

BANLÖPNING

Förberedelser

Innan tävlingen börjar ska en sarg finnas längs innerbanans inre gräns i kurvorna. Om det inte finns någon sarg kan innerbanans inre gräns markeras med koner. Avståndet mellan konerna ska var högst 4 meter i kurva och 20 meter på raksträcka. Vid inomhustävlingar maximalt 1,5 meter i kurva och 10 meter på raksträcka.

Inför varje ny löpgren får start- och målfunktionärerna en startlista med banordningen för samtliga heat i omgången. Startermedhjälparen ropar upp löparna och ser till att de finns på rätt bana inför starten.

Vid häck- och hinderlöpning ska häckar resp hinder stå på rätt plats före respektive start för att möjliggöra inlöpning för de aktiva. Detaljbestämmelser för placering av häckar och hinder finns i regelboken.

Vid stafettlöpning ska löparna som springer först i respektive lag tilldelas en stafettpinne före start.

Starten

Löparna ska göra sig redo för start (ta av överdragskläder och placera sig på uppsamlingspunkterna tre meter bakom startlinjen) på visselsignal från starter. Efter starterns kommande "På edra platser" kontrollerar startermedhjälparen att löparna inte vidrör startlinjen eller marken bortom denna med fingrar, händer eller fötter.

I banlöpning sker starten på två olika sätt beroende på hur lång löpsträckan är:

Löpsträckor upp t o m 400 meter

- Starten sker på skilda banor
- Löparna ska använda startblock
- Starterns kommandon är "På edra platser" – "Färdiga" – Startskott

Löpsträckor längre än 400 meter

- Löpningsledaren bestämmer om starten sker på skilda banor, på gemensam bana eller som gruppstart.
- Löparna får inte använda startblock
- Starterns kommandon är "På edra platser" – Startskott

En varning för felaktig start kan delas ut till löpare som

- Inte omedelbart intar startställning på kommande
- Stör medtävlarna efter starterkommandot "På edra platser"
- Påbörjar sin startrörelse före startskottet (tjuvstartar)

Efter en utdelad varning för felaktig start i ett lopp medför varje därefter utdelad varning i loppet direkt diskvalifikation.

Under Internationella friidrottsförbundets (IAAF) kongress 2007 bestämdes det att en löpare som räcker upp handen för att avbryta ett startförsök utan att det finns någon särskild anledning t ex ljud, applåder från annan del av arenan, ska varnas för osportsligt beteende (i likhet med avsnittet "Den tävlandes uppträdande"). Varningen man delar ut då innebär inte att den tävlande gjort sig skyldig till ett fel i startögonblicket – ingen löpare blir alltså diskvalificerad vid nästa start på grund av den varningen.

Loppet

På loppsträckor t o m 400 meter (utomhus) respektive 200 meter (inomhus) ska löparna springa på skilda banor från start till mål. Vilka regler som gäller för längre lopp kan variera, bland annat beroende på hur stora startfälten är (normalt sker dock löpning på 800 meter utomhus på skilda banor i en kurva). Löpningsledaren bör instruera bandomarna om vilka regler för inlöpning på gemensam bana som gäller inför varje lopp/tävlingsdag.

Felaktig löpning

En löpare kan bli diskvalificerad om han/hon

- Knuffar, springer i vägen för eller hindrar en annan löpare så att denne blir störd i sin löpning
- Berör marken innanför sin bana vid kurvlopning (linjen innanför, alltså till vänster, tillhör banan innanför och får därför inte vidröras)
- Springer in på gemensam bana innan han/hon passerat nedlöpningslinjen
- Vid häcklopning inte passerar häckarna på sin egen bana
- Vid häcklopning "släpar benet", det vill säga drar benet utanför häcken på en lägre höjd än häckens överliggare

Ett stafettlag kan bli diskvalificerat om

- Växlingen påbörjas före växlingszonen eller avslutas efter växlingszonen
- Löparen som ska ta emot pinnen startar sin löpning före växlingsområdet eller märket för accelerationssträckan där sådan finns
- En löpare lämnas sin bana efter att ha växlat så att annan löpare hindras
- Den löpare som sprungit sista sträckan kastar pinnen efter målgång så att det innebär fara för andra

Funktionärerna som kontrollerar detta kallas bandomare.

Vindmätning

I löpgrenar upp t o m 200 meter (utomhus) ska vindmätning ske, enligt följande:

- 10 sekunder från startskottet på 60 m, 80 m och 100 m
- 13 sekunder från startskottet på korta häcklopp
- 10 sekunder från det ögonblick de tävlande kommer in på upploppet på 200 m

Vindstyrkan mäts för att resultat uppnådda i medvind starkare än 2,0 m/s inte är giltiga som rekord eller i statistik. Ansvarig för att vindmätning sker under tävling är vindmätningfunktionären.

Vindmätaren ska stå 50 meter från målet (om inte sträckan som löps är kortare än 100 meter, då står den vid halva loppsträckan) innanför upploppet (på innerplan) högst två meter från banan.

Målgång, placering och tidtagning

Löparnas placering och tider i ett lopp bestäms av den ordning och tid då den främsta delen av deras resp bål (kroppen utom huvud, hals, armar, händer, ben och fötter) passerar det tänkta lodräta planet genom mållingen.

För att bestämma placeringen och tiderna i ett lopp används i de flesta fall eltidtagningskamera. Då löparna går i mål på skilda banor kan man med hjälp av det ange placeringarna. Om löparna går i mål på gemensam bana behövs ett antal måldomare i mållinjens förlängning som noterar ordningsföljden i mål. Som backup till den automatiska tidtagningen kan det också vara bra att ha någon/några personer som är manuella tidtagare som komplement om startimpulsen inte når fram från pistolen till kameran. Ofta kan samma funktionärer vara både måldomare och tidtagare.

Idag avgörs de flesta tävlingar med eltidtagning, men även manuell tidtagning är godkänd för banlöpning och kan vara lämplig vid mindre tävlingar och skoltävlingar. Vid manuell tidtagning ska tidtagarur användas. Minst en tidtagare ska ta tiden på varje löpare. Tidtagningen startas när man ser flammen/röken från startskottet och avslutas när löparens bål når mållinjen. Manuella tider avrundas **alltid uppåt** till närmaste 1/10 sekund.

Lite tips vid målgång på gemensam bana

Att veta ordningen i mål på deltagarna är förstås A och O när man genomför ett lopp på gemensam bana. Det är dock inte alltid så lätt att få det rätt så här är lite tips om hur man kan arbeta.

- Ha alltid minst en ansvarig för att skriva ner ordningen i mål, är det en ovan person bör man ha fler.
- Se till att ha höst tvåsiffriga nummerserier på nummerlapparna, om det ändå är fler än två siffror, kolla i startlistan om det är så att man ändå kan använda sig av de två sista siffrorna på nummerlappen utan att det blir dubletter.
- När löparna kommer skriv startnumret (nummerlappsnummer) uppifrån och ner om löparna kommer ensamma, kommer löpare i bredd använd er av "ytter", "inner" mm så kan man sedan ta den exakta placeringen när målfotot avläses.
- Om du inte hinner se nummerlappen, skriv ett annat kännetecken t ex "gul" om han har gult linne så kan du fråga den aktive vilket nummer denna har när han står och pustar ut efter loppet.
- Om man är osäker, använd gärna diktafon eller videokamera även om det tar längre tid, det viktiga är resultatet är korrekt.

Protokoll

Löpningsssekreterarens uppgift att föra protokoll från tävlingens alla löpgrenar. I protokollen ska följande uppgifter finnas med:

- Tider och placeringar för samtliga löpare som fullföljer respektive lopp
- Anteckningar och vilka löpare som ej startat, brutit eller blivit diskvalificerad
- Vid utomhustävlingar noteras också vinduppgifter för alla lopp upp t o m 200 meter. Vindriktningen anges med + (medvind) eller – (motvind).
- Uppgift om vilka löpare som kvalificerat sig för nästa omgång.
- Eventuellt kan också mellantider i längre lopp noteras.

