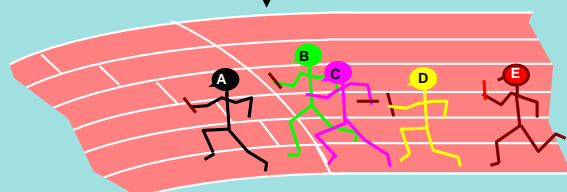


...Interclubs,attention!!!

Le 4X400 est toujours un moment d'enthousiasme et d'ambiance formidable, particulièrement au cours des interclubs. Afin de ne pas gâcher la fête par des incidents, des fautes, entraînant des disqualifications, et aussi parce que les membres des équipes ne sont pas tous des spécialistes du 400 et encore moins de ce relais, il conviendra de prendre le temps de rappeler les règles de déroulement de cette épreuve, sans omettre l'esprit de ces règles. Les précisions apportées après le congrès d'Edmonton visent à préciser l'organisation de cette épreuve avec le soucis justement d'éviter les incidents. Il faut donc que chacun des acteurs en présence, Athlètes et juges, connaissent parfaitement les règles et maîtrisent pour les uns leurs pratiques dans ces règles, et pour les autres l'appréciation de ces pratiques dans les règles...M.Melet

4 X 400

...que celui de leurs équipiers respectifs lorsqu'ils ont accompli 200 mètres de leur parcours. Une fois que les concurrents qui arrivent ont passé ce point...



IAAF art 170.6 : "Les coureurs des troisième et quatrième parcours de la course de relais 4X400 devront, sous la direction de l'officiel désigné, se placer d'eux-mêmes dans leur position d'attente, dans le même ordre (de la corde vers l'extérieur)..."

... les athlètes qui attendent doivent rester dans cet ordre et ne pas changer de position au début de la zone de transmission. Si un athlète ne respecte pas cette règle, il entraînera la disqualification de son équipe."

IAAF art 170.6 :
".....4X400, le premier tour, ainsi que la partie du deuxième tour jusqu'à après le premier virage (ligne de rabattement), seront entièrement courus en

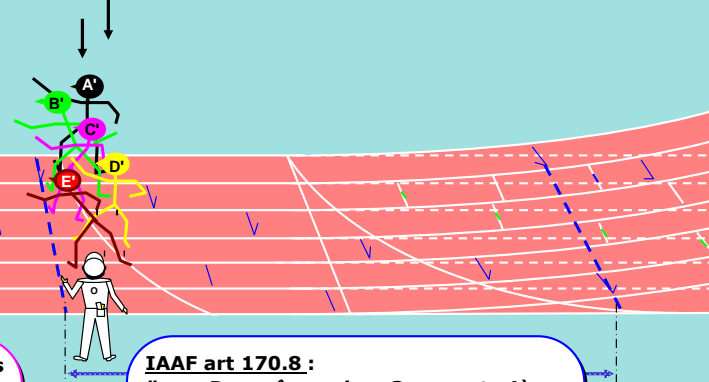
IAAF art 170.8 :
"...au premier passage...les athlètes restent dans leurs couloirs, le 2ème coureur n'a pas le droit de commencer à courir en dehors de la zone de transmission, et doit partir de l'intérieur de cette zone."

[Zone respective à chaque couloir, entre les deux flèches bleues, 20m, pas de

Pour chaque équipe l'échange du témoin dans la zone d'échange s'opère également dans leur ligne de progression respective, le donneur décélérant après l'échange dans cette même ligne, il doit demeurer dans cette ligne jusqu'à ce que la piste soit dégagée afin de ne pas gêner les autres concurrents.

IAAF art 170.15:
"Si un concurrent gêne délibérément un membre d'une autre équipe en quittant sa place ou son couloir à la fin de son parcours son

Au cours du virage l'ordre qui a été repéré lors du passage au 200m a pu évoluer mais le positionnement des receveurs qui sont au début de la Zone d'échange reste celui établi depuis le passage au 200m. Chacun des concurrents qui arrivent oriente donc sa course, il prend une ligne de progression vers le coéquipier qui attend à une place qu'il ne doit pas changer. Ainsi, dans leur progression, les arrivants se répartissent pratiquement sur la largeur de la piste (la piste devra donc être totalement libre de tout Supporter ou Officiel). Au cours de cette approche de la zone de transmission l'ordre des concurrents peut encore évoluer, chacun reste dans sa ligne de progression il ne doit pas risquer de gêner un autre concurrent en faisant obstruction quand un concurrent le dépasse.



IAAF art 170.8 :
"..... De même, les 3ème et 4ème coureurs doivent commencer à courir à l'intérieur de leur zone de transmission."
[La zone de 20m est matérialisée sur toute la largeur de la piste, 10m avant la ligne d'arrivée (centre de la zone de transmission) et 10m après la ligne d'arrivée; pas de zone d'élan pour le 4X400.]