**PRAVIDLO 168 – Běhy překážkové**

1. Standardními délkami překážkových závodů jsou:

MUŽI, junioři a dorostenci 110 m 400 m

ŽENY, juniorky a dorostenky 100 m 400 m

V každé dráze musí být sada 10 překážek, takto rozestavených:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | délka trati(m) | vzdálenosti (m) |
| náběh na 1. překážku | mezi překážkami | doběhdo cíle |
| mužijun.+ dorci | 110 | 13,72 | 9,14 | 14,02 |
| 400 | 45,00 | 35,00 | 40,00 |
| ženyjun.+dorky | 100 | 13,00 | 8,50 | 10,50 |
| 400 | 45,00 | 35,00 | 40,00 |

 Každá překážka musí být postavena tak, že základna překážky směřuje na stranu náběhu na překážku, přičemž hrana horní příčky, na straně náběhu na překážku, leží ve svislé rovině, procházející hranou příslušného značení dráhy, na straně náběhu.

1. *~~Konstrukce~~*~~.~~ Překážky musí být zhotoveny z kovu nebo jiného vhodného materiálu s horní příčkou ze dřeva nebo obdobného vhodného materiálu. Skládají se ze dvou základen a dvou stojanů nesoucích obdélníkový rám zesílený alespoň jednou příčkou. Stojany musí být upevněny na konci základen. Překážka musí být zhotovena tak, že k jejímu poražení je třeba síly alespoň 3,6 kg působící vodorovně na střed horní hrany horní příčky. Výška překážky může být nastavitelná pro příslušný závod. Překážka musí být opatřena vyvažovacími závažími umístěnými v základnách, které musí být nastavitelné do takové polohy, aby při každé výšce překážky byla síla potřebná k poražení překážky rovna alespoň 3,6 kg, avšak nejvýše 4,0 kg.

Maximální vodorovné vyhnutí horní příčky (vč. výchylky stojanů) při působení hmotnosti 10 kg ve vodorovném směru na střed příčky nesmí překročit 35 mm

1. *Rozměry*. Standardní výšky (m) překážek jsou

Trať/kateg. muži junioři dor-ci ženy dor-ky

100/110 m 1,067 0,9910,914 0,838 0,762

400 m 0,914 0,914 0,838 0,762 0,762

Není-li uvedeno jinak, je pro předepsanou výšku překážek je povolena tolerance 3 mm.

*Pozn.: Pro soutěže juniorů na 110 m je přípustná výška překážek až 1,00 m.*

*Pozn. : Pro závody ČAS platí výšky překážek podle soutěžního řádu.*

Kromě zde uvedených výšek, musí mít překážky šířku v rozmezí od 1,18 do 1,20 m, délku základny nejvýše 0,70 m a celková hmotnost překážky nesmí být menší než 10 kg.

1. Horní příčka musí být 70 mm (± 5 mm) vysoká, o tloušťce 10 až 25 mm a její horní hrany musí být zaobleny. Příčka musí být na obou koncích dobře upevněna.
2. Horní příčka je pruhovaná černobíle nebo jinými výrazně kontrastními barvami, (kontrastními i vůči okolí) a to tak, že světlejší pruhy jsou na okrajích příčky a jsou nejméně 225 mm široké.
3. Všechny běhy musí být běženy v drahách. Každý závodník musí přeskočit každou překážku a musí po celý závod setrvat ve své dráze, vyjma případů, kdy platí P 163.4..

 Závodník musí překonat všechny překážky, jinak bude diskvalifikován*.*

Závodník bude diskvalifikován i v případě, že

1. *při přechodu přes překážku vede chodidlo nebo nohu pod vodorovnou úrovní horní hrany* (na jedné nebo druhé straně) kterékoliv *překážky*
2. *podle názoru vrchního rozhodčího či vrchníka úmyslně porazí některou překážku.*
3. Vyjma případu uvedeného v odst. 7.b tohoto pravidla, sražení překážky nesmí být důvodem k diskvalifikaci ani na závadu vytvoření rekordu.
4. Pro uznání světového rekordu musí všechny překážky odpovídat ustanovením tohoto pravidla.

31.- Kromě tratí uvedených v odst. 1, se pro jednotlivé kategorie pořádají závody na dále uvedených tratích.

Pro konstrukci překážek pro soutěže mužských i ženských složek platí ustanovení odstavců 2 až 5.

a) Tratě, překážky a jejich rozestavení pro mužské složky .

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Trať(m) | výškapřekážek | Vzdálenosti (m) | počet překážek |
| náběh na1.překážku | mezipřekážkami | doběhdo cíle |
| muži,junioři | 200 | 0,762 | 18,29 | 18,29 | 17,10 | 10 |
|  300 | 0,914 | 50,00 | 35,00 | 40,00 | 7 |
| dorci | 300 | 0,838 | 50,00 | 35,00 | 40,00 | 7 |
| Žáci starší | 100 | 0,838 | 13,00 | 8,50 | 10,50 | 10 |
| 200 | 0,762 | 18,29 | 18,29 | 17,10 | 10 |
| žáci ml |  60 | 0,762 | 11,70 |  7,70 |  9,80 | 6 |

b) Tratě, překážky a jejich rozestavení pro ženské složky

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Trať(m) | výškapřekážek | Vzdálenosti (m) | počet překážek |
| náběh na1.překážku | mezipřekážkami | doběhdo cíle |
|  ženyjuniorky | 200 | 0,762 | 18,29 | 18,29 | 17,10 | 10 |
|  300 | 0,762 | 50,00 | 35,00 | 40,00 |  7 |
| dor-ky | 200 | 0,762 | 18,29 | 18,29 | 17,10 | 10 |
| 300 | 0,762 | 50,00 | 35,00 | 40,00 |  7 |
| Žáčky starší | 100 | 0,762 | 13,00 | 8,20 | 13,20 | 10 |
| 200 | 0,762 | 18,29 | 18,29 | 17,10 | 10 |
| žáky ml |  60 | 0,762 | 11,70 | 7,70 | 9,80 |  6 |

PRAVIDLO 169.- Steeplechase

1. Standardními vzdálenostmi jsou 2000 m a 3000 m.
2. V závodě na 3000 m musí závodník překonat 28 pevných překážek a 7 překážek s vodním příkopem, v závodě na 2000 m 18 pevných překážek a 5 překážek s vodním příkopem.
3. Při steeplechase závodě musí být v každém úplném kole překonáno 5 překážek, z nichž vodní příkop je čtvrtou v pořadí. Překážky ~~musí~~ *mají* být po trati rovnoměrně rozmístěny tak, že vzdálenost mezi nimi je přibližně jedna pětina jmenovité délky jednoho kola.

*POZN.. 1 : Mezery mezi překážkami lze upravit tak, aby bezpečná vzdálenost od překážky / startovní čáry k následující překážce byla dodržena před i za cílovou čárou, jak je uvedeno v manuálu IAAF pro stavbu atletických zařízení (Track and Fiel Facilities Manual).*

POZN. 2 : Při závodě na 2000 m překážek, pokud je vodní příkop uvnitř běžeckého oválu, je třeba překonat cílovou čáru dvakrát, než závodníci vběhnou do prvního kola s pěti překážkami.

1. V závodě na 3000 m se úsek od startu k počátku prvního úplného kola musí běžet bez překážek, které musí být odstraněny dokud všichni závodníci tímto úsekem neproběhnou.V závodě na 2000 m je první překážkou třetí překážka úplného kola, první dvě překážky musí být během tohoto kola odstraněny. Vodní příkop v prvním kole je druhou, a v dalších kolech čtvrtou překážkou.
2. Překážky pro soutěž mužů musí být 0,914 m vysoké, (± 3 mm) a musí být min. 3,94 m široké. Pro soutěže žen musí být 0,762 m (± 3mm) vysoké a min. 3,94 m široké. Průřez horního břevna každé překážky, včetně překážky u vodního příkopu, musí být 127 x 127 mm.

Překážka na vodním příkopu musí být 3,66 m (± 0,02 m) široká a musí být pevně ukotvená v zemi tak, že není možný jakýkoliv její horizontální posun.

Horní břevno každé překážky musí být opatřeno pruhy v bílé a černé barvě nebo v jiných výrazně odlišných barvách (kontrastními i vůči okolí), a to tak, že světlejší pruhy, široké alespoň 225 mm, jsou na okrajích.

Hmotnost každé překážky musí být v rozmezí 80 až 100 kg a každá překážka musí mít na každé straně základnu širokou 1,20 až 1,40 m (viz obr. 3).

Překážka musí být na drahách umístěna tak, že 0,30 m délky horního břevna, měřeno od vnitřního okraje, zasahuje do vnitřního prostoru pole.

*POZN.- Doporučuje se, aby první překážka v závodě byla široká alespoň 5 m*.

 Vodní příkop, včetně překážky, musí být 3,66 m ( ± 2 cm) dlouhý a 4,00 m (± 2 cm) široký.

Dno vodního příkopu musí být pokryto umělým povrchem nebo rohoží dostatečné tloušťky, zaručující bezpečný dopad běžců a poskytující dostatečnou oporu běžecké obuvi. Na začátku závodu musí být hladina vody v úrovni povrchu dráhy s odchylkou 2 cm. Hloubka vody na straně překážky musí být 0,70 m do vzdálenosti 0,30 m od překážky. Od tohoto místa musí dno plynule stoupat až na úroveň dráhy na opačném konci příkopu.

*POZN.: Hloubka vody na straně překážky může být snížena ze 70 cm na 50 cm. Sklon příkopu musí zůstat tak, jak ukazuje obr. 4. Doporučuje se aby nové vodní příkopy měly nižší hloubku*

1. Každý závodník musí překonat (přeskočit nebo přebrodit) vodní příkop a přeskočit každou překážku. Pokud tak neučiní, bude diskvalifikován. Závodník bude rovněž diskvalifikován, pokud
2. došlápne stranou od vodního příkopu,,
3. ~~při překonávání překážky vede chodidlo nebo nohu pod vodo-rovnou úrovní horní hrany překážky~~..

*v okamžiku překonávání překážky je jeho chodidlo nebo noha vedle překážky (na jedné či druhé straně) pod vodorovnou úrovní horní plochy překážky.*

Je-li toto pravidlo dodrženo, může závodník překonat překážku jakýmkoliv způsobem.

1. V soutěžích řízených ČAS se rovněž vypisuje trať 1500 m, na níž je třeba překonat celkem 12 pevných překážek a 3 překážky s vodním příkopem. Výška překážek 0,762 m.
2. V závodě na 1500 m se úsek od startu k počátku prvního úplného kola musí běžet bez překážek, které musí být odstraněny dokud všichni závodníci nevběhnou do prvního kola.