

# Utrechtse Ploegen Meerkamp

## A. ALGEMENE BEPALINGEN

De organisatie van de Utrechtse Ploegen Meerkamp (in het vervolg UPM) is in handen van AV Phoenix te Utrecht.

### Artikel 1 - Toepassing

Dit reglement is vastgesteld door de organisatie van de UPM en is van toepassing op deze wedstrijd.

### Artikel 2 - Wedstrijdreglement

Bij de UPM is het wedstrijdreglement van de Atletiekunie onverkort van toepassing, tenzij daarvan in dit reglement wordt afgeweken.

### Artikel 3 - Deelname

Ploegen, die willen deelnemen aan de UPM, dienen zich vóór **28 mei**, voorafgaand aan de wedstrijd middels de WR-Festival website op te geven.

### Artikel 4 - Ploegsamenstelling

Een ploeg bestaat uit 4 tot 6 atleten. De UPM is een gemengde ploegenmeerkamp en dus moet elk deelnemend team uit minstens 2 heren en 2 dames bestaan.

### Artikel 5 - Programma

a. De UPM beslaat het weekeinde van 13 en 14 juni. Op beide dagen zal eerst het officiële gedeelte plaatsvinden gevolgd door de ludieke onderdelen. Het programma van de UPM omvat de volgende onderdelen:

#### Officiële atletiekonderdelen:

Zaterdag: 100m – 1000m steeple – 400m – kogelstoten - verspringen

Zondag: 200m – 800m – Zweedse estafette - hoogspringen

- b. De officiële atletiekonderdelen worden afgewerkt volgens de regels (gewichten, afstanden) die gelden voor de categorie van de betreffende atleet.
- c. Bij het hoog- en verspringen en het kogelstoten mogen 1 mannelijke en 1 vrouwelijke atleet per ploeg worden ingeschreven. Bij de overige technische nummers mag één atleet per ploeg deelnemen. De Zweedse estafette wordt als ploeg gelopen.

### Artikel 6 - Inschrijvingen

- a. Ploegopstellingen dienen uiterlijk **14 dagen** voor de betreffende wedstrijd in het bezit te zijn van de organisatie.
- b. Inschrijvingen dienen per ploeg te geschieden op het daarvoor bestemde UPM-inschrijfformulier.

### Artikel 7 - Inschrijfgeld en kosten

- a. De hoogte van het inschrijfgeld is € 10,00 per persoon. Dit is voor de wedstrijd inclusief feest en lunch.
- b. De betaling geschiedt via eenmalige automatische incasso. Het inschrijffbedrag wordt begin juni 2009 afgeschreven, zorg dat er voldoende geld op de rekening staat om problemen te voorkomen. Indien men de betaling niet via automatische incasso wil laten verlopen is het mogelijk het inschrijffbedrag plus 5 euro administratiekosten per team tot uiterlijk 31 mei 2009 over te maken op rekeningnummer 5727672 t.n.v. Stichting Topatletiek versterkt Breedtesport te Utrecht o.v.v. teamnaam en naam contactpersoon.
- c. Ploegen en deelnemers die zich na 1 juni terugtrekken zijn het volledige inschrijfgeld verschuldigd.
- d. Reis- en verblijfkosten zijn voor rekening. Overnachten en een ontbijt is € 5,00 van de deelnemende verenigingen.

### **Artikel 8 - Puntentelling**

- a. Per onderdeel telt alleen de beste prestatie per ploeg van man én vrouw.
- b. Puntentoekenning voor het klassement geschiedt op basis van plaats.  
*Bijvoorbeeld: bij 30 ploegen krijgt de eerste 30 punten, nummer twee krijgt 29 punten, etc.*
- c. Bij gelijk eindigen krijgen de betrokken ploegen allen de punten van de betreffende plaats.  
*Als bij hoogspringen drie ploegen dezelfde hoogte hebben gehaald en zij hiermee gedeeld vierde zouden zijn krijgen zij alle drie de punten die horen bij de vierde plaats.*
- d. Estafetteploegen mogen na diskwalificatie niet overlopen. Bij diskwalificatie krijgt de betreffende ploeg 0 punten.
- e. Bij niet deelnemen aan een onderdeel krijgt de betreffende ploeg 0 punten voor dit onderdeel. Ook bij wel deelnemen, maar geen resultaat (of diskwalificatie) krijgt de ploeg 0 punten.
- f. Wanneer een ploeg uit de wedstrijd gaat, of gehaald wordt zal het klassement herberekend worden zonder de betreffende ploeg.

### **Artikel 9 - Deelnemers**

- a. Op elk atletiek onderdeel moet minimaal 1 man en minimaal 1 vrouw deelnemen per team
- b. Een deelnemer moet in intentie per dag aan minimaal 1 officieel atletiekonderdeel deelnemen. Bij het niet voldoen aan deze regel kan de wedstrijdleader besluiten de betreffende ploeg niet mee te laten tellen voor het klassement (de ploeg doet dan buiten mededinging mee).
- c. Een deelnemer mag per dag aan maximaal 4 officiële atletiekonderdelen meedoen.
- d. Een deelnemer mag slechts voor één ploeg uitkomen.

### **Artikel 10 - Controle uitslagen**

- a. De ploegen hebben tot 2 uur na de wedstrijd het recht te protesteren tegen een foutieve puntentelling. Een dergelijk protest dient schriftelijk te worden ingediend bij de organisatie van de UPM.
- b. De organiserende vereniging bewaart alle jurylijsten en overige notities van prestaties en puntenwaardering tot ten minste twee weken na de betreffende wedstrijd.

### **Artikel 11 - Alternatieve onderdelen**

- a. Aan de alternatieve onderdelen wordt per groep gezamenlijk deelgenomen.
- b. De puntentelling bij de alternatieve onderdelen is op eenzelfde manier als bij de atletieknummers: de beste krijgt de meeste punten, nummer twee 1 punt minder, etc.
- c. De alternatieve onderdelen behoren tot de wedstrijd. Ploegen dienen hieraan dus mee te doen. Bij niet deelnemen zonder geldige reden mag niet verder aan de wedstrijd worden deelgenomen.

### **Artikel 12 - Verblijf op de accommodatie**

- a. Overnachten gebeurt in eigen tent op daartoe aangewezen plaatsen.
- b. Het gebruik van eigen barbecues, gasbranders, etc. in of bij de tenten of het maken van een kampvuur is verboden.
- c. Na 24.00 uur mag er buiten geen muziek ten gehore gebracht worden. Na 1.00 dient het buiten stil te zijn.
- d. Aanwijzingen van de organisatie (of door de organisatie aangewezen personen) dienen onverwijld opgevolgd te worden.
- e. Glaswerk is ten strengste verboden op de accommodatie. Blikjes en plastic flessen zijn wel toegestaan.

- f. Afval dient te worden gedeponereerd in de daarvoor bestemde afvalbakken op het terrein.
- g. Op 14 juni dienen om 9.30 uur alle tenten opgeruimd te zijn.

#### **Artikel 13 - Bevoegdheden – protesten**

- a. In die gevallen waarin dit reglement niet voorziet beslist de wedstrijdleider.
- b. De organisatie heeft het recht deelnemers de toegang tot het terrein te ontzeggen. Zij zal van dit recht gebruik maken bij onbehoorlijk gedrag, of gedrag dat de veiligheid van anderen en/of de deelnemers zelf in gevaar brengt (zulks ter beoordeling van de organisatie).

## **B. WEDSTRIJDBEPALINGEN**

#### **Artikel 14 - Estafette**

- a. Gediskwalificeerde estafetteploegen kunnen niet overlopen (zie artikel 9, lid f)
- b. De Zweedse estafette bestaat uit: 400m, 300m, 200m, 100m. En wordt met een estafettestokje gelopen. De start vindt plaats op de 1000m startlijn.

#### **Artikel 15 - Overige wedstrijdregels**

- a. Bij de loopnummers worden geen finales verwerkt, maar worden series op tijd gelopen. De serieindeling vindt plaats op grond van de opgegeven beste prestatie.
- b. Bij het hoogspringen vindt er geen barrage plaats bij gelijk eindigen.
- c. Bij het verspringen en kogelstoten worden de deelnemers vier pogingen toegestaan. Bij tijdsnood worden er drie pogingen toegestaan.
- d. Op alle loopnummers zal diskwalificatie van de atleet, c.q. ploeg plaatsvinden na twee valse starts.
- e. Wanneer een atleet zich op de wedstrijddag vóór de aanvang van zijn/haar nummer blesseert, waardoor verdere deelname is uitgesloten (zulks ter

beoordeling van de wedstrijdleider of een eventueel aanwezige arts), zal voor dat betreffende nummer en voor eventueel nog volgende nummers, waarvoor de atleet is ingeschreven, een vervanger worden toegestaan. Raakt een atleet geblesseerd tijdens de verwerking van zijn/haar nummer, dan mag hij op dit nummer niet worden vervangen, maar uitsluitend op eventuele overige nummers waarop hij/zij is ingeschreven.

- f. De verwerking van de nummers mag nimmer stagneren, doordat een deelnemer op meerdere nummers staat ingeschreven. Wordt bij samenvallen een poging gemist, dan is deze onherroepelijk voorbij.

#### **Artikel 16 - Bepaling eindstand**

- a. Winnaar is die ploeg die de meeste punten hebben gehaald.
- b. Indien twee of meer ploegen gelijk eindigen zal de ploeg die de meeste individuele overwinningen (tov alle deelnemers) heeft behaald, het hoogst worden geklasseerd.
- c. Mocht bovenstaande geen effect hebben, dan zal nagegaan worden welke ploeg de meeste tweede, c.q. derde plaatsen, enz., heeft behaald.
- d. Naast de overall-prijs kan de organisatie extra prijzen toekennen: pechprijs, beste dagprestatie, leukste ploegnaam, etc.

## **Ludieke onderdelen**

### **Afrikaans water halen**

#### Doel

Zoals veel Afrikaanse vrouwen dagelijks doen, moeten de teams water van punt A naar punt B brengen.

Vul de emmer bij het eindpunt van het parcours zo snel mogelijk met water. Dit doe je door middel van de hoofddeksels waarmee water naar de overkant gebracht kan worden.

#### Regels

1. Er mag maximaal 1 persoon tegelijk water naar de overkant brengen.
2. De tweede persoon begint als persoon 1 terug bij start is.
3. De hoofddeksels worden doorgegeven zodat iedereen waterdrager wordt.
4. De beker met water op het hoofd mag niet met de handen worden aangeraakt.
5. Wordt de beker aangeraakt met de handen dan moet de speler terug naar start.
6. Zodra de emmer aan het eind is gevuld stopt de tijd.

### **Yahtzee**

#### Doel

De teams moeten zo snel mogelijk hun hele yahtzee kaart vol krijgen. Dit doen ze door de normale regels te volgen, maar aan het eind van elke beurt moet de ogen van alle dobbelstenen afleggen.

Gooi je dus 3,3,3,5,5....dan loop je 3 keer naar pion 3 en 2 maal naar pion 5.

#### Regels

1. alle beurten moeten voltooid worden.
2. alle nummers moeten worden gelopen, de tweede beurt begint niet eerder dan dat alle spelers alles gelopen hebben.
3. er wordt omstebeurt gegooid.

### **Eierwippen**

#### Doel

Zoveel mogelijk punten verdienen door met een hoofddeksel eieren te vangen (die gelanceerd worden door een wipconstructie).

#### Regels

1. Bij elke poging staan er 2 deelnemers in de vangzone met een helmconstructie op het hoofd.
2. 1 deelnemer bedient de wip, de andere is vrij om te staan waar hij of zij wil
3. De wip wordt door een deelnemer middels een voet naar beneden gebracht waarbij het ei een vlucht door de lucht maakt.
4. Het ei dient door één van de twee deelnemers gevangen te worden middels de helmconstructie.
5. De helm dient bij het vangen op het hoofd te blijven en mag niet in de handen genomen worden.
6. Per ploeg zijn er 6 pogingen.
7. Ieder ploeglid moet minimaal 1 maal de wip bediend hebben en eenmaal in het veld hebben gestaan als medevanger.

Voor de uitvoering van het reglement is het handig om de ploegleden te laten rouleren van toeschouwer naar wipbediener/vanger naar medevanger naar toeschouwer.

### **Wereldbol spel**

#### Doel

Breng de wereldbol zo snel mogelijk naar het eind van het parcours (met 1 van de spelers bovenop de wereldbol).

#### Regels

1. Er neemt 1 deelnemer plaats bovenop de bal en blijft hier gedurende het hele parcours op zitten.
2. Valt de deelnemer van de bal, dan is dit 5 seconden straftijd per keer.
3. Bij afsnijden volgt diskwalificatie.
4. Elk team krijgt 1 poging.

### **Blaaspijp schieten**

#### Doel

Verzamel zoveel mogelijk punten door met de blaaspijp op de dieren te schieten (zoals de Afrikaanse Jagers).

#### Regels

1. Alle teamleden moeten omstebeurt schieten/blazen.
2. er wordt 10X geschoten.
3. maximaal 3x per persoon.
4. Je probeert zoveel mogelijk punten te scoren door de dieren te raken.

### **Discgolf**

#### Doel

Het doel van Discgolf is om de frisbees zo snel mogelijk in de hole-pole te krijgen. Dit gebeurt door het meerdere keren gooien van de frisbee.

#### Regels

1. Elke speler heeft zijn eigen frisbee.
2. De spelers gooien omstebeurt.
3. Het is niet toegestaan om elkaar te assisteren of hinderen.
4. De uitslag is het totale aantal worpen van alle spelers van het team.
5. Er wordt 1 hole gespeeld.
6. Elke speler moet deelnemen aan dit onderdeel.

### **Touwtrekken**

#### Doel

Trek het andere team voorbij de pionnen door zo hard mogelijk aan het touw te trekken.

#### Regels

1. Beide teams bestaan uit evenveel spelers.
2. Beide teams bestaan uit evenveel mannen en vrouwen. Dus 2 x 2 mannen & 2 vrouwen, of 2x 3 mannen en 2 vrouwen.
3. De teams spelen best of 3, dus je moet 2 keer winnen.
4. De achterste speler mag het touw niet om zijn middel knopen.
5. Bij vals spelen volgt diskwalificatie van die ronde. Je verliest dus 1x maar mag nog wel doorspelen.

### **Levend sjoelen**

#### Doel

Maak zo veel mogelijk punten binnen 10 minuten, door spelers een voor een te laten sjoelen en ze door de poortjes aan het eind van de sjoelbaan te glijden.

#### Regels

1. Er wordt door twee teams tegelijk gespeeld.
2. Beide teams sjoelen om en om een speler door de baan.
3. De volgende speler wordt pas gesjoeld als de voorgaande door een poortje is gegaan of uitgegleden is en van de baan is gegaan.
4. Het is niet toegestaan om de andere teams te saboteren.
5. Het is niet toegestaan om de glijdende speler te assisteren tijdens het glijden.