



# ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

<b>YARIŞMA TARİHİ VE SAATİ</b>	06.03.2026 CUMA / 10:00
<b>YARIŞMA YERİ</b>	SOĞANLI BOTANİK PARK KROS PARKURU
<b>SON KAYIT TARİHİ VE SAATİ</b>	04.03.2026 ÇARŞAMBA / 17:00
<b>İLETİŞİM</b>	<b>Atletizm İl Temsilcisi:</b> Tezcan YILMAZ 05325218329 <b>Bilgi İşlem:</b> Değer MORİNA 05352426260

## Amaç, Kapsam ve Dayanak

**MADDE 1 –** Bu Talimat, Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından Anadolu Yıldızlar Ligi Atletizm ve Kros Atletizm spor dalında düzenlenecek faaliyetlere katılım koşullarının, oyun kurallarının ve yapılacak olan müsabakaların organizasyonuna ilişkin usul ve esasların belirlenmesi amacıyla, Gençlik ve Spor Bakanlığı Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü Görev, Yetki ve Sorumluluk Yönergesine dayanılarak hazırlanmıştır.

## Tanımlar ve Kısaltmalar

**MADDE 2 –** (1) Bu Talimatta geçen;

- ANALİG: Anadolu Yıldızlar Liginin,
  - ANALİG Portal: ANALİG ile ilgili duyurular, sonuçlar, yazılı ve görsel haberlerin yayımlandığı elektronik platformu,
  - Antrenör: Gençlik ve Spor Bakanlığı ve ilgili spor federasyonlarından alınan antrenörlük belgesine sahip kişiyi,
  - Federasyon-TAF: Türkiye Atletizm Federasyonunu,
  - Genel Müdürlük: Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğünü,
  - ISF: Uluslararası Okul Sporları Federasyonunu,
  - İl tertip komitesi: ANALİG faaliyetlerini yürütmek üzere oluşturulan tertip komitesini,
  - Lisans: Spor yapmaya ve yarışmalara katılmaya ilişkin verilen izin belgesini,
  - WA : Dünya Atletizm Birliğini,
- ifade eder.

## Yarışmalara İlişkin Usul ve Esaslar

**MADDE 3-** (1) Yarışmalar, ANALİG Genel Uygulama Talimatına, Genel Müdürlük tarafından öngörülen hükümlere, uluslararası oyun kuralları ve yarışma talimatlarına uygun olarak yapılacaktır.

(2) Yarışmalara ait duyurular ve katılımcı listeleri Genel Müdürlük tarafından belirlenen ve ilan edilen takvim doğrultusunda spor bilgi sistemi ANALİG portalında yayımlanacaktır. Sporcu yarışma kayıtları TAF bilgi yönetim sistemi (bys.taf.org.tr) üzerinden yapılacaktır.

(3) Yarışmalar, Genel Müdürlük tarafından ilan edilen yer ve tarihlerde İl Tertip Komiteleri tarafından gerçekleştirilecektir.

(4) İl dışı çıkış oluru “Spor Faaliyetleri Seyahat Yönergesi”ne göre düzenlenecektir.

(5) Mali konularla ilgili hususlarda, ANALİG Genel Uygulama Talimatının 17’nci maddesine göre işlem yapılır.

(6) Kupa ve madalyalar ANALİG Genel Uygulama Talimatının 14’üncü maddesine göre verilecektir.

(7) Disiplin işlemleri ve itiraz işlemleri ANALİG Genel Uygulama Talimatının 18 ve 19’uncu maddelerine göre yapılır.

(8) Yarışma alanına, sporcu ve antrenörden başkasının girmesine izin verilmeyecektir.

## Yarışma aşamalarının belirlenmesi

**MADDE 4-** (1) Atletizm ile Kros ve Kros Bayrak yarışmaları;



# ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

- a) 1.Etap, 2.Etap ve Türkiye Şampiyonası şeklinde yapılacaktır.
- b) Atletizm yarışmaları kadın ve erkek il karmaları arasında ayrı ayrı yapılacaktır.
- c) Kros ve Kros Bayrak yarışmaları ise kadın, erkek (ayrı ayrı) ve karma takım şeklinde yapılacaktır.
  - ç) 1. Etap yarışmaları 8 grup merkezinde yapılacak ve her grup merkezinde ilk 4'e giren il karmaları bir üst tura çıkacaktır. 2. Etap yarışmaları 4 grup merkezinde yapılacak olup her grup merkezinden 4'er takım olmak üzere toplam 16'şar takım Türkiye Şampiyonalarına katılmaya hak kazanacaktır.
- d) 1. Etap ve 2.Etap haritaları il dağılım listeleri ek-1 ve ek-2'de yer almaktadır.

## **Katılım Koşulları ve Sporcu Sayıları**

**MADDE 5 –** (1) Milli sporcular ile Federasyon tarafından düzenlenen son Türkiye Şampiyonalarında (açık-salon) ilk 3 dereceye giren sporcular il karmalarında yer alamaz.

(2) Federasyon tarafından düzenlenen 2025 Sezonu Eşref Aydın Bölgesel Kros Ligi finalinde kendi kategorilerinde bireysel olarak ilk 3'e giren sporcular il karmalarında yer alamaz.

(3) Atletizm yarışmalarında 1.Etap, 2.Etap ve Türkiye Şampiyonalarına katılacak kadın ve erkek takımları ayrı ayrı olmak üzere en az, kadınlarda 9 erkeklerde 9, en fazla 14'er sporcudan oluşur. (5\*80 m bayrak dahil)

(4) Kros ve Kros Bayrak yarışmalarında 1.Etap, 2.Etap ve Türkiye Şampiyonalarına katılacak kadın ve erkek takımları ayrı ayrı olmak üzere her yaş kategorisi için kadınlarda 4'er (3 asıl + 1 yedek) sporcudan oluşur.

## **Yaş Kategorileri ve Lisans Durumu**

**MADDE 6 –** (1) Atletizm yarışmalarına 2012 (14 yaş), 2013 (13 yaş) ve 2014 (12 yaş) doğumlu sporcular yarışabilecektir. 2015 (11 yaş) doğumlular istedikleri takdirde bir üst yaş grubuna terfi yapabilir.

(2) Kros ve Kros Bayrak yarışmalarına 2012 (14 yaş), 2013 (13 yaş) ve 2014 (12 yaş) doğumlu sporcular katılabilecektir. 2015 (11 yaş) doğumlular istedikleri takdirde bir üst yaş grubuna terfi yapabilir.

(3) TAF Kulüp ve ferdi lisansları ile müsabakalara katılım sağlanacaktır.

## **Atletizm Yarışmalarının Teknik Açıklama ve Kuralları**

**MADDE 7 –** (1) Takımı dereceye giremeyip bireysel olarak, etaplarda ilk 4 dereceyi elde eden sporcular bir üst turda ferdi olarak yarışmaya hak kazanacaklardır.

(2) Etaplarda ilk 4'e giren takımların sporcuları, takım oluşturacak yeterli sayının altına düşmeleri durumunda bir üst tura katılamazlar.

(3) Yarışmaların her aşamasında koşu zamanları elektronik olarak tutulacaktır. Ancak elektronik bulunmayan veya kullanımı sırasında oluşabilecek aksaklıklar nedeniyle zaman el kronometresi ile tutulmuş ise derece gerekli düzenleme yapıldıktan sonra elektronik eklemeler yapılarak elektronik zamana dönüştürülür. Dereceler elektronik zamana dönüştürüldükten sonra puan cetveline işlenir. Bu sonuca göre elde edilecek dereceler ve takım puanları Genel Müdürlüğe gönderilir.

Örnek: El kronometresi ile tutulan zaman

60m:8.58=8.58+0.24=8.82 elektronik olur

80m:10.41=10.41+0.24=10.65 elektronik olur

400m ve üzeri:1.02.35=1.02.35+0.14=1.02.49 elektronik olur.



## ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

Koşu yarışmalarında 200 metre dahil alt branşlara 0.24 salise, 400 metre ve üstü koşu yarışmalarına ise 0.14 salise eklenir. Yarışmalar WA kurallarına ve bu talimatta belirtilen özel hükümlere göre yapılacaktır.

- (4) Koşularda ilk hatalı çıkışta tüm sporculara sarı-siyah kart, daha sonra hatalı çıkış yapan sporcu veya sporculara kırmızı-siyah kart gösterilecek ve diskalifiye edilecektir.
- (5) Müsabakalarda ISF puanlama sistemi esas alınacaktır. ISF puanlama esasına göre yapılan değerlendirmelerde beraberlik durumunda en fazla birincilik, eşitlik halinde en fazla ikincilik, yine eşitse en fazla 3...4...5' lik derecelerine bakılarak sıralama belirlenecektir.
- (6) Yarışmalar aşağıdaki programa göre belirtilen tarihlerde iki gün olarak yapılacaktır. Tertip komitesince yarışmalardan bir gün önce teknik toplantı gerçekleştirilecektir. Takımları temsilen en az 1 kişinin teknik toplantıya katılması zorunludur, toplantıya katılmayan takımlar yapılan değişiklikleri kabul etmiş sayılacaktır.

### (7) Yarışma Branşları ve Günlük Program

Yarışma Günleri	Yıldız Kızlar	Yarışma Günleri	Yıldız Erkekler
1. Gün	60 m	1. Gün	60 m
1. Gün	80 m	1. Gün	80 m
1. Gün	1500 m	1. Gün	2000 m
1. Gün	Uzun Atlama (2 m basma alanı)	1. Gün	Yüksek Atlama
1. Gün	Gülle Atma (2 kg)	1. Gün	Fırlatma Topu
2. Gün	800 m	2. Gün	800 m
2. Gün	80 m Engelli	2. Gün	80 m Engelli
2. Gün	Yüksek Atlama	2. Gün	Uzun Atlama (2 m basma alanı)
2. Gün	Fırlatma Topu	2. Gün	Gülle Atma (3 kg)
2. Gün	5x80 m Bayrak	2. Gün	5x80 m Bayrak

a) Yıldız Kızlar Yüksek Atlama: Çıta yüksekliği 1.10 cm başlayacak ve aşağıdaki gibi arttırılacaktır.

1.10 m	1.15 m	1.20 m	1.25 m	1.28 m	1.31 m	1.34 m	1.37 m	+3 cm>
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

b) Yıldız Erkeklerde Yüksek Atlama: Çıta yüksekliği 1.30 cm başlayacak ve aşağıdaki gibi arttırılacaktır.

1.30 m	1.35 m	1.40 m	1.45 m	1.50 m	1.53 m	1.56 m	1.59 m	+3 cm>
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

c) Yüksek Atlama hariç Atma ve Atlamalarda sporculara direkt 4'er hak verilir.

ç) Uzun Atlama: Hız alma sahası üzerinde atlama havuzundan 2 m. uzaklığa ve havuzun kısa kenarına paralel 60 cm genişliğinde ve 120 cm uzunluğunda en çok 2 cm kalınlığında beyaz toz (kireç ve benzeri) dökülerek bir basma alanı oluşturulacaktır. Bu alan önünden veya gerisinden yapılan atlayışlar geçerli sayılmayacaktır. Ölçüm ayak izine göre yapılacaktır. Basma alanının ilk başladığı yerden itibaren koşu yolu en fazla 26 m olacaktır.

d) Yarışmalarda koşular, atma ve atlamalar için aynı kura çekilir.

e) Orta ve mesafe branşlarında sporcular tek branşta yarışabilir.(Kadınlarda 1500 m veya 800 m, erkeklerde 2000 m veya 800 m bir branş tercih edilecektir.)

f) Sprint branşında 60 metrede yarışan sporcular 80 metrede yarışamazlar.

g) Sporcular bayrak yarışması dahil f ve g bentlerinde belirtilen hükümler dikkate alınarak en çok 2 branşta yarışabileceklerdir.

ğ) 800 m yarışması yay çizgisi üzerinden başlatılacaktır.

h) Bayrak yarışmalarında takımın diskalifiye edilmesi halinde 15 dakika içerisinde yeniden



## ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

bir takım teşkil edilecek, ilk takımında yer alan sporcular ikinci takımında yer alabilecektir. İkinci takımında diskalifiye olması halinde hiçbir surette bir üçüncü şans tanınmaz. 5X80 m bayrak yarışmasında hız alanı kullanılmayacak 30 m içerisinde bayrak değişimi gerçekleştirilecektir.

1) Ağırlık, engel mesafeleri ve yaklaşma koşusu ölçüleri:

BRANŞLAR	YILDIZ KADINLAR	YILDIZ ERKEKLER
FIRLATMA TOPU	80 gr.	80 gr.
GÜLLE ATMA	2 kg.	3 kg.
80 M ENGELLİ (Kadınlar)	Engel Yüksekliği 76,2 cm 1.Eng. Uzaklık 12.00 m Engel arası 7,20 m	Engel Yüksekliği 76,2 cm 1.Eng. Uzaklık 12.00 m Engel arası 7,20 m
80 M ENGELLİ (Erkekler)	Son Engel 17.60 m Engel Sayısı 8 Adet	Son Engel 17.60 m Engel Sayısı 8 Adet
UZUN ATLAMA	2 m basma alanı	2 m basma alanı

### Kros ve Kros Bayrak Yarışmalarının Teknik Açıklama ve Kuralları

**MADDE 8 – (1)** Yarışmalarda uygulanacak olan yaş grupları ve mesafeler aşağıdaki tabloda görüldüğü gibidir.

KATEGORİ	DOĞUM TARİHİ	PUANLAMA	MESAFELER
Kız	2012	3+1	2000 m.
Erkekler	2012	3+1	2500 m.
Kız	2013	3+1	1500 m.
Erkek	2013	3+1	2000 m.
Karma Takım	2014 (2015)	2 Kız – 2 Erkek	4*1000m Bayrak

(2) Yarışmalar 2012 ve 2013 doğumlu sporcular arasında bireysel, 2014 (2015) doğumlu sporcular arasında Karma Kros Bayrak Yarışı şeklinde düzenlenecek olup, iller her yaş grubunda bir takım ile yarışmalara katılacaktır.

(3) Karma takım dışındaki bütün kategorilerde kızlarda ve erkeklerde takımlar en fazla 4 sporcudan oluşacak, ilk 3 sporcunun geliş sırasına göre takım puanı hesaplanacaktır. (Takımlar puanlamaya dahil olan en az 3 sporcu ile yarışmaya katılabilir.) Eşitlik halinde 3. sporcusu önde olan takım sıralamada öne geçecektir. 4x1000m Kros Bayrak Yarışmasında dördüncü sıradaki sporcunun bitirme sırası ve zamanı takım sırasını belirleyecektir.

(4) 2012 ve 2013 doğumlu sporcularda takım puanları ferdi sporcular sıralamadan çıkartılmadan yapılacak ve takımlar en az puan alan takımdan en yüksek puan alan takım sıralamasına göre sıralanacaktır.

(5) Karma takım yarışmasında sporcular kız – erkek – kız – erkek sırası ile koşturulacaktır.

(6) Bayrak değişimleri yarışma parkurunda belirlenmiş olan 20m'lik alanda sporcuların ellerinde taşıdığı bilekliği diğer arkadaşına teslim etmeleri ile yapılacaktır. Değişim alanının dışında ve değişim kurallarına uygun olarak bayrak değişimi yapmayan takımlar diskalifiye edilecektir.



## ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

- (7) Yarışmalara takım sporcuları tek tip forma ile katılacaklardır.
- (8) Yarışmalarda kullanılacak göğüs numaralarını iller kendileri hazırlayacaklardır. Final yarışmalarında kullanılacak göğüs numaraları ise Atletizm Federasyonu tarafından temin edilecektir.
- (9) Bu talimatta açıklaması yapılmayan hususlarda federasyon talimatları geçerli olacaktır.



# ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

Ek-1

## ATLETİZM SPOR DALI / KROS VE KROS BAYRAK YARIŞMALARI 1.ETAP YARIŞMA GRUPLARI HARİTASI VE İL DAĞILIM LİSTESİ



### İLLERİN 1.ETAP GRUPLARINA DAĞILIM ÇİZELGESİ

<b>1. ETAP 1. GRUP</b>	Balıkesir, Bursa, Çanakkale, Edirne, İstanbul, Kırklareli, Kocaeli, Sakarya, Tekirdağ, Yalova	<b>1. ETAP 5. GRUP</b>	Amasya, Bartın, Bolu, Çorum, Düzce, Karabük, Kastamonu, Samsun, Sinop, Zonguldak
<b>1. ETAP 2. GRUP</b>	Afyonkarahisar, Aydın, Bilecik, Denizli, Eskişehir, İzmir, Kütahya, Manisa, Muğla, Uşak	<b>1. ETAP 6. GRUP</b>	Ardahan, Artvin, Bayburt, Erzincan, Erzurum, Giresun, Gümüşhane, Ordu, Rize, Tokat, Trabzon
<b>1. ETAP 3. GRUP</b>	Adana, Antalya, Burdur, Hatay, Isparta, Kahramanmaraş, Karaman, Mersin, Osmaniye	<b>1. ETAP 7. GRUP</b>	Ağrı, Bingöl, Bitlis, Elazığ, Iğdır, Kars, Malatya, Muş, Tunceli, Van
<b>1. ETAP 4. GRUP</b>	Ankara, Aksaray, Çankırı, Kayseri, Kırıkkale, Kırşehir, Konya, Nevşehir, Niğde, Sivas, Yozgat	<b>1. ETAP 8. GRUP</b>	Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Gaziantep, Hakkari, Kilis, Mardin, Siirt, Şanlıurfa, Şırnak

Ek-2



# ANADOLU YILDIZLAR LİĞİ 2026 SEZONU ATLETİZM SPOR DALI / KROS ve KROS BAYRAK TALİMATI

## 2. ETAP YARIŞMA GRUPLARI HARİTASI VE İL DAĞILIM LİSTESİ



### İLLERİN 1.ETAP GRUPLARINA DAĞILIM ÇİZELGESİ

<b>2. ETAP 1. GRUP</b>	Afyonkarahisar, Aydın, Balıkesir, Bilecik, Bursa, Çanakkale, Denizli, Edirne, Eskişehir, İstanbul, İzmir, Kırklareli, Kocaeli, Kütahya, Manisa, Muğla, Sakarya, Tekirdağ, Uşak, Yalova	<b>2. ETAP 3. GRUP</b>	Amasya, Ardahan, Artvin, Bartın, Bayburt, Bolu, Çorum, Düzce, Erzincan, Erzurum, Giresun, Gümüşhane, Karabük, Kastamonu, Ordu, Rize, Samsun, Sinop, Tokat, Trabzon, Zonguldak
<b>2. ETAP 2. GRUP</b>	Adana, Ankara, Aksaray, Antalya, Burdur, Çankırı, Hatay, Isparta, Kahramanmaraş, Karaman, Kayseri, Kırıkkale, Kırşehir, Konya, Mersin, Nevşehir, Niğde, Osmaniye, Sivas, Yozgat	<b>2. ETAP 4. GRUP</b>	Adıyaman, Ağrı, Batman, Bingöl, Bitlis, Diyarbakır, Elazığ, Gaziantep, Hakkari, Iğdır, Kars, Kilis, Malatya, Mardin, Muş, Siirt, Şanlıurfa, Şırnak, Tunceli, Van