Règlement : Sprint

Bibliothèque BRK-EPS

Parcourir une distance définie (généralement 60m, 100m, 200m ou 400m) le plus rapidement possible en respectant les règles de départ, de course et d'arrivée.

Règles Générales

Définition du Sprint

Le sprint est une course de vitesse sur une distance courte, sans virages pour le 60m et 100m, et avec virages pour le 200m et 400m.

Nombre d'Essais

Chaque athlète a droit à un seul départ valide par course officielle.

Équipement Obligatoire

Les sprinteurs doivent porter une tenue réglementaire et des pointes adaptées à la piste d'athlétisme.

Départ et Mise en Action

Position dans les Starting-Blocks

Chaque coureur doit être installé dans des starting-blocks, avec les mains derrière la ligne de départ.

Procédure de Départ

Le départ se fait en trois phases : 'À vos marques', 'Prêt', puis le coup de pistolet.

Faux Départ

Un coureur est disqualifié s'il quitte les starting-blocks avant le signal de départ.

Règles de Course

Respect du Couloir

Chaque athlète doit courir dans son couloir attribué sans empiéter sur celui des autres.

Interdiction d'Obstruction

Tout contact intentionnel avec un adversaire entraîne la disqualification.

Aides Interdites

L'utilisation de dispositifs d'assistance ou de poussée est interdite.

Arrivée et Résultats

Ligne d’Arrivée

La course est terminée lorsque le torse du coureur franchit la ligne d’arrivée.

Chronométrage

Le temps est mesuré électroniquement avec un capteur à la ligne d’arrivée.

Départage en Cas d’Égalité

En cas d’égalité, l’analyse de la photo-finish est utilisée pour déterminer le vainqueur.

Infractions et Disqualifications

Faux Départ

Un coureur qui déclenche un faux départ est automatiquement disqualifié.

Sortie de Couloir

Tout coureur qui met un pied en dehors de son couloir est disqualifié.

Obstruction d’un Adversaire

Gêner volontairement un autre coureur entraîne une disqualification immédiate.

Repères pédagogiques à adapter au contexte scolaire, au matériel et aux consignes de sécurité de votre établissement.