

## **Thema 1: Regeln und Zusammensetzung der Short Track Läufe**

Das Ziel im Short Track ist, anders wie im Eisschnelllauf die schnellste Zeit, beim Überqueren der Ziellinie an Erster oder Zweiter Position zu sein, um in die nächste Runde zu gelangen. Erst im Finale ist es dann entscheidend wer als Erster die Linie überquert.

Es können in einem Lauf, je nach Strecke, 4-8 Sportler gleichzeitig auf einer Bahn sein, alle im Kampf um eine weiterkommende Platzierung. Dabei müssen alle Läufer gewisse Regeln beachten, die bei Missachtung von den Schiedsrichtern auf dem Eis mit einem Penalty geahndet werden können.

Arten der Disqualifikationen/ Penalties:

- 1) Impeding: Die häufigste aller gebrauchten PENs, sie besagt, dass ein Läufer bei seinem Überholmanöver einen anderen Sportler nicht behindern darf, z.B. durch Schieben oder Schubsen.
- 2) Off Track: Die Short Track Bahn wird durch sogenannte „Blocks“ abgesteckt, diese Bahn darf man nicht nach innen verlassen. Passiert dies jedoch unabsichtlich, z.B. durch einen Sturz, hat der Läufer die Möglichkeit die Kurve noch einmal zu laufen. Dabei verliert er zwar den Anschluss an die anderen Sportler, geht aber einem Penalty aus dem Weg und hat dann, z.B. durch weitere Stürze anderer Läufer, doch noch die Chance in die nächste Runde zu kommen.
- 3) Kicking Out: Beim Überqueren der Ziellinie darf kein anderer Sportler behindert oder durch die scharfen Kufen in Gefahr gebracht werden.
- 4) Assistance: Sobald der Läufer das Eis betreten hat, darf durch keinen Außenstehenden (Trainer/ andere Sportler) dem Läufer geholfen werden, z.B. Richtigstellen der Kufe nach einem Sturz und anschließendem Abpfeifen und Neustarten des Rennens.
- 5) Fehlstarts: Erhält ein Sportler zwei Fehlstarts muss er das Rennen verlassen "bevor es begonnen" hat und muss sich sozusagen seinen eigenen Lauf von der Mitte aus ansehen.. Werden die Fehlstarts von mehreren Athleten gemacht, muss der Sportler aus dem Rennen, der den dritten Fehlstart gemacht hat. Damit sollen die Fehlstarts reduziert werden und die Rennen somit Publikumsfreundlicher werden.
- 6) Staffelwechsel: In den Staffelläufen der Damen sowie der Männer darf in den letzten zwei Runden kein Wechsel mehr erfolgen, sonst erhält man ein Penalty "relay in last two laps". Außerdem muss ein Läufer immer den nächsten wenigstens berührt haben, ehe dieser auf die Bahn darf. Geschieht dies nicht, erhält man ebenfalls ein PEN genannt "relay non-touch". Dies kann z.B. nach einem Sturz passieren, der gestürzte Läufer muss vorerst abgeschlagen werden ehe die Staffel weiterlaufen darf.

---

Penalties sind nicht immer gerechtfertigt, man kann als Trainer Protest einlegen, aber dies ändert die Entscheidung der Schiedsrichter in fast keinem Fall. Bekommt man bei den internationalen Weltcups ein PEN, scheidet man über die gelaufene Distanz aus und darf nicht mehr über diese Strecke an den Start gehen. Ein Sportler, der durch eine unfaire Aktion eines anderen Läufers seine weiterkommende Position verloren hat, bekommt mit einem „ADV“ (Advancement) die Erlaubnis trotzdem in der nächsten Runde an den Start zu gehen.