. Toutes les transmissions sans zones d'élan.

### Relais 3x1000m

Le départ se situe sur la développante du départ du 1000m. La première transmission se fait comme la deuxième et troisième transmission du relais 4x400m et la deuxième transmission correspond à la deuxième transmission du relais 4x100m au couloir 1. Les deux transmissions sans marques d'élan.

### Relais 4x1500m

Le départ se situe sur la développante du départ du 1000m. Toutes les transmissions se font au couloir 1 du relais 4x100m. La première transmission correspond à la troisième transmission du relais 4x100m, la deuxième transmission à la deuxième transmission du relais 4x100m et la troisième transmission à la première transmission du relais 4x100m. Si un concurrent ne respecte pas cette règle, son équipe doit être disqualifiée. Toutes les transmissions sans marques d'élan.

### Relais olympique (800 – 400 – 200 – 100 m)

Le départ se situe sur la développante du départ du 300m. Toutes les transmissions se font au couloir intérieur. La première transmission correspond à la première transmission du relais 4x100m, la deuxième transmission à la première transmission du relais 4x100m et la troisième transmission à la troisième transmission du relais 4x100m. Si un concurrent ne respecte pas cette règle, son équipe doit être disqualifiée. Toutes les transmissions sans marques d'élan.

### Relais suédois (100 – 200 – 300 – 400 m)

Les deux premiers coureurs restent dans leur couloir respectif et le troisième coureur peut quitter son couloir respectif et choisir le couloir libre après avoir atteint la ligne droite opposée. Le départ se situe sur le marquage du milieu de la transmission de la première transmission du relais 4x200m (3 virages complets). La première transmission est placée au départ du 80m avec les mesures correspondantes. La deuxième transmission doit être marquée à partir de la développante du départ du 1500m. La troisième transmission se situe dans la zone d'arrivée au couloir intérieur et correspond à la zone de transmission du relais 4x200m. Transmission 3 avec marques d'élan, dernière transmission sans marques d'élan. Si un concurrent ne respecte pas cette règle, son équipe doit être disqualifiée.