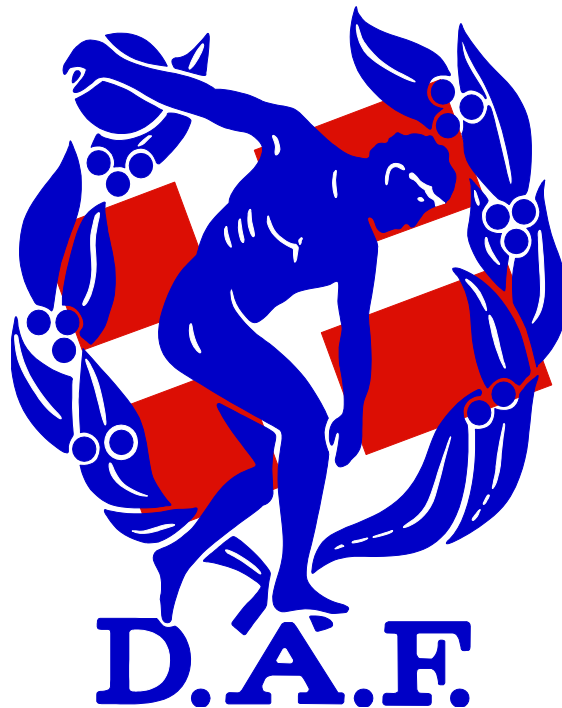


Dansk Atletik Forbund



Afsnit 14

Forbundsmappe

Masters-bestemmelser

Sæson 2017

Dato	Changes / Ændringer
12.marts 2009	
10.oktober 2009	Veterankonference
1.maj 2010	Veterankonference 2009 Fejl i nummerering rettet
25. oktober 2010	Veterankonference 9. oktober 2011
30. april 2011	Tilrettet med økonomiske henvisninger
15. oktober 2011	Tilrettet efter konference 8. oktober 2011
18. januar 2012	Tilrettet standartopstilling 2012
27. marts 2013	Tilrettet efter Veterankonference 2012
23. januar 2014	Efter konference 2013
19. december 2014	Efter konference 2014
November 2016	Efter årsmøde 2015 og Masters komite-rettelser 2016

Indholdsfortegnelse

- 14,1 Generelle Masters-bestemmelser
- 14.1.5 Aldersklasser
- 14.1.14 Medaljer
- 14.1.17 Protest
- 14.1.18 Startnummer
- 14.1.20 Tilmelding - se: (11.1.1 til 11.1.9)
- 14.1.23 Afbud - se: (11.2.1 til 11.2.7)
- 14.1.24 Efteranmeldelser - se: (11.3.1 til 11.3.3)
- 14.1.25 Afkrydsning - se: (11.4.1 til 11.4.7)
- 14.1.26 Startpenge - se: (11.5.1)
- 14,2 Masters øvelser for kvinder og mænd
- 14.2.4 Forkortelser
- 14.3.1 Oversigt over hækkehøjder ude
- 14.3.7 Kasteredskaber
- 14.3.8 Oversigt over hækkehøjder inden
- 14,4 DM ude for masters
- 14.4.4 Deltagelse
- 14.4.6 Afvikling
- 14.4.14 Øvelsesrække DM ude for masters
- 14.4.18 DM Stafetter, holdløb, samt tekniske oplysninger
- 14.4.21 Manual til "Store" DM for masters
- 14.4.23 Vejledende tidsskema - lørdag
- 14.4.24 Vejledende tidsskema - søndag
- 14,5 DM Inde for masters
- 14.5.3 Manual til DM Inde for masters
- 14,6 DM Cross og Landevej for Masters
- 14.6.4 Manual til DM cross og landevej for masters
- 14,7 Øst- / vestmesterskaber for masters
- 14.7.5 Stafetter, holdløb, samt tekniske oplysninger for masters
- 14.7.8 Mesterskaber øst- /vest Inde for masters
- 14,8 Regler og bestemmelser for masters-turnering
- 14.8.3 DM Finale masters-turnering
- 14.8.7 Økonomi masters-turnering
- 14.8.8 Vejledende tidsskema til indledende runde masters-turnering
- 14.8.9 Vejledende tidsskema til finale runde masters-turnering
- 14,9 Masters komiteens statutter
- 14.10 **Rules for Nordic Masters Championships in Athletics**
- 14.11 Nordic Masters Championship - outdoor
- 14.12 Nordic Masters Championship - indoor
- 14.13 Nordic Masters Championship - approval
- 14.14 Internationale mesterskaber for masters
- 14.15-16 Anti-Doping - orientering

14.1 Generelle Masters-bestemmelser

- 14.1.1 Masters-arbejdet varetages af DAF's masters komite.
- 14.1.2 De idrætslige bestemmelser er anført i DAF's Atletikreglement (*Afsnit 10 i FM*), og nedenstående er et supplement hertil.
- 14.1.3 Konkurrencer for kvindelige og mandlige masters afholdes i stort set samme øvelser som for seniorer, men med redskaber, distancer og hæk - bestemmelser som anført på de efterfølgende sider.
- 14.1.4 Bestemmelser om startret og klubskifte findes i DAF's Love (§ 6) og (*Afsnit 9 i FM*).

Note: Kun danske statsborger kan slå dansk rekord (*Afsnit 09.2*)

Aldersklasser

- 14.1.5 Inddelingen i aldersklasse sker på grundlag af den alder, vedkommende opnår i det pågældende kalenderår. Således skal alle, der er født i samme år, starte i samme aldersklasse, uanset hvilken måned de er født i.

- 14.1.6 Masters inddeles i Danmark i følgende aldersklasser:

		EDB kode
Kvinder / mænd	30-34 år	K30 / M30
Kvinder / mænd	35-39 år	K35 / M35
Kvinder / mænd	40-44 år	K40 / M40
Kvinder / mænd	45-49 år	K45 / M45
Kvinder / mænd	50-54 år	K50 / M50
Kvinder / mænd	55-59 år	K55 / M55
Etc.	Etc.	Etc.

- 14.1.7 Ved Nordiske Mesterskaber for masters er yngste aldersklasse for såvel kvinder som mænd 35-39 år. I øvrigt følges de danske forhold.
- 14.1.8 Ved Europamesterskaber og Verdensmesterskaber for masters er yngste aldersklasse for kvinder og mænd 35-39 år.
- 14.1.9 Der er dog åbnet mulighed for, at præ-masters (*30-34 år*) kan inviteres til mesterskaber under EVAA. Arrangøren afgør, hvilke øvelser, der tilbydes.
- 14.1.10 Ved mesterskaber under EVAA og WMA deltager man i den aldersgruppe, man tilhører på første konkurrencedag og ikke 1. januar som i Norden.
- 14.1.11 Ved VDM skal der startes i den naturlige aldersklasse, også i holdløb, men på 1.000 m stafet startes der i den aldersklasse, som yngste deltager på stafeholdet tilhører (*14.4.18*).
- 14.1.12 Det er tilladt at starte i såvel senior-, som masters-koncurrencer i samme kalenderår, også når dette sker ved samme arrangement.
- 14.1.13 **Statistik.dk** danner grundlag for Årsstatistik og ranglister for de forskellige aldersklasser for masters.

Medaljer

- 14.1.14 Vinderen ved danske Masters-mesterskaber modtager DAF's guldmedalje, nr. 2 og 3 i konkurrencen modtager hhv. sølv og bronze.
- 14.1.15 I stafet- og holdløb gives der medaljer til hver deltager på de tre bedst placerede hold.

Protest

- 14.1.17 Såfremt der i en øvelse er indgivet protest jvf. Atletikreglementets afsnit *(R.146)* må arrangøren ikke uddele medaljer, før juryen har færdigbehandlet protesten. Dette gælder dog ikke, hvis protesten ikke har betydning for de tre første placeringer.

Startnummer

- 14.1.18 Såfremt der kun uddeles ét startnummer, skal det bæres som følger: I løb der slutter på inddelt bane, og i alle kast skal det bæres på ryggen. I alle andre løb på brystet. I højde- og stangspring er det valgfrit. I længde- og trespring bæres det på brystet.
- 14.1.19 Startnummeret må ikke tildækkes eller foldes på nogen måde *(R.143.8)*.

Tilmelding

- 14.1.20 Se fællesbestemmelser: Tilmelding: *(11.1.1 til 11.1.9)*.
- 14.1.21 Til DMV er der fri tilmelding.
- 14.1.22 Masters komite kan indføre kvalifikations krav til DMV.

Afbud

- 14.1.23 Se fællesbestemmelser: Afbud: *(11.2.1 til 11.2.7)*.

Efteranmeldelse

- 14.1.24 Se fællesbestemmelser: Efteranmeldelse: *(11.3.1 til 11.3.3)*.

Afkrydsning

- 14.1.25 Se fællesbestemmelser: Afkrydsning: *(11.4.1 til 11.4.7)*.

Startpenge

- 14.1.26 Se fællesbestemmelser: Startpenge: *(11.5.1)*.

14.2 Masters øvelser for kvinder og mænd

14.2.1 Øvelser og fordeling til Masters DM, kan ses: (14.4)

14.2.2	Øvelser, ude	Kvindelige masters Klasser	Kommentar	Mandlige masters DM	Klasser	Kommentar	DM
	100 m	Alle		L	Alle		L
	200 m	Alle		S	Alle		S
	400 m	Alle		L	Alle		L
	800 m	Alle		S	Alle		S
	1.500 m	Alle		L	Alle		L
	5.000 m	Alle		S	Alle		S
	10.000 m + hold	Alle	3 deltagere	Ba	Alle	3 deltagere	Ba
	10 km landevej + hold	Alle	3 deltagere	La	Alle	3 deltagere	La
	Halvmaraton + hold	Alle	3 deltagere	La	Alle	3 deltagere	Lv
	Maraton + hold	Alle	3 deltagere	La	Alle	3 deltagere	Lv
	100 km landevej	Alle		La	Alle		Lv
	24 timers løb	Alle		La	Alle		Lv
	2.000 m forhindring	K30-65	14.3.1	L	M60>	14.3.1	L
	3.000 m forhindring	-		-	M30-55	14.3.1	L
	Cross 4 km + hold	Alle	3 deltagere	Cr	Alle	3 deltagere	Cr
	Cross 8 km + hold	Alle	3 deltagere	Cr	-		-
	Cross 10 km + hold	-	-	-	Alle	3 deltagere	Cr
	Kort hæk	Alle	14.3.1	L	Alle	14.3.1	L
	Lang hæk	Alle	14.3.1	S	Alle	14.3.1	S
	Højdespring	Alle		S	Alle		S
	Stangspring	Alle		L	Alle		L
	Længdespring	Alle		S	Alle		L
	Trespring	Alle		L	Alle		S
	Kuglestød	Alle	14.3.7	L	Alle	14.3.7	L
	Diskoskast	Alle	14.3.7	S	Alle	14.3.7	S
	Spydkast	Alle	14.3.7	S	Alle	14.3.7	S
	Hammerkast	Alle	14.3.7	L	Alle	14.3.7	L
	Vægtkast	Alle	14.3.7	L	Alle	14.3.7	L
	1.000 m stafet	Alle		L	Alle		L
	10-kamp	Alle	Som senior	-Alle	Som senior		MK
	Kaste 5-kamp	Alle	H-K-D-S-V	KM	Alle	H-K-D-S-V	KM
14.2.3	Øvelser, inde	Kvindelige masters Klasse	Kommentar	- DM	Mandlige masters Klasse	Kommentar	- DM
	50 / 60 m	Alle		X	Alle		X
	50 / 60 m hæk	Alle		X	Alle		X
	Højdespring	Alle		X	Alle		X
	Stangspring	Alle		X	Alle		X
	Længdespring	Alle		X	Alle		X
	Kuglestød	Alle		X	Alle		X
	3 kamp	Alle	50/60 m, længde, kugle	X	-		-
	3 kamp	-		-	Alle	50/60 m, længde, kugle	X

Mangekamp, kvinder

Alle 50/60 m hæk, højde, kugle, længde, 800 m

Mangekamp, mænd

Alle 50/60 m hæk, højde, kugle, længde, 1.000 m

Masters DM inde skal så vidt muligt tildeles arrangører med rundbaneløb og hævet sving. Øvelsesrækken samt fordeling af øvelser på dagene følger i så fald seniorbestemmelserne (afsnit 13,3.50)

Forkortelser

14.2.4 **L** og **S**: På bane over en weekend. **L** står for lørdag og **S** for søndag.

Ba: 10.000 m holdes sammen med senior.

La og **Cr**: Holdes sammen med og i Vinter Turnering

Lv: Afholdes sammen med motionsløb, på samme distance.

MK og **KM**: Holdes sammen med ungdom og senior i egne stævner. (kan deles)

- Blank felt

DM arrangementer - øvelsesrække DM masters ude

14.4 DM masters ude

- 14.4.1 DAF's Kalenderprojektgruppe fastlægger i samarbejde med DAF's kontor dato for afvikling af samtlige masters mesterskaber. Mesterskabsstævner arrangeres af DAF's masters komite i samarbejde med den arrangerende klub.
- 14.4.2 Masters Komiteen udpeger et eller flere medlemmer af masters komite til at varetage kontakten til de enkelte mesterskabsarrangementer. Kontaktpersonen er ansvarlig for kommunikationen mellem masters komite og det af arrangørerne nedsatte arrangementsudvalg, ifølge Atletikreglementet, *(R.121)*
- 14.4.3 Kontaktpersonen skal specielt tilse, at arrangementerne afvikles på en idrætslig forsvarlig måde og tilrettelægges på en for publikum og presse tilfredsstillende vis.

Deltagelse

- 14.4.4 Mesterskabets annonce skal være offentliggjort på nettet med link fra DAF's hjemmeside eller ved skrivelse til foreningerne. Desuden skal annoncen bringes på klubbens hjemmeside, hvis en sådan findes.
- 14.4.5 Udenlandske statsborgere kan frit deltage i masters-mesterskaber, såfremt de er medlem af en forening under DAF og har haft fast bopæl i Danmark i de forudgående 6 måneder.

Note: Har været tilmeldt Folkeregisteret eller tilsvarende offentlig myndighed.

- 14.4.5.1 Udenlandske atleter, der ikke opfylder 14.4.5, kan deltage som gæster uden mulighed for at placere sig ved Master-DM og vinde medaljer.
- 14.4.5.1 Gæsterne vil ikke kunne optage plads i semifinaler og finaler, hvis det samtidig betyder, at de regulære deltagere herved udelukkes fra samme.

Afvikling

- 14.4.6 Hvis der skal bruges overdommer, udpeges denne af kontaktpersonen. Hvis der skal nedsættes en jury, udpeges de 2 medlemmer af stævnets kontaktperson, den tredje af arrangørforeningen. Arrangørforeningen betaler, efter nærmere aftale, rejseudgifter og ophold til DAF's repræsentanter i ovennævnte funktioner.
- 14.4.7 Ved Store DM for masters kan det af DAF's masters komite udarbejdede vejledende tidsskema benyttes. Arrangøren udarbejder et tidsskema for stævnet, som skal godkendes af DAF's tekniske kontaktperson og masters komite i god tid inden mesterskabet (svarende til to måneder før). Tidsskemaet udsendes/offentliggøres sammen med invitationen i Kalenderen. Det endelige tidsskema udarbejdes af arrangørerne og må kun indeholde mindre justeringer efter antallet af tilmeldte. Omrokeringer i øvelserne må kun forekomme efter godkendelse af DAF's masters komite.

Note: Atletikreglementet følges med følgende afvigelser:

Der tilføjes: Stående start tillades, og deltageren må bruge startblok som støtte for den ene fod.

For masters gælder følgende: En deltager, der foretager en falsk start, skal advares (gult kort). Hvis en deltager er ansvarlig for 2 falske starter, skal vedkommende diskvalificeres (rødt kort).

- 14.4.8 Kun resultater opnået i indeværende sæson og optaget på **Statletik.dk**, kan bruges ved tilmelding til Masters-DM.
- 14.4.9 Der seedes ud fra årsranglisten på **Statletik.dk**, som skal angives på tilmeldingen. Deltagere, der ikke har opnået resultater ud fra foranstående, skal seedes uden resultat.
- 14.4.10 På 100 m samt kort hæk løbes indledende heats, hvorfra heatvindere + bedste tider går til finalen. Der kan være indtil 8 deltagere i finalen.
- 14.4.11 I løb fra 200 m til 400 m (*incl. hæk*) samt i stafetløb løbes indledende heats, hvorfra heatvindere + bedste tider går til finalen. Der kan være indtil 8 deltagere/hold i finalen. På 800 m og 1.500 m går heatvindere + bedste tider til finalen. Der kan være 9 respektive, 12 i finalen.

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

- 14.4.12 I længde- og trespring kan der opstilles finalekrav, og alle, der klarer finalekravet, kommer til finalen. Hvis færre end 8 klarer finalekravet, kommer de 8 bedste til finalen. Ved max 10 deltagere i øvelsen, afvikles direkte finale på tidspunktet for finalen.
- 14.4.13 Finalekrav kan opstilles i de tekniske øvelser.
Springhøjder: Højdespring 3 cm og stangspring 10 cm. Starthøjder aftales med deltagerne.

Øvelsesrække DM ude for masters

- 14.4.14 **Lørdag:** Kvinder
100 m, 400 m, 1.500 m, kort hæk, stangspring, trespring, kuglestød, hammerkast, vægthæk, forhindring, 3.000 m kappgang og 1.000 m stafet.
- 14.4.15 **Søndag:** Kvinder
200 m, 800 m, 5.000 m, , lang hæk, højdespring, længdespring, diskoskast, og spydkast.
- 14.4.16 **Lørdag:** Mænd
100 m, 400 m, 1.500 m, kort hæk, stangspring, trespring, hammerkast, vægthæk, kuglestød, forhindring, 3.000 m kappgang, og 1.000 m stafet.
- 14.4.17 **Søndag:** Mænd
200 m, 800 m, 5.000 m, , lang hæk, højdespring, længdespring, diskoskast og spydkast.

Note: 10.000 m individuelt + hold indgår i andet arrangement. Holdløb, se: (14.4.19)

DM stafetter, holdløb, samt tekniske oplysninger for masters

- 14.4.18 Man kan sammensætte en 1.000 m stafet, ved at bruge f.eks. en fra gruppe 40, 45 & 50, men det er den yngste deltager, der angiver gruppen. (I dette tilfælde gruppe 40).
Stafetter skal ved tilmeldingen have angivet, hvilken gruppe man deltager i.
- 14.4.19 "Holdløb" foregår i den naturlige aldersgruppe, samlet tid er afgørende i holdløb. Klubbens 3 bedste tider er hold 1, klubbens 4.-6. bedste tid er hold 2, osv.
- 14.4.20 Distancer og højder i hæk og forhindring, samt redskaber i kasteøvelser som angivet (se afsnit 15)

Manual til store DM for masters

- 14.4.21 Manualen er udarbejdet som en hjælp til arrangerende klubber og udsendes i forbindelse med, at kontrakten udfærdiges.
- 14.4.22 Manualen kan hentes på DAF's hjemmeside under punktet Masters på forsiden.
(Masters / Praktiske oplysninger / Arrangementsmanualer)
- 14.4.23 Ved et DM-arrangement bruges følgende retningslinjer for dommerpligt for de foreninger, der er hjemmehørende i den del af landet (øst/vest) hvor mesterskabet holdes.

Antal starter	Tid (timer)
1-2	0
3-4	1,0
5-10	2,5
11-20	5,0
21-30	7,5
31-50	10,0
51-70	12,5
71-	15,0

Dommerpligten kan fastlægges til en eller flere øvelser.

Hovedreglen, som arrangør, er at arrangøren forpligter sig til selv at stille med øvelsesleder i samtlige øvelser. Er dette ikke muligt kan arrangøren tage kontakt til de deltagende foreninger, om de har mulighed for at hjælpe. Hjælper en klub med øvelsesleder kan klubben nedskrives for dommerpligt i resten af arrangementet.

Dommerpligterne til de deltagende foreninger meldes ud senest 5 dage før DM-arrangementet.

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

14.4.24 Vejledende tidsskema - lørdag

Vejledende tidsskema, hammerkast og vægtekast for stadions uden kastegård: [Inge forslag](#) [Jan forslag](#)

Lørdag			Inge forslag		Jan forslag	
Tidspunkt	Løb / hæk	Stangspring	Hammerkast	Kuglestød	Vægtkast	Trespring
kl. 11.00			m. 45 - 55			
kl. 12.00	m. 30 - 45	m. alle	m. 45 - 55	m. 60 +	m. 30 - 40	k. + m. 55 +
Kl. 12.00	100 m hæk		m. 45 - 55			
kl. 12.15	m. 50 - 65					
kl. 12.25	k. 30 - 35					
Kl. 12.30	80 m hæk		m. 60 +			
kl. 12.35	m. 70 +					
Kl. 12.45	k. 40 +					
	1500 m					
kl. 12.55	m. 30 - 40					
Kl.13.00			m. 60 +			
kl. 13.05	m. 45 - 50					
kl. 13.15	m. 55 - 65			m. 30 - 40		
kl. 13.25	k. alle		m. 60 +			
kl. 13.25	m. 70 +					
Kl. 13.30	100 m		k. alle			
kl. 13.35	m. 30-35				k. alle	
kl. 13.45	m. 40-45					
kl. 13.55	m. 50					
Kl. 14.00			k. alle			
kl. 14.05	m. 55					
kl. 14.15	m. 60		m. 30 - 40	m. 45 - 55		m. 30 - 50
kl. 14.25	m. 65	k. alle			m. 60 +	
kl. 14.35	m. 70 +		k. alle			
kl. 14.45	k. 30 - 35		m. 30 - 40			
kl. 14.55	k. 40 - 45					
kl. 15.05	k. 50 +					
	400 m					
kl. 15.10	m. 30 - 35					
kl. 15.15	m. 40 - 45				m. 60 +	
kl. 15.20	m. 50					
kl. 15.25	m. 55					
kl. 15.30	m. 60				m. 60 +	
kl. 15.35	m. 65					
kl. 15.40	m. 70		m. 30 - 40			
kl. 15.45	k. 30 - 45					
kl. 15.50	k. 40 - 45					
kl. 16.00	k. 50 +			k. alle	m. 45 - 55	
Kl. 16.00					m. 45 - 55	
Kl. 16.10	3.000 m				m. 45 - 55	
kl. 16.15	m. 30 + / k. 30 +					
Kl. 16.45					k. alle	
Kl. 16.50	1.000 m stafet				k. alle	
kl. 17.00	m. 30 - 35					
kl. 17.10	m. 40 - 45					
kl. 17.20	m. 50 - 55				m. 30 - 40	
Kl. 17.20					m. 30 - 40	
kl. 17.30	m. 60 +					
kl. 17.40	k. alle					

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

14.4.25 Vejledende tidsskema - søndag

Søndag						
Tidspunkt	Løb / hæk	Længdespring	Spydkast	Diskoskast	Højdespring	
kl. 9.00	k. alle m. 30 - 45		k. alle	m. 30 - 45	m. 30 - 45	
kl. 9.10		k. alle				
	300 m hæk					
kl. 9.20	m. alle 200 m					
kl. 9.40	m. 30 - 35					
kl. 9.45	m. 40 - 45					
kl. 9.50	m. 50					
kl. 9.55	m. 55		m. 50 - 55		m. 50 +	
kl. 10.00	m. 60					
kl. 10.05	m. 65					
kl. 10.10	m. 70					
kl. 10.15	k. 30					
kl. 10.20	k. 35					
kl. 10.25	k. 40 - 45					
kl. 10.30	k. 50 + 800 m			k. alle		
kl. 10.50	m. 30 - 35	m. 30 - 45	m. 30 - 45			
kl. 11.00	m. 40 - 45					
kl. 11.10	m. 50 - 55					
kl. 11.20	m. 60 - 65			m. 60 +		
kl. 11.30	m. 70 +					
kl. 11.40	k. 30 + 5.000 m					
kl. 12.00	m. 30 - 50		m. 60 +	m. 50 - 55	k. alle	
kl. 12.15		m. 50 +				
kl. 12.50	m. 55 + k. alle					
kl. 13.00						
	3.000 m forh.					
kl. 13.35	m.30 - 45 2.000 m forh.					
kl. 13.55	m. 50 + k.					

14.5 Masters DM inde

Skal så vidt muligt tildeles arrangører med rundbaneløb og hævet sving. Øvelsesrækken samt fordeling af øvelser på dagene følger i så fald seniorbestemmelserne (afsnit 13,3.50)

14.5.1 M-DM Inde kan ekstraordinært afholdes på én dag, og indeholder følgende øvelser (*hvis det er muligt*) 50 / 60 m, 400 m, 800 m, kort hæk, højdespring, stangspring, længdespring, trespring, kuglestød. Stafet (*efter forholdene*).

14.5.2 3 kamp (*50 / 60 m, længdespring, kuglestød*) er indlagt i M-DM Inde.

Note: Tilmeldes en deltager kun i 3 kamp, kan der kun vindes medalje i 3 kampen (mange kamps startpenge).

Manual til DM inde for masters

14.5.3 Manualen er udarbejdet som en hjælp til arrangerende klubber og udsendes i forbindelse med, at kontrakten udfærdiges.

14.5.4 Manualen *er pt. under revision og der henvises til formand for Master komite (Masters / Praktiske oplysninger / Arrangementsmanualer)*

14.6 DM cross og landevej for masters

14.6.1 Kort cross M/K 4 km + 3 mands hold.

14.6.2 Lang cross K 8 km og M 10 km + 3 mands hold.

14.6.3 10 km landevej M/K + 3 mands hold.

Manual til DM cross og landevej for masters

14.6.4 Manualen er udarbejdet som en hjælp til arrangerende klubber og udsendes i forbindelse med, at kontrakten udfærdiges.

14.6.5 Manualen *er pt. under revision og der henvises til formand for Master komite (Masters / Praktiske oplysninger / Arrangementsmanualer)*

14.7 Øst- / vest mesterskaber masters (Ude)

14.7.1 Der afholdes banemesterskaber over 1 dag i følgende øvelser:

14.7.2 **Kvinder og mænd:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1.500 m, 5.000 m, forhindring, kort hæk, langt hæk, højdespring, stangspring, længdespring, trespring, kuglestød, diskoskast, spydkast, hammerkast, vægtekast, 3.000 m kapgang, og 1.000 m stafet.

14.7.3 Mesterskaber, der afvikles på andre dage, omfatter: Kaste 5-kamp, mangelkamp, 10.000 m*, 10 km landevej*, halvmaraton*, maraton*, 100 km, 24 timers løb. (*mænd og kvinder*).

14.7.4 Cross mænd 10* & 4 km*, kvinder 8* & 4 km*, og afvikles i nævnte rækkefølge.
* = Hold, 3 deltager (*mænd og kvinder*).

DM stafetter, holdløb, samt tekniske oplysninger for masters

14.7.5 Man kan sammensætte en 1.000 m stafet, ved at bruge f.eks. en fra gruppe 40, 45 & 50, men det er den yngste deltager, der angiver gruppen. (*i dette tilfælde klasse 40*). Stafetter skal ved tilmeldingen have angivet, hvilken klasse man deltager i.

14.7.6 Holdløb foregår i den naturlige aldersgruppe, samlet tid er afgørende i holdløb. Klubbens 3 bedste tider er hold 1, klubbens 4.-6. bedste tid er hold 2, osv.

14.7.7 Distancer og højder i hæk og forhindring, samt redskaber i kasteøvelser som angivet i *afsnit 15*.

Masters-turnering

Regler og bestemmelser for DM masters-turnering

Note: *Atletikreglementet følges med følgende afvigelser:*

Der tilføjes: Stående start tillades, og deltageren må bruge startblok som støtte for den ene fod.

For masters gælder følgende: En deltager, der foretager en falsk start, skal advares (gult kort). Hvis en deltager er ansvarlig for 2 falske starter, skal vedkommende diskvalificeres (rødt kort).

Note: *Indbydelse udsendes inden 1. marts.*

14.8 Masters-turnering for mænd/kvinder (M/K) og kvinder (K) med øvelsesrække.

14.8.1 100 m, 400 m, 1.500 m, 5.000 m, højdespring, stangspring (*kun M/K hold*), længdespring, kuglestød, diskoskast, spydkast, hammerkast samt 1.000 m stafet (100 m, 200 m, 300 m, 400 m).

Fælles regler:

- 14.8.2.()
1. Fra hver forening kan deltage 0, 1 eller 2 deltagere i hver øvelse. Den deltager, der opnår højeste pointtal, tæller i turneringen.
 2. Hver klub kan deltage med 1 eller flere hold.
 3. Flere klubber kan danne et fælleshold og stille op i egen klubdragt, hvis holdet kan godkendes af masters komite.

Note: *Deltager på fælleshold er kun "låst" i masters-turneringen, men deltagerne kan deltage individuelt eller på eget klubhold i andre stævner.*

Note *For klubber der vil stille fælleshold, er det vigtigt at søge inden der tilmeldes et fælleshold. Det er ikke ok at tilmelder et hold og efterfølgende tager deltagere med fra andre klubber (ansøgning til masters komite).*

4. Fælleshold kan deltage i finalen.
- 5.1 Klubberne stiller op i de rækker som turneringslederen har forhåndsvalgt.
5. Bornholm kan afholde deres egne indledende runder og kan kvalificere sig til finalen på lige fod med Øst hold.
6. Der kastes med "egne" redskaber, f.eks. M50-59 kaster med 1,5 kg diskos.
7. I alle individuelle løb på inddelt bane (100m og 400m) seedes der efter deltagerens bedste resultat opnået i den igangværende eller den foregående sæson.
8. Hvert hold kan deltage med 2 stafethold, hvoraf det, der opnår flest point, tæller i holdkampen. Ved pointberegningen af stafettiderne findes de 4 løberes gennemsnitsalder, der er lig med "holdets" alder.
9. I stafetløb M/K, benyttes M tabellen, hvis der er mænd på holdet. Hvis der er 4 kvinder på holdet beregnes efter K tabellen.
10. Deltagerne må starte i 3 øvelser + stafet.
11. Kvinder kan deltage i begge rækker.
I matcher, hvor K-hold og M/K-hold deltager samtidig på samme stadion, kan K resultaterne indregnes i M/K-matchernes resultater. En kvindelig 100 m løbers tid, der f.eks. er opnået i et K-heat eller M/K-heat, kan således tælle i begge matcher.
12. Kvinder kan deltage i alle M/K-rækkens øvelser.
13. Mars stævneprogram benyttes til pointberegningen.
Point udregnes efter nyeste udgave af WMA pointtabel. Der indførtes 1 års interval i 2011.
14. I længdespring og kast, er der 4 forsøg i indledende runder, og 4 forsøg i finalen.
15. Følgende springintervaller skal overholdes:
Højdespring: 5 cm og stangspring: 10 cm. Starthøjde aftales med deltagerne.
16. Hvert hold møder med 2 dommere / hjælpere (*Kun i øst eller vest*).
17. Den arrangerende klub skal modtage holdopstilling senest 4 dage før stævnet med årsbedste opgivet på alle aktive, der skal deltage i individuelle løb på inddelt bane (100m og 400m).
18. Arrangøren mailer samme dag, den foreløbige resultatliste til klubberne og masters komiteens kontaktperson. Kommer der ingen rettelser fra klubberne inden for 24 timer, sender arrangøren den endelige resultatliste til masters komiteens kontaktperson.

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

19. Kommer der rettelser og godkender arrangøren rettelse, fremsende den endelige resultatliste til klubberne og masters komiteens kontaktperson, med oplysning om ændringer i forhold til foreløbige resultatliste.
20. masters komiteens kontaktperson sender den endelig resultatliste til DAF's kontor.

Finalen masters-turnering

- 14.8.3 De 6 bedste øst hold og de 6 bedste vest hold i hver række er født deltager i finalerne. DM og øst- og vest finale afvikles samtidigt, på samme stadion. (afbud, 14.8.7-4).
- 14.8.4 Meddelelse om finalen udsendes, når øst- og vest indledende runder er afviklet, og senest 1. juli.
- 14.8.5 I finalen uddeles mesterskabsmedaljer til de 3 bedste hold i hver række. Der bliver uddelt højst 15 medaljer pr. hold. Ønskes flere medaljer, skal de bestilles hos arrangøren. Medaljer bestilles ifølge arrangørkontrakten og betales til DAF.
- 14.8.5.1 Holdopstilling til finalen fremsendes til arrangøren senest fredagen ugen før finalen, indeholdende årsbedste resultat (fra Statletik). Arrangøren skal kvittere for modtagelsen af holdopstillingen.
- 14.8.6 Finalerunden arrangeres på skift i øst og vest. Hvis der ikke kan findes arrangør, kan det fraviges.

Økonomi masters-turnering

- 14.8.7.()
 1. Hvert tilmeldt hold betaler for 1. og 2. runde, (19.16.1) Opkræves af DAF.
 2. Finaleholdene betaler til finalerne (DM-, samt øst / vest- finale) I alt, se: (19.16.1)
 3. Udeblivelse fra finalen uden afbud: Bøde på, (19.16.2), som tilfalder arrangøren.
 4. Afbud til finalen skal sendes (E-mail) til masters komiteens kontaktperson, senest 25. juli, for at undgå startpenge, til finalerne.
 5. Turneringsleder kan indsætte reservehold til finalen (ved afbud).
 6. Startpenge i finaler tilfalder og opkræves af den arrangerende klub.
 7. Den arrangerende klub betaler medaljer og EL-tid i finalen. Medaljer leveres af DAF.
 8. I indledende runder er arrangerende klubber fødte deltagere.
 9. I finalen er arrangerende klubber fødte deltagere (også hvis klubben ikke er blandt 1 til 6).
 10. Klubber, der afholder indledende runder, modtager tilskud til afholdelse fra DAF's masters komite, og der benyttes EI-tid (19.16.3)

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser
Vejledende tidsskema (VT indledende runder)

14.8.8 Masters-turneringen 2013 - Øst/Vest - 1/2. indledende runde

*dag d. **.**, **** på ***** stadion Arrangør: *****

Deltagende hold - K: Skriv klubber her

Deltagende hold - M/K: Skriv klubber her

Tid - Start kl. 18:00	Løb	Spring	Kast	Tid - Start kl. 18:30
Kl. 18.00	100 m	Stangspring*M/K	Hammerkast	Kl. 18.30
Kl. 18.30	5.000 m		Spydkast	Kl. 19.00
Kl. 18.45		Højdespring		Kl. 19.15
Kl. 19.00			Diskoskast	Kl. 19.30
Kl. 19.20	400 m			Kl. 19.50
Kl. 19.30		Længdespring	Kuglestød	Kl. 20.00
Kl. 19.45	1.500 m			Kl. 20.15
Kl. 20.15	1.000 m stafet			Kl. 20.45

Dommerliste:

Speaker:	Mars Pointberegning:	EL-tid:
Navn:	Navn:	Navn:
Navn:	Navn:	Navn:
Starter:	Stang M/K 18.00	Hammer 18.00 + Diskos 19.00:
Navn:	Leder:	Leder:
Navn:	Navn:	Navn:
	Navn:	Navn:
Tidtagning - rundetæller:		Navn:
Leder:	Højde 18.45 + Længde 19.30:	
Navn:	Leder:	
Navn:	Navn:	Spyd 18.30 + Kugle 19.30:
Navn:	Navn:	Leder:
Navn:	Kun længde:	Navn:
Navn:	Navn:	Navn:
	Navn:	Navn:
Skiftedommere:		
1. skifte: (100 m start):	2. skifte: (1.500 m start):	3. skifte: (mål)
Klub:	Klub:	Klub:
Klub:	Klub:	Klub:
Dommer koordinering:	Navn:	I alt 29 stk heraf - 12 stk fra klubber
	Tlf.:	13. oktober 2011, sj

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser
Vejledende Tidsskema (VT - Finale)

14.8.9 Søndag d. **.**.**** på ***** Stadion Arrangør: *****

Det er forudsat at hammerkast foregår i kastegård udenfor stadion.

Tid	Mænd / Kvinder	Kvinder
12.00	Stangspring	
12.00	Spydkast	
13.00		Spydkast
12.00	Hammerkast	
13.00		Hammerkast
12.45	100 m	
13.00		100 m
13.15	Højdespring	Højdespring
13.15	Diskoskast	
14.15		Diskoskast
13.45	5.000 m	5.000 m
14.30	400 m	
14.45		400 m
14.45	Længdespring	
15.30		Længdespring
15.15	1.500 m	1.500 m
16.35	1.000 m stafet	
16.45		1.000 m stafet

Masters komiteen

14.9 Statutter

DAF's Masters komitee rådgiver om og understøtter forbundets strategiplan i forhold vedrørende masters i dansk/international atletik og motion.

Masters komiteen varetager ændringsforslag og er besluttende myndighed for forbundsmappens afsnit 14 og 15: øvelsesoversigt masters. Tillige afsnit 11 i samråd med DAF's Børne-unge komitee og DAF's Seniorkomitee.

Ændringsforslag til forbundsmappen kan fremsættes af DAF's foreninger, bestyrelse og komiteer, og skal fremsendes, i udfyldt skema, til DAF's kontor.

Forslag skal af forslagsstilleren være udformet som konkret motiverede ændringsforslag med henvisning til paragrafferne i DAF's Forbundsmappe.

Rules for Nordic Masters Championships in Athletics

1. Nordic Masters Championships

- 1.1 The Nordic Masters Committee is responsible for arranging the following Nordic Masters Championships in Athletics:
- Outdoor Championships in even years.
 - Indoor Championships in odd years.
- (later cross country might be included in the Nordic Masters Championship)
- 1.2 The Nordic Masters Championships in Athletics are to be held in five-year classes for men and women 35 years and older, in accordance with the competition rules of IAAF / WMA. However, with the year of birth and not the day of birth as the basis for determining the age class.
- 1.3 For Master Athletes who live in a Nordic country, but are not a citizen of this country, the following applies for participation in the Nordic Masters Championships:
A Nordic citizens can, if he / she wishes, compete for the country of residence, provided that he / she represents an athletic association in the country of residence, are officially registered in the country, permanently residing there and mostly staying there for at least one year.
For a non-Nordic citizens the same applies and that he / she is not in the same year participating in his/her national championships or represents his/her country in an international championships during the same year.
- 1.4 For the Nordic Masters Championships in Athletics the organizing country's language and English are the official languages to be used in the invitation, at the Internet website and in the competition. The starters command should be in English.
- 1.5 The invitation with the preliminary timetable for the Nordic Masters Championships in Athletics will be circulated to the Nordic affiliates no later than six months before the competition date. Organizer will also open its own website on the Internet, where all information about the competitions is published.
- 1.6 Within one week prior to the championship, there shall be a printed program with the final timetable and start lists. The information shall also be placed on the website as soon as it is ready. An event may not start earlier than indicated in the timetable.
- 1.7 The result of the competition should be shown on the website on the day of the competition, and official results shall be circulated to the Nordic affiliates within one month after the championships. Organizer will provide each participating country with preliminary results at the end of the championships.
- 1.8 Registration for the championships shall be made through the website together with the payment. A list of each nations registrations must be send to the national federations for approval.
- Upon request, registration and payment can also be done through the national federation no later than 5 weeks prior to the championship. Late registration is allowed for an extra fee.
- 1.9 Registration fees at the Nordic Masters Championships in Athletics will be established by the The Nordic Athletics Masters Committee.
The present fees are:
- First event: 40 Euros.
 - 2nd and the following events: 20 Euros.
 - Throwing pentathlon(in addition to other events): 50 Euros.
 - Throwing pentathlon (as the only event): 70 Euros.
 - After deadline: Each event,100 Euros.
 - Relays: No registration fee is required. Only one national team in each age group.
- 1.10 Nordic Masters Championships in Athletics is an international championship, which among other things involves following WMA rules for competition and competition clothing.This means that until further decided,the old false start ruleshould be applied.
- 1.11 The masters committee in the country that organizes the Nordic Masters Championships appoints the technical controller for outdoor or indoor championships. One of the controller's tasks is to check

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

and approve the competition arena before the invitation to the Nordic Masters Championships in Athletics is sent out.

- 1.12 A technical meeting is to be held the evening before first competition day at the Nordic Masters Championships.
- 1.13 At each Nordic Championships there will be a competition jury appointed with representatives of the competition organizing committee and a participating affiliate from each participating country.
- Protests will be handled according to IAAF/WMA rules, which in short says that if you are not satisfied with the decision by an event referee you can appeal to the jury. The competitor or team manager will normally be requested to make the protest within 30 minutes after the official announcement of the results. Protest fee is € 90 or corresponding sum in local currency. The fee will be returned if the jury accepts the protest.
- 1.14 The bib number at the Nordic Masters Championship shall, in addition to a starting number, also contain the age group. Each participant should wear 2 bibs (front and back) except in those events where competition rules normally require only one number (high jump, pole vault and throws).
- 1.15 In all the Nordic Masters Championships in Athletics, the Nordic athletics masters committee official medal in gold, silver and bronze shall be awarded to the top three in each event. There are no performance limits to obtain medals. Awards shall be handed out in a dignified setting.
- 1.16 Organizer is responsible for ordering of the official medals and can choose the supplier. However it will always be possible to order the official medals from Hallmans in Stockholm.
- 1.17 Participants may use their own throwing equipment, that have to be weighed and checked by the organizer not later than one hour before the start of the event.
- 1.18 Organizer is responsible for and pays for the provision of adequate medical services, which includes physicians on site throughout the championships.
- 1.19 Organizer is responsible for that all event managers are authorized and have adequate knowledge for their task. Nordic athletics masters committee may require replacement of an event manager at obvious deficiencies in his/her work.
- 1.20 To ensure that the Nordic Masters Championships in Athletics is held with good quality, the following special rules and frameworks are established.
- 1.21 Relay is included in the outdoor event program (1.000 m) and indoor (4 x 200 m). Age groups: M / K35 M / K40, M / K50 etc. in 10-year classes. A team must have at least two participants belonging to the relevant age group. Other participants may come from older age groups. The general rule is that each country can set up one team in each age group. If it is technically possible, a country could participate with 2 teams in an age group, but only one team can obtain the medal, and it is the country's fastest team that counts as "national team".
Relay teams are registered during the competition at a time decided by the competition organizing committee. Relay teams participate free of charge.

2. Nordic Masters Championships – outdoor

- 2.1 The Nordic Masters Championships outdoor is organized every even year in the following order:
2016 Denmark
2018 Sweden
2020 Iceland (alt, Finland)
2022 Finland (alt. Norway)
2024 Norway (alt. Denmark)
etc.
- 2.2 The championships shall be held over three consecutive days, Friday-Sunday, at an athletic field with synthetic surface and at least six circular lanes of 400 meters and otherwise satisfying IAAF requirements for championship arena (runways, throwing facilities, etc.). Automatic photo finish and wind measurement shall be used.
- 2.3 The event program shall be:

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

	Men	Women
Friday	100 m 5.000 m Pole Vault Long Jump Weight Throw Hammer Throw Javelin Throw 5.000 m Track Walk	100 m 1.500 m Pole Vault High Jump Weight Throw Hammer Throw Javelin Throw 5.000 m Track Walk
Saturday	200 / 300 / 400 m Hurdles 200 m 800 m Steeplechase 3.000 m / 2.000 m High Jump Shot Put Discus Throw 1.000 m Relay (100 - 200 - 300 - 400 m)	200 / 300 / 400 m Hurdles 200 m 800 m Steeplechase 2.000 m Long Jump Shot Put Discus Throw 1.000 m Relay (100 - 200 - 300 - 400 m)
Sunday	80 / 100 / 110 m Hurdles 400 m 1.500 m 10.000 m Triple Jump Throwing Pentathlon 10 km Road walk	80 / 100 m Hurdles 400 m 5.000 m Triple Jump Throwing Pentathlon 10 km Road walk

- 2.4 The organizer shall implement a mandatory opening ceremony on Friday in a dignified setting. The committee recommends organizing some kind of friendship party for participants on Saturday evening.
- 2.5 At the end of the championships, the organizer submits the Nordic Athletics Masters Championships trophy to the next championships organizing country. Organizer shall provide the trophy along with a commemorative plaque.
- 2.6 The event program shall cover the same events as WMA's World Master Competitions outdoors for masters except cross country running, marathon/half marathon running and heptathlon/decathlon.
- 2.7 When setting up groups for throwing, a group should contain a maximum of 10 participants.
- 2.8 Doping tests can be conducted at the Nordic Masters championships outdoors. Organizer is responsible for and pays for the tests in accordance with IAAF / WMA's anti-doping rules.

3. Nordic masters Championships – indoor.

- 3.1 The Nordic Masters Championships Indoor are organized every odd year preliminary in the following order:
2017 Sweden
2019 Island
2021 Finland
2023 Norway
etc.
This schedule can be changed due to the fact that it has been decided not to organize indoor championships the same years, as there are WMACI organized in Europe.
- 3.2 The Championships shall be held over three consecutive days, Friday-Sunday, at an indoor arena with synthetic surface and at least four circular lanes of 200 m with banked curves and surface, that allows 6 mm spikes and have at least six lanes for sprint and short hurdles. Automatic photo finish shall be used.

3.3 Event program

	Men	Women
Friday	60 m 800 m Track Walk 3.000 m Triple Jump	60 m 800 m Track Walk 3.000 m Triple Jump Shot Put
Saturday	200 m 3.000 m 4 x 200 m relay High Jump Pole Vault Shot Put	200 m 3.000 m 4 x 200 m relay Long Jump Weight Throw
Sunday	400 m 1.500 m 60 m hurdles Long Jump Weight Throw	400 m 1.500 m 60 m hurdles High Jump Pole Vault

3.4 The organizer shall implement mandatory opening ceremony on Friday in a dignified setting. The committee recommends that some kind of friendship party for participants is organized on Saturday evening.

3.5 When setting up groups for throwing, a group should contain a maximum of 10 participants.

3.6 Weight throw should be held indoors ("covered"). If this is not possible for the organizers, this must be clearly stated in the invitation.

3.7 Doping tests can be conducted at the Nordic Masters championships indoors. Organizer is responsible for and pays for the tests in accordance with IAAF / WMA's anti-doping rules.

4. Nordic Masters Championships - approval

4.1 These competition rules were approved by Nordic Masters Committee in San Sebastian, Spain, August 25, 2005 and replaces all previous contest rules.

Competition rules have been supplemented by the decision at:

- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Poznan, Poland July 23, 2006,
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Aarhus, Denmark, June 29, 2007,
- Nordic Veteran Athletics Committee Meeting in Riccione, Italy September 8, 2007,
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Reykjavik, Iceland March 1, 2008
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Ljubljana, Slovenia July 28, 2008,
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Huddinge, Sweden June 27, 2009
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Lahti, Finland, August 4, 2009.
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Nyiregyhaza, Hungary July 18, 2010
- Nordic Veteran Athletics Committee meeting in Lyon, France, August 8, 2015
- Nordic Masters Athletics Committee meeting in Odense, Denmark June 30, 2016,

14.14 Internationale mesterskaber for masters

- 14.14.1 Alle internationale mesterskaber annonceres på masters hjemmeside, som findes på DAF's hjemmeside under punktet MASTERSATLETIK. Desuden udsendes meddelelser via masterskartoteket til kartotekets medlemmer, der har opgivet mailadresser og facebookgruppen: mastersatletik.dk.
- 14.14.2 Tilmeldinger til internationale stævner sker direkte via arrangørernes hjemmeside. Bekræftelsen på registrering af deltagelse skal master sende til DAF, som tjekker danskerens klubmedlemskab og derefter acceptere danskerens deltagelse overfor arrangøren.
- 14.14.3 Deltagerne får tilsendt yderligere informationer fra masters komite, som komiteen får fra arrangøren, WMA, EMA.

14.15 Anti Doping - orientering

- 14.15.1 Bruger man medicin, der er på listen over forbudte stoffer, skal der indhentes en dispensation hos "Anti Doping Danmark" i Idrættens Hus, hvis man udelukkende deltager i danske mesterskaber.
- 14.16.2 Drejer det sig om nordiske eller andre internationale mesterskaber, skal dispensation indhentes hos WMA, Dr. Pier: Luigi Fiorella, som sørger for godkendelse i Monaco.
- 14.15.3 Udførlig vejledning findes på DAF's hjemmesiden under (*masters / doping*).
- 14.15.4 Den internationale dispensation koster ca. kr. 450,00 og den gælder kun for et år.
- 14.16.1 Fra 2011 er der kommet nye regler for udstedelse af dispensationer.
- 14.16.2 Hvis du udelukkende vil konkurrere i Danmark, skal du kigge på DAF's hjemmeside under punktet "**Anti Doping**".
- 14.16.3 Husk at alle TUE'er udstedt inden 1. januar 2009 er ugyldige, og der skal ansøges om nyt i henhold til nye regler.
- 14.16.4 Undersøg i præparatfortegnelsen om den medicin, du bruger, er på Dopinglisten, og hvilken dopinggruppe den tilhører.
- 14.16.5 Hvis du bruger medicin, der er markeret med en grøn farve på listen, er der ingen problemer. Hvider er gul eller rød farve, skal du hente et ansøgningsskema på Anti Doping Danmarks hjemmeside.
- 14.16.6 Dette skema skal udfyldes af din læge med lægens underskrift, og herefter sendes det til:

Anti Doping Danmark
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby

eller til Læge Jimmi Elers, elers@dadlnet.dk

Dansk Atletik Forbund - Afsnit 14 – Masters-bestemmelser

- 14.16.7 Du skal selv tjekke, om den medicin, du tager, er på dopinglisten. Husk at listen opdateres hvert år, så du må ikke forvente, at din læge har kendskab til alle forbudte stoffer. Brug derfor selv præparatfortegnelsen fra Anti Doping Danmark.
- 14.16.8 Bliver du udtaget til en dopingtest, kan det ske, at man kræver en billedlegitimation, så du sparer dig selv for en masse bøvl, hvis du medbringer et billed-ID, når du er til træning eller ude i konkurrence.
- 14.16.9 Hvis du som masters skal til konkurrence i udlandet, bliver det straks langt mere besværligt, fordi de Nordiske Masters mesterskaber, de Europæiske Masters mesterskaber og Verdensmesterskaber for masters, alle følger reglerne for WMA.
- 14.16.10 Du skal stadig undersøge gennem præparatfortegnelsen, om din medicin kræver en dispensation.

Note: Hvis du skal deltage i et internationalt mesterskab for masters, gælder der andre regler!
Du skal stadigvæk undersøge, om du har brug for en TUE, og hvis det er tilfældet, skal du i gang med WMA's hjemmeside.
Et internationalt mesterskab for masters vil sige, at det foregår udenfor Danmarks grænser.
Mastersatletikken følger reglerne for WMA. (både når det drejer sig om europæiske mesterskaber, nordiske mesterskaber og verdensmesterskaber).
Du finder hjemmesiden på: www.world-masters-athletics.org
Her finder du punktet ANTI DOPING, hvor du udskriver skemaet TUE-form standard.
Dette skema skal udfyldes af din læge med lægens underskrift, og herefter sendes det til:
Dr. Pier Luigi Fiorella
Via Orlandi 3
40068 San Lazzaro (Bologna)
Italy.
Hvis du er i tvivl, kan Pier Luigi Fiorella kontaktes på mail:



Pierluigi.fiorella@tin.it

Note: Hvis du både deltager i danske og i internationale mesterskaber, er det selvfølgelig tilstrækkeligt, at du har en international TUE.

Note: (17.1.1) Henviser til andet sted i DAF's Forbundsnappe (Afsnit 01 til afsnit 25)

Note: (Regel 240.3 el. R 240.3) Henviser til IAAF's reglement