

REGLUR FRÍ UM FRAMKVÆMD GÖTUHLAUPA

(samþykkt á Ársþingi FRÍ á Selfossi 16.-17. mars 2012)

A. Til að árangur í götuhlaupum á stöðluðum vegalengdum þ.e. 5 km, 10 km, 15 km, 20km, 25 km, hálfmaraþoni, maraþoni og 100 km teljist löglegur og sé þar með tækur á afrekaskrá verður hlauphaldari að mæta eftirfarandi skilyrðum:

1. Hlaupaleið: Undirlag skal vera malbikað eða steipt (made-up road). Upphaf og endir hlaups má vera á íþróttaleikvangi. Lækkun á hæð frá rásmarki til endamarks má mest vera 1 m á hverja 1.000 m eða 42 m í maraþonhlaupi.

2. Mæling: Rásmark og endamark skal greinilega merkt t.d. með línu úr límbandi eða málningu. Vegalengd hlaupsins skal mæld af einstaklingi sem hefur tilskilin réttindi (IAAF approved course measurer) til mælinga. Vegalengd hlaupsins skal mæld þar sem hún getur styst orðið. Til að koma í veg fyrir að hlaupaleiðin reynist of stutt skal bæta við leiðina 0,1% þ.e. 1 m á hverja 1.000 m. Til mælinga skal nota reiðhjól með sérstökum mæliútbúnaði (calibrated bicycle method) skv. nánari reglum sem gilda þar um.

3. Merking og brautarvarsla: Hlaupaleiðin skal vera vel merkt og nægilega margir brautarverðir til staðar til að tryggja að þátttakendur fari rétta leið.

4. Skráning: Í skráningu þarf að koma fram nafn, fæðingardagur og ár þátttakanda (helst kennitala).

5. Tímataka og úrslitavinnsla: Taka skal tíma á þátttakendum og vinna úrslit með viðurkenndum búnaði og aðferð. Þá er átt við skeiðklukku eða tölvu. Tími verður að vera stopptími (ekki aflestrartími) til að teljast löglegur. Lokatími (the official time) hvers þátttakanda í götuhlaupi skal vera tíminn frá því hlaupið var ræst og þar til viðkomandi kom í mark. Hins vegar má hlauphaldari gefa þátttakanda upplýsingar um tíma hans frá því hann fór yfir ráslínuna og þar til hann kom í mark. Röð þátttakanda í mark skal ráða um stöðu hvers og eins í hlaupinu s.s. í einstökum aldursflokkum (official finish position). Heimilt er að færa flögutíma (chip time) á afrekaskrár. Úrslit skal senda til FRÍ innan 14 daga.

6. Aðstoð: Aðstoð og aðhlyning starfsmanna hlaupsins (officials) við þátttakendur á meðan hlaupi stendur telst lögmæt. Aðstoð utanaðkomandi er ólögleg og getur haft í för með sér að árangur verði ógiltur. Þátttakanda ber að hætta hlaupi strax ef starfsmaður hlaupsins skipar honum að gera svo.

B. Við framkvæmd götuhlaupa á stöðluðum vegalengdum þ.e. 5 km, 10 km, 15 km, 20km, 25 km, hálfmaraþoni, maraþoni og 100 km eru eftirfarandi framkvæmdaratriði æskileg (í sumum tilfellum skilyrði):

1. Merking vegalengda: Æskilegt að merkja hvern km þannig að þátttakendur eigi auðvelt með að sjá merkingarnar, t.d. með keilum. Æskilegt að leiðarkort liggi fyrir.

2. Öryggis- og sjúkragæsla: Hlauphaldara ber að tryggja öryggi þátttakanda og starfsmanna gagnvart umferð ökutækja. Eins er mikilvægt, sérstaklega þegar um keppni í lengri vegalengdum er að ræða, að til staðar sé sjúkragæsla.

3. Drykkjarstöðvar: Æskilegt að boðið sé upp á drykki við endamark á öllum hlaupavegalengdum. Þegar um keppni í hálfmaraþoni og maraþoni er að ræða ber hlauphaldara að bjóða upp á drykki með jöfnu millibili á hlaupaleiðinni. Mótshaldara er heimilt að bjóða þátttakendum í meistaramóti að hafa eigin drykki á drykkjarstöðvum. Skulu þeir þá skila drykkjum inn til hlauphaldara vel merktum, sem skal koma þeim á rétta staði.

4. Tímataka: Æskilegt að taka stíktíma annað slagið í fjölmennari hlaupum til að tryggja betur áreiðanleika upplýsinga um endanlega röð þátttakenda í mark.

C. Við framkvæmd götuhlaupa á óstöðluðum vegalengdum eru eftirfarandi framkvæmdaratriði æskileg (leiðbeinandi en ekki skilyrði):

1. Hlaupaleið og mæling: Fyrir liggi kort af hlaupaleið. Æskilegt að vegalengd sé mæld með viðurkenndri aðferð.

2. Merking og brautarvarsla: Hlaupaleiðin sé vel merkt og nægilega margir brautarverðir til staðar til að tryggja að þátttakendur fari rétta leið.

3. Skráning: Í skráningu þarf að koma fram nafn og kennitala hlaupara.

4. Tímataka og úrslitavinnsla: Taka skal tíma á þátttakendum og vinna úrslit með viðurkenndum búnaði og aðferð.

5. Öryggis- og sjúkragæsla: Hlauphaldara ber að tryggja öryggi þátttakenda og starfsmanna gagnvart umferð ökutækja. Eins er mikilvægt, sérstaklega þegar um keppni í lengri vegalengdum er að ræða, að til staðar sé sjúkragæsla.

6. Drykkjarstöðvar: Æskilegt að boðið sé upp á drykki við endamark á öllum hlaupavegalengdum og á leiðinni ef vegalengd er umfram 10 km og þörf krefur vegna aðstæðna.