

Wedstrijdbepalingen Nationale D-spelen 6-9-2026

Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam

Inleiding

In dit document wordt het aanvullend wedstrijdreglement van de D-spelen 2026 beschreven. Hierin worden de spelregels en richtlijnen van deze wedstrijd uitgelegd, om de wedstrijd technisch en organisatorisch zo goed mogelijk te laten verlopen. De organisatoren worden in hun voorbereiding door middel van de regelgeving ondersteund en de richtlijnen geven ook de atleten informatie over de manier van inschrijving, deelname en het wedstrijdverloop.

De officials (wedstrijdleader en scheidsrechters) zien toe op een juiste toepassing van de in de regelgeving omschreven spelregels en richtlijnen. In bijzondere gevallen kan de wedstrijdleader eventueel afwijken van de regelgeving, indien de wedstrijdleader dat noodzakelijk acht of als de omstandigheden daartoe aanleiding geven.

Het wedstrijdreglement van de Atletiekunie 2026/2027 is van toepassing op deze wedstrijd, uitgezonderd enkele regels die in dit aanvullend wedstrijdreglement beschreven staan.

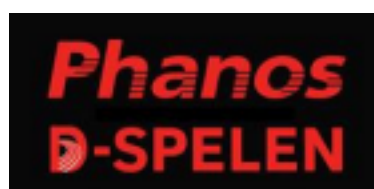
Algemeen

- De D-spelen vinden plaats op zondag 6 september 2026 bij AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam. De wedstrijd wordt georganiseerd door Phanos. De D-spelen zijn de officiële open Nederlandse Kampioenschappen voor U13 en U14 junioren.
- Tijdens dit kampioenschap zullen de wedstrijdleader(s) en scheidsrechter(s) zich voornamelijk op het wedstrijdterrein bevinden. Deze kun je voor, tijdens en direct na de wedstrijd aanspreken en je kunt bij een scheidsrechter je protest indienen.
- Het wedstrijdterrein is enkel toegankelijk voor atleten en medewerkers. Het publiek kan plaatsnemen rondom de atletiekbaan, achter de omheining. Coachen en aanmoedigen dient te gebeuren vanaf buiten het wedstrijdterrein (omheining), zowel bij de warming-up als tijdens de wedstrijd.
- De uitslagen van de wedstrijd worden zo snel mogelijk gepubliceerd op www.atletiek.nu. Nadat de uitslagen op officieel zijn gezet is er een half uur de mogelijkheid om protest aan te tekenen. Na dit half uur geldt de uitslag als definitief.

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Categorieën en Onderdelen

Tijdens de D-spelen worden de volgende 4 categorieën aangehouden:

- U13 Vrouwen
- U14 Vrouwen
- U13 Mannen
- U14 Mannen

Voor iedere categorie staan de volgende onderdelen op het programma:

60m (V) / 80m (M), 60m horden (V) / 80m horden (M), 300m, 300m horden, 1000m, 1000m hindernis, verspringen, hoogspringen, polsstokhoogspringen, discuswerpen, kogelstoten en speerwerpen.

Een atleet mag maximaal aan twee onderdelen deelnemen.

Inschrijving van de volgende combinatie is niet toegestaan: 1000m en 1000m hindernis. Bij speer/discus/kogel/verspringen krijgen alle atleten 3 pogingen (de beste 8 atleten krijgen 3 extra pogingen). (Bij 8 of minder atleten krijgen alle atleten 6 pogingen.)

Deelname

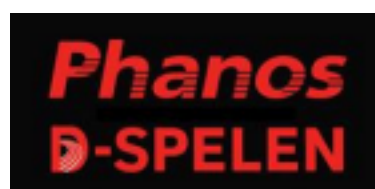
Deelnemen kunnen alleen atleten die:

- Volgens de aan hen verstrekte wedstrijdlicentie uitkomen in de categorieën U13 en U14 (juniores).
- Deelname is uitsluitend bedoeld voor deze categorieën. Pupillen mogen niet meedoen bij deze wedstrijd.
- Buitenlandse atleten die op basis van hun geboortedatum uitkomen in de categorieën U13 en U14 (juniores) komen ook in aanmerking voor medailles, aangezien het een Open Kampioenschap betreft.

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Aantal deelnemers

Vrouwen per categorie				
Onderdeel	Aantal atleten	Aantal series	Overgangsregels / bijzonderheden	Aantal finales / groepen
60 meter	48	6	16 tijdsnelste	A & B
60 meter horden	40	5	16 tijdsnelste	A & B
300 meter	24	3	8 tijdsnelste	1
300 meter horden	16	2	8 tijdsnelste	1
1000 meter	48			2 op tijd
1000 meter hindernis	12		2 categorieën tegelijk. Prijsuitreiking per categorie.	1
Hoogspringen	28			2
Polstokhoogspringen	8		2 categorieën tegelijk. Prijsuitreiking per categorie.	1
Verspringen	44		Beste 8: 3 extra pogingen	2
Discuswerpen	25		Beste 8: 3 extra pogingen	1
Kogelstoten	28		Beste 8: 3 extra pogingen	1
Speerwerpen	25		Beste 8: 3 extra pogingen	1

(De aantallen deelnemers / series zijn een indicatie. De organisatie kan hiervan afwijken na de screening.)

Mannen per categorie				
Onderdeel	Aantal atleten	Aantal series	Overgangsregels / bijzonderheden	Aantal finales / groepen
80 meter	48	6	16 tijdsnelste	A & B
80 meter horden	40	5	16 tijdsnelste	A & B
300 meter	24	3	8 tijdsnelste	1
300 meter horden	16	2	8 tijdsnelste	1
1000 meter	48			2 op tijd
1000 meter hindernis	12		2 categorieën tegelijk. Prijsuitreiking per categorie.	1
Hoogspringen	28			2
Polstokhoogspringen	8		2 categorieën tegelijk. Prijsuitreiking per categorie.	1
Verspringen	44		Beste 8: 3 extra pogingen	2
Discuswerpen	25		Beste 8: 3 extra pogingen	1
Kogelstoten	28		Beste 8: 3 extra pogingen	1
Speerwerpen	25		Beste 8: 3 extra pogingen	1

(De aantallen deelnemers / series zijn een indicatie. De organisatie kan hiervan afwijken na de screening.)

Chronoloog

Op de website van de [organisatie](#) en op www.atletiek.nu wordt een voorlopig chronoloog (tijdschema) gepubliceerd. Dinsdag 1 september 2026 wordt het definitieve chronoloog gepubliceerd.

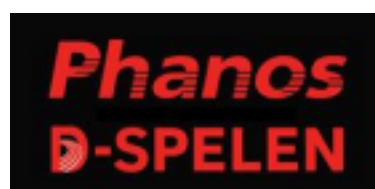
De atleet mag ervan uitgaan dat in het definitieve chronoloog :

- Dezelfde volgorde gehanteerd wordt voor de loop- en technische onderdelen (tenzij een onderdeel of een ronde vervalt).
- De geplande begintijd NIET meer dan 60 minuten afwijkt t.o.v. het voorlopig chronoloog.

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Inschrijving

De inschrijving opent op 10 mei 2026 via www.atletiek.nu en sluit op zaterdag 29 augustus 2026 om 23:59 uur. Na-inschrijven is **niet** mogelijk, dus schrijf je snel in.

Bij de inschrijving dient een prestatie (indien behaald) opgegeven te worden die is behaald in het lopende of voorgaande jaar, inclusief de verwijzing naar de website waar deze prestatie te vinden is. Het is tot en met zaterdag 29 augustus 2026 mogelijk om prestatieverbeteringen door te geven via www.atletiek.nu, dit kan leiden tot deelname in een betere serie of groep. (Alle wedstrijden in atletiek.nu geven automatisch het persoonlijke record door.)

Vanaf het moment dat de inschrijving is geopend, is op www.atletiek.nu een overzicht van de ingeschreven deelnemers zichtbaar.

Wanneer je wilt afmelden voor de wedstrijd, doe je dit voordat de inschrijving sluit. Bij een afmelding na zaterdag 29 augustus 2026 zal het inschrijfgeld niet meer geretourneerd worden.

Screening

Na de sluitingsdatum worden de inschrijvingen gescreend door de vertegenwoordigers van de lokale organisatie en wedstrijdleader(s), om:

- de opgegeven geboortedata, wedstrijdlicentie en prestaties op juistheid te controleren;
- te bepalen welke atleten op basis van de opgegeven beste prestatie(s) toegelaten worden tot de wedstrijd (indien er teveel deelname op specifieke onderdelen is).
- alle betrokkenen tijdig van de resultaten van de screening op de hoogte te stellen.
- atleten zonder PR (op een ingeschreven onderdeel) kunnen worden afgewezen of middels loting worden toegelaten.

Kosten

Het inschrijfgeld bedraagt € 9,00 per onderdeel. Bij uitschrijven voor het sluiten van de inschrijfdatum kan het inschrijfgeld teruggevraagd worden in Atletiek.nu. Deze optie dient door de atleet zelf aangevinkt te worden. Phanos heeft hier geen inzicht in en is hier ook niet verantwoordelijk voor.

Atleten die na screening afgewezen worden krijgen het inschrijfgeld wel via Phanos terug.

Startnummers, clubtenu en schoeisel

Plaats voor ophalen startnummers: voor het wedstrijdsecretariaat.

Tijd voor ophalen startnummers: vanaf 9:15 uur, tot uiterlijk 1 uur voor aanvang van het onderdeel. Het dragen van een startnummer is verplicht bij **ALLE** onderdelen. Startnummers moeten ongevouwen op de borst worden gedragen.

Het dragen van Clubtenu is verplicht tijdens deze wedstrijd.

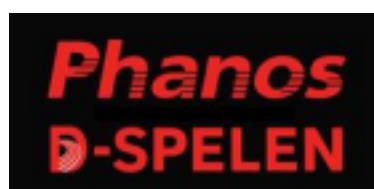
Spikes zijn toegestaan voor alle categorieën. Schoeisel moet voldoen aan het geldende reglement van World Athletics. Er kan gecontroleerd worden. Het dragen van schoenen die niet opgenomen zijn in de lijst van de World Athletics kan leiden tot diskwalificatie op het betreffende onderdeel.

Website van World Athletics met schoenenlijst: <https://certcheck.worldathletics.org/>

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Looponderdelen

Overgangsregels voor finale bij 60/80 meter en 60/80 meter horden:

Toegelaten Aantal atleten	Voorronde (8 banen)	B finale	A finale
1-8	nvt	nvt	Plaats 1-8
9-16	nvt	Plaats 9-16	Plaats 1-8
17-40	Alle atleten	Plaats 9-16	Plaats 1-8

Overgangsregels voor finale bij 300 meter en 300 meter horden:

Toegelaten Aantal atleten	Voorronde (8 banen)	Finale
1-8	nvt	Plaats 1-8 tijdsnelste
9 of meer	Alle atleten	Plaats 1-8 tijdsnelste

- **Valse start:** bij alle looponderdelen wordt een atleet die verantwoordelijk is voor 2 valse starts uitgesloten van verdere deelname.
- **Serie indelingen:** worden gepubliceerd op www.atletiek.nu.
- **60m/80m en 60mh/80mh:** Bij 60m, 80m, 60mH en 80mH is er per onderdeel en per categorie een A en een B finale. De snelste drie atleten van deze A en B finale vormen het podium bij de prijsuitreiking. De horden hoogte bij 60mh en 80mh is voor alle categorieën 76,2 cm.
- **300m en 300mH:** er is per onderdeel en per categorie één finale, de snelste drie atleten van deze finale vormen het podium bij de prijsuitreiking. De horden hoogte bij 300mh is voor alle categorieën 68,6 cm.
- **1000m:** er worden maximaal 2 series op tijd gelopen, zonder finale, de snelste atleten worden in de laatste serie geplaatst. De drie tijdsnelste per categorie krijgen een plek op het podium.
- **1000m hindernis:** er wordt alleen een gecombineerde serie gelopen voor U13 en U14. De 1000m hindernis (76,2 cm hoogte) bestaat uit de reguliere 2,5 ronde op de baan. Er is geen waterbak. Per ronde staan er 4 steeple-balken op de baan. Bij de 1000m en 1000m hindernis krijgen per categorie de drie tijdsnelste een plek op het podium.

Veiligheid

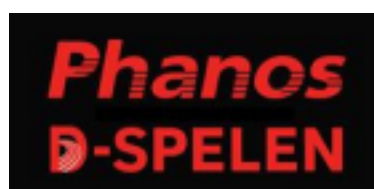
Inschrijving van de volgende combinatie is niet toegestaan: 1000m en 1000m hindernis. Deelnemers van de 1000 meter hindernis raden wij aan om eerst ervaring op te doen met horden en het passeren van hindernissen op een hoogte van 76,2 cm.

Bij 300 meter horden is de hordenhoogte voor alle categorieën 68,6 cm.

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Hoogspringen

Bij het hoogspringen zal er tegelijkertijd op 2 matten gesprongen worden. Er zullen 2 groepen ingedeeld worden op basis van prestatie. Op elke hoogte zijn er maximaal drie pogingen. De 3 beste atleten per categorie krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

Voor deze wedstrijd worden de aanvangshoogtes en vervolghoogtes voor hoogspringen vastgesteld (zie onderstaande tabel). Dit is met name bedoeld om de snelheid in de wedstrijd te houden. Als je weet dat je de aanvangshoogte niet kunt halen, houd hier ook rekening mee bij de beslissing of je wel of niet zult inschrijven.

Categorie	Aanvangshoogte	Vervolghoogtes
U13 Vrouwen	1,15 m	Vervolgens + 5 cm
U14 Vrouwen	1,25 m	Vervolgens + 5 cm
U13 Mannen	1,20 m	Vervolgens + 5 cm
U14 Mannen	1,30 m	Vervolgens + 5 cm

Polstokhoogspringen

Bij het polstokhoogspringen zal er op 1 mat gesprongen worden. Op elke hoogte krijg je maximaal 3 pogingen. Voor je poging geef je aan de latverstellers aan hoe je de palen ingesteld wilt hebben. De 3 beste atleten per categorie krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

Voor deze wedstrijd worden de aanvangshoogtes en vervolghoogtes voor polstokhoogspringen vastgesteld (zie onderstaande tabel): De verhoging is tot en met 2,60m altijd een veelvoud van 10cm, daarboven is de verhoging een veelvoud van 5cm.

Dit is met name bedoeld om de snelheid in de wedstrijd te houden. Als je weet dat je de aanvangshoogte niet kunt halen, houd hier ook rekening mee bij de beslissing of je wel of niet zult inschrijven.

Categorie	Aanvangshoogte	Vervolghoogtes
U13 Vrouwen U13 Mannen	1,80 m	+ 10 cm tot 2.60 m. Vervolgens + 5 cm.
U14 Vrouwen U14 Mannen	1,80 m	+ 10 cm tot 2.60 m. Vervolgens + 5 cm.

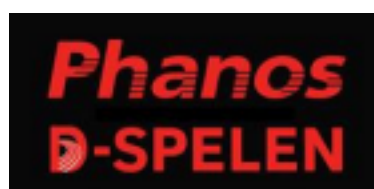
Verspringen

Bij het verspringen wordt er tegelijkertijd op 2 bakken (die parallel liggen) gesprongen. Er zullen 2 groepen ingedeeld worden op basis van prestatie, waarbij de bak waarop de groep met de vooraf beste prestaties zal springen ook als bak gebruikt zal worden voor de 3 extra pogingen (voor de beste 8 atleten in de wedstrijd). Mocht het zo zijn dat een atleet op de andere bak gesprongen heeft, dan zal deze atleet samen met de jury zijn aanloop uitmeten op de andere bak. Er zal geen gelegenheid zijn voor deze atleet om nogmaals in te springen. De 3 beste atleten per categorie krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

D-spelen, georganiseerd door: Phanos

6 september 2026

Locatie: AAC. Willinklaan 7, 1067 SL Amsterdam



Warming-up

Warming-up kan in het warming-up gebied (ter hoogte van start 300 meter) of op het gras buiten de baan. Bij alle technische onderdelen is er voor aanvang van het onderdeel tijd ingepland voor inspringen dan wel inwerpen.

Het 'prikken' bij het speerwerpen is vanwege veiligheidsredenen niet toegestaan. (TR25.1 & TR25.2)
Elke atleet heeft 1 of 2 normale proefstarts als het startblok is ingesteld.

Gelijktijdig deelnemen aan 2 onderdelen

Als een atleet aan twee onderdelen deelneemt die gelijktijdig plaatsvinden, dan dient de atleet ervoor te zorgen dat hij/zij op tijd aanwezig is bij series of pogingen van beide onderdelen.

Bij technische onderdelen is het mogelijk om met de jury af te spreken dat een atleet een poging eerder of later in dezelfde ronde mag afwerken, zodat de atleet gelijktijdig aan 2 onderdelen kan deelnemen. Bij looponderdelen is het niet mogelijk om in een andere serie ingedeeld te worden.

Keuring materiaal

Het zelf meegebrachte (werp)materiaal dient voorafgaand aan de wedstrijd te worden aangeboden voor keuring. Daarbij wordt het materiaal ingenomen en pas bij aanvang van het inwerpen weer vrijgegeven door de materiaalploeg en/of de jury van het desbetreffende onderdeel. De (begeleider van de) atleet dient bij het afgeven een simpel formulier in te vullen met contactgegevens, zodat het zelf meegebrachte materiaal op het juiste moment naar het wedstrijdterrein wordt gebracht. Na afloop van het onderdeel wordt het materiaal weer teruggebracht door de materiaalploeg / jury naar de materiaalruimte, waar de atleet of begeleider het eigen materiaal kan ophalen.

Aantal stuks werpmateriaal per atleet: maximaal 2 per onderdeel.

Tijd van keuring: De hele dag kan er gekeurd worden, tot 60 minuten voor de start van het onderdeel.

Plaats van keuring: in de materiaalruimte ter hoogte van start 150 meter.

Gebruik van zelf meegebracht / eigen materiaal is voor eigen risico.

Prijsuitreiking

Prijsuitreikingen vinden zo snel mogelijk na afloop van het onderdeel plaats, waarbij de medaillewinnaars direct vanaf het onderdeel naar de prijsuitreikingen worden gebracht. De prijsuitreikingen zullen plaatsvinden bij het erepodium naast de baan (bij de tent), naast de startlijn 300 meter.

60m, 80m, 60mH, 80mH, 300m en 300mh:

De snelste 3 atleten bij de finale krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

1000m en 1000m hindernis:

Er is er geen finale. De drie tijdsnelste per categorie uit de series krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

Hoogspringen en polsstokhoogspringen:

De 3 beste atleten krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking.

(Als dit geen beslissing oplevert, wordt er gekeken naar het aantal foutsprongen op de laatst behaalde hoogte. Als dat ook geen beslissing oplevert, wordt er gekeken naar het totaal aantal foutsprongen tot aan de laatst behaalde hoogte.)

Verspringen, discuswerpen, speerwerpen en kogelstoten:

De 3 atleten met de beste prestatie krijgen de podiumplaatsen bij de prijsuitreiking. (Als dit geen beslissing oplevert, wordt er gekeken naar de op één na beste prestatie. Als dat ook geen beslissing oplevert, wordt er gekeken naar de op twee na beste prestatie. Enz.)

Regels bij gelijk eindigen

De regels in het wedstrijdreglement gelden bij het gelijk eindigen. Bij het verspringen, kogelstoten, discuswerpen en speerwerpen geldt: bij gelijk eindigen wordt er gekeken naar de op één na beste prestatie, etc.

Bij het hoogspringen en polsstokhoogspringen geldt: bij gelijk eindigen zal er **geen** barrage plaatsvinden. Het is dus mogelijk dat er één of meerdere atleten op dezelfde plek eindigen.

Bij looponderdelen wordt bij gelijk eindigen (indien noodzakelijk bij plaatsing voor de finale en voor bepalen van medailles) naar de tijd in duizendsten gekeken. Indien de tijd in duizendsten ook gelijk is, dan zal bij de plaatsing voor de finale een loting plaatsvinden.