



Baanregels AV Spirit Lelystad

Door de groei in het ledenaantal van Spirit zijn duidelijke baanafspraken noodzakelijk. Hiermee willen we een veilig gebruik van de atletiekbaan mogelijk maken. Voor de uitvoering van de regels zijn de trainers eindverantwoordelijk.

1. Baan 1 wordt gebruikt voor tempo's.
2. Baan 2 is de inhaal baan, deze blijft altijd vrij.
3. Baan 4 t/m 8 wordt -op het rechte stuk voor de kantine- gebruikt voor de sprintonderdelen.
4. Voor het inhalen, roept de aankomende loper "baan", de voorste loper wordt geacht in zijn baan te blijven, zodat de snelle loper rechts kan inhalen.
5. Indien er een technisch onderdeel op het middenterrein wordt uitgevoerd, wordt er niet over dat gebied gelopen. Oversteken dient te gebeuren achter de discuskooien.
6. Bij stekeligheden wordt er onderling overlegd tussen de trainers.
7. Denk aan elkaar: loop bijvoorbeeld niet dwars door een sprintgroep of loopgroep.
8. Te allen tijde dient iedereen elkaar met respect te behandelen.
9. Ruim spullen na een training op. Dit voorkomt veel overbodige ergernis.

Wij gaan er vanuit dat deze regels worden nageleefd zodat iedereen plezierig en veilig kan trainen.