



3000 m Steeple

Déroulement: Depuis le départ jusqu'au premier passage de l'arrivée il n'y a pas d'obstacle à franchir. Il faut ensuite parcourir 7 tours complets.

Installation: Installer obstacles 1, 2, et 3 et barrer la fosse d'eau. Après le passage de l'arrivée placer obstacle 5 et diriger vers la fosse d'eau.

Nombre: Il faut franchir 28 obstacles non-fixés et 7 fois la fosse d'eau.

Catégories: * Hommes, U23 M et (U20 M)
* Femmes, U23 W et (U20 W)

* **Disciplin championnats**

2000 m Steeple

Déroulement: Après le départ, les obstacles 1 et 2 ne doivent pas être franchis. Depuis l'obstacle 3 il faut parcourir tours complets (par tour 4 obstacle+ la fosse d'eau).

Installation: Installer les obstacles 3 et 5 et pendant toute la course diriger vers la fosse d'eau. Après le premier passage du départ, installer les obstacles 1 et 2.

Nombre: Au total il faut franchir 18 obstacles non-fixés et 5 fois la fosse d'eau.

Note: Dans l'épreuve de 2 000m, si la rivière se trouve à l'intérieur de la piste, la ligne d'arrivée doit être franchie deux fois avant le premier tour qui comprend 5 sauts. Dans le 2 000m, le premier saut est à la troisième haie du tour normal, les haies étant enlevées jusqu'à ce que les athlètes les aient passées pour la première fois.

Catégories: * U20
* U18

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko/Va	SM50_27f-RessourcesSteeple	2011	5	1

1500 m Steeple

Déroulement: Depuis le départ jusqu'au 1er passage de l'arrivée il n'y a pas d'obstacles à franchir.

Il faut ensuite parcourir 3 tours complets.

Nationale Bestimmungen

Beim 1500m-Lauf wird die Strecke vom Start bis zum Beginn der ersten vollständigen Runde ohne Hindernisse gelaufen (also ohne den Wassergraben zu passieren; die Hindernisse H 2, H 3 und H 5 sind erst danach hinzustellen).

Installation: Installer obstacle 1 et barrer la fosse d'eau. Après le passage de l'arrivée, installer obstacles 2, 3 et 5 et diriger vers la fosse d'eau.

Nombre: Au total il faut franchir 12 obstacles non-fixés et 3 fois la fosse d'eau.

Catégorie: U18

Généralités pour les courses de steeple

La fosse d'eau doit être remplie jusqu'au niveau de la piste.

Mesurage de la fosse d'eau: 3.64 bis 3.68m

Hauteurs des obstacles: pour Hommes, 91,1 bis 91,7cm
et pour Femmes, 76.0 bis 76.6cm
Voir table des haies (Hürdentabelle)

Un obstacle non-fixé doit peser au moins 80 kg.

Les obstacles doivent être installés de sorte que le pied transversal se trouve contre le bord intérieur de la piste. La poutre de l'obstacle déborde ainsi 30 cm à l'intérieur.

Pour indiquer les temps de passage il faut tenir compte du „raccourcissement resp. de la prolongation “ de la piste (fosse d'eau).

Avant les compétitions il faut s'assurer de l'endroit et de la couleur dont sont marqués les emplacements des obstacles et les Marques zones de change lignes de départ.

Datum:	Autor	Datei Name:	Ausgabe:	Griff:	Seite:
14.03.96	Ko/Va	SM50_27f-RessourcesSteeple	2011	5	2