

Änderung der Internationalen WettkampfregeIn 2020-2021

Gültig ab 1. November 2019

Schiedsrichter – Regel 125.5

- ▲ ergänzt:
- ▲ Der zuständige Schiedsrichter hat das Recht, jeden Wettkämpfer **oder jede Staffelmannschaft** zu verwarnen oder vom Wettkampf auszuschließen, wenn dieser/diese sich unsportlich oder ungebührlich oder nach Regel 144, 162.5, 163.14, 163.15 c, 180.5, 180.19, 230.7 d, 230.10 h oder 240.8 h verhält.
- ▲ Neu :
- ▲ **Nationale Bestimmung DLV**
Auch der Wettkampfleiter kann irgendeine andere Person, die sich unsportlich oder ungebührlich verhält oder die Unterstützung für Athleten leistet, die nach den Regeln nicht erlaubt ist, verwarnen oder aus dem Wettkampfbereich (oder anderen Bereichen, die mit dem Wettkampf in Verbindung stehen einschließlich Aufwämbereich, Callroom, Coaching Zone und Siegerehrungsbereich) entfernen.

Startkoordinator, Starter und Rückstarter – Regel 129.2

- ▲ Kommentar wurde in Regel übernommen:
- ▲ Der Starter, **dessen primäre Verantwortung es ist einen fairen und gerechten Start für alle Wettkämpfer zu garantieren**, hat die uneingeschränkte Kontrolle über die am Start befindlichen Läufer/Geher. Wird ein Startablauf-Informationssystem zur Unterstützung bei Läufen mit Tiefstarts benutzt, ist Regel 162.6 anzuwenden.

Kommentar:

~~Die primäre Verantwortung des Starters (und des Rückstarters) ist es einen fairen und gerechten Start für alle Wettkämpfer zu garantieren.~~

Messrichter (technische Weitenmessung) – Regel 135

- ▲ gelöscht:
- ▲ Vor ~~und nach~~ dem Wettbewerb kontrolliert er zusammen mit den Kampfrichtern und unter Aufsicht des Schiedsrichters eine Anzahl von Messungen, die mit einem kalibrierten und verifizierten Stahlmessband nachzumessen sind, um zu bestätigen, dass die Messergebnisse übereinstimmen.

Alters- und Geschlechtsklassen- Regel 141.4

- ▲ geändert:
- ▲ 4. Ein Wettkämpfer ist berechtigt an Wettbewerben der Männer (oder gemeinsamen) teilzunehmen, wenn er **entweder als ~~von Gesetzes wegen ein~~ Mann geboren wurde und durchweg während seines Lebens als solcher anerkannt wurde oder sich nach den anwendbaren Bestimmungen richtet, die entsprechend zu nachfolgender Regel 141.6 b ausgestellt wurde und nach den Regeln und Bestimmungen teilnahmeberechtigt ist.**
- ▲ **Gültig ab 01. Oktober 2019**

Alters- und Geschlechtsklassen- Regel 141.5

- ▲ geändert:
- ▲ 5. Ein Wettkämpferin ist berechtigt an Wettbewerben der Frauen (oder gemeinsamen) teilzunehmen, wenn sie **entweder als ~~von Gesetzes wegen ein~~ Frau geboren wurde und durchweg während ihres Lebens als solche anerkannt wurde oder sich nach den anwendbaren Bestimmungen richtet, die entsprechend zu nachfolgender Regel 141.6 a ausgestellt wurde und nach den Regeln und Bestimmungen teilnahmeberechtigt ist.**
- ▲ **Gültig ab 01. Oktober 2019**

Meldungen – Regel 142.4 NB

▲ ergänzt:

▲ **Nationale Bestimmungen DLV und SwA**

*Ein Wettkämpfer ist bei einer Veranstaltung vom laufenden und weiteren Wettbewerben einschließlich Staffelwettbewerben **vom Wettkampfleiter zu disqualifizieren (auszuschließen)**, wenn er an einem Wettbewerb, zu dem er seine Stellplatzkarte (bzw. seine endgültige Bewerbsmeldung) abgegeben hat, nicht teilnimmt und seinen Verzicht nicht vor Beginn des ersten Laufs einer Runde oder eines technischen Wettbewerbs beim Stellplatz oder am Wettkampfsplatz bekannt gegeben hat.*

Kleidung, Schuhe und Startnummern- Regel 143.1

▲ gestrichen:

~~▲ Trikots der Wettkämpfer sollen auf der Vorder- und der Rückseite die gleiche Farbe haben.~~

~~*Anmerkung: Die zuständige Verbandsorganisation kann in den Bestimmungen für eine Veranstaltung festlegen, dass die Trikots der Wettkämpfer auf der Vorder- und Rückseite die gleiche Farbe haben müssen.*~~

~~**Nationale Bestimmung DLV**~~

~~*Trikots sollen bei allen Veranstaltungen die gleiche Farbe auf Vorder- und Rückseite haben..*~~

Wettkampfkleidung im Bereich des DLV

▲ DLO §5 Teilnahmerecht

5.6 bei allen Staffelwettbewerben die Staffelm Mitglieder - auch die einer Startgemeinschaft - eine einheitliche Wettkampfkleidung tragen,

▲ IWR 143.1

Wettkämpfer, die bei Veranstaltungen gemäß Regel 1.1a, b, c, f und g teilnehmen oder die bei Veranstaltungen gemäß Regel 1.1d und h ihren nationalen Verband repräsentieren, müssen die einheitliche und zugelassene Kleidung ihres Nationalen Verbands tragen.

Kleidung, Schuhe und Startnummern- Regel 143.4

▲ Ergänzt :

- ▲ 4 Der aus Sohle oder Absatz herausragende Teil der Spikes darf nicht länger als 9mm, beim Hochsprung und Speerwurf nicht länger als 12mm sein. Der Spike muss so beschaffen sein, dass er mindestens bis zur Hälfte seiner Länge von der Spitze weg durch eine quadratische Messlehre mit 4mm Kantenlänge passt (*siehe Zeichnung*). Wenn der Bahnhersteller oder Stadioneigentümer ein geringeres Maximum anordnet, hat dies zu gelten.

Anmerkung 1: Die Oberfläche muss aufnahmefähig für Spikes sein, wie es in dieser Regel gefordert wird.

Anmerkung 2: Bei Crossläufen können abhängig von der Oberflächenbeschaffenheit die spezifischen Bestimmungen oder der Technische Delegierte eine größere Länge der Spikes in den Schuhen zulassen.

Unterstützung der Wettkämpfer – Regel 144.4 g, h (Erlaubte Unterstützung)

▲ neue Unterpunkte hinzugefügt:

- g Entgegennahme von körperlicher Unterstützung von einem Offiziellen oder einer anderen vom Veranstalter benannten Person, um wieder in eine aufrechte Position zu gelangen oder um auf medizinische Unterstützung zuzugreifen.**
- h Elektronische Lichter oder ähnliche Einrichtungen, um fortlaufende Zeiten während eines Rennens einschließlich eines entsprechenden Rekordes anzuzeigen.**

Disqualifikation (Ausschluss) – Regel 145.3

- ▲ neue Unterpunkte hinzugefügt:
- ▲ 3. **Wenn eine Staffelmannschaft nach Regel 125.5 vom Wettkampf ausgeschlossen wird, soll sie für den Wettbewerb disqualifiziert werden. Leistungen, die in vorhergehenden Runden dieses Wettbewerbs erzielt wurden, bleiben gültig. Solch eine Disqualifikation verhindert nicht, dass ein Athlet oder eine Staffelmannschaft des Vereins/Teams an weiteren Wettbewerben der Veranstaltung (einschließlich einzelne Wettbewerbe im Mehrkampf, anderen Wettbewerben, an denen er gleichzeitig teilnimmt und Staffelläufen) teilnehmen darf.**

Einsprüche und Berufungen – Regel 146.4 d

- ▲ neuer Unterpunkt hinzugefügt:
- ▲ (d) Falls eine Einspruch von einem Läufer oder Team oder in dessen Auftrag eingelegt wird, welcher/welches den Lauf nicht beendet hat, muss der Schiedsrichter zunächst prüfen, ob der Läufer oder das Team aufgrund eines beliebigen Grundes unabhängig von dem Grund des Einspruchs disqualifiziert wurde oder hätte disqualifiziert werden müssen. Wenn das der Fall ist, ist der Einspruch abzulehnen

Einsprüche und Berufungen – Regel 146.6

▲ ergänzt:

▲ 6. Die Leistung, des Athleten, auf die sich sein Einspruch bezog, und die nachfolgend unter Vorbehalt von ihm erzielten Leistungen werden nur gültig, wenn der Schiedsrichter dem Einspruch oder die Jury der Berufung stattgibt.

Bei Technischen Wettbewerben, bei denen ein anderer Athlet auf Grund eines unter Vorbehalt teilnehmenden Athleten weiter am Wettbewerb teilnehmen darf, was er sonst nicht dürfte, bleiben dessen Leistungen und etwaige Ergebnisse gültig, unabhängig davon ob der mündliche Einspruch des unter Vorbehalt startenden Athleten erfolgreich ist.

Gemischte Wettkämpfe – Regel 147.2

▲ geändert:

▲ 2. Außer nach Regel 147.1 sind bei allen anderen Veranstaltungen, die vollständig innerhalb einer Leichtathletikanlage stattfinden, gemischte Wettbewerbe zwischen männlichen und weiblichen Teilnehmern normalerweise nicht erlaubt.

Dennoch können ~~gemischte Wettkämpfe in technischen Wettbewerben und in Laufwettbewerben von 5000m und länger innerhalb einer Leichtathletikanlage~~ **folgende** erlaubt werden, ausgenommen solche gemäß Regel **1.1a, b, c, und f**. Bei Veranstaltungen, die gemäß Regel **1.1d, e, g, h, i und j** stattfinden, ist solch ein Wettkampf **in technischen Disziplinen und nach folgendem a immer** erlaubt, wenn der jeweilige Gebietsverband dies ausdrücklich genehmigt hat:

Gemischte Wettkämpfe – Regel 147.2

- ▲ neue Punkte hinzugefügt und Anmerkungen gelöscht:
- ▲ a. **Gemischte Wettkämpfe in Laufwettbewerben von 5000m und länger innerhalb einer Leichtathletikanlage sind nur erlaubt, wenn nicht genügend Athleten des einen oder beider Geschlechter teilnehmen, um die Durchführung getrennter Läufe zu rechtfertigen. Das Geschlecht jedes Athleten ist im Ergebnis anzugeben. Solche Läufe sind in keinem Fall durchzuführen, wenn dadurch Schrittmachen für oder Unterstützen von Athleten eines Geschlechts durch Athleten des anderen Geschlechtes ermöglicht wird.**
- b. **Technische Wettbewerbe für Männer und Frauen können parallel auf einer oder mehreren Anlagen durchgeführt werden. Getrennte Wettkampflisten sind zu führen und die Ergebnisse sind getrennt nach Geschlechtern zu veröffentlichen. Jede Runde an Versuchen kann durchgeführt werden entweder durch Aufruf aller Athleten eines Geschlechtes gefolgt vom anderen oder abwechselnd. Im Sinne der Regel 180.7 werden alle Athleten betrachtet, als wären sie alle vom gleichen Geschlecht. Falls Vertikale Sprünge auf einer Anlage durchgeführt werden, sind die Regeln 181 bis 183 strikt einzuhalten, einschließlich, dass die Sprunglatte kontinuierlich in Übereinstimmung mit einer einzigen Reihe an vorher angekündigten Steigerungen für den gesamten Wettkampf höher gelegt werden muss.**

Gemischte Wettkämpfe – Regel 147.2

▲ gelöscht:

~~▲ **Anmerkung 1:** Für gemischte Wettbewerbe in technischen Wettbewerben sind getrennte Ergebnislisten zu führen und die Ergebnisse nach Geschlechtern getrennt zu veröffentlichen. Bei Läufen ist das Geschlecht jedes Läufers im Ergebnis anzugeben.~~

~~**Anmerkung 2:** Gemischte Wettkämpfe auf der Bahn, die nach dieser Regel erlaubt sind, sind nur durchzuführen, wenn nicht genügend Athleten des einen oder beider Geschlechter teilnehmen, um die Durchführung getrennter Läufe zu rechtfertigen.~~

~~**Anmerkung 3:** Gemischte Wettkämpfe auf der Bahn sind in keinem Fall durchzuführen, wenn dadurch Schrittmachen für oder Unterstützen von Athleten eines Geschlechts durch Athleten des anderen Geschlechtes ermöglicht wird.~~

Der Start– Regel 162.7

- ▲ Neu angeordnet und geändert:
- ▲ Ein Läufer, der seine vollständige und endgültige Startstellung eingenommen hat, darf erst mit seinem Start beginnen, nachdem er das Startsignal erhalten hat. Wenn er damit nach Meinung des Starters (einschließlich wie in Regel 129.6) früher begonnen hat, ist dies ein Fehlstart. **Das Beginnen eines Startes ist definiert:**
- ▲ **a im Falle eines Tiefstarts, als jede Bewegung durch einen Läufer, die beinhaltet oder darin resultiert, dass ein Fuß oder beide Füße den Kontakt mit den Fußstützen des Startblocks oder eine Hand oder beide Hände den Kontakt zum Boden verlieren; und**
b im Falle eines Starts aus dem Stand, als jede Bewegung, die darin resultiert, dass ein Fuß oder beide Füße den Kontakt zum Boden verlieren.
Wenn der Starter entscheidet, dass ein Athlet vor Erhalt des Startsignals mit einer Bewegung begann, die nicht gestoppt wurde und mit dem Beginn des Starts fortgefahren wurde, ist dies auch ein Fehlstart.

Der Start– Regel 162.7

▲ geändert:

▲ **Anmerkung 1:** *~~Irgendeine andere Bewegung eines Läufers ist nicht als Beginn seines Starts zu betrachten. wenn ein Fuß oder beide Füße den Kontakt mit den Fußstützen des Startblocks oder die Hand/Hände des Athleten den Kontakt zum Boden verlieren. Solche Umstände können gegebenenfalls zu einer Verwarnung oder Disqualifikation wegen unsportlichem Verhalten führen. Jedoch, wenn der Starter entscheidet, dass ein Athlet vor Erhalt des Startsignals mit einer Bewegung begann, die nicht gestoppt wurde und mit dem Beginn des Starts fortgefahren wurde, ist dies ein Fehlstart.~~*

Der Lauf – Regel 163.14

▲ geändert:

▲ 14 Zwischenzeiten und vorläufige Siegerzeiten können offiziell angesagt und/oder angezeigt werden. Im Übrigen dürfen diese Zeiten den Wettkämpfern von Personen aus dem Wettkampfbereich (Innenraum) heraus nur mitgeteilt werden, wenn der entsprechende Schiedsrichter, dies vorher erlaubt hat, **der nicht mehr als jeweils eine Person berechtigen oder benennen möge, Zeiten an nicht mehr als 2 vereinbarten Zeitmesspunkten mitzuteilen.** ~~Diese Genehmigung darf nur erteilt werden, wenn für die Wettkämpfer keine Zeitanzeigen an den entsprechenden Punkten einsehbar sind und diese Zeiten allen am Lauf teilnehmenden Wettkämpfern mitgeteilt werden.~~

Der Lauf – Regel 163.15

▲ Neuer Unterpunkt hinzugefügt:

▲ Erfrischungen

(c) Ein Läufer kann zu jeder Zeit Wasser oder Erfrischungen in der Hand oder am Körper befestigt mitführen, vorausgesetzt dies wurde vom Start an mitgeführt oder an einer offiziellen Erfrischungs- oder Verpflegungsstation auf- oder angenommen.

Zeitmessung und Zielbild – Regel 165.13

▲ ergänzt:

▲ ***Vollautomatisches Zielbildverfahren***

~~13. Bei allen Veranstaltungen sollte eine den IAAF Regeln entsprechende vollautomatische Zielbildanlage eingesetzt werden.~~

System

~~13. Eine vollautomatische Zielbildanlage~~ Das System muss getestet sein und einen Genauigkeitsnachweis besitzen, der zum Zeitpunkt des Wettkampfs nicht älter als 4 Jahre ist und Folgendes beinhaltet:

Hürdenläufe – Regel 168.6

- ▲ Geändert und ergänzt:
- ▲ Alle Hürdenwettbewerbe müssen in Einzelbahnen gelaufen werden. Jeder Läufer muss dabei ~~immer in seiner eigenen Bahn bleiben und über jede Hürden in seiner Bahn laufen~~ **und durchgängig** in seiner eigenen Bahn **bleiben**, ~~ausgenommen von Umständen, die in Regel 163.4 genannt sind. Ein Athlet ist auch zu disqualifizieren, wenn er direkt oder indirekt eine Hürde in einer anderen Bahn umwirft oder wesentlich verschiebt außer es hat keine Auswirkung oder Behinderung für irgendeinen anderen Läufer in dem Lauf und Regel 168.7a ist nicht verletzt..~~ **Tut er das nicht, führt das zur Disqualifikation, außer Regel 163.4 trifft zu.**

Hürdenläufe – Regel 168.6

▲ Geändert und ergänzt:

~~▲ Jeder Läufer muss jede Hürde überlaufen. Tut er das nicht, führt das zur Disqualifikation.~~

Außerdem muss ein Läufer disqualifiziert werden, wenn:

a sein Fuß oder Bein im Augenblick der Überquerung neben der Hürde (an beliebiger Seite) unter dem Niveau der Oberkante der Hürde ist.

~~b er nach Meinung des Schiedsrichters irgendeine Hürde absichtlich durch Hand, Körper oder die Oberseite des führenden (Schwung-)Beins umwirft oder verschiebt; oder~~

~~c er direkt oder indirekt eine Hürde in seiner oder einer anderen Bahn umwirft oder verschiebt in der Art, dass es Auswirkung oder Behinderung für irgendeinen anderen Läufer in dem Lauf hat und/oder auch eine andere Regel verletzt ist.~~

Hindernisläufe – Regel 169.5

- ▲ Geändert und ergänzt:
- ▲ 5. Die Hindernisse für Wettbewerbe der **Männer und U20 männlich**, ~~Boys~~ müssen 0,914m (± 3 mm), **für U18 männlich 0,838m (± 3 mm)**, für Wettbewerbe der Frauen, ~~und Girls~~ 0,762m (± 3 mm) hoch und jeweils mindestens 3,94m breit sein. Der Querschnitt aller Hindernisbalken muss quadratisch sein, mit einer Kantenlänge von 0,127m.
Jedes Hindernis muss zwischen 80kg und 100kg schwer sein und muss auf beiden Seiten einen 1,20m bis 1,40m langen Fuß haben (*siehe Zeichnung*)..

▲ ***Gültig ab 1. April 2020***

Allgemeine Bestimmungen – Technische Wettbewerbe – Regel 180.6

- ▲ neu:
- ▲ Wettkampfreihenfolge und Versuche
- ▲ ***Anmerkung 4: Die Bestimmungen der entsprechenden Verbandsorganisation dürfen festlegen, dass die Reihenfolge nach dem dritten Versuch und nochmal nach irgendeinem weiteren Versuch geändert wird.***

***Bereits in IWR 2018/19 enthalten
Gültig ab 11. März 2019***

Allgemeine Bestimmungen – Technische Wettbewerbe – Regel 180.17

▲ ergänzt:

▲ Erlaubte Versuchszeit

▲ **Einzelwettbewerbe:**

Hochsprung Stabhochsprung übrige Wettbewerbe

▲ mehr als 3 Wettkämpfer (oder **1min.** 1min. **1min**

der allererste Versuch jedes Wettkämpfers).

▲ **Mehrkampfwettbewerbe:**

Hochsprung Stabhochsprung übrige Wettbewerbe

▲ mehr als 3 Wettkämpfer (oder **1min.** 1min. **1min**

der allererste Versuch jedes Wettkämpfers).

▲ .

Bereits in IWR 2018/19 enthalten
Gültig ab 11. März 2019

Allgemeine Bestimmungen – Vertikale Sprünge – Regel 181.6

▲ ergänzt:

- ▲ 6. Jedes Einmessen einer neuen Höhe muss durchgeführt werden, bevor die Athleten diese Höhe in Angriff nehmen. **Ein Nachmessen soll durchgeführt werden, wenn die Sprunghöhe ausgetauscht wurde.** Liegt die Sprunghöhe auf Rekordhöhe, überprüfen die Kampfrichter die Sprunghöhe vor jedem weiteren Rekordversuch, wenn die Sprunghöhe seit der letzten Messung berührt worden ist.

Allgemeine Bestimmungen - Horizontale Sprünge – Regel 184.3

- ▲ *Der Absprungbalken*
- ▲ 3. Der Absprung muss durch einen in den Boden eingelassenen Balken gekennzeichnet sein, der niveaugleich mit der Anlaufbahn und der Oberfläche der Sprunggrube ist. Die Kante des Balkens, die näher zur Sprunggrube liegt, wird als Absprunglinie bezeichnet. Als Hilfe für die Kampfrichter ~~muss~~ **kann** unmittelbar jenseits der Absprunglinie ein Einlagebrett mit Plastilin angebracht sein.
Anmerkung: Wo in der Ausführung der Anlaufbahn und/oder dem Absprungbalken im Vorfeld eine Vorkehrung für die Platzierung eines Einlagebrettes mit Plastilin getroffen wurde und solch ein Einlagebrett nicht benutzt wird, soll diese Aussparung mit einem Einlagebrett bündig mit dem Absprungbalken gefüllt werden.
- ▲ ***Gültig ab 1. November 2020***

Allgemeine Bestimmungen - Horizontale Sprünge – Regel 184.4

- ▲ *Der Absprungbalken*
- ▲ 4. Der Absprungbalken muss rechteckig aus Holz oder einem anderen geeigneten festen Material gefertigt sein, in dem die Spikes der Schuhe der Wettkämpfer Halt finden und nicht rutschen. Er ist 1,22m ($\pm 0,01$ m) lang, 0,20m ($\pm 0,002$ m) breit und nicht mehr als 0,10m dick (*siehe vorstehende Zeichnung*). Er muss weiß sein. **Um sicher zu stellen, dass die Absprunglinie klar zu unterscheiden und im Kontrast zum Absprungbalken ist, muss der Boden unmittelbar jenseits der Absprunglinie in einer anderen Farbe als weiß sein.**
- ▲ ***Gültig ab 1. November 2020***

Allgemeine Bestimmungen - Horizontale Sprünge – Regel 184.5

▲ 5. Der Einsatz von Video- oder anderer Technologie, um die Kampfrichter bei der Entscheidung in der Anwendung der Regel 185.1 zu unterstützen, wird dringend bei allen Wettkämpfen empfohlen. Jedoch darf ein Einlagebrett nach wie vor verwendet werden, wenn keine Technologie verfügbar ist. Das Einlagebrett besteht aus einem festen Brett, das 0,10m ($\pm 0,002$ m) breit und 1,22m ($\pm 0,01$ m) lang ist. Es ist aus Holz oder aus einem anderen geeigneten Material gefertigt und muss gegenüber dem Absprungbalken eine andere Farbe haben. Falls möglich sollte das Plastilin eine dritte unterscheidbare Farbe haben. Das Einlagebrett muss in eine Aussparung oder in einen Einlegeboden (*mit einer Tiefe von mindestens 7mm*) auf der Seite des Absprungbalkens eingefügt werden, die näher zum Rand der Sprunggrube liegt.

▲ ***Gültig ab 1. November 2020***

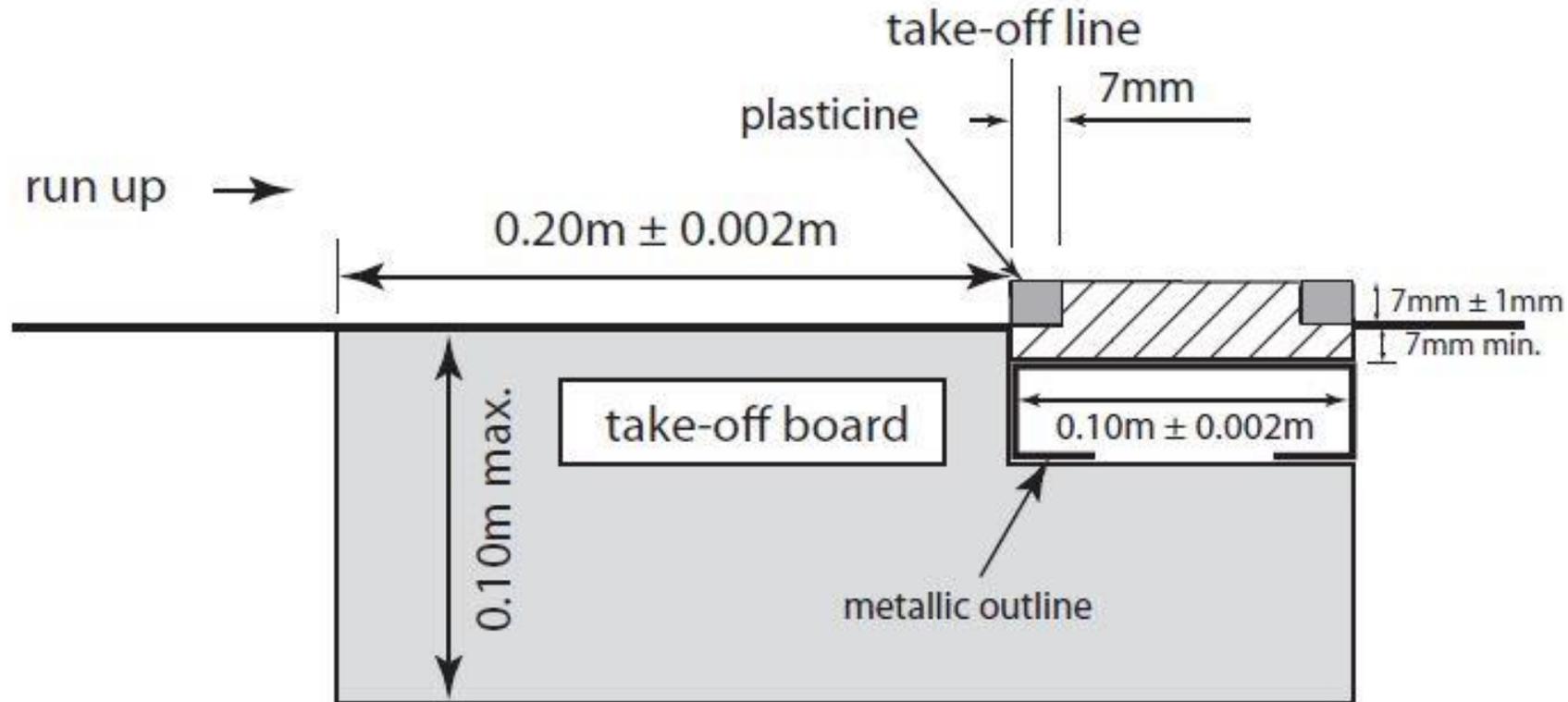
Allgemeine Bestimmungen - Horizontale Sprünge – Regel 184.5

- ▲ Die Oberfläche des Einlagebretts liegt 7mm (± 1 mm) höher als die Oberfläche des Absprungbalkens. Die Kanten des Einlagebretts sind ~~entweder in einem Winkel von 45° abgechrägt, und die dem Anlauf zugewandte Schräge muss auf der ganzen Länge mit einer 1mm dicken Plastilinschicht bedeckt sein, oder die Kanten müssen so geschnitten sein, dass die Aussparung, wenn sie mit Plastilin ausgefüllt ist, die Oberfläche des Plastilins näher zur Absprunglinie ebenfalls einen Winkel von 45° 90° hat (siehe nachstehende Zeichnung).~~ Die Oberseite des Einlagebretts muss für die ersten etwa 10mm auf der ganzen Länge mit einer Plastilinschicht bedeckt sein.

▲ ~~Gültig ab 1. November 2020~~

▲ *Laut World Athletics verschoben auf 1. November 2021*

Allgemeine Bestimmungen - Horizontale Sprünge – Regel 184.5



~~▲ Gültig ab 1. November 2020~~

▲ **Laut World Athletics verschoben auf 1. November 2021**

Weitsprung – Regel 185.1

▲ *Der Wettkampf*

- ▲ 1. Es ist ein Fehlversuch des Wettkämpfers, wenn:
 - a er beim Absprung mit irgendeinem Teil seines Körpers den Boden ~~(einschließlich irgendeines Teils des Einlagebrettes)~~ hinter **Fußes/Schuhs** die **senkrechte Fläche über** der Absprunglinie ~~berührt~~ **durchbricht**, sei es beim Durchlaufen ohne zu springen oder beim Sprungvorgang, oder.

▲ ***Gültig ab 1. November 2020***

Nationale Bestimmungen – Regel 193

Ball- und Schlagballwurf

▲ ergänzt:

▲ **Ball- und Schlagballwurf**

1. Der *B a l l* hat ein Gewicht von **190g - 210g**. Ist er aus Leder gefertigt, beträgt der Umfang 23,6cm – 26,7cm, besteht er aus Gummi, beträgt der Durchmesser 7,5cm – 8,5cm.

2. Der *S c h l a g b a l l* hat ein Gewicht von 70g – 85g. Ist er aus Leder gefertigt, beträgt der Umfang 19cm – 21cm, besteht er aus Gummi, beträgt der Durchmesser 6,0cm – 6,7cm.

Mehrkampfwettbewerbe – Regel 200.2

- ▲ geändert:
- ▲ Der Zehnkampf besteht aus zehn Disziplinen, die an zwei aufeinander folgenden ~~Tagen~~ **24 Stunden Perioden** in nachstehender Reihenfolge durchgeführt werden müssen:
Erster Tag: 100m, Weitsprung, Kugelstoß, Hochsprung, 400m,
Zweiter Tag: 110m Hürden, Diskuswurf, Stabhochsprung, Speerwurf, 1500m.

Bereits in IWR 2018/19 enthalten
Gültig ab 11. März 2019

Mehrkampfwettbewerbe – Regel 200.3

- ▲ geändert:
- ▲ Der Siebenkampf besteht aus sieben Disziplinen, die an zwei aufeinander folgenden ~~Tagen~~ **24 Stunden Perioden** in nachstehender Reihenfolge durchgeführt werden müssen:
Erster Tag: 100m Hürden, Hochsprung, Kugelstoß, 200m,
Zweiter Tag: Weitsprung, Speerwurf, 800m.

***Bereits in IWR 2018/19 enthalten
Gültig ab 11. März 2019***

Crossläufe– Regel 250.3 b

- ▲ Neuer Punkt hinzugefügt:
- ▲ **b.** ...Bei Wettbewerben mit einer großen Zahl an Läufern sind Engpässe oder andere Behinderungen auf den ersten ~~1500m~~ **300m** zu vermeiden, die ein ungehindertes Laufen nicht ermöglichen..