

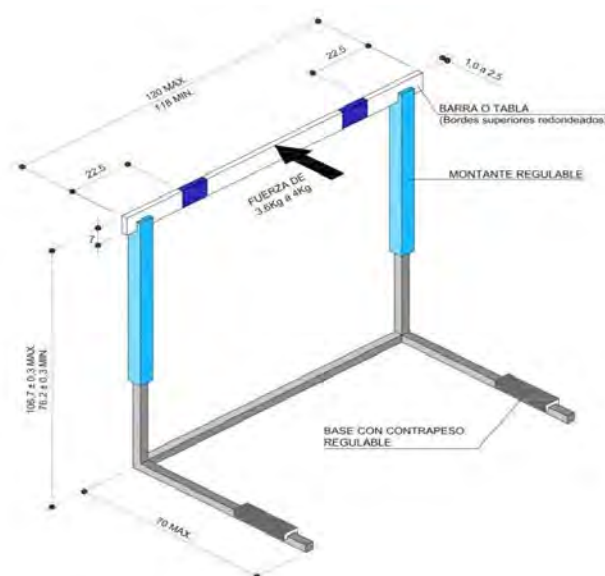
RT 22 Carreras con Vallas / RT Carreras con Vallas Short Track.

- ✓ Hombres, hombres sub-20 y sub-18: **110 m y 400 m. AIRE LIBRE**
- ✓ Mujeres, mujeres sub-20 y sub-18: **100 m y 400 m. AIRE LIBRE**
- ✓ Deben realizarse sobre distancias de **50m o 60 m** en la pista recta. **PISTA CUBIERTA**

- Habrá diez vallas en cada calle, en las pruebas al aire libre:
- Cada valla se situará en la pista de forma que las bases se encuentren en el lado por el que se aproxima el atleta. La valla será colocada de modo que el plano vertical de la cara de la barra más próxima al corredor que se acerca coincida con la marca sobre la pista más cercana al atleta.

22.2 A 22.5 Las vallas

- Deberán estar construidas de metal o cualquier otro material apropiado, con la traviesa superior de madera o de cualquier otro material no metálico apropiado.
- Consistirán en dos bases y dos montantes que sostienen un armazón rectangular reforzado por una o más barras transversales. Los montantes se fijarán en la extremidad de cada base.
- Estarán diseñadas de modo que para derribarlas haga falta ejercer una fuerza horizontal de, por lo menos, 3,6 kg aplicada en el centro del borde más alto de la barra superior. Podrán ser regulables en cuanto a altura para cada prueba. Los contrapesos tendrán que ser graduables de manera que a cada altura se necesiten para derribar la valla, aplicar una fuerza de 3,6 kg como mínimo y de 4 kg como máximo.
- La máxima deflación horizontal de la barra superior de una valla (incluyendo la deflación de los montantes) cuando ella sea sometida a una fuerza de 10 Kg, aplicada en su mitad, no debe exceder de 35 mm
- Nota: Debido a las variaciones de construcción, vallas de hasta 1 m de altura serán también aceptadas en 110 m con vallas Sub 20.
- En cada caso se admitirá un margen de tolerancia de 3 mm más o menos, en las alturas estándar, para salvar las variaciones de construcción.
- La anchura de las vallas medirá de 1,18 a 1,20 m
- La longitud máxima de las bases será de 0,70 m
- El peso total de la valla no deberá ser inferior a 10 kg
- La barra superior deberá tener una altura de 70 mm (+/- 5mm) y un grosor entre 10 y 25 mm y sus bordes superiores deberán ser redondeados. Estará firmemente sujeta en los extremos.
- La barra superior debería estar pintada con franjas blancas y negras, o en otros colores vivos que contrasten (y contrastando igualmente con el entorno circundante) de modo que las franjas más claras, que tendrán, por lo menos, 0,225 mm de ancho, queden en los extremos. Será de color de modo que sea visible para todos los atletas videntes.



Generalidades

- **22.6** Todas las carreras se correrán por calles y cada atleta pasará por encima de cada valla y se mantendrá en su calle durante la carrera. El no hacerlo conllevará una descalificación, a menos que aplique la Regla 17.3 del RT.

Adicionalmente, un atleta será descalificado si:

1. si su pie o pierna, en el momento de franquear la valla, pasa junto a la valla (por cualquiera de ambos lados), por debajo del plano horizontal de la parte superior de la valla; o
2. derriba o desplaza cualquier valla con la mano, cuerpo o parte delantera de la extremidad inferior de ataque; o
3. directa o indirectamente, derriba o desplaza una valla en su calle o en otra calle de tal modo que hay consecuencias u obstrucción a cualquier (cualquiera) otro(s) atleta(s) en la carrera y/u otro Artículo también es infringido.

Siempre que esta Regla sea por lo demás cumplido y la valla no sea desplazada o su altura disminuida de cualquier forma incluyendo la inclinación en cualquier dirección, un atleta puede pasar por encima de la valla de cualquier forma.

- **22.7** Con excepción de lo dispuesto en las Reglas 22.6.1 y 22.6.2 del RT, el derribar vallas no conllevará la descalificación ni impedirá establecer un Récord.



El requisito de pasar por encima de cada valla no debería leerse como un requerimiento de que el atleta pase por encima de cada valla en su propia calle siempre que se siga la intención de las Reglas 17.1 y 17.3 del RT. Pero si un atleta derriba o desplaza deliberadamente una valla en otra calle y de este modo afecta el avance de otro atleta, será descalificado. Las situaciones en las que un atleta derriba o desplaza una valla en otra calle debería ser interpretada de un modo lógico. Por ejemplo, un atleta que derriba o desplaza una valla en la calle de un atleta que ya ha franqueado esa valla no debería ser necesariamente descalificado a menos que infrinja de otro modo el Reglamento, p.ej. se mueva a una calle interior en la curva. La intención de este Artículo es dejar claro que un atleta que al realizar tal acción afecte a otro atleta debería ser considerado para descalificación.

Los Jueces Árbitros y los Jueces Auxiliares deben no obstante estar alerta y estar seguros de que cada atleta se mantiene en su propia calle. Además, es habitual en las carreras de vallas que los atletas extiendan mucho sus brazos mientras franquean la valla, golpeando u obstaculizando de este modo al atleta en la calle contigua. Esto puede ser mejor percibido por los Jueces Auxiliares que están de pie o una cámara de video situada de frente a los atletas. A este respecto se puede aplicar la Regla 17.1 del RT.

La Regla 22.6.1 del RT se aplica tanto a la pierna “de ataque” como a la pierna “de arrastre”. “Derribar” una valla no conlleva en sí mismo la descalificación. La referencia previa en la Regla a derribar deliberadamente una valla ha sido retirada. En la Regla 22.6.2, se sustituye por factores más objetivos a ser considerados por el Juez Árbitro. El ejemplo más obvio es cuando el atleta usa su mano, pero podría también ser por ejemplo su pecho si “traspasó” la valla. **La parte delantera de la extremidad inferior de ataque incluye todas las partes frontales de la pierna desde la parte superior del muslo hasta el final del pie.**

Respecto a la Nota, será principalmente relevante para las competiciones a un nivel más bajo, pero sin embargo es aplicable a todas. Básicamente permite a un atleta, habitualmente uno que se ha caído o ha perdido la frecuencia de la zancada, por ejemplo, colocar sus manos en la valla y “saltarla”.



CARRERA	GENERO	CATEGORIA	ALTURA	Nº VALLAS	SALIDA A 1º	ENTRE VALLAS	ULTIMA-META
50/60 SHORT TRACK	HOMBRES	Sub- 18	0,914	4/5	13,72	9,14	8,86 / 9,72
	HOMBRES	Sub-20	0,991	4/5	13,72	9,14	8,86 / 9,72
	HOMBRES	SENIOR	1,067	4/5	13,72	9,14	8,86 / 9,72
	MUJERES	Sub-18	0,762	4/5	13	8,5	11,5 / 13
	MUJERES	Sub-20/SEN	0,838	4/5	13	8,5	11,5 / 13
110	HOMBRES	SEN	1,067	10	13,72	9,14	14,02
	HOMBRES	Sub-20	0,991	10	13,72	9,14	14,02
	HOMBRES	Sub-18	0,914	10	13,72	9,14	14,02
100	MUJERES	Sub-20/SEN	0,838	10	13	8,5	10,5
	MUJERES	Sub-18	0,762	10	13	8,5	10,5
400	HOMBRES	Sub-20/SEN	0,914	10	45	35	40
	HOMBRES	Sub-18	0,838	10	45	35	40
	MUJERES	TODAS	0,762	10	45	35	40