

★ એથ્લેટિક્સ ★

આંતરરાષ્ટ્રીય રમત કાર્યક્રમ હેઠળ, સ્પેશ્યલ ઓલિમ્પિક્સે આ નિયમો નિર્માણ કર્યા છે જે ઈન્ટરનેશનલ એસોસિએશન ઓફ એથ્લેટિક્સ ફેડરેશન (આઈએઓફ) ના નિયમો પર આધારિત છે. આંતરરાષ્ટ્રીય સ્પર્ધાઓમાં પ્રોગ્રામ અને સ્થાનિક સ્પર્ધાઓમાં આઈએઓફના નિયમો લાગુ થશે. નેશનલ ગવર્નિંગ બોર્ડ (એનજીબી) - ના નિયમો લાગુ કરાશે પણ અધિકૃત સ્પેશ્યલ ઓલિમ્પિક્સ રમતોનાં નિયમોનાં સંઘર્ષમાં આવતા હોય, તો.

એટલાન્ટો – એથ્લેટ અસ્થિરતા નિર્દાન થયેલા ડાઉન સીન્ડ્રોમ પીડિત પેન્ટાથ્લોન અને હાઈ જમ્પની સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શકે નહીં.

વિભાગ-એ ઓફિસ્ચલ ઈવેન્ટ

- (૧) ૧૦૦ મીટર દોડ
- (૨) ૨૦૦ મીટર દોડ
- (૩) ૪૦૦ મીટર દોડ
- (૪) ૮૦૦ મીટર દોડ
- (૫) ૧૫૦૦ મીટર દોડ
- (૬) ૩૦૦૦ મીટર દોડ
- (૭) ૫૦૦૦ મીટર દોડ
- (૮) ૧૦૦૦૦ મીટર દોડ
- (૯) હાફ મેરાથોન (રનીંગ)
- (૧૦) મેરાથોન (રનીંગ)
- (૧૧) હડલ્સ ઈવેન્ટ્સ (વિધન દોડ)
 - (અ) પુરુષોની ૧૧૦ મીટર
 - (બ) મહિલાઓની ૧૦૦ મીટર
- (૧૨) ૪ x ૧૦૦ મીટર રીલે
- (૧૩) ૪ x ૪૦૦ મીટર રીલે
- (૧૪) હાઈ જમ્પ (ઉંચી કૂદ)
- (૧૫) લોંગ જમ્પ (લાંબી કૂદ)
- (૧૬) શોટ પુર (ગોળાફંક)

Sprinter



- (અ) પુરુષોનો ૪ K.g.
- (બ) મહિલાઓ ત K.g.
- (ક) પુરુષ (૮-૧૧ વર્ષ ત K.g..)
- (દ) મહિલાઓ (૮-૧૨ વર્ષ ૧.૮૧ K.g.)
- (૧૭) પેન્ટાથ્લોન (૧૦૦ મીટર, લોંગ જમ્પ, શોટપુટ, હાઈ જમ્પ, ૪૦૦ મીટર)

યુનિફાઇડ સ્પોર્ટ્સ રન

- (૧૮) ૧૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૧૯) ૨૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૦) ૪૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૧) ૮૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૨) ૧૫૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૩) ૩૦૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૪) ૫૦૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૫) ૧૦૦૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૬) ૪ x ૧૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૭) ૪ x ૪૦૦ મીટર સંગઠિત રમતદોડ
- (૨૮) યુનિફાઇડ સ્પોર્ટ્સ હાઈ જમ્પ (ઉચ્ચી ફૂદ)
- (૨૯) યુનિફાઇડ સ્પોર્ટ્સ લોંગ જમ્પ (લાંબી ફૂદ)
- (૩૦) યુનિફાઇડ સ્પોર્ટ્સ શોટ પુટ (ગોળા ફેંક)
- (૩૧) યુનિફાઇડ સ્પોર્ટ્સ પેન્ટાથ્લોન (પાંચ રમતો)

Distance Runner



ચાલવાની સ્પર્ધાઃ

- (૩૨) ૪૦૦ મીટર વોક
- (૩૩) ૮૦૦ મીટર વોક

વ્હીલચેર સ્પર્ધાઃ

- (૩૪) ૧૦૦ મીટર વ્હીલચેર રેસ
- (૩૫) ૨૦૦ મીટર વ્હીલચેર રેસ
- (૩૬) ૪૦૦ મીટર વ્હીલચેર રેસ

(૩૭) હીલચેર શોટ પુટ (ગોળા ફેંક)

(અ) પુરુષ ૧.૮૧ K.g.

(બ) મહિલા ૧.૮૧ K.g.

લોગ ડિસ્ટન્સ રેસીંગ એન્ડ વોકીંગ (લાંબા અંતરની ચાલવાની અને દોડવાની સ્પર્ધાઓ)

(૩૮) ૧૫૦૦ મીટર (વોકીંગ એન્ડ રેસીંગ)



(૩૯) ૩૦૦૦ મીટર (વોકીંગ એન્ડ રેસીંગ)

(૪૦) ૫૦૦૦ મીટર (વોકીંગ એન્ડ રેસીંગ)

(૪૧) ૧૦૦૦૦ મીટર (વોકીંગ એન્ડ રેસીંગ)

(૪૨) ૧૫૦૦ મીટર યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ એન્ડ રનીંગ)

(૪૩) ૩૦૦૦ યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ એન્ડ રનીંગ)

(૪૪) ૫૦૦૦ યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ એન્ડ રનીંગ)

(૪૫) ૧૦૦૦૦ યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ એન્ડ રનીંગ)

(૪૬) ૧૫૦૦૦ યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ એન્ડ રનીંગ)

(૪૭) ૧૫૦૦ મીટર યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (વોકીંગ)

(૪૮) હાફ મેરાથોન યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (રનીંગ) સ્પર્ધાઓ

(૪૯) મેરાથોન યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ રેસ (રનીંગ) સ્પર્ધાઓ



નીચે મુજબની સ્પર્ધાઓ ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા સ્પર્ધકો માટે અર્થપૂર્ણ હરીફાઈ યોજવામાં આવશે.

(૫૦) ૨૫ મીટર દોડ



(૫૧) ૫૦ મીટર દોડ

(૫૨) ૨૫ મીટર વોક

(૫૩) ૫૦ મીટર વોક

(૫૪) ૧૦૦ મીટર વોક

(૫૫) સોફ્ટબોલ થ્રો

(૫૬) સ્ટેરીંગ લોંગ જમ્પ

(૫૭) ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક

(૫૮) ૨૫ મીટર આસીસ્ટડ વોક

- (૫૮) ૫૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક
- (૬૦) ૧૦ મીટર વ્હીલચેર રેસ
- (૬૧) ૨૫ મીટર વ્હીલચેર રેસ
- (૬૨) ૩૦ મીટર વ્હીલચેર રેસ
- (૬૩) ૪ x ૨૫ મીટર વ્હીલચેર શાટલ રીલે.

વિભાગ બી - સ્પર્ધાના નિયમો

(૧) સામાન્ય નિયમો અને ફેરફારો :

(એ) બ્લોક્સ અને સ્ટાર્ટિંગ રેસનો ઉપયોગ :

- (૧) ૪૦૦ મીટર અને ૪૦૦ મીટર સુધીની રેસમાં, બ્લોક્સ, વાપરવા કે નહીં વાપરવા તેનો વિકલ્પ સ્પર્ધકોને મળશે.
- (૨) સ્પર્ધામાં ૪૦૦ મીટર કે તેનાથી ઓછા રેસમાં સ્પર્ધક બ્લોક્સનો વપરાશ કરતો હોય કે નહીં (તે ન ગણતા) સ્ટાર્ટરનો આદેશ ઈંગ્લીશ, ફેન્ચ કે તેની પોતાની ભાષામાં રહેશે “ઓન યોર માર્ક્સ્” “સેટ” અને જ્યારે સર્વ સ્પર્ધક સેટ (તૈયાર) હોય તો બંદુકનો બાર થશે.
- (૩) રેસમાં (૮૦૦ મી કે વધારે), આદેશ રહેશે “ઓન યોર માર્ક્સ્” અને સૌ સ્પર્ધક સ્યોર થયા બાદ બંદુકનો બાર થશે. સ્પર્ધક તેના હથથી જમીનને અડી શકે નહીં.
- (૪) ૪૦૦ મીટર દૂર લાંબી સ્ટાર્ટિંગ રેસ
 - (એ) ૮૦૦ મીટર અંતર : પ્રથમ ફેરામાં દોડનાર સ્પર્ધક તેની લેનમાં ૪ દોડશે. અને પ્રથમ ફેરા બાદ નિશાન કરેલા બ્રેકલાઈનના સ્થાનથી લેન ૧ તરફ બ્રેક કરી શકાશે.
 - (બી) ૧૫૦૦ મીટર અને વધુ અંતર : વોટરફોલ સ્ટાર્ટનો વપરાશ થશે.
- (૫) ૧૦૦ મીટર અને ૧૦૦ મીટર સુધીની બધી જ રેસો, સામાન્ય ૪૦૦ મીટરના ટ્રેક પર સીધી લાઈનમાં દોડવાની રહેશે.
- (૬) સૌ દોડનારાએ સ્ટાર્ટ લાઈનના પાછળથી સ્ટાર્ટ કરવાનું રહેશે.
- (૭) ૧૦૦ મી સુધીની બધી જ રેસો ફિનિશ લાઈનથી માપવામાં આવશે. અલગ અંતરમુજબ સ્ટાર્ટલાઈનની ગોઠવણા કરાશે.

- (૮) દરેક સ્પર્ધકને પોતાના કસ કાઢવાની તક આપવી એ સ્ટાર્ટરની ફરજ રહેશે. તે માટે,
- (એ) સ્પર્ધકોએ તેમના નિર્ધારિત માર્ક્સ લીધા બાદ તેમને સ્થિર થવા પૂરેપૂરો સમય આપવો.
- (બી) કોઈ દોડનાર અસ્થિર થાય તો ફરી કમવાર ચાલુ કરે.
- (સી) સેટના આદેશ પછી સ્પર્ધકોને વધારે વાર રોકવો નહીં.

(ભી) લેન ઉલ્લંઘન :

- (૧) લેનમાં દોડતી બધી જ રેસોમાં, દરેક સ્પર્ધકે શરૂઆત (સ્ટાર્ટ) થી અંત (ફિનીશ) સુધી પોતાની નિર્ધારિત લેનમાં જ દોડશે.
- (૨) કોઈ સ્પર્ધક બીજા સ્પર્ધકને ધક્કો મારી કે તેને જબરદસ્તી લેન બહાર દોડવાને મજબૂર કરે તો અને એમાં જો અંગે ફાયદો ના થતો હોય તો આવા સ્પર્ધકને રેસ બહાર કાઢવો નહીં.
- (૩) ધારો કે એથ્લીટ
- (એ) સીધી લેનમાં તેની નિર્ધારિત લેન બહાર દોડે. અથવા
- (બી) વળાંક ઉપર તેના નિર્ધારિત લેનની બહારી લાઈનની બહાર દોડે જેથી અને એમાં જો એને ફાયદો નહીં થતો હોય અને બીજા સ્પર્ધકને અટકાવ નહીં થતો હોય, તો આવા સ્પર્ધકને અપાત્ર ગાણવો નહીં.

(સી) રેસ વોકિંગ :

- (૧) રેસ દરમ્યાન એથ્લેટનો એક પગ સતત જમીન અદેલો હોવો જોઈએ.
- (૨) બધી જ રેસ વોકિંગ સ્પર્ધા, સ્પર્ધાના વેળે એથ્લીટને “અંત લેનમાં દોડવું” હોવો ફરજિયાત નથી.
- (૩) ૪૦૦ મી. અને ૪૦૦ મી. સુધીની રેસવોકિંગ સ્પર્ધામાં ૨ કે તેથી વધારે અધિકારીઓના મતમાં સ્પર્ધકને સરસાઈ મળી હોય તો સ્પર્ધકને અગાઉ ચેતવણી આપ્યા વગર અપાત્ર ઠરાવશે.

(૩) લોંગ જમ્પ :

- (૧) લોંગ જમ્પમાં સ્પર્ધકને કમ સે કમ ૧ મીટરની જમ્પ કરવી જોઈએ જે ટેક ઓફ બોર્ડ અને રેતી સેન્ડ પીટ વચ્ચેનું ઓછામાં ઓછું અંતર છે.
- (૨) દરેક સ્પર્ધકને તું જમ્પ કરવાની તક મળશે. એથલીટની સર્વોત્તમ જમ્પ સ્કોરર માટે ગણાશે.
- (૩) ગ્રાણે ગ્રાણ જમ્પસને માપી અને નોંધવામાં આવશે. સ્કોરર માટે સર્વોત્તમ જમ્પ લેવામાં આવશે.
- (૪) બધી જ જમ્પમાં અંતરની માપણી ટેક ઓફ લાઈનથી લેંડિંગ એરિયા પર સ્પર્ધકના શરીરના કોઈ પણ ભાગ કે હાથ- પગથી થયેલ નજીક નિશાન સુધી કરવામાં આવશે.



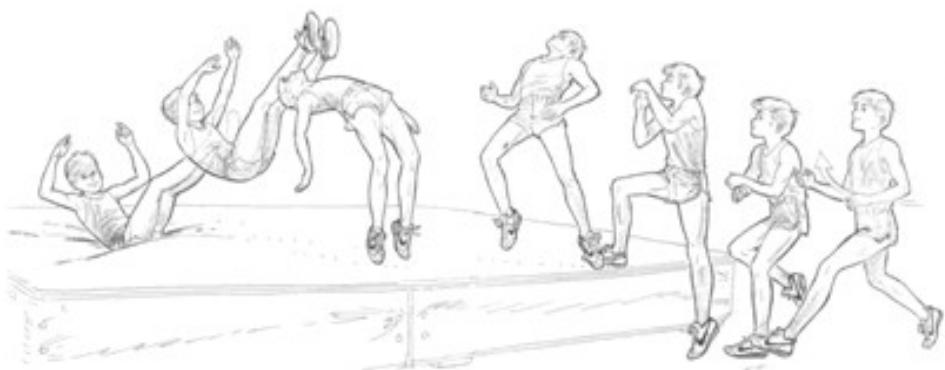
(૪) સ્ટેન્ડિંગ લોંગ જમ્પ :

- (૧) સ્પર્ધકને તેના બંને પગ નિર્ધારિત ટેક ઓફ લાઈન પાછળ અને જમીન પરમૂકીને શરૂઆત કરવી.
- (૨) સ્ટાર્ટના સમયે સ્પર્ધકના પગની આંગળીઓનો અગ્રભાગ ટેક ઓફ લાઈન પાછળ હોવા જોઈએ.
- (૩) ટેક ઓફ વખતે સ્પર્ધક તેના બંને પગનો ઉપયોગ કરશે. સ્પર્ધક એડી આંગળીઓ વારા ફરથી ઉંચી કરી આગળ પાછળ ઝલી શકે છે. પણ કયારેય પગ જમીન પરથી ઉંચો કરી શકશે નહીં.
- (૪) દરેક સ્પર્ધકને તું જમ્પ કરવાની તક મળશે. એથલીટની સર્વોત્તમ જમ્પ સ્કોરર માટે ગણાશે.

- (૫) બધી જ જમ્પસમાં અંતરની માપણી ટેક ઓફ લાઈનથી લેડિંગ એરિયા પર સ્પર્ધકના શરીરના કોઈ પણ ભાગ કે હાથ-પગથી થયેલ નજીકે નિશાન સુધી કરવામાં આવશે.
- (૬) સૂચના કરવામાં આવે છે કે જ્યારે શક્ય હોય ત્યારે સ્ટેન્ડિંગ લોંગ જમ્પની ઈવેન્ટ સેન્ડ (રેટ) થી ભરેલા જમ્પિંગ પીટસમાં યોજવામાં આવે. ટેક ઓફ લાઈન રનીંગ લોંગ જમ્પ રનવેનાં છેઠે ગોઢવવામાં આવશે. મેટનો વપરાશ થતો હોય તો તેની લંબાઈમાં ટેક ઓફ અને લેડિંગ એરિયાનો જ સમાવેશ થવો જોઈએ. અને મેટને જમીન પર સુરક્ષિત બેસાડવો જોઈએ.
- (૭) જમ્પિંગ ઈવેન્ટસમાં, સ્પર્ધા ચાલુ થાય તે પહેલાા, ટેક ઓફ માર્કને માર્ક કરવા સ્પર્ધક કોઈ અધિકારીની મદદ લઈ શકશે

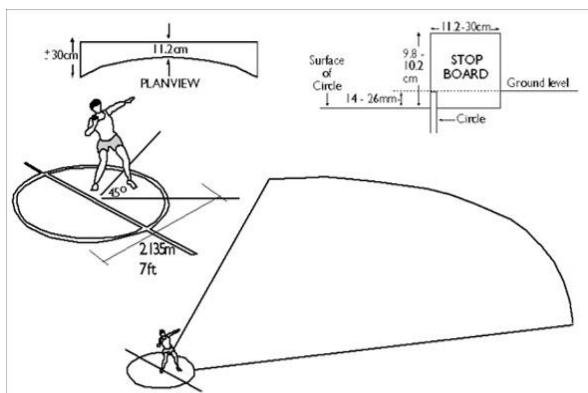
(ઓફ) હાઈ જમ્પ :

- (૧) સ્પર્ધકએ એક પગથી ટેક ઓફ કરશે.
- (૨) બધી જ હાઈ જમ્પ સ્પર્ધાઓમાં ઓછામાં ઓછી ઓપનીંગ હાઈટ ૧ મીટર રહેશે.
- (૩) ટેક ઓફ વખત સ્પર્ધક બાર પર આગળ જૂકી શકશે નહીં કે ટેક ઓફ કરી શકશે નહીં.
- (૪) ઊચી કૂદમાં સ્પર્ધા પહેલાા એથ્લેટસ સ્પર્ધાના અધિકારીની મદદથી ટેક ઓફ લાઈન દોરી શકશે.
- (૫) એટલાન્ટો એક્ષીઅલ અસ્થિરતા નિદાનિત ડાઉન સિન્ક્રોમ પીડિત એથલીટ પેન્ટાથ્લોન અને હાઈ જમ્પની સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શકે નહીં.



(જી) શોટ પુટ (ગોળાફંક) :

- (૧) શોટ સ્ટીલ, બ્રાસ (પિતળ) કે કોઈ સિન્થેટિક પદાર્થથી બનેલો હોય.
- (૨) એ શોટ કાયદેસર ગણાશે જે સર્કલના અંદરથી કરેલ હોય અને શોટનો પ્રયત્ન કરતી વખતે
- (૩) એથ્લીટ કે તેની વીલચેર સ્ટોપ બોર્ડ કે આયર્ન બેન્ડના અંદરના હિસ્સા પર અડકવું કાયદેસરનું ગણાશે. કોઈપણ યાંત્રિક સાધન વાપરવાની પરવાનગી નથી. રક્ષણ માટે માત્ર કલાઈ પર ટેપ મારી શકાશે.
- (૪) શોટ માત્ર એક હાથથી બબા પરથી ફેંકવાનું રહેશે. ફેંકવાની શરૂઆત રહેશે. પુટની શરૂઆત કરતી વખતે, સ્પર્ધકી સર્કલની અંદર સ્ટાન્સ લઈ, શોટને ગરદન કે દાઢીને અડીને કે તેની નજીદીક રાખી અને પુટની આ કિયા વખતે હાથ આ સ્થાનથી નીચે પડવા ના દે. ભભાની લાઈનની પાછળ શોટને લઈ જવાશે નહીં.
- (૫) પુટને ફાઉલ ઘોષિત કરી માપવામાં આવશે નહીં જો સ્પર્ધક સર્કલમાં પ્રવેશીને પુટની શરૂઆત કરતી વખતે નીચે મુજબ કિયા થઈ હોય.
- (અ) કાયદેસરની વ્યાખ્યાનો વિરોધમાં આવતી પદ્ધતિ વાપરી હોય.
- (બ) લેંડિંગ સેક્ટર માર્ક કરતી લાઈનસ્થ પર કે તેની બહાર શોટને પડાવે.
- (ક) લેંડિંગ જરૂરિયાતોનું પાલન ન કરતો શોટ નાખ્યો હોય.
- (૬) દરેક સ્પર્ધકને ત્રણ શ્રો કરવાનો મોક્કો મળશે. હાઈ બ્રેક્ટિંગ માટે ત્રણેય શ્રોસને માપી અને નોંધવામાં આવશે. ત્રણ શ્રોમાંથી લાંબી માપની શ્રો સ્કોરિંગ માટે ગણાશે.



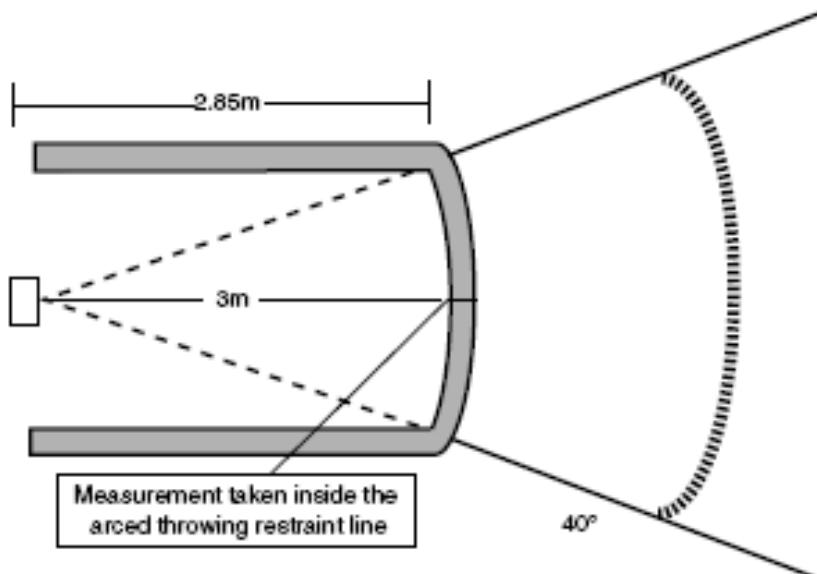
(એચ) સોફ્ટ બોલ શ્રો – ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટને આ ઇવેન્ટ બહુ જ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા

આપે છે. :

- (૧) ૩૦ સેન્ટીમીટર (૧૧ ૩/૪") પરિધ ધરાવતો સોફ્ટ બોલ વાપરવાનું રહેશે.
- (૨) સ્પર્ધક કોઈપણ પ્રકારનો થો વાપરી શકે.
- (૩) શ્રોંદ્ગ એરિયા નીચે મુજબ સેટ કરાશે.

➤ ૨.૮૫ લંબાઈની ૨ સમાંતર રેખા માર્ક કરે જેના છેડા ૨ મીટર દૂર હોય. શ્રોંદ્ગ એરિયાની પાછળના, છિસ્સે, એન્ડ લાઈન્સની વચ્ચોવચ્ચ્ય ૦.૧૦ સેમી ની લંબાઈનો માર્ક મુકવો. (માપવા માટે આ તમારો “પુલ શુ પોઈન્ટ” રહેશે.) આ માર્કથી ૩ મીટર કાલ્પનિક સમાંતર રેખા ખેંચી, આ માર્ક પોઈન્ટને માર્ક કરો અને બસે સાઈડ લાઈન્સને જોડતો આર્ક દોરજો જે આ પોઈન્ટને છેદ (ઇન્ટરસેક્ટ) કરે. બેક લાઈનના સેન્ટરથી ૪૦ કોનથી નિર્મિત વિભાગ પર બોલ લેન્ડ થવો જોઈએ. ચાપ બે લાઈન્સ લંબાવજો જે એર પોઈન્ટને છેદ જ્યાં આર્ક અને સાઈડ લાઈન્સને મળ્યા હોય.

(૫) સોફ્ટ બોલ થ્રોંડ્ગ એરિયાનું ચિત્ર



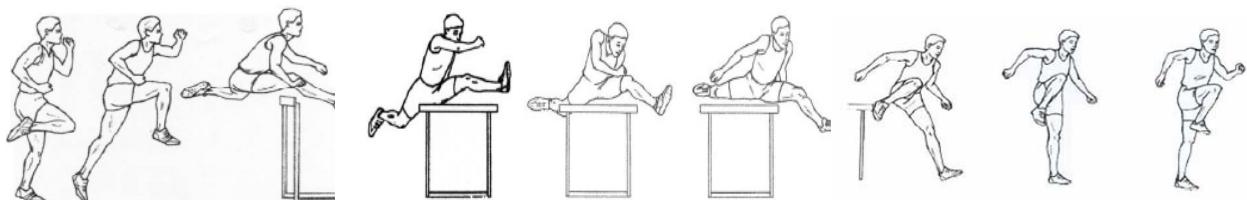
(૪) દરેક સ્પર્ધકને તુ (નોન ક્રીનસેક્ટીવ) થોણી તક મળશે. માપમાં સૌથી લાંબા થો ને સ્કોરિંગ માટે ગણાશે. આર્કટ થોઇંગ રિસ્ટ્રેનિંગ લાઈનના અંદરના ભાગથી થો ની માપણી થશે. ટાઈસ બ્રેક કરવા માટે ગ્રાણેય થો ને માપી અને નોંધવામાં આવે. સ્કોરિંગ માટે બેસ્ટ થો ને વિચારવામાં આવશે.



(આઈ) ૧૦૦/૧૧૦ મીટર હડલ્સ (વિભનદોડ) :

(૧) ૧૦૦ મીટર હડલ્સ રેસ માટે ૦.૭૬૨ મીટરની ઊંચાઈ રહેશે. સાથે સ્ટાર્ટિંગ લાઈનથી પહેલા હડલ્સ સુધીનું અંતર ૧૩ મીટર રહેશે, હડલ્સ વચ્ચેનું અંતર ૮.૫ મીટર રહેશે અને છેલ્લા અંતિમ હડલ્સથી ફિનિશ લાઈન સુધીનું અંતર ૧૦.૫ મીટર રહેશે.

(૨) ૧૧૦ મીટર હડલ્સ માટે ઊંચાઈ ૦.૮૪૦ મીટર રહેશે સાથે સ્ટાર્ટિંગ લાઈનથી પહેલા પ્રથમ હડલ્સ સુધીનું અંતર ૧૩.૭૨ મીટર અંતિમ રહેશે. હડલ્સ વચ્ચેનું અંતર ૮.૧૪ મીટર રહેશે અને છેલ્લા હડલ્સથી ફિનિશ લાઈન સુધીનું અંતર ૧૪.૦૨ મીટર રહેશે.



હડલ્સ સેટોંગ ચાર્ટ :

રેસનું અંતર	હડલ્સની ઊચાઈ	સ્ટાર્ટલાઈનથી હડલ્સ વચ્ચેનું વચ્ચેનું અંતર	અંતિમ હડલ્સથી કિનીશ લાઈન સુધીનું અંતર
૧૧૦ મીટર	૦.૮૪૦ મી.	૧૩.૭૨ મીટર	૮.૧૪ મીટર
૧૦૦ મીટર	૦.૭૬૨ મી.	૧૩ મીટર	૮.૫ મીટર

(જ) પેન્ટાથલોન :

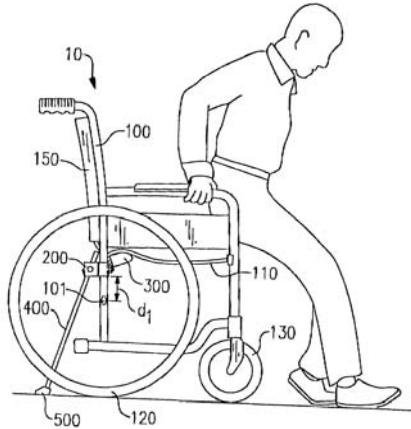
- (૧) પેન્ટાથલોન ના સદરએ રમાતી પ ઈવેન્ટસનું સંચાલન નીચે મુજબ કમમાં રહેશે. ૧૦૦ મીટર રન, લોંગજમ્પ, શોટપુટ, હાઈ જમ્પ અને ૪૦૦ મીટર રન.
- (૨) આ વિભાગની અંતમાં સ્પેશ્યલ ઓલિમ્પિક્સ પેન્ટાથલોન સ્કોરીંગ ટેબલ મૂકેલ છે.
- (૩) પેન્ટાથલોનનું સંચાલન વન તે ફોર્મેટમાં કરાશે. આમ છતાં બે સંગંગ દિવસનું ફોર્મેટ વાપરી શકાશે જેમાં પ્રથમ દિવસે ઈવેન્ટ એક, બે અને ત્રણનું સંચાલન કરાશે અને ઈવેન્ટ ચાર અને પાંચ બીજા દિવસે રખાશે.

(ક) નેત્રહીન અને બહિર એથ્લેટ :

- (૧) નેત્રથી વિકલાંગ એથ્લેટસને સહાય માટે દોરડુ કે સાઈટ ગાઈડ રનરની રાખવી જોઈએ.
- (૨) સાઈટ ગાઈડ રનર એથ્લેટની આગળના હોય. કોઈપણ સમયે ગાઈડ રનર એથ્લેટને ખેંચે કે ધક્કો મારીને આગળ ધરેઠે એમ ના થાય.
- (૩) નેત્રહીન તથા બહેરા એથ્લેટ માટે ટેપ સ્ટાર્ટ વાપરવામાં આવશે.
- (૪) ગાઈડ રનર્સ ભડકીલા નારંગી રંગીન ડ્રેસ (વેસ્ટ) પહેરવા જરૂરી છે જેથી સ્પર્ધકથી એ અલગઓળખવામાં આવે. ગેમ ઓરગનાઇઝિંગ કમિટી તરફથી ડ્રેસ(આ વેસ્ટસ્) પૂરા પાડવામાં આવશે.

(૨) વ્હીલચેર ઈવેન્ટ્સ માટેના સામાન્ય નિયમો :

- (એ) વ્હીલચેર ઈવેન્ટ્સમાં પ્રવેશ લેતા સ્પર્ધક બીજી ઈવેન્ટ્સમાં પણ પ્રવેશ લઈ શકે છે.
- (બી) સ્પર્ધક વ્હીલચેર ઈવેન્ટ્સની શરૂઆત કરતી વખતે વ્હીલચેરનાં આગળના બે પૈડા સ્ટાર્ટ લાઈનની પાછળ હોવા અગત્યનું (જરૂરી) છે.
- (૧) સ્ટાર્ટરના પિસ્ટોલનો ધુંમાડે ઉદે ત્યારથી વ્હીલચેરના બે વ્હીલસ ફિનિશ લાઈનના નજ્દીકી-કાટખૂણામાં આવેલ સમતલ પરપેન્ડીક્યુલર સરફેસ સપાટી સુધી એથલીટના ટાઈમની નોંધણી થશે.



- (સી) સામાન્ય વ્હીલચેર રેસમાં મોટોરાઈઝડ વ્હીલ ચેરને (યાંત્રિક રીતે ચાલતી વ્હીલચેરની) પરવાનગી નથી.
 - (ડી) જે ચલન માટે વ્હીલચેર વાપરે છે, માત્ર એ જ એથ્લેટ આ સ્પર્ધમાં ભાગ લઈ શકાશે.
 - (ઇ) આ ઈન્વેસ્ટમાં એથલીટસને ધક્કો મારી, ખેંચવી કે અન્ય મદદ ન કરાય.
 - (એફ) વ્હીલચેર ઈવેન્ટ્સની લેન બે ટ્રેક પહોળી હોવી જોઈએ.
- (૩) ૨૫ મીટર વ્હીલચેર રેસ - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટ્સ માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્વી સ્પર્ધા આપે છે.
- (એ) આગળના બે વ્હીલ સ્ટાર્ટ લાઈનની પાછળ રાખી સ્પર્ધકની શરૂઆત થાય છે.

- (બી) સ્પર્ધાને પૂર્ણ થયેલ ત્યારે જ ગણાય જ્યારે આગળના બે વીલ ફિનીશ લાઈનના નજીદીકી પરપેન્ડીક્યુલર સમતલ સપાટીને અડે.
- (સી) દરેક સ્પર્ધક પોતપોતાની લેનને પકડી રાખવી જરૂરી છે અને બીજા સ્પર્ધકની પ્રગતિમાં વચ્ચે હસ્તક્ષેપ ના કરે, રૂકાવટ ના લાવે કે કબજો ના કરે. કોઈપણ જાતના હસ્તક્ષેપને અપાત્રતા ઘોષિત કરવા જરૂરી મરજી નિર્ણયક રહેશે.
- (ડી) દરેક એથ્લેટ્સને તેનું ઉત્તમ પ્રદર્શન કરવાની તક આપવી એ સ્ટાર્ટર ની ફરજ રહેશે.

(૪) ૩૦ મીટર વીલચેર સ્લેલોમ : નબળી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટ માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

- (એ) રેસ દરમ્યાન એથ્લીટે બીજા એથ્લીટને રૂકાવટ લાવ્યા વગર પ્રથમ ઓબસ્ટેક્લના જમણી બાજુથી વીલચેરને ચલાવતા ફિનીશ લાઈનને પાર કરવાનું રહેશે.
- (બી) માર્કરને પાડવું એ નિયમોનું ઉલ્લંઘન ગણાશે અને ત્રણ સેકન્ડની પેનલ્ટી થશે.

(૫) ૪ x ૨૫ મીટર વીલચેર શાટલ રીલે - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટ્સને માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

- (એ) ૪ વ્યક્તિઓની ટીમ ગણાશે. દરેક સ્પર્ધકને ૨૫ મીટર રીલે પૂર્ણ કરવાની રહેશે.
- (બી) ટીમનો બીજો, ત્રીજો અને ચોથો સ્પર્ધક સ્ટાર્ટ લાઈનને ત્યાર સુધી પાર ન કરે જ્યાં સુધી તેની ટીમનો તેના આગળનો સ્પર્ધક સ્ટાર્ટ લાઈનની સામે અને સમાંતર ૧ મીટર દૂરી પર રેખાંકિત કરેલી ટેક ઓફ લાઈનને પાર ના કર્યો હોય.
- (સી) ચોથો સ્પર્ધક રેસ પૂર્ણ કરે જ્યારે આગળના બે વીલ ફિનીશ લાઈનના નજીક પરપેન્ડીક્યુલર સમતલ સપાટીને અડે.

(૬) મોટોરાઈઝડ વીલચેર ઈવેન્ટસના સામાન્ય નિયમો

- (એ) માત્ર મોટોરાઈઝડ વીલચેર માટે જ આ ઈવેન્ટસ મયાર્કિટ.
- (બી) દરેક સ્પર્ધકના વીલચેરના આગળના બે વીલસ દરેક રેસ માટે સ્ટાર્ટિંગ અને ફિનીશિંગ પોઇન્ટ ગણાશે.

- (સી) ઓબસ્ટેક્લની સીકવેન્સમાં કોઈ સ્પર્ધકથી ભૂલ-ઉલંઘન થાય તો કોઈપણ અધિકારીએ ટોકયા વગર, બીજા ઓબસ્ટેક્લમાં પ્રવેશતા પહેલા ભૂલ કરીને પાર કરેલા ઓબસ્ટેક્લ પહેલાના પોઈન્ટથી ફરી શરૂઆત કરી કોર્સને પૂર્ણ કરવાનું રહેશે અથવા અપાત્ર ગણાશે. ટૂંકમાં, નિયમ મુજબ કોર્સ પૂરો ન કરનાર અપાત્ર ગણાશે.
- (ડી) ઓબસ્ટેક્લ દોડ દરમ્યાન સ્પર્ધકનો કોચ કે સહાયક કોર્સની હદમાં પ્રવેશે તો સ્પર્ધકને અપાત્ર ગણાશે. માર્ક કરેલી બાઉન્ડ્રીના બહારથી સૂચના આપવાની કોચને છુટ છે. જજીસ કે અધિકારીઓ સૂચના સંકેતો આપી શકે નહીં.
- (ઇ) મોટોરાઈડ વીલચેર ઈવેન્ટ્સનો એન્ટ્રીટાઈમ રજૂ કરવાનો સમય, એન્ટ્રી ફોર્મમાં નિવેદન કરવું જરૂરી છે કે આ પ્રાય્ય કરવા માટે “હાઈ સ્પીડ” કે “લો સ્પીડ” નું સેટોંગ વાપર્યું છે.
- (૭) ૩૦ મીટર મોટોરાઈડ વીલચેર સ્લેલોમ - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા સ્પર્ધકો માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

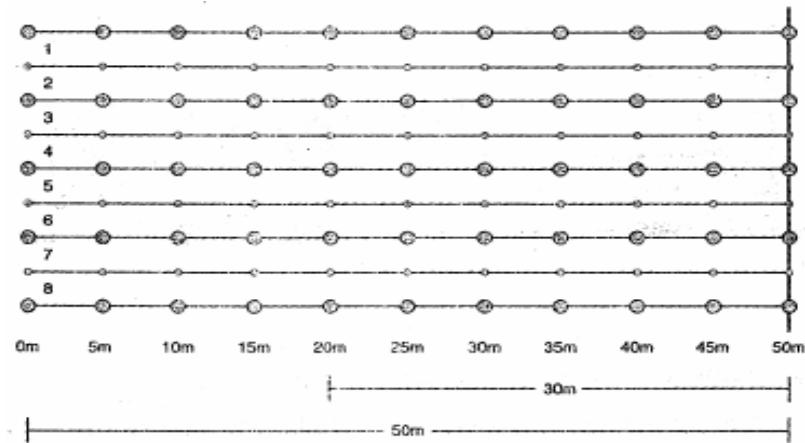
(એ) સાધનો :

- (૧) ચોક કે ટેપ
- (૨) ડ્રાફિક કોન (૩.૬. સ્લેલોમ ફ્લેગપોલ્સ - ૧.૨૨ મી. કે ૪ ફૂટલાંબો)
- (૩) સ્ટોપવોચ
- (૪) સ્ટાર્ટરની ગાન

(બી) સેટઅપ :

- (૧) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈનને ૩૦ મીટરના અંતરે માર્ક કરો.
- (૨) કોનસ્થ ને સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈન પર ૨ મીટરના અંતરે મૂકવો જેથી ૪ સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ ૪ લેન થાય.
- (૩) સ્ટાર્ટ લાઈનથી ચાલુ કરી દરેક લેનમાં ૫ મીટરના અંતરે એક કોન મૂકવા અને કોન લેનની વચ્ચો વચ્ચો મૂકવા.

(સી) ચિત્ર (ડાયગ્રેમ) - ૩૦ અને ૫૦ મીટર મોટોરાઈડ વ્હીલચેર સ્લેલોમ :



(ઢી) નિયમો :

- (૧) સૌ રેસ માટે સ્પર્ધકના વ્હીલચેરના આગળના બે વ્હીલસ સ્ટાર્ટિંગ અને ડિનીશીંગ પોર્ટાન્ડ્સ તરીકે ગણાશે.
- (૨) સ્ટાર્ટરના ગનથી ધૂમાડો નીકળતા એથેટે સ્લેલોમની શરૂઆત કરવાની રહેશે.
- (૩) રેસ દરમ્યાન એથેટે બીજા એથેટને રૂકાવટ લાવ્યા વગર પ્રથમ ઓબસ્ટેક્લના જમણી બાજુથી વ્હીલચેરને ચલાવતા ડિનિશ લાઈનને પાર કરવાનું રહેશે. માર્કરને પાડવું એ નિયમોનું ઉલ્લંઘન ગણાશે અને ત્રણ સેકન્ડ પેનલ્ટી સંમત થશે.

(ઢી) સ્કોર :

- (૧) સ્ટાર્ટરના પિસ્ટોલનો ધૂમાડો ઉદ્યોગથી મોટોરાઈડ વ્હીલચેરના આગળના બે વ્હીલ ડિનિશ લાઈનના નજીક પરપેન્ડીક્યુલર સર્ફેસ સુધી પહોંચે ત્યાં સુધી એથેટના ટાઈમની નોંધણી થશે.
- (૨) કોનને અડવાથી કોઈ પેનલ્ટી ગણાશે નહીં.



(૮) ૫૦ મીટર મોટરાઈઝડ વ્હીલચેર સ્લેલોમ - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા સ્પર્ધકો માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

(એ) સાધનો (ઇક્સ્પ્રોપ્રોન્ટ) :

- (૧) કોનસ્કુ
- (૨) ચોક
- (૩) સ્ટોપવોચ
- (૪) સ્ટાર્ટરની ગન

(બી) સેટઅપ :

- (૧) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈનને ૫૦ મીટરના અંતરે માર્ક કરો.
- (૨) દરેક એથ્લેટ પોતાની લાઈન સિવાય બાજુ લાઈન ન વાપરી શકે જે વ્હીલચેર માટે પૂરતી પણોળી હોય.
- (૩) દરેક લાઈનમાં ૨મીટરની અંતરે કોન મૂકવા જેથી દરેક લાઈન માટે સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ તૈયાર થશે.
- (૪) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ દરખાન લેન કરવા માટે કોન મૂકવા અથવા ચોકની લાઈન દોરવી.

(સી) ચિત્ર(ડાયગ્રેમ) : (૧) ૩૦ મીટર મોટોરાઈઝડ વ્હીલચેર સ્લેલોમ મુજબ

(૨) નિયમો: (૧) ૩૦ મીટર મોટોરાઈઝડ વ્હીલ ચેર સ્લેલોમ મુજબ

(૩) સ્કોર: (૧) ૩૦ મીટર મોટોરાઈઝડ વ્હીલ ચેર સ્લેલોમ મુજબ

(૮) ૨૫ મીટર મોટોરાઈઝડ વ્હીલ ચેર ઓબસ્ટક્લ કોર્સ - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા એથ લોટને આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

(એ) સાધન :

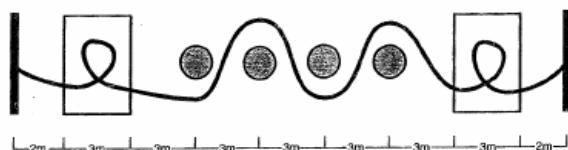
- (૧) કોન
- (૨) ચોક
- (૩) સ્ટોપ વોચ
- (૪) સ્ટાર્ટરની ગન

(બી) સેટ અપ :

- (૧) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈનને ૨૫ મીટરના અંતરે માર્ક કરો.
- (૨) સ્ટાર્ટ લાઈનથી ૨ મીટર દૂર પર એક બોક્સ માર્ક કરવો અને ફિનિશ લાઈનથી ૨ મીટર દૂરી પર એક બોક્સ માર્ક કરવો. દરેક બોક્સનો વ્યાસ ઉ મીટર હોવો જોઈએ.
- (૩) માર્ક કરેલા બોક્સમાં ઉ મીટર દૂરી પર ૪ બોક્સ મૂકવા.

(સી) નિયમો :

- (૧) કોર્સ સામે મોહું રાખી એથ્લેટ શરૂઆત કરે.
- (૨) સ્ટાર્ટિંગ લાઈન અને પ્રથમ કોન વચ્ચે, એથ્લેટ ઉદ્દો નો સર્કલ પૂરો કરવો. સર્કલ પૂરા થયા બાદ ઉ મીટર દૂરી પર રાખેલા કોનસ્યુ વચ્ચે એથ્લેટ અંદર બહાર વળાંક કરે અને ત્યારબાદ ચોથો કોન અને ફિનિશ લાઈન વચ્ચે બીજો ઉદ્દો નો સર્કલ પૂરો કરે.
- (૩) ઉ મીટર બોક્સ માત્ર ઈન્ડીક્ટર તરીકે વપરાય છે. જેથી એથ્લેટને ઉદ્દો નો સર્કલ પૂરો કરવા સહાયરૂપ રહેશે. લાઈનને ટચ કરતા પાર કરતા પોઇન્ટ્સ કે ટાઈમમાં કપાત થશે નહીં. બોક્સને ટેપ કે ચોકથી આઉટ લાઈન કરાય.
- (૪) માર્કરને પાડવું એ નિયમોનું ઉલ્લંઘન ગણાશે અને ગ્રાશ સેકન્ડ પેનલ્ટી સંમત થશે. માર્કરની જોડી વચ્ચેથી પસાર થવાનું સ્પષ્ટ પ્રદર્શન ન કરનાર એથ્લેટને અપાત્ર ગણવાનું જજની મરજને આવીન છે.
- (૫) દરેક રેસમાં ગ્રાશ એથ્લેટ્સ કરતા વધારે ના હોય.



(ડી) સ્કોરર :

સ્ટાર્ટરના ગનમાંથી ધુમાડો ઉડે ત્યારથી વ્હીલચેરના આગળના વ્હીલ ફિનીશ લાઈનના નજદીકી પરપેન્ડક્યુલક સરફેસ સુધી પહોંચે ત્યાર સુધી એથ્લીટના ટાઈમની નોંધણી થશે.

(૧૦) વ્હીલચેર શોટપુટ

(એ) વિભાગ બી ૧ નો એચ જુઓ.

(૧૧) ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક - નબળી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટ માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

(એ) સાધન :

- (૧) એથ્લેટસે પોતાના આસીસ્ટડ ડિવાઈસ લાવવાના રહેશે. આસીસ્ટડ ડિવાઈસમાં કેનસ્કુ. કેનસ્કુ કે વોકર ગણાશે.
- (૨) કેનસ્કુ
- (૩) ચોક
- (૪) સ્ટોપ વોચ
- (૫) સ્ટાર્ટરની ગન

(બી) સેટઅપ:

- (૧) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈનને ૮૦ મીટરના અંતરે માર્ક કરો.
- (૨) દરેક એથ્લેટે પોતાની લેન માટે બે લેનનો ઉપયોગ કરી શકશે જે આસીસ્ટડ ડિવાઈસ માટે પૂરતી મોકળાશ મળી રહેશે.
- (૩) દરેક લાઈન પર ૨ મીટરના અંતરે કોન મૂકવા જેથી દરેક લાઈન માટે સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ તૈયાર થશે.
- (૪) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ દરમ્યાન લેન કરવા માટે કોનસ્કુ મૂકવા અથવા ચોકની લાઈન દોરવી.

(સી) નિયમો :

- (૧) સ્ટાર્ટ લાઈનના પાછળથી વોકિંગ એડના સહારે એથ્લેટ શરૂઆત કરે.
- (૨) સ્ટાર્ટરના ગનનો ધુમાડો નીકળતા એથ્લેટ રેસની શરૂઆત કરે.
- (૩) ૧૦ મીટરનો અંતર એથ્લેટ વોકિંગ એડ વાપરી પારકરશે.
- (૪) એથ્લેટ તેની નીમેલી લેનમાં જ રહે.
- (૫) કોચ કે અધિકારીઓથી એથ્લેટ સહાય લેવાય નહીં.

(ડી) સ્કોર :

- (૧) સ્ટાર્ટરના ગનમાંથી ધુમાડો નીકળે ત્યારથી એથ્લેટના શરીરનો ઉપરી હિસ્સો ડિનિશ લાઈનને કોસ કરે ત્યાર સુધીનો એથ્લેટનો સમય નોંધવામાં આવશે.
- (૧૨) ૨૫ મીટર આસીસ્ટડ વોક - ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટસને માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.
 - (એ) સાધન : ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ
 - (બી) સેટઅપ : સ્ટાર્ટ અને ડિનિશ લાઈનને ૨૫ મીટરના અંતરે માર્ક કરવા.
 - (સી) નિયમો : ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ તેમ છતાં, વોકિંગ એડ વાપરી ૨૫ મીટરનો અંતરે એથ્લેટ ચાલે.
 - (ડી) સ્કોર : ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ
- (૧૩) ૫૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક - ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટસને માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.
 - (એ) સાધન - ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ
 - (બી) સેટ અપ - સ્ટાર્ટ અને ડિનિશ લાઈનને ૫૦ મીટરના અંતરે માર્ક કરવા.
 - (સી) નિયમો : ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ તેમ છતાં વોકિંગ એડ વાપરી ૫૦ મીટરના અંતરે એથ્લેટ ચાલે.
 - (ડી) સ્કોરર : ૧૦ મીટર આસીસ્ટડ વોક મુજબ
- (૧૪) બોલ શ્રો ફોર ડિસ્ટન્સ (ટેનિસબોલ) - ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટસને માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

(એ) સાધનો :

- (૧) ટેનિસ બોલ
- (૨) ચોક કે ટેપ
- (૩) મેઝરિંગ ટેપ

(ભી) સેટ અપ :

- (૧) સોફ્ટ બોલ થ્રો મુજબ

(સી) નિયમો :

- (૧) સોફ્ટ બોલ થ્રો મુજબ

(ડી) સ્કોર :

- (૧) સોફ્ટ બોલ થ્રો મુજબ

(૧૫) ૧૦ માટ્રા વીલચેર ઈવેન્ટ - ઓછી ક્ષમતા ધરાવતા એથ્લેટ્સને માટે આ ઈવેન્ટ અર્થપૂર્ણ સ્પર્ધા આપે છે.

(એ) સાધનો :

- (૧) ટ્રાફિક કોન્સ્ટ્રુક્શન
- (૨) ચોક
- (૩) સ્ટોપ વોચ
- (૪) સ્ટાર્ટરની ગાન

(ભી) સેટ અપ :

- (૧) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ લાઈનને ૧૦ મીટરના અંતરે માર્ક કરવી.
- (૨) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ કરવા દરેક લાઈન પર ૨ મીટરના અંતરે કોન મૂકવા.
- (૩) સ્ટાર્ટ અને ફિનિશ ગેટ દરમ્યાન લેન કરવા માટે કોન મૂકવા અથવા ચોકની લાઈન દોરવી.

(સી) નિયમો :

- (૧) વ્હીલચેરના સર્વ વ્હીલ સ્ટાર્ટ લાઈનના પાછળ રાખી, એથ્લેટ માટે નિમાયેલી લેન સામે, તેની વ્હીલ ચેરમાં એથ્લેટ શરૂઆત કરે.
- (૨) સ્ટાર્ટરની ગનના અવાજ સાથે એથ્લેટ રેસ શરૂ કરશે.
- (૩) એથ્લેટે તેના માટે નિમાયેલી લેનમાં રહેવાનું થશે.
- (૪) અધિકૃત સમયની ગણતરી માટે આગળના બે વ્હીલ ફિનિશ લાઈનના લેનને પાર કરવી જરૂરી છે.

(ડી) સ્કોર :

સ્ટાર્ટરની ગનમાંથી ધુમાડો ઉંચ ત્યારથી વ્હીલચેરના આગળના બે વ્હીલ ફિનિશ લાઈનના લેનને પાર કરે ત્યાર સુધી એથ્લેટના ટાઈમની નોંધણી નોંધણી છે.

(૧૬) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ઈવેન્ટ્સ માટેના સામાન્ય નિયમો :

(એ) રનિંગ કે વોકિંગ :

- (૧) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સની દરેક ટીમમાં એક એથ્લેટ અને એક પાર્ટનર રહેશે.
- (૨) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ટીમના ફાઈનલ ટાઈમની ગણતરી માટે દરેક સ્પર્ધાના ફિનિશિંગ ટાઈમ્બોનાં સરવાળો કરાશે.
- (૩) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ટીમમાં છ રનર / વોકરે ફિનિશ લાઈનને પાર કરનાર પ્રથમ રનર / વોકરે પોતાના ટીમ મેટને પ્રોત્સાહન આપવા કોર્સમાં પાછા વાળવાની જરૂર નથી.

(બી) ફિલ્ડ ઈવેન્ટ્સ :

- (૧) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સની દરેક ટીમમાં એક એથ્લેટ અને એક પાર્ટનર રહેશે.
- (૨) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ટીમનો ફાઈનલ સ્કોર દરેક સ્પર્ધાના ઉત્તમ સ્કોરનો સરવાળો કરવાનો રહેશે.

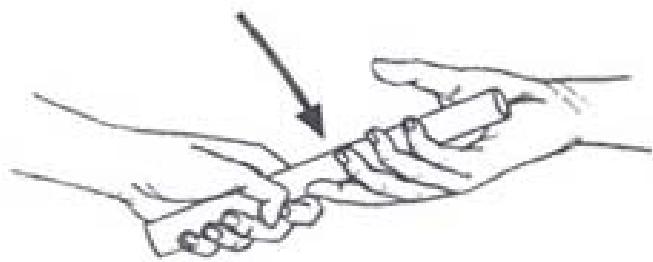
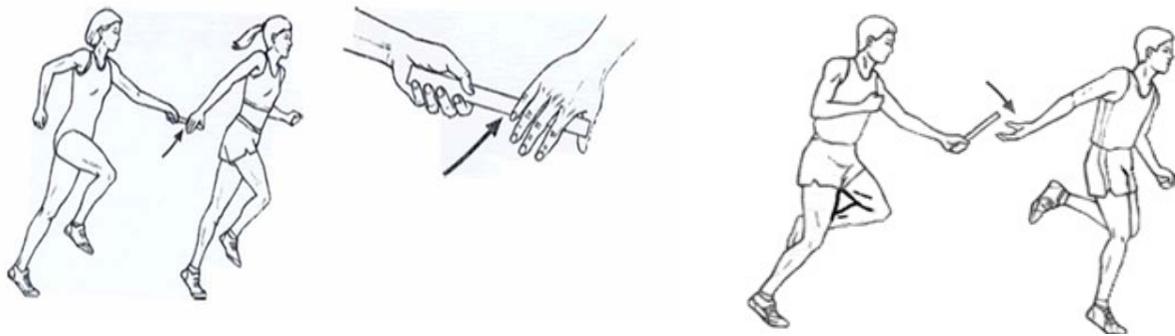
(સી) પેન્ટાથ્લોન :

- (૧) દરેક યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સની દરેક ટીમમાં એક એથ્લેટ અને એક પાર્ટનર રહેશે.
- (૨) યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ટીમનો ફાઈનલ સ્કોર દરેક સ્પર્ધકના ટોટલ પોઇન્ટ્સનો

સરવાળો રહેશે.

(૩) રીલે :

- (૧) દરેક યુનિફાઈડ સ્પોર્ટ્સ ટીમમાં એક એથ્લેટ અને એક પાર્ટનર રહેશે.
- (૨) રીલે ટીમના રનર્સ ગમે તે ઓર્ડરમાં દોડી શકે.



૪૦૦ મીટરનો એથ્લેટિક્સ ટ્રેક

