

SUL WEBINAARI

XX.XX.2026

SÄÄNTÖMUUTOKSET 2026

SÄÄNTÖMUUTOKSET 2026

- Tähän esitykseen on koottu tärkeimmät ja oleelliset sääntömuutokset vuosilta 2024–2025
- Suurin osa tässä esitetyistä sääntömuutoksista on astunut voimaan 1.11.2025
- Osa sääntömuutoksista on astunut voimaan jo aiemmin vuosien 2024 tai 2025 aikana

VÄRIEN SELITYKSET

- Musta teksti on joko vanhaa, muuttumatonta sääntökirjan tekstiä TAI yleinen selitys säännön sisällöstä
- Sinisellä lihavoinnilla on kirjoitettu uudet sääntötekstit (tai erityiset nostot säännöistä)
- ~~Punaisella yliviivauksella on merkattu sääntökirjasta poistunut teksti~~
- Vihreällä on merkattu sääntökirjan vihreään tekstiin tehdyt muutokset (sääntöjä selittäviä kirjauksia)
- Oranssilla kurstiivilla on kommentit sääntömuutoksen taustoista
- Violetilla on sääntötekstit, jotka ovat vaihtaneet paikkaa sääntökirjassa

CR 12

TUOMARINEUVOSTO

- Tuomarineuvosto ei ole enää pakollinen kansainvälisissä arvokilpailuissa (tai muissakaan kilpailuissa)
- Kilpailua hallinnoiva taho päättää, nimetäänkö tuomarineuvosto vai ei
- Euroopan yleisurheiluliitto ei enää nimeä tuomarineuvostoa omiin arvokilpailuihinsa
- Suomessa tuomarineuvostot nimetään kuten ennenkin

CR 18.1

REFEREET

- Refereiden kesken on pyrittävä yksimielisyyteen. Jos lopullista yksimielisyyttä ei kuitenkaan saavuteta, video refereeella on lopullinen päätös saatavilla olevan videokuvan perusteella, lukuun ottamatta lähtöjä koskevia tapauksia, joissa lopullisen päätöksen tekee start referee.

TR 5

VAATETUS, JALKINEET JA NUMEROLAPUT

- **TR 5.1**
- Urheilijat eivät saa käyttää asua, joka saattaisi haitata tuomareiden esteetöntä näkemistä.
- **Kävelylajeissa urheilijat eivät saa käyttää vaatteita, jotka estävät polvien alueen selkeän ja täydellisen näkyvyyden. Selvyyden vuoksi pitkät, jalkoja myötäilevät trikoot ovat kuitenkin hyväksyttäviä.**

TR 5

VAATETUS, JALKINEET JA NUMEROLAPUT

- **TR 5.2**
- Urheilijat voivat kilpailla joko paljain jaloin tai yleisurheilujalkine **yhdessä tai molemmissa jaloissa**. Urheilijoiden on noudatettava kaikkia yleisurheilukenkien käyttöön liittyviä määräyksiä (Athletic Shoe Regulations)
- **Kenkätarkastuksesta on lisätietoja ”Shoe Control Guidelines” -ohjeissa, jotka voi ladata World Athleticsin verkkosivuilta. Kengänpohjan paksuuden mittausta ei erityisesti odoteta tehtävän kenkätarkastuksen aikana.**

TR 5

VAATETUS, JALKINEET JA NUMEROLAPUT

- Kenkätarkastus on **pakollinen** kaikissa WA:n Continental Tourin ja Indoor Tourin kisoissa (eli vähintään Challenger-luokan kilpailu)
- Tämä käsittää mm. Motonet GP –kilpailut
- Shoe Control Guidelines
- Kansallinen kenkien tarkastusohje SUL:n nettisivuilla
- Kilpailutoiminta
 - → Säännöt ja ohjeet
 - → Säännöt ja ohjeet

TR 7

VAROITUKSET JA HYLKÄÄMISET

- Sääntöä 7.3 sovelletaan myös urheilijaan, jonka toinen varoitus kilpailussa johtui viestijuoksusta tai jolla oli suora sulkeminen viestijuoksusta, mikä johti joukkueen hylkäämiseen.
- Seuraavat esimerkit selventävät edelleen viestijuoksussa saadun keltaisen kortin (YC) mahdollisia seurauksia
- Esimerkki 1
 - Urheilija A saa YC:n henkilökohtaisessa lajissa
 - Urheilija A saa toisen YC:n viestissä
 - → Urheilija A saa RC:n (2 x YC) → viestijoukkue hylätään
- Esimerkki 2
 - Urheilija A saa YC:n henkilökohtaisessa lajissa
 - Urheilija B saa YC:n viestissä
 - → Ei jatkotoimia
- Esimerkki 3
 - Urheilija A saa YC:n henkilökohtaisessa lajissa
 - Urheilija B saa YC:n viestissä
 - Urheilija C saa YC:n samassa viestissä
 - → Viestijoukkue saa RC:n (2 x YC) ja siten hylätään, mutta yksittäiset urheilijat voivat silti kilpailla muissa lajeissa

TR 8.2

PROTESTIT JA VASTALAUSEET

- Sääntöihin on selvennetty, että protestit koskien karsintaa tai alku-/välieriä tulee tehdä 30 min sisällä kunkin kilpailun vaiheen tulosten julkistamisesta (tai refereen päätöksestä), ei vasta finaalin jälkeen

TR 9.1

KILPAILUSARJAT

- Säännön TR 9 otsikko on muutettu Mixed Competition → Competition Classification
- Näiden sääntöjen mukaisesti voidaan soveltaa seuraavia kilpailusarjoja:
 - Miesten kilpailusarja
 - Naisten kilpailusarja
 - Sekakilpailusarja (Mixed Competition)
- jossa sekakilpailu (mixed competition) kattaa lajit, joihin miehet ja naiset osallistuvat yhdessä ilman erillistä tulosten luokittelua, sekä viesti- tai joukkuelajit, joissa sekä miehet että naiset ovat samoissa joukkueissa.
- *Tämän säännön tarkoittamista sekakilpailusta käytettiin aiemmin englanninkielistä termiä Universal Competition (suomeksi yhteiskilpailut)*

TR 9.3 – 9.4

KILPAILUSARJAT

- Samanaikainen kilpailu TR 9.3
- Samanaikainen kilpailu (simultaneous competition) kattaa lajit, joihin miehet ja naiset osallistuvat yhdessä, ja niissä on erilliset miesten ja naisten lajitulokset.
- Samanaikainen kilpailu ei normaalisti ole sallittu kokonaan stadionilla käytävissä lajeissa
- Voidaan sallia kuitenkin
 - kenttälajeissa
 - 5000 m ja pidemmällä matkoilla, mutta se on sallittu vain silloin, kun kilpailevia urheilijoita ei ole riittävästi yhdestä tai molemmista sukupuolista, jotta erillisten kilpailujen järjestäminen olisi perusteltua

TR 16.5 LÄHTÖ

- 16.5 Lähettäjän tulee keskeyttää lähtö, jos lähettäjän näkemyksen mukaan urheilija...
- 16.5.3 "paikoillenne" tai "valmiit" –komennon jälkeen häiritsee muita kilpailussa mukana olevia urheilijoita äänellä, liikkeellä tai muulla tavoin ~~johtaen siihen, että toinen urheilija syyllistyy vilppilähtöön.~~
- 16.5.3 "paikoillenne" tai "valmiit" –komennon jälkeen häiritsee muita kilpailussa mukana olevia urheilijoita äänellä, liikkeellä tai muulla tavoin, **riippumatta siitä, johtaako se toisen urheilijan vilppilähtöön.**

TR 16.5 LÄHTÖ

- Säännön 16.5.3 tapauksessa, jos urheilijan liike tai toiminta johtaa siihen, että toinen urheilija syyllistyy muutoin vilppilähdöksi tuomittavaan liikkeeseen, start referee voi varoittaa häiritsevää urheilijaa sopimattomasta käytöksestä sääntöjen 7.1 ja 7.3 mukaisesti (keltainen kortti lähdön häirinnästä). Muussa tapauksessa on näytettävä vihreä kortti.
- **Jos kuitenkin sama urheilija toistaa liikettä useissa keskeytetyissä lähdöissä, vaikka se ei johtaisi toisen urheilijan syyllistymiseen muutoin vilppilähdöksi tuomittavaan liikkeeseen, start referee voi silti varoittaa häiritsevää urheilijaa sopimattomasta käytöksestä sääntöjen 7.1 ja 7.3 mukaisesti (keltainen kortti lähdön häirinnästä).**

TR 16.5 LÄHTÖ

- Urheilija A nykäisee → urheilija B tekee lähtöliikkeen tästä nykäisystä
 - → A:lle keltainen kortti TR 16.5.3
- Urheilija A nykäisee selvästi → muut urheilijat eivät tee lähtöliikettä tämän nykäisyn seurauksena
 - Lähtö keskeytetään tai palautetaan → vihreä kortti
- Toisessa lähtöyrityksessä urheilija A nykäisee uudestaan selvästi → muut urheilijat eivät tee lähtöliikettä tämän nykäisyn seurauksena
 - Lähtö keskeytetään tai palautetaan → A:lle keltainen kortti TR 7.1
- **Huomaa, että vilppilähtösääntö ei ole muuttunut !!**

TR 16.5 – 16.9 LÄHTÖ; KORTTIEN NÄYTTÄMINEN

- Fyysisten korttien sijasta voidaan käyttää myös vaihtoehtoisia visuaalisia tapoja tai äänilaitteita, kuten laajakuvanäyttöjen tai erillisten näyttöjen käyttö, kaiuttimien kautta tapahtuva viestintä, valotornien tai vastaavien laitteiden käyttö jne.

TR 20.4.3 JA TR 20.4.6 RATA-ARVONNAT; SUORAN JUOKSUT

- Suoralla käytävät juoksut, **8 rataa**
 - a) Rankingsijat 1 – 4 → arvotaan radoille 3, 4, 5 ja 6
 - b) Rankingsijat 5 ja 6 → arvotaan radoille 2 ja 7
 - c) Rankingsijat 7 ja 8 → arvotaan radoille 1 ja 8
- Suoralla käytävät juoksut, **9 rataa**
 - a) Rankingsijat 1 – 3 → arvotaan radoille 4, 5 ja 6
 - b) Rankingsijat 4 ja 5 → arvotaan radoille 3 ja 7
 - c) Rankingsijat 6 ja 7 → arvotaan radoille 2 ja 8
 - d) Rankingsijat 8 ja 9 → arvotaan radoille 1 ja 9

TR 20.4.4 JA TR 20.4.7 RATA-ARVONNAT; 200 M JA 300 M

- 200 m ja 300 m, 8 rataa
 - a) Rankingsijat 1 – 3 → arvotaan radoille 5, 6 ja 7
 - b) Rankingsijat 4 – 6 → arvotaan radoille 3, 4 ja 8
 - c) Rankingsijat 7 ja 8 → arvotaan radoille 1 ja 2
- 200 m ja 300 m, 9 rataa
 - a) Rankingsijat 1 – 4 → arvotaan radoille 5, 6, 7 ja 8
 - b) Rankingsijat 5 – 7 → arvotaan radoille 3, 4 ja 9
 - c) Rankingsijat 8 ja 9 → arvotaan radoille 1 ja 2

TR 20.4.5 JA TR 20.4.8 RATA-ARVONNAT; 400 M JA 800 M

- 400 m, kaikki viestit 4 x 400 m asti ja 800 m, **8 rataa**
 - a) Rankingsijat 1 – 4 → arvotaan radoille 4, 5, 6 ja 7
 - b) Rankingsijat 5 ja 6 → arvotaan radoille 3 ja 8
 - c) Rankingsijat 7 ja 8 → arvotaan radoille 1 ja 2
- 400 m, kaikki viestit 4 x 400 m asti ja 800 m, **9 rataa**
 - a) Rankingsijat 1 – 3 → arvotaan radoille 5, 6 ja 7
 - b) Rankingsijat 4 ja 5 → arvotaan radoille 4 ja 8
 - c) Rankingsijat 6 ja 7 → arvotaan radoille 3 ja 9
 - d) Rankingsijat 8 ja 9 → arvotaan radoille 1 ja 2

TR 22

AITAJUOKSUT

- 300 m aidat on lisätty viralliseksi lajiksi
 - Alkusileä 50 m
 - Aitavälit 35 m
 - Loppusileä 40 m
 - = Eli samat aitamerkit kuin 400 m aidoissa
- Myös aitakorkeus on sama kuin 400 m aidoissa
 - Miehet ja M19 91,4 cm
 - M17 83,8 cm
 - Naiset, N19 ja N17 76,2 cm
- Suomessa hallikaudella 300 m aidoissa käytetään 2026 alkaen ylläolevia aitamittoja; muutos siis 300 m aitojen alkusileään ~~45 m~~ → 50 m

TR 24.4 JA 24.5 VIESTIJUOKSUT

- 24.4 Kun viestikilpailu juostaan osan matkaa tai kokonaan omia ratoja pitkin, kapulaa odottava kilpailija voi asettaa yhden tarkistusmerkin oman ratansa pintaan käyttäen itsekiinnittyvää teippiä, kooltaan enintään 5 cm x 40 cm, ja joka väriltään selvästi erottuu radan kiinteistä merkinnöistä eikä aiheuta sekaannuksia.
- **Tämän säännön muutoin täyttävä teippi voidaan repiä yhteen tai useampaan osaan, jotta yhdestä merkistä saadaan eri muotoinen ja selkeämmin erottuva muoto.**
- 24.5 ...
- Urheilijat eivät saa käyttää käsineitä eivätkä asettaa materiaaleja (muuta kuin säännön 6.4.3 sallimia) tai aineita käsiinsä **tai viestikapulaan** saadakseen paremman otteen viestikapulasta.
- **Jos urheilija ei noudata tätä sääntöä, hänen joukkueensa hylätään.**

TR 24.6

VIESTIJUOKSUT

- Mikäli kapula putoaa, kapulan pudottaneen urheilijan on itse nostettava se ylös. Hän voi siirtyä pois radaltaan hakeakseen kapulan edellyttäen, ettei hän niin tehdessään lyhennä juostavana olevaa matkaa **tai estä muita urheilijoita kapulaa noutaessaan.** ~~Lisäksi, jos kapula on pudotessaan kierinyt sivulle tai eteenpäin juoksusuuntaan (mukaan lukien yli maaliviivan), hänen on kapulan nostettuaan palattava kohtaan, jossa kapula viimeksi oli ollut hänen kädessään, ja vasta tämän jälkeen hän voi jatkaa joukkueensa juoksua eteenpäin. Mikäli näin on menetelty eikä muita kilpailijoita ole häiritty, kapulan putoaminen ei johda joukkueen hylkäämiseen.~~ **Ylitettäessä maaliviivaa viestikapulan tulee olla viimeisen osuuden juoksijan kädessä.**
- Jos urheilija ei noudata tätä sääntöä, hänen joukkueensa hylätään.
- *Urheilijan on erittäin vaikea noudattaa voimassa olevaa sääntöä ja tietää kilpailun hektisen tilanteen keskellä, missä tarkalleen ottaen viestikapulan pudotus tapahtui. Myös toimitsijoille on vaikea arvioida asiaa ilman videovalvontaa. Urheilijalle/joukkueelle aiheutuu joka tapauksessa merkittävä haitta viestikapulan pudottamisesta.*

TR 24.11 JA 24.12 VIESTIJUOKSUT

- 4 x 100 m sekaviestissä (mixed relay) juoksujärjestys on
- Mies → nainen → mies → nainen
- 4 x 400 m sekaviestissä (mixed relay) juoksujärjestys on
- Mies → nainen → mies → nainen

TR 28

SEIVÄSHYPPY

- Kun suoritus aika on käynnistynyt, riman asemaan (etäisyyteen) ei enää sallita muutoksia.
- **Peräkkäisten suoritusten tapauksessa tuomareiden tulee tarkistaa urheilijalta, haluaako tämä muuttaa riman asemaa ennen seuraavan yrityksen alkua.**
- *Urheilijalle tulee antaa mahdollisuus keskustella valmentajan kanssa ennen riman asemointia.*

TR 32

HEITTOLAJIEN

YLEISET SÄÄNNÖT

- 32.4 Seuraavat keinot katsotaan (sääntöjen vastaiseksi) avustamiseksi, joten ne ovat kiellettyjä
 - 32.4.5 Sylkeminen tai ihmiskehon nesteiden levittäminen muulla tavoin mihin tahansa heittovälineeseen
 - 32.4.6 Keihäänheitossa urheilijan asettama liitu tai vastaava aine heittovälineeseen

TR 32

HEITTOLAJIEN

YLEISET SÄÄNNÖT

- 32.4 Seuraavat keinot katsotaan (sääntöjen vastaiseksi) avustamiseksi, joten ne ovat kiellettyjä
 - 32.4.4 Kilpailija ei saa suihkuttaa tai levittää mitään ainetta kehään tai jalkineisiinsa eikä myöskään karhentaa kehän pintaa millään tavoin.
 - *Huom (ii): Heittokengän teippaaminen ulkopuolelta on hyväksyttävää, katso myös "Athletic Shoe Regulations". Tällainen teipin asettaminen tulee näyttää lajinjohtajalle ennen urheilijan ensimmäistä (tai seuraavaa) heittoa.*

TR 36

MOUKARINHEITTO

- 36.6 Moukarin varsi tehdään yhdestä yhtenäisestä ja suorasta jousiteräslangasta, jonka halkaisija on vähintään 3 mm. Langan tulee olla sellaista, että se ei oleellisesti veny moukaria heitettäessä. Varsi voidaan toisesta tai molemmista päistään kiertää silmukalle kiinnitystä varten. Varsi tulee kiinnittää moukarin päähän kiertonivelellä, joka voi olla joko liukulaakeri tai kuulalaakeri.
- *Huom: Moukarin varren kierretyt päät voidaan suojata esim. muovisella sisähalkaisijaltaan 5mm putkella 50mm matkalta.*
- **Putken tarkoituksena on vähentää vaaraa, että moukari jää kiinni häkin verkkoon ja viivästyttää kilpailua. Muoviputken tulee olla läpinäkyvää varren tarkistamiseksi.**

TR 39

MONIOTTELUT

- ~~• 39.12 Mikäli kilpailussa käytetään Gundersen menetelmää (tai vastaavaa) viimeisen lajin lähdössä, niin kilpailun ohjeessa on oltava kirjattuna tähän käytettävät säännöt ja toimintatapa, miten lähtötapahetuma hoidetaan.~~
- Moniottelun viimeisen lajin Gundersen-menetelmä on poistettu säännöistä

TR 41.3 JA 43.1 SHORT TRACK -RADAT

- 41.3 Kaikkien juoksuratojen, vauhdinottoratojen ja ponnistusalueiden tulee olla päällystetty kestopäällysteisellä materiaalilla, jonka tulisi mielellään olla sellaista, että sillä voi käyttää 6 mm:n piikkejä. (Katso sääntö 11 WA:n erillisestä säännöistä kenkiin liittyen). **Radan valmistaja tai stadionin ylläpitäjä voi sallia enintään 9 mm piikkien käytön.**
- 43.1
- **Kiertävällä radalla, jonka nimellispituus on muu kuin 200 m, saavutetut suoritukset voidaan laskea mukaan lyhyen radan tuloksiin, jos nimellispituus ei ylitä 201,20 m (220 jaardia).**

TR 44.6.3

SHORT TRACK

800 M

- 800 metrin lähdössä jokainen urheilija voidaan sijoittaa omalle radalleen, tai kaksi urheilijaa voidaan sijoittaa samalle radalle, tai lähtö voidaan toteuttaa ryhmälähtönä radoilta 1 ja 4 säännön TR 17.5.2 mukaisesti. **Jos lähtö tapahtuu omilta radoilta, urheilijat voivat siirtyä sisäradalle toisen kaarteeseen (takakaarteeseen) lopussa olevan evolventtiviivan jälkeen.** Ryhmälähdöissä ulomman ryhmän urheilijat voivat liittyä sisempään ryhmään ensimmäisen kaarteeseen (etukaarre) lopussa olevan evolventtiviivan jälkeen, tai jos kilpailu juostaan kahden kaarteeseen tasoituksella, toisen kaarteeseen (takakaarre) jälkeen. Lähtö voi tapahtua myös vain yhdeltä lähtökaarelta.
- *Omia ratoja käytettäessä juostaan siis kahden kaarteeseen tasoituksella aiemman yhden kaarteeseen tasoituksen sijaan.*
- *Lähtöviiva on siis sama kuin 400 metrin juoksussa.*

TR 48.4 JA 48.5 SHORT TRACK VIESTIJUOKSUT

- 4 x 200 m viestin kolmannen ja neljännen osuuden odottavien urheilijoiden on nimetyn toimitsijan johdolla asetuttava odotuspaikoilleen samassa järjestyksessä (sisältä ulospäin) kuin **heidän edellisen osuuden juoksijat ovat viimeiseen kaarteeseen saapuessaan.**
- 4 x 400 m, 4 x 400 m sekaviestin ja 4 x 800 m viestin toisen, kolmannen ja neljännen osuuden odottavien urheilijoiden on nimetyn toimitsijan johdolla asetuttava odotuspaikoilleen samassa järjestyksessä (sisältä ulospäin) kuin **heidän edellisen osuuden juoksijat ovat ylittäneet maaliviivan ja aloittaneet osuutensa viimeisen kierroksen.**
- Kun saapuvat urheilijat ovat ohittaneet tämän pisteen, odottavien urheilijoiden on säilytettävä järjestys eivätkä he saa vaihtaa paikkoja vaihtoalueen alussa. Jos urheilija ei noudata tätä sääntöä, hänen joukkueensa hylätään.

TR 54.1

KILPAKÄVELYT

- Kilpakävelyn vakiomatkat ovat
 - Short track –radoilla 3000 m ja 5000 m
 - Standardiradoilla: 5000 m, 10 000 m, **puolimaraton, maraton** ja 50 000 m
 - Maantiellä: 10 km, **puolimaraton, maraton** ja 50 km
 - 20 000 m / 20 km ja 35 000 m / 35 km matkat on poistettu säännöistä
- SM-maantiekävelyjen miesten ja naisten matkaksi on muutettu puolimaraton

TR 54.6

KILPAKÄVELYT

- Tuomarin havaittua, että kilpailijan kävelytapa on missä tahansa kilpailun vaiheessa säännössä TR 54.2 annetun määritelmän vastainen joko ihmissilmällä havaittavan maakosketuksen irtaantumisen tai "koukkupolven" muodossa, hänen on toimitettava ylituomarille kyseistä kilpailijaa koskeva hylkäysesitys punaisella kortilla (Red Card).
- On suositeltavaa, että urheilijalle näytetään mahdollisuuksien mukaan säännön 54.5 mukainen keltainen laikka ennen hylkäsesityksen antamista. Keltaisen laikan tarkoituksena on antaa urheilijalle mahdollisuus korjata kävelytekniikkaansa säännön 54.2 mukaisen kilpakävelyn määritelmän mukaiseksi, tavoitteena mahdollisimman monen urheilijan maaliin pääseminen oikealla kävelytekniikalla.

TR 54.7.3

KILPAKÄVELYT; AIKASAKKOALUE

- Ajat aikasakkoalueella
- 3000 m / 5000 m / 5 km 30 s
- 10 000 m / 10 km 1 min
- **Puolimaraton** **2 min**
- **Maraton** **4 min**
- 50 000 m / 50 km 5 min