

## Wedstrijdbepalingen ASICS NK Atletiek Hengelo 25 juli & 26 juli 2026

### MPM Hengelo / Atletiekunie

Versie: 24-04-2026

## 1. Programma en aantallen

### Zaterdag

Aantal deelnemers mannen	Onderdeel	Aantal deelnemers vrouwen
	Kogelslingeren finale	12
24	400 m horden series	24
12	Hoogspringen finale	
	Polstokhoogspringen finale	12
	Speerwerpen finale	16
	400 m series	32
56/24/8	100 m series / halve finales / finale	56/24/8
24	800 m series	24
30	1 500 m series	30
16	Kogelstoten finale	
12	Discuswerpen finale	
12	Hink-stap-springen finale	12
20	5000 m finale	20

### Zondag

Aantal deelnemers mannen	Onderdeel	Aantal deelnemers vrouwen
12	Kogelslingeren finale	
15	3000 steeple finale	15
12	1 500 m finale	12
	100 m horden series / finale	24/8
24/8	110 m horden series / finale	
32/8	200 m / series / finale	32/8
12	Verspringen finale	12
	Hoogspringen finale	12
12	Polstokhoogspringen finale	
	Discuswerpen finale	12
8	800 m finale	8
	Kogelstoten finale	16
16	Speerwerpen finale	
8	400 mH finale	8
8	400 m finale	8

## 2. Algemene bepalingen

- a) Deelname aan individuele Nederlandse kampioenschappen staat open voor leden van de Atletiekunie die voor inschrijving in het bezit zijn van **alle drie** de onderstaande punten:
  - i. Een geldige, door de Atletiekunie uitgegeven, **wedstrijdlicentie**;
  - ii. De **Nederlandse** nationaliteit;
  - iii. **Certificaten** van de [E-learning Zilver en Brons](#) van de Dopingautoriteit.  
Deze certificaten hoeven niet opgestuurd te worden, maar moeten zijn behaald vóórdát ingeschreven wordt. Let op: Zorg dat de privacy op 'optimaal' staat en de Atletiekunie als sportbond aangevinkt is. Alleen op die manier zijn de gegevens zichtbaar voor de Atletiekunie. Lees de [FAQ](#).  
Module Zilver is niet beschikbaar in Engels, dan volstaat ook de 'I run clean' module van European Athletics. In dit geval is de atleet wel zelf verantwoordelijk voor het tijdig aanleveren van de juiste afgeronde module(s).
- b) Deelname is mogelijk vanaf de categorie U18 mannen/vrouwen (geboortjaar 2010 en eerder);
- c) Het voorlopige tijdschema wordt uiterlijk 26 april 2026 gepubliceerd op [www.nkatletiek.nl](http://www.nkatletiek.nl);
- d) Het definitieve tijdschema, de deelnemerslijsten, de aanvangs- en vervolghoogten voor (polstok)hoogspringen worden uiterlijk 19 juli 2026 gepubliceerd op [www.nkatletiek.nl](http://www.nkatletiek.nl);
- e) Een onderdeel gaat door als er minimaal drie atleten aan de start van het onderdeel verschijnen.

## 3. Inschrijfbepalingen

- a) De inschrijving sluit op zondag 12 juli 2026, 23:59 uur;
- b) De atleet wordt uitgesloten van deelname indien vóór sluiting van de inschrijving het inschrijfgeld niet is voldaan, de E-learningmodules niet zijn afgerond of er niet met een geldige prestatie wordt ingeschreven;
- c) De prestatie waarmee wordt ingeschreven, moet zijn behaald op een officieel erkende wedstrijd in de periode 1 april 2025 t/m 12 juli 2026. Indoorprestaties worden niet gecorrigeerd naar een outdoorprestatie;
- d) Een prestatie behaald op de 100 m, 200 m, 100/110 m horden, verspringen en hinkstapspringen met ontoelaatbaar windvoordeel (> + 2.0 m/s) of waarbij de windmeting ontbreekt, wordt niet geaccepteerd;
- e) Een prestatie t/m 800 m op basis van handtijden wordt niet geaccepteerd;
- f) De prestatie waarmee wordt ingeschreven, moet zijn behaald volgens de voor senioren geldende regelgeving met betrekking tot gewichten, hordehoogtes en afstanden;
- g) Een prestatie dient verifieerbaar te zijn via een online uitslag van de betreffende wedstrijd, de directe link naar de prestatie dient bij inschrijving te worden toegevoegd;
- h) **5.000 m**
  - i. Bij de 5.000 m kan ook worden ingeschreven met een prestatie op een 3.000 m of 10.000 m bij een baanwedstrijd;
  - ii. Alle prestaties worden omgerekend naar punten aan de hand van de World Athletics Scoring Tables, versie 2025;
  - iii. Plaatsing wordt bepaald aan de hand van de ranking gebaseerd op de prestatie;
- i) **Hink-stap-springen**  
Vanwege de veiligheid gelden er bij het hink-stap-springen toelatingseisen op de prestatie:
  - a. Bij de mannen is de toelatingseis 12,00 meter;
  - b. Bij de vrouwen is de toelatingseis 10,00 meter;
- j) **Prestatieverbeteringen**  
Bij de inschrijving wordt de standaard optie in Atletiek.nu gehanteerd waarbij de beste prestatie in de referentieperiode automatisch ingevuld wordt. Als er een betere prestatie is, dan dient dit per mail doorgegeven te worden via [info@nkatletiek.nl](mailto:info@nkatletiek.nl) (inclusief een link naar de betreffende online uitslag);
  - i. Een prestatieverbetering welke voor sluiting van de inschrijving wordt doorgegeven wordt meegenomen voor de plaatsing van een atleet;
  - ii. Een prestatieverbetering op een looponderdeel na de sluiting van de inschrijving kan tot uiterlijk 19.00 uur op de dag voorafgaand aan het betreffende onderdeel worden doorgegeven. Dit verandert niet de status (toegelaten, reserve of afgewezen) van de atleet. Wel kan de prestatieverbetering voor de toegelaten atleet van invloed zijn op de serie-indeling.

#### 4. Plaatsing

- a) De atleten waarvan de inschrijving voldoet aan de inschrijfbepalingen komen in aanmerking voor plaatsing;
  - i. Van het maximum aantal atleten zoals genoemd in artikel 1 kan in bijzondere gevallen door de Technische Gedelegeerden afgeweken worden;
  - ii. De Technisch Gedelegeerden kunnen één of meerdere reserves aanwijzen.
- b) De Technisch Directeur van de Atletiekunie kan in bijzondere gevallen, na overleg met de Technisch Gedelegeerden en uiterlijk 1 uur voor aanvang van de screening atleten die niet aan de inschrijfbepalingen hebben voldaan toelaten.

#### 5. Melden/afmelden en niet deelnemen

- a) De geplaatste atleet dient zich elke wedstrijddag te melden met een identiteitsbewijs, [KopieID-app](#) of een vergelijkbaar document waaruit de nationaliteit blijkt (géén rijbewijs) vóór de uiterste meldtijd van het betreffende onderdeel, zoals opgenomen in het informatiebulletin;
- b) Afmelden dient te gebeuren bij de wedstrijdsecretaris of het TIC vóór de uiterste meldtijd;
- c) Bij afmeldingen tot 19.00 uur op de dag voorafgaand aan de start van het onderdeel, schuiven reserves door. Daarna worden alle overige reserves afgewezen;
- d) Indien de atleet zich niet tijdig afmeldt (dat wil zeggen vóór de uiterste meldtijd van het betreffende onderdeel), kan een administratieve boete van € 25,- worden opgelegd.

#### 6. Vervangende bepalingen

Het meest recente [wedstrijdreglement](#) van de Atletiekunie is van kracht. Vervangende bepalingen hierop zijn:

- a) Bij het hink-stap-springen worden de volgende balkafstanden gehanteerd:
  - I. Mannen: 11 m en 13 m;
  - II. Vrouwen: 9 m en 11 m.
- b) Als 2 of meer atleten gelijk eindigen op de eerste plaats na toepassing van TR 26.8.1 en TR 26.8.2 van het Wedstrijdreglement, vindt er bij (polsstok)hoogspringen geen barrage plaats. De gelijke stand blijft gehandhaafd.
- c) Voor de eerste ronde op de 200 m, 400 m en 400 mH wordt de baanindeling vastgesteld volgens de methode zoals omschreven in TR20.4.4. voor de 200 m, resp. 20.4.5. voor de 400 m en 400 m horden.

#### 7. Samenstelling series en overgangsregels

- a) Bij de looponderdelen worden de serie-indelingen en waar van toepassing de baanindeling bepaald op basis van TR20.2 en TR45, met uitzondering van de baanloting bij de series van de 200 m, 400 m en 400 m horden (zie artikel 6c);
- b) 100 m:
  - i. 2 series: de eerste 3 plus 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - ii. 3 series: de eerste 2 plus 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - iii. 4 series: de eerste 3 plus 4 tijdsnelsten gaan naar 2 halve finales, de eerste 3 uit elke halve finale plus de 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - iv. 5 series: de eerste 4 plus 4 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales, de eerste 2 uit elke halve finale plus 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - v. 6 series: de eerste 3 plus 6 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales, eerste 2 uit elke halve finale plus 2 tijdsnelsten gaan naar de finale;
  - vi. 7 series: de eerste 3 plus 3 tijdsnelsten gaan naar 3 halve finales, de eerste 2 uit elke halve finale plus 2 tijdsnelsten gaan naar de finale.
- c) 100/110 m horden, 200 m, 400 m, 400 m horden & 800 m
  - i. Bij 2 series gaan de eerste twee atleten van iedere serie, aangevuld met de vier tijdsnelsten, naar de finale;
  - ii. Bij 3 series gaan de eerste twee atleten van iedere serie, aangevuld met de twee tijdsnelsten naar de finale;
  - iii. Bij 4 series gaat de eerste atleet van iedere serie, aangevuld met de 4 tijdsnelsten naar de finale.
- d) 1 500 m

- i. De eerste zes atleten van iedere serie gaan naar de finale

## 9. Vervanging

- a) Om lege banen zo veel mogelijk te beperken zullen bij looponderdelen die in banen starten en niet direct als finale worden verwerkt, zogenaamde “virtuele hot seats” worden toegepast.
- b) Wanneer een deelnemer die zich heeft geplaatst voor een halve finale of finale zich terugtrekt, zal diens plaats in de bestaande baanindeling worden ingenomen door de volgende, hoogst gerangschikte deelnemer.
- c) Rangschikking voor de virtuele hot seat geschiedt op basis van de gelopen tijd in de voorgaande ronde (“tijdsnelsten”) en kent een maximum van twee deelnemers. Bij gelijke tijden is TR21 van toepassing.
- d) De termijn waarbinnen vervangers kunnen worden aangewezen eindigt op het tijdstip callroom-in van de eerste halve finaleserie of finale van het betreffende onderdeel.
- e) Wanneer een vervanger afziet van deelname, zal TR4.4 niet worden toegepast. Zo mogelijk zal de volgende deelnemer uit de rangschikking worden aangewezen.