

Handleiding meten polsstokverspringen

1) Hoe laat moet je aanwezig zijn voor het meten bij een wedstrijd.

Dit zijn de punten waar je aandacht aan moet schenken voor de wedstrijd begint:

- * **Zorg voor een wedstrijdlijst, daar staan de rugnummers op.**
- * **Bij welke schans moet je zijn, vraag dit gelijk als je voor het meten gevraagd wordt.**
- * **Met wie ga je meten, twee meters verplicht, bespreek de werkverdeling onderling.**
- * **Staat het score bord op zijn plaats, tussen meters en de geluidswagen.**
- * **Op welke maat ligt de meetlijn, zie bordje op de voorkant schans.**
- * **Is het gereedschap aanwezig, hark meetlat markeerlat.**
- * **Is het zandbed geëgaliseerd.**

Om een wedstrijd op tijd te beginnen zal men toch uiterlijk tien minuten voor aanvang aanwezig moeten zijn.

2) De bordjes voor op de schans geven aan op welke maat de meetlijn ligt.

Op een bordje kan het volgende staan:

- * **H165 : geef de hoogte schans aan.**
- * **1509 : is de lijnmaat schuin gemeten vanaf de boven kant schans.**

De meetlijn ligt nu op 15 meter.

3) Werkverdeling wie gaat wat doen:

- * **Het vaststellen van de gesprongen afstand word door beide meters uitgevoerd.**
- * **Meter A schrijft de afstand op en zet deze afstand gelijktijdig met het rugnummer van de springer op het score bord.**
- * **Meter B egaliseert het zandbed voor de volgende springer.**

4) Het vaststellen van een gesprongen afstand:

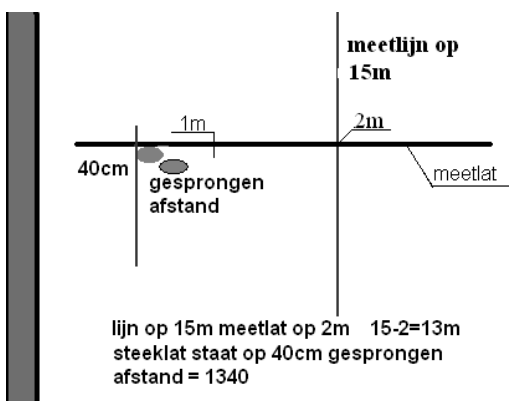
- * **Let op waar een springer landt, waar maakt hij met zijn lichaam de eerste afdruk in het zandbed.**
- * **Is de afdruk die hij achterlaat binnen de sector, aangegeven door linten op de meetlijn.**

5) Ongeldige sprong:

- * **In het water, dit wordt aangegeven met een 1 op het scorebord.**
- * **Buiten de sector wordt aangegeven met een 2**
- * **Buiten de tijd (de afstand moet wel gemeten worden, maar komt niet op het score bord) uitgewiste afstand (lopen door zijn afdruk), springen op de beschoeiingrand, allemaal aangegeven met een 3 op het scorebord.**

Het meten van een gesprongen afstand:

- * **Zet de steeklat aan het begin van de eerste afdruk vanaf de water kant gezien.**
- * **Trek de meetlijn recht omhoog en laat hem terug vallen op het zandbed.**
- * **Meet rechtstandig vanaf de meetlijn naar de steeklat.**
- * **Achter de meetlijn komt de gemeten afstand bij de maat meetlijn, voor de meetlijn gaat de gemeten maat eraf.**



Voorbeeld:
afstand voor de meetlijn.

Werkzaamheden na het meten:

- * **Schrijf de gemeten afstand op en zet deze op het scorebord zo ook het rugnummer van de springer.**
- * **Egaliseer het zandbed en maak het vrij voor de volgende springer.**
- * **Het meten en de werkzaamheden daarna mogen niet langer duren dan twee minuten.**

Wie mogen er tijdens de wedstrijd in het zandbed:

- * **Alleen de meters en de wedstrijdleader.**
- * **Springers moeten na de sprong direct het zandbed verlaten.**

Nameten:

- * **Bij een benadering of overschrijding van een record afstand zal er nagemeten worden.**
- * **Volg de instructie van de wedstrijdleader op.**

**Zijn er vragen, opmerkingen, klachten tijdens of voor de wedstrijd
altijd bij de wedstrijdleader**