



Figur 4.3.2: Beskyttelseshus fra Brandbu stadion. Foto: Ole Petter Sandvig

Plassering av faste installasjoner

Avstanden fra et aktivitetsområde med stor fart (f. eks. løpebaner eller tilløp) til *faste installasjoner* på utsiden av området bør være minst 50 cm, helst 1 m. Installasjoner inne på banen, som f. eks. koblings-skap, bør ha større sikkerhetsavstand og bør primært være lagt ned i banen i en brønn. Dreneringen bør sikres det anvendes brønner.

Tilgjengelighet

Et idrettsanlegg bør i prinsippet være åpent og lett tilgjengelig. Imidlertid bør selve idrettsarealet gi begrenset tilgang slik at en unngår uautorisert kjøring på banedekket (gjelder spesielt kunststoffdekke) og annen virksomhet som ikke er ønsket på et idrettsanlegg. Det er også et sikkerhetsaspekt i dette.

Sikkerhet mot utøvere i fart og mot kastredskaper

Innganger og naturlige gangveier på banen bør legges slik at de ikke kommer i konflikt med utøvere som utøver sin idrett. Tilgangen til banen bør begrenses. Også sperremateriell og/eller vakthold kan eventuelt anvendes.

Diskos og *slegge* kastes fra et *kastbur*. For en bane med mye trafikk og mange andre samtidige aktiviteter enn diskos/slegge, bør kastburet ha full størrelse i henhold til IAAFs spesifikasjoner. For diskos skal et slikt bur være minst 4 m høyt rundt hele. Likevel regnes farestektoren for å være hele 69°, det dobbelte av den kastsektoren som gir gyldig resultat (34,92°).

Nett for diskos

Nettet i buret skal være i stand til å stoppe en 2 kilos diskos som kommer i en fart av 25 m/s. Maskevidden skal ikke være større i nettet enn 44 mm. Ved bruk av gjerdepanel kan denne vidden være 50 mm, men det er viktig at kastredskap som treffer buret, ikke rikosjerer tilbake på utøveren.

NB
A



Slegge neste side

← OBS ↓

Figur 4.3.3: Dette nettet er kun egnet for diskoskast. Sleggekast fordrer et høyere kastbur. Buret på bildet står på Greveskogen idrettspark i Tønsberg. Foto: Ole Petter Sandvig

Figur 4.3.4: Dette er et kastbur egnet for sleggekast. Kastburet står i Askim idrettspark. Foto: Ole Petter Sandvig



NB ↘

OBS



Nett for slegge

Nettet i buret skal kunne stoppe en slegge på 7,26 kg med hastighet på 32 m/s. Kravet til maskestørrelse er som for diskos. Et kastbur av full størrelse blir tungt, og de fremre panelene skal kunne flyttes. Panelhjulene bør hvile på fast grunn så de ikke synker ned i gress eller banedekke. Asfaltering av "bane" eller hellelegging er da aktuelt.

Et bur for slegge skal minimum være 7 m høyt, og den fremre delen av buret skal være 10 m høyt. I slegge skal den av de fremre panelene (hvilket avhenger av om kasteren er høyre- eller venstrehåndskaster) som er aktuell, lukkes. Ved korrekt brukt bur er faresektoren på 53°. Dessverre er det ofte slik at buret ikke blir brukt korrekt, særlig i en treningssituasjon. Hvis panelene står åpne, vil faresektoren i slegge være større enn faresektoren i diskos.

Sett sikkerheten i høysetet

I 2002 var det en dødsulykke med slegge i Norge. En av landets beste sleggekastere mistet balansen under rotasjonen, og slegga tok en helt annen retning enn forutsatt og traff en person. Her var det ikke noen form for beskyttelse. Sikkerhet i denne sammenheng må tas svært alvorlig.

Under arrangementer hvor f. eks. barn deltar og det er andre aktiviteter som gjør at oppmerksomheten ikke er spesielt rettet mot kast, må beskyttelsen være bedre enn når det ikke er trafikk og all oppmerksomhet er rettet mot kast. Eksempelvis kan det bare være en ring på en åpen plass uten fare for annen trafikk og med kun kasteren og en til to personer tilstede. Da trengs ikke mer beskyttelse enn det som måtte beskytte disse.

OBS

Merk også at et langt sleggekast, eventuelt fra et kastbur som ikke har full spesifikasjon eller ikke blir brukt riktig, kan lande på løpebanen. Er den laget av kunststoffdekke, vil slegga "hoppe" nesten like langt som kastet var før løpebanen ble truffet, og svært lett komme opp på tribunen. Scenariet har skjedd i mer enn et stort mesterskap. Det er derfor viktig med vakthold og varsling. Nettet i et kastbur bør kunne senkes på en enkel måte. Vindfanget i nettet er forbausende stort, og vind kan gi skader på buret.



Regler for sambruk

Et kastbur tilrettelagt for slegge kan også anvendes til diskos, enten ved at det legges ned to ringer i buret, eller ved at det anvendes en diskosring og et ilegg for slegga. Samtidig åpner også reglene for bruk av enklere innretninger under enklere forhold. Derved kan en gjøre en konkret vurdering i hvert enkelt tilfelle om innretningen en nytter, gir tilstrekkelig beskyttelse for de som måtte være tilstede.

Figur 4.3.5: Areal for kulestøt. Bildet er fra Gullbring stadion i Bø i Telemark. Foto: Ole Petter Sandvig

Kulestøt er normalt en ganske sikker øvelse. Her anvendes ikke noen form for kastbur. Økende bruk av rotasjonsteknikk i kulestøtet gir imidlertid en større spredning av nedslagene og fordrer at uoppmerksomme personer ikke står for tett på kulesektoren. *Spydkast* kan også komme ut av retning, både ved feilkast eller grunnet vind. Spyd har truffet løpebanen ved noen anledninger, og med slike avstander som et godt spydkast innebærer, er det viktig at alle innenfor en faresone har oppmerksomheten rettet mot spydet.

Ansvarsforhold

Det er viktig å være klar over *ansvarsforholdene* om en ulykke skulle inntreffe. Både eier, tilrettelegger, driver, arrangører og funksjonærer kan komme i et objektivt ansvarsforhold dersom de visste eller burde ha visst at kastburet var utilstrekkelig eller mangelfullt i forhold til den bruken som er aktuell. Vi kan således ikke tillate oss å overse et kastbur i mangelfull stand eller hullete nett som gir falsk trygghet.

OBS

Regel 192

Sleggebur

1. Sleggekast skal foregå fra en innhegning eller et bur, av hensyn til sikkerheten for tilskuere, dommere og øvrige utøvere. Det buret som er spesifisert i denne regel er beregnet for bruk når øvelsen arrangeres på en stadion hvor andre øvelser foregår samtidig eller utenfor en stadion med tilskuere tilstede. Der dette ikke er tilfelle, spesielt på treningsområder, kan en enklere konstruksjon være tilstrekkelig. Veiledning kan på forespørsel fås fra NFIF.
2. Buret skal lages og vedlikeholdes slik at det kan stanse en slegge på 7,26 kg som beveger seg med en fart av 32 m/sek. Konstruksjonen må være slik at det ikke er noen fare for at sleggen kastes eller spretter tilbake mot kasteren eller over kanten av buret. Forutsatt at det tilfredsstiller alle krav til sikkerhet etter denne bestemmelse, kan enhver utforming eller konstruksjon benyttes.
3. Buret bør være U-formet. Bredden på åpningen skal være 6 m, målt 7 m framfor kastringens sentrum. Bredden på 6 m måles mellom innsiden på burets nett. Minstehøyden på nettingpanelene skal være 7 m for bunn- bakre deler og minst 10 m de siste 2,80 m frem til de bevegelige nettingpanelene ved burets munning.
Buret skal lages slik at sleggen hindres i å gå gjennom noen del av bunnsnettingsskjøter og heller ikke langs marken under buret.
Merknad: Konstruksjonen av burets bakre del er mindre viktig forutsatt at nettet er minst 3,5 m unna ringens sentrum.
4. To bevegelige, 2 m brede og 10 m høye nettingpanel skal festes i forkant av buret. Bare et av dem skal brukes av gangen.
Merknad 1: Disse to panel brukes alternativt, venstre panel for høyrehåndskastere og høyre panel for venstre håndskastere. Fordi det er nødvendig å skifte fra ett panel til et annet under konkurransen er det viktig at skiftingen er lite arbeidskrevende og kan gjøres på kort tid.
Merknad 2: Bare venstre panel er vist på tegningen i en stilling slik at det skal være under et høyrehåndskast. Plasseringen av høyre panel (også i lukket stilling) er markert med stiplet linje på tegningen.

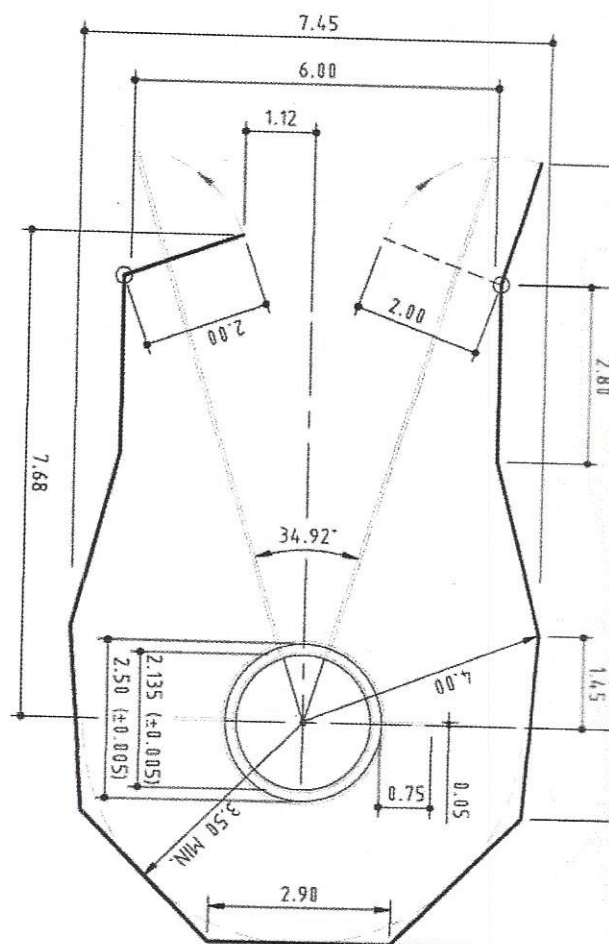


Diagram – Bur for diskos med sleggering ilagt

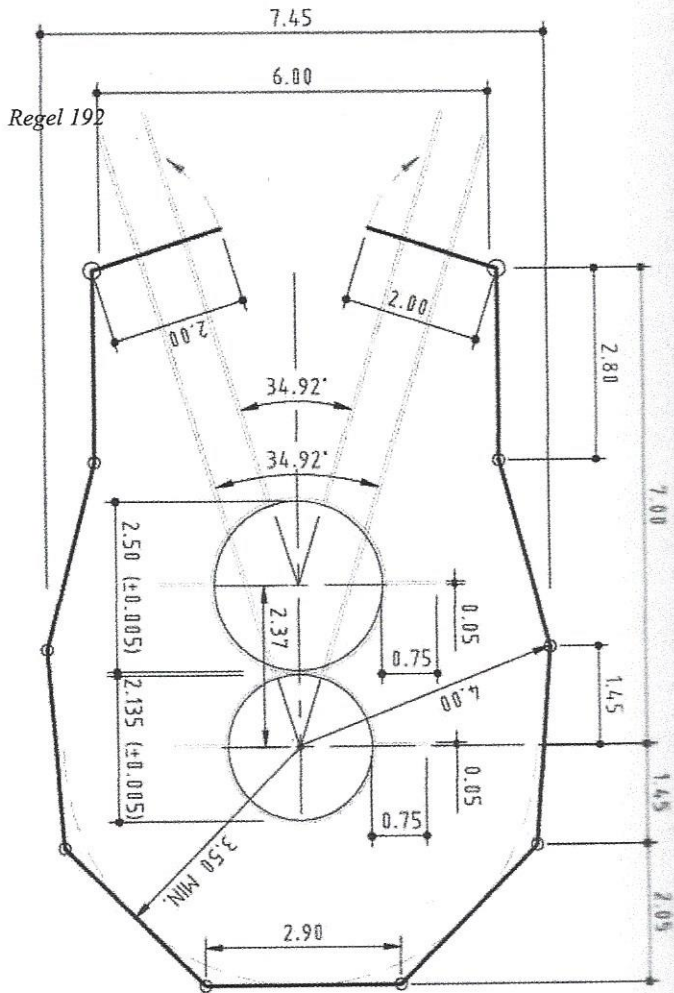


Diagram – Slegge og diskos med separate ringer

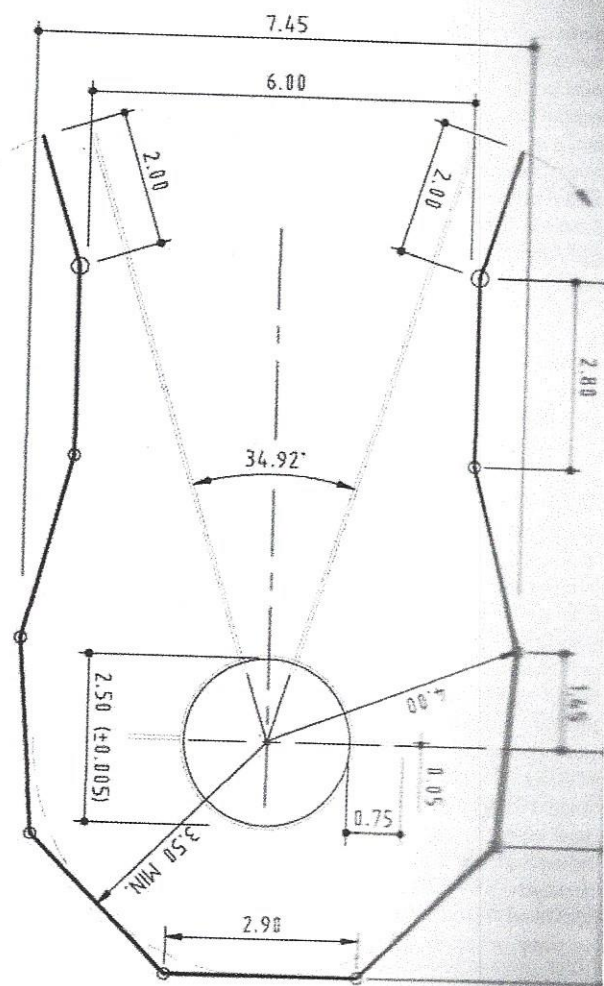


Diagram – Diskos fra sleggebur med diskosringer

Merknad 3: Når det er i bruk må, det bevegelige panel stå nøyaktig i den viste stilling. Man må derfor sørge for at utformingen av de bevegelige panel er slik at de kan låses i lukket stilling. Det anbefales at panelenes posisjon merkes på bakken permanent eller temporært.

Merknad 4: Utformingen og bruken av de bevegelige panelene avhenger av konstruksjonen på buret og om de i tilfelle er hengslet vertikalt eller horisontalt slik at de kan bevegges på en aksel som kan demonteres. Hensikten med panelene er at de skal kunne fange opp slegga. Det må også kontrolleres at slegga ikke skal kunne passere mellom de bevegelige panelene og sleggeburet forøvrig.

Merknad 5: Uvanlige konstruksjoner som gir samme grad av beskyttelse og ikke øker faresonene sammenlignet med konvensjonelle konstruksjoner kan også sertifiseres av IAAF.

Merknad 5: Uvanlige konstruksjoner som gir samme grad av beskyttelse og ikke øker faresonene sammenlignet med konvensjonelle konstruksjoner kan også sertifiseres av IAAF.

5. Nettingen til buret kan bestå av en passende natur- eller syntetisk tråd alternativt en ekstra tøyelig ståltråd. Største maskevidde skal være 50 mm for ståltråd og 44 mm for fibertråd.

Merknad: Ytterligere spesifisering for nett og for sikkerhetsinspeksjoner finner man i "The IAAF Track and Field Facilities Manual".

6. Hvis det er ønskelig å bruke det samme buret som for diskos, kan dette kombineres på to måter. Det enkleste er å bruke en fast diskosring på 2,5 m i diameter og inne i denne legge en løs sleggering på 2,135 m i diameter, tilpasset med nødvendige avstandsstykker. Dette innebærer at samme ringoverflate benyttes for begge kastene. Burets bevegelige nettingpaneler skal ikke benyttes for diskos.

Hvis det er ønskelig å ha separate ringer for slegge og diskos, må de to ringene legges bak hverandre med senteravstand på 2,37 m og på linje med sektorens senterlinje. Diskosringen skal ligge lengst fram. Burets bevegelige nettingpaneler skal anvendes også for diskos når ringene arrangeres på denne måten.

Merknad: Konstruksjonen av burets bakre del er mindre viktig forutsatt at nettet er minst 3,5 m unna kombinasjonsringens sentrum eller 3 m unna diskosringens sentrum. (Se også regel 192.4).

7. Faresektoren for sleggekast fra dette buret er omlag 53° både for høyre- og venstre håndskastere. Oppstillingen og plasseringen på banen er derfor avgjørende for hvilken sikkerhet buret gir.

Spyd

Konkurransen

1. a. Spydet skal holdes om surringen kun med en hånd. Det over skulderen eller øvre del av kastarmen og må ikke Uortodokse stilarter er ikke tillatt.

- b. Et kast er gyldig bare når metallhodet treffer markens senterlinje i deler av spydet.

Kommentar: I klasse 12 år og yngre vil et kast kunne være gyldig selv når en annen del enn spissen av spydet treffer markens senterlinje.

- c. Fra utgangsstillingen og til spydet er kastet, kan ikke kastet helt rundt slik at ryggen er vendt mot sektoren eller buret.

2. Hvis spydet bryter under utførelsen av kastet eller mens det er i luften skal det ikke regnes som ugyldig forsøk, under forutsetning at det forøvrig ble utført etter regelen. Hvis utøveren derved mistet kontrollen over kastet, skal det heller ikke regnes som ugyldig forsøk. Hvis det bryter skal i dette tilfellet få et nytt forsøk.

Spydet.

3. Konstruksjon. Spydet skal bestå av tre deler: hodet, skaftet (surringen). Skaftet kan være massivt eller hult og skal være av metall eller av et annet egnet homogent materiale slik at det er en enhet. På skaftet skal det være festet et metallhode som har en skarp spiss.

Overflaten på skaftet skal være fri for ujevnheter (se regel 192.4). Overflaten skal være glatt og jevn over det hele.

Hodet skal være bygd helt av metall. Hodet kan være konstruert med et forsterket spiss sveiset på enden av hodet dersom overflaten er glatt og jevn.

4. Grepet (surringen), som skal dekke tyngdepunktet, skal ikke ha en diameter på skaftet med mer enn 8 mm. Det kan ha et mønstret overflate uten remmer, kutt eller spor av noe slikt. Det skal ha en jevn tykkelse.

5. Alle tverrsnitt i hele spydets lengde skal være sirkelformet (se regel 192.4). Den største diameteren på skaftet skal være like foran senterlinjen i midtre delen av skaftet, inklusiv delen under surringen. Surringen skal være sylindrisk eller smalne gradvis mot den bakre delen, med