

PİST İL BİRİNCİLİĞİ YARIŞMALARI
Yarışma Statüsü
04-05 NİSAN 2026



<i>YARIŞMA YERLERİ</i>	<i>ZAFER ATICILAR OLİMPİK ATLETİZM PİSTİ</i>
<i>YARIŞMA TARİHİ-BAŞLAMA SAATİ</i>	04-05 NİSAN 2026 10:00
<i>YARIŞMA KAYIT</i>	<i>bursaatletizm.org.tr de bulunan link üzerinden Online kayıt yapılacaktır. Son kayıt tarihi 02 NİSAN 2026 Saat:17:00</i>
<i>TEKNİK TOPLANTI:</i>	<i>Yapılmayacak</i>

- 1- Yarışmalar, WA Yarışma ve Teknik Kuralları ile bu statüde yer alan maddelere uygun olarak yapılacaktır.
- 2- Yarışmalar **04-05 NİSAN 2026 tarihinde**, www.bursaatletizm.org.tr deki link üzerinden kayıtların en geç **02 NİSAN 2026 saat 17.00** a kadar yapmaları gerekmektedir.
- 3- Sporcular yarışmalara **2025-2026 yılı vizelilisansları** ile katılacaklardır. Kulüp/Okul ya da ferdi lisansı olmayan sporcular yarışmaya alınmayacaktır. **Protestolu** yarışmalarına izin verilmeyecektir.
- 4- **Bir sporcu en fazla 2 branşta yarışabilecektir.**
- 5- Yarışmalarda ferdi kayıt yapılacaktır.
- 6- **Doktor onayı olmadan Yarışma günü kesinlikle yeni kayıt ve branş değişikliği yapılmayacaktır.**
- 7- Her yarışmacıya bir adet göğüs numarası verilecektir. Numara, yarışmalar tamamlanana kadar yarışma formasının ön tarafına takılmalıdır. Atlama branşlarında sporcular numaralarını yarışma formasının önüne veya arkasına takabilirler.

Yarışmalar:

- a) U14-U16-U18-U20 ve Büyükler kategorilerinde kız ve erkek sporcular arasında olarak yapılacaktır.
- b) Sporcular yarışmalara ferdi olarak katılacaklardır.

Kategoriler ve Doğum tarihleri:

Kategoriler	Doğum Yılları	Yarışabilecekleri Üst Kategori
U14	2013-2014	2015
U16	2011-2012	2013
U18	2009 – 2010	2011-2012
U20	2007 – 2008	2009 – 2010
Büyükler	2006 doğumlular ve daha büyükler	

TAF Yarışma Talimatı hükümleri uyarınca; - 2015 doğumlu sporcular istedikleri takdirde U14 kategorisinde yarışabilirler. 2013 doğumlu sporcular U16 da yarışmalara katılabilir, 2009 - 2010 doğumlu sporcular istedikleri takdirde büyükler (Gülle Hariç) veya U20 kategorisinde yarışabilirler. 2011 – 2012 doğumlu sporcular istedikleri takdirde U18 kategorisinde yarışabilirler.

U14

Yarışmalar iki gün olarak aşağıdaki tabloda belirtilen branşlarda ve günlerde yapılacaktır. Yarışma günlerinde Teknik Delege kararıyla değişiklik yapılabilir.

U14 YAŐ ALTI KIZLAR		U14 YAŐ ALTI ERKEKLER	
1. GÜN	2.GÜN	1. GÜN	2.GÜN
60 METRE	GÜLLE ATMA 2KG	60 METRE	GÜLLE ATMA 3 KG
FIRLATMA TOPU	1000 METRE	FIRLATMA TOPU	1000 METRE
YÜKSEK ATLAMA	UZUN ATLAMA	YÜKSEK ATLAMA	UZUN ATLAMA
200M	200 METRE ENGEL	200 M	200 METRE ENGEL
60 METRE ENGEL		60 METRE ENGEL	

Fırlatma topu ve Uzun atlama branşında, yarışmacılar direk dört deneme yapacaktır.

Uzun atlamada basma tahtası kullanılmayacak, sıçramalar 60 cm genişliğinde kireçle boyanmış ya da beyaz bantla kaplanmış zeminden yapılacaktır. Sıçrayışını beyaz basma alanı içerisinde yapmayan sporcunun atlayışı geçersizdir ve foul olarak kaydedilir.

Uzun atlamada basma alanının kum havuzuna olan uzaklığı 1.5 metre olacaktır. Sporcuların basma tahtasına koşma mesafesi **26m ile sınırlandırılacaktır.**

800 metre yarışmaları **kulvarsız** bir yay çizgisinden başlatılacaktır.

U14;Koşularda "sıfır tolerans" kuralı uygulanmayacak olup, ilk hatalı çıkışta tüm yarışmacılara sarı/siyah kart gösterilecek, sonraki çıkışta hata yapan sporcu(lar) diskalifiye edilecektir.

Yüksek atlama branşının başlangıç yükseklikleri ve çıta yükselme aralıkları aşağıda belirtilmiştir. Ancak yarışmalar esnasında son üç sporcunun anlaşması halinde çıta yüksekliği değiştirilebilir.

YÜKSEK ATLAMA

KIZLAR U14	1.05m	1.10m	1.15m	1.20m	+5	1.38m	1.41m	1.44m	1.47m	+2cm
ERKEKLER U14	1.10m	1.15m	+5cm	1.55m	1.58m	1.61m	1.64m	1.67m	+2cm	

KATEGORİ	MESAFE	ENGEL YÜKSEKLİĞİ	1.ENGEL	ENGEL ARASI	SON ENGEL	ENGEL SAYISI
U14 KIZLAR	60m engel	En düşük	12m	7.50m	10.50m	6
U14 KIZLAR	200m engel	En düşük	20m	35m	40m	5
U14 ERKEKLER	60m engel	En düşük	12m	7.50m	10.50m	6
U14 ERKEKLER	200m engel	En düşük	20m	35m	40m	5

U16

TEKNİK KONULAR

- Uzun, üç adım, gülle cirit Disk Çekiç yarışmalarında tüm yarışmacılar direk dört deneme yapacaktır.
- Uzun atlama, kız ve erkeklerde kum havuzuna 1,5 metre uzaklıktaki 60 cm. basma alanından, üç adım atlama **kızlarda 7**

– 9 metrelik, erkelerde 9 – 11 metrelikuzaklıktaki 60 cm. basma alanı içerisinde yapılacak. Bu branşlarda koşu yolu mesafesi basma noktasına 26 m ile sınırlandırılacaktır.

3. Atma branşlarında kendi malzemeleri ile yarışacak olan sporcular, kullanacakları malzemeyi yarışmanın çağrı odası saatinden 1 saat öncesinden teknik direktöre teslim edecektir.
4. U16; Koşularda “sıfır tolerans” kuralı uygulanmayacak olup, ilk hatalı çıkışta tüm yarışmacılara sarı/siyah kart gösterilecek, sonraki çıkışta hata yapan sporcu(lar) diskalifiye edilecektir.
5. Dikey atlama yarışmalarında birinciliğin eşitliği durumunda baraj atlayışları sonucunda birinci tespit edilir. Ara sıralamalar (3.-4.-5.-vb) için baraj atlayışı yapılmaz.

6. 800 metre yarışmaları **kulvarsız** bir yay çizgisinde başlatılacaktır.

Yarışmalar iki gün olarak aşağıdaki tabloda belirtilen branşlarda ve günlerde yapılacaktır. Yarışma günlerinde ve branşlarında değişiklik yapılmayacaktır.

U16 KIZLAR		U16 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
100 METRE	300 METRE ENGEL	100 METRE	300 METRE ENGEL
1500 METRE	800 METRE	1500 METRE	800 METRE
UZUN ATLAMA	YÜKSEK ATLAMA	UZUN ATLAMA	YÜKSEK ATLAMA
GÜLLE ATMA 3 KG	ÜÇ ADIM ATLAMA	CİRİT ATMA 600 GR	ÜÇ ADIM ATLAMA
DİSK ATMA 750 GR	CİRİT ATMA 400 GR	GÜLLE ATMA 4 KG	DİSK ATMA 1 KG
300 METRE	ÇEKİÇ ATMA 3 KG	300 METRE	ÇEKİÇ ATMA 4 KG
100 METRE ENGEL		100 METRE ENGEL	

YÜKSEK ATLAMA

KIZLAR	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	+3
ERKEKLER	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	+3

Engelli koşullarda uygulanan ölçüler aşağıdadır;

KATEGORİ	MESAFE	ENGEL YÜKSEKLİĞİ	1.ENGEL	ENGEL ARASI	SON ENGEL	ENGEL SAYISI
U16 KIZLAR	100m engel	0.762m	13.00m	8.00m	15.00m	10
U16 KIZLAR	300m engel	0.762m	50m	35m	40m	7
U16 ERKEKLER	100m engel	0.838m	13.00m	8.50m	10.50m	10
U16 ERKEKLER	300m engel	0.762m	50m	35m	40m	7

U18

TEKNİK KONULAR _____:

1. Yarışmalar iki gün olarak aşağıdaki tabloda belirtilen branşlarda ve günlerde yapılacaktır. Yarışma günlerinde ve branşlarında değişiklik yapılmayacaktır.

U18 KADINLAR		U18 ERKEKLER	
1. GÜN	2. GÜN	1. GÜN	2. GÜN
100 METRE	200 METRE	100 METRE	200 METRE
1500 METRE	400 METRE ENGEL	1500 METRE	800 METRE
SIRIKLA ATLAMA	800 METRE	YÜKSEK ATLAMA	UZUN ATLAMA
GÜLLE ATMA 3 KG	3000 METRE	ÜÇ ADIM ATLAMA	GÜLLE ATMA 5 KG
UZUN ATLAMA	ÜÇ ADIM ATLAMA	CİRİT ATMA 700 GR	400 METRE ENGEL
400 METRE	YÜKSEK ATLAMA	400 METRE	3000 METRE
DİSK ATMA 1 KG	CİRİT ATMA 500 GR	ÇEKİÇ ATMA 5 KG	DİSK ATMA 1,5 KG
100 METRE ENGEL	ÇEKİÇ ATMA 3 KG	110 METRE ENGEL	SIRIKLA ATLAMA

Yatay atlamalar ve atma yarışmalarında sporculara altı (6) atlayış ve atış yapacaklar. Sporcu sayısı sekizden fazla ise ilk üç (3) atış ve atlayışlar sonrasında **ilk sekiz sırada yer alan sporcular üç (3) deneme daha yapacaktır.**

Üç adım atlamada kadınlarda basma tahtasının kum havuzuna olan **uzaklığı 7 - 9 metre, erkeklerde 9-11 metredir.**Sporcular yarışma boyunca, atlayışa başladıkları mesafedeki basma alanını kullanmak zorundadır.

800 metre yarışmaları **kulvarsız** bir yay çizgisindebaşlatılacaktır.

U18Koşularda “sıfır tolerans” kuralı uygulanacak olup, ilk hatalı çıkışta sporcu diskalifiye edilecektir

Yüksek atlama ve sırikla atlama branşlarının başlangıç yükseklikleri ve çita yükselme aralıkları aşağıda belirtilmiştir. Ancak yarışmalar esnasında son üç sporcunun anlaşması halinde çita yüksekliği değiştirilebilir.

YÜKSEK ATLAMA U18 KADINLAR VE ERKEKLER

KADIN	1.30Mm	1.35m	1.40m	1.45m	1.50m	1.55m	+3cm
ERKEK	1.50m	1.55m	1.60m	1.65m	1.70m	1.75m	+3cm

SIRIKLA ATLAMA U18 KADINLAR VE ERKEKLER

KADIN	2.00m	2.20m	2.40m	2.60m	2.80m	3.00m	+10
ERKEK	2.60m	2.80m	3.00m	3.20m	3.40m	3.60m	+10

Engelli koşularda uygulanan ölçüler aşağıdadır;

KATEGORİ	MESAFE	ENGEL YÜKSEKLİĞİ	1.ENGEL	ENGEL ARASI	SON ENGEL	ENGEL SAYISI
U18 KIZLAR	100 eng	0.762m	13.00m	8.50m	10.50m	10 engel
U18 ERKEKLER	110 eng	0.914m	13.72m	9.14m	14.02m	10 engel
U18 KIZLAR	400 engel	0.762m	45.00m	35.00m	40.00m	10 engel
U18ERKEKLER	400 engel	0.838m	45.00m	35.00m	40.00m	10 engel

U20

TEKNİK KONULAR _____ :

1. Yarışmalar iki günde ve aşağıdaki tabloda belirtilen branşlarda yapılacaktır.

KADINLAR		ERKEKLER	
1. GÜN	2.GÜN	1. GÜN	2.GÜN
100 METRE		100 METRE	
400 METRE	200 METRE	400 METRE	200 METRE
1500 METRE	400 METRE ENGEL	1500 METRE	400 METRE ENGEL
ÜÇ ADIM ATLAMA	800 METRE	UZUN ATLAMA	800 METRE
SIRIKLA ATLAMA	3000 METRE	YÜKSEK ATLAMA	3000 METRE
GÜLLE ATMA 4 KG	UZUN ATLAMA	CİRİT ATMA 800 GR	ÜÇ ADIM ATLAMA
DİSK ATMA 1 KG	YÜKSEK ATLAMA	ÇEKİÇ ATMA 6 KG	SIRIKLA ATLAMA
100 METRE ENGEL	CİRİT ATMA 600 GR	110 METRE ENGEL	GÜLLE ATMA 6 KG
	ÇEKİÇ ATMA 4 KG		DİSK ATMA 1,750 GR

Yatay atlamalar ve Gülle, Çekiç, Disk, Cirit atma branşlarında, yarışmacı sayısı sekizden fazla ise, ilk üç atlayış/atış sonrasında ilk sekiz sırada yer alan sporcular**üç deneme daha yapacaktır.**

Üç adım atlama branşında basma tahtasının kum havuzuna uzaklığı kadınlarda **9-11 metre**, erkeklerde **11-13 metre** olup, sporcular yarışma boyunca, atlayışa başladıkları mesafedeki basma alanını kullanmak zorundadır.

U20 ve Büyükler; Koşularda “sıfır tolerans” kuralı uygulanacak olup, ilk hatalı çıkışta sporcu diskalifiye edilecektir

800 metre yarışmaları **kulvarsız** bir yay çizgisinde başlatılacaktır.

Yüksek atlama ve sıırıkla atlama branşlarında uygulanacak başlangıç yükseklikleri ve çita yükselme aralıkları aşağıda belirtilmiştir.

YÜKSEK ATLAMA

KADIN	1.40m	1.45m	1.50m	1.55m	1.60m	1.65	+3	
ERKEK	1.65m	1.70m	1.75m	1.80m	1.85m	1.90	1.95	+3

SIRIKLA ATLAMA

KADIN	2.20m	2.40m	2.60m	2.80m	3.00m	3.20m	3.40m	+10cm
ERKEK	3.00m	3.20m	3.40m	3.60m	3.80m	4.00m	+10	

Engelli koşularda uygulanan ölçüler aşağıdadır;

KATEGORİ	MESAFE	ENGEL YÜKSEKLİĞİ	1. ENGEL	ENGEL ARASI	SON ENGEL	ENGEL SAYISI
U20 KIZLAR	100 eng	0.838m	13.00m	8.50m	10.50m	10 engel
U20 ERKEKLER	110 eng	0.991m	13.72	9.14	14.02	10 engel
U20 KIZLAR	400 engel	0.762m	45.00m	35.00m	40.00m	10 engel
U20 ERKEKLER	400 engel	0.914m	45.00m	35.00m	40.00m	10 engel

Büyükler

Yarışmalar iki günde ve aşağıdaki tabloda belirtilen branşlarda yapılacaktır.

KADINLAR		ERKEKLER	
1. GÜN	2.GÜN	1. GÜN	2.GÜN
100 METRE	200 METRE	100 METRE	200 METRE
400 METRE	800 METRE	400 METRE	800 METRE
1500 METRE	ÇEKİÇ ATMA 4 KG	1500 METRE	GÜLLE ATMA 7,260 GR
GÜLLE ATMA 4 KG	CİRİT ATMA 600 GR	CİRİT ATMA 800 GR	DİSK ATMA 2 KG
DİSK ATMA 1 KG	UZUN ATLAMA	ÇEKİÇ ATMA 7,260 GR	ÜÇ ADIM
ÜÇ ADIM	400m ENGEL	UZUN ATLAMA	400m ENGEL
SIRIKLA ATLAMA	YÜKSEK ATLAMA	YÜKSEK ATLAMA	SIRIKLA ATLAMA
100m ENGEL		110m ENGEL	

Gülle, Çekiç, Disk, atma branşlarında, yarışmacı sayısı sekizden fazla ise, ilk üç atlayış/atış sonrasında ilk sekiz sırada yer alan sporcular **üç deneme daha yapacaktır.**

Yüksek atlama ve sıırıkla atlama branşlarında uygulanacak başlangıç yükseklikleri ve çita yükselme aralıkları aşağıda belirtilmiştir.

Yüksek Atlama BÜYÜK KADINLAR 1.50m +5cm 1.80m +3cm 1.92m +2cm
Yüksek Atlama BÜYÜK ERKEKLER 1.80m +5cm 2.10m +3cm 2.22m +2cm
Sırııkla Atlama BÜYÜK KADINLAR 3.20m +20m 3.60m +10cm 4.40m +5cm
Sırııkla Atlama BÜYÜK ERKEKLER 4.20m +20cm 4.60m +10cm 5.40m +5cm

Engelli koşularda uygulanan ölçüler aşağıdadır;

BÜYÜK KADIN 100m 83.8cm 13.00m. 8.50 m. 10.50 m. 10 adet
BÜYÜK ERKEK 110m 106.7cm 13.72m. 9.14 m. 14.02 m. 10 adet
BÜYÜK KADIN 400m 76.2cm 45 m. 35 m. 40 m. 10 adet
BÜYÜK ERKEK 400m 91.4cm 45 m. 35 m. 40 m. 10 adet

ÖDÜL

Branşlarında **ilk Üç** sırayı alan sporculara madalyaları GENÇLİK SPOR İL MÜDÜRLÜĐÜ tarafından verilecektir.

HÜKÜM BULUNMAYAN HALLER

- 1. Yarışma statüsü dışında kalan hususlarla ilgili TAF talimatları geçerlidir.**
- 2. TAF talimatlarında hükmü bulunmayan hallerde İHK Kurulu kararı geçerlidir.**

Teknik Delege: ASLI KAHRAMAN 0530 340 36 15

Deđer MORİNA
Bilgi İşlem
0535 242 62 60

Tepecan YILMAZ
TAF Bursalı Temsilcisi
0532 521 83 29

www.bursaatletizm.org