



RÈGLES DE COMPÉTITION ET RÈGLES TECHNIQUES

Édition 2026



MARCHE

www.worldathletics.org



RÈGLES DE COMPÉTITION ET RÈGLES TECHNIQUES

Édition 2026

PARTIE VI - LES ÉPREUVES DE MARCHÉ

54. Marche athlétique

Distances

54.1 Les distances standard sur Piste courte sont 3000m et 5000m. Sur une piste circulaire standard de 400 m ces distances sont 5000m, 10 000m, Semi-marathon, Marathon, 50 000m. Pour les courses sur route ces distances sont 10km, Semi-marathon, Marathon, 50km.

Définition de la Marche

54.2 La Marche est une progression de pas exécutés de telle sorte que le marcheur maintienne un contact avec le sol sans qu'il ne survienne aucune perte de contact visible (pour l'œil humain). La jambe avant doit être tendue (c'est-à-dire que le genou ne doit pas être plié) dès le premier contact avec le sol et jusqu'à ce qu'elle se trouve en position verticale.

Jugement

54.3 Dispositions relatives au jugement :

- 54.3.1 Les Juges de marche désignés doivent élire un Chef-juge, s'il n'en a pas été nommé auparavant.
- 54.3.2 Tous les Juges opéreront indépendamment les uns des autres et leurs jugements seront basés sur des observations visuelles.
- 54.3.3 Le cas échéant, les Juges sont désignés conformément à la Règle 9 des Règles de compétition.
- 54.3.4 Pour les Épreuves sur route, il devrait normalement y avoir un minimum de six Juges et un maximum de neuf, y compris le Chef-juge.
- 54.3.5 Pour les Épreuves sur piste, il devrait normalement y avoir six Juges, y compris le Chef-juge.
- 54.3.6 Pour les compétitions décrites aux alinéas 1.a et 1.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, un seul Juge (à l'exception du Chef-juge) affilié à une Fédération membre quelle qu'elle soit peut officier.

Note : Pour chaque Juge, l'affiliation à une Fédération membre est correctement indiquée sur les listes actuelles des Juges de marche World Athletics de niveau or, argent ou bronze.

Chef-juge

54.4 Dispositions relatives au Chef-juge :

- 54.4.1 Pour toutes les Compétitions comptant pour le classement mondial, le Chef-juge est habilité à disqualifier un athlète dans les 100 derniers mètres de l'épreuve, lorsque son mode de progression enfreint manifestement la Règle 54.2 des Règles techniques, et ce quel que soit le nombre de Cartons rouges que le Chef-juge a reçu pour cet athlète. Un athlète disqualifié par le Chef-juge dans ces circonstances sera autorisé à terminer la course. Le Chef-juge ou un Chef-juge adjoint doit notifier à l'athlète sa disqualification en lui montrant un panneau rouge dès que possible après que l'athlète a terminé sa course.
- 54.4.2 Le Chef-juge doit agir en qualité d'officiel supervisant la compétition et ne peut agir en qualité de Juge seulement dans le cas prévu à la Règle 54.4.1. Lors des compétitions décrites aux alinéas 1.a, 1.b, 1.c, 2.a et 2.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, deux Chefs-juges adjoints ou plus seront désignés. Le ou les Chefs-juges adjoints doivent aider uniquement à la notification des disqualifications et ne doivent pas agir en qualité de Juges de marche.
- 54.4.3 Lors des compétitions décrites aux alinéas 1.a, 1.b, 1.c, 2.a et 2.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, et, si possible, pour d'autres compétitions, un officiel responsable du ou des Tableaux d'affichage et un Secrétaire du Chef-juge devront être désignés.

Panneau jaune

- 54.5 Lorsqu'un Juge n'est pas totalement convaincu que l'athlète se conforme entièrement à la Règle 54.2 des Règles techniques, il devrait, si possible, montrer à l'athlète un panneau jaune portant sur ses deux faces le symbole de l'irrégularité.
- Un athlète n'a pas droit à la présentation d'un deuxième panneau jaune par le même Juge pour la même infraction. Le Juge qui a montré le panneau jaune à un athlète doit en

informer le Chef-juge après la compétition.

Cartons rouges

- 54.6 Lorsqu'il constate qu'un athlète enfreint la Règle 54.2 des Règles techniques en raison de la perte de contact visible avec le sol ou en pliant le genou lors de la compétition, à quelque moment que ce soit, le Juge doit envoyer un carton rouge au Chef-juge en indiquant le numéro du Juge, l'identification figurant sur le dossard de l'athlète, l'infraction et l'heure à laquelle le carton rouge a été établi. Chaque carton rouge, y compris celui entraînant la disqualification de l'athlète, prend effet au moment où il est établi par le Juge.

Il est recommandé, dans la mesure du possible, de présenter à l'athlète un panneau jaune, conformément à la Règle 54.5 des Règles techniques, avant de lui adresser un carton rouge. L'objectif du panneau jaune est de permettre à l'athlète d'ajuster sa technique de marche afin qu'elle soit conforme à la définition de la Marche athlétique, énoncée à la Règle 54.2 des Règles techniques, et ainsi de favoriser l'arrivée régulière du plus grand nombre possible d'athlètes.

Disqualification

- 54.7 Dispositions relatives à la disqualification :
- 54.7.1 Sauf dans les cas prévus à la Règle 54.7.3 des Règles techniques, lorsque trois Cartons rouges de trois Juges différents ont été envoyés au Chef-juge pour le même athlète, ce dernier sera disqualifié et informé de cette disqualification par le Chef-juge ou un Chef-juge adjoint qui lui montrera un panneau rouge. L'absence de notification n'entraîne pas la réintégration d'un athlète disqualifié.
- 54.7.2 Lors des compétitions décrites aux alinéas 1.a, 1.b, 1.c et 1.d de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, les Cartons rouges de deux Juges affiliés à la même Fédération membre ne peuvent en aucun cas entraîner la disqualification.
- Note : Pour chaque Juge, l'affiliation à une Fédération membre est correctement indiquée sur les listes actuelles des Juges de marche*

internationaux de niveau continental et des Juges de marche World Athletics de niveau or, argent ou bronze.

- 54.7.3 Une Zone de pénalité doit être installée pour toute épreuve lorsque le règlement de la compétition le prévoit et peut être mise en place pour d'autres épreuves si cela est indiqué par l'organe dirigeant compétent ou par les Organisateurs. Dans de tels cas, un athlète sera invité à entrer dans la Zone de pénalité et devra y rester pendant la durée appropriée après avoir reçu trois Cartons rouges. Il en sera informé par le Chef-juge ou par une personne désignée par lui.

La durée à appliquer dans la Zone de pénalité est la suivante :

Épreuves jusqu'à et y compris	Durée applicable
5 000 m / 5 km	0,5 min (30 secondes)
10 000 m / 10 km	1 min
Semi-marathon	2 min
30 000 m / 30 km	3 min
Marathon	4 min
50 000 m / 50 km	5 min

Un athlète qui se soustrait à l'obligation d'entrer dans la Zone de pénalité alors qu'il lui a été demandé de le faire, ou d'y rester pour la durée applicable, et qui poursuit la course, sera disqualifié par le Juge-arbitre.

- 54.7.4 Si, en vertu de la Règle 54.7.3 des Règles techniques, un athlète reçoit un troisième carton rouge et qu'il n'est plus possible de lui demander d'entrer dans la Zone de pénalité avant la fin de la course, le Juge-arbitre devra ajouter le temps qu'il aurait dû passer dans la Zone de pénalité à son temps d'arrivée et ajuster l'ordre d'arrivée si nécessaire.
- 54.7.5 Si, alors que la Règle 54.7.3 des Règles techniques s'applique, l'athlète reçoit un carton rouge supplémentaire de la part d'un autre Juge que l'un

des trois qui avait auparavant envoyé un carton rouge, il sera disqualifié. Le Chef-juge ou Chef-juge adjoint leur notifiera cette disqualification en leur montrant un panneau rouge. L'absence de notification n'entraînera pas la réintégration d'un athlète disqualifié.

- 54.7.6 Dans les Courses sur piste, un athlète disqualifié doit immédiatement quitter la piste. Dans les Courses sur route, immédiatement après avoir été disqualifié, l'athlète doit enlever les dossards distinctifs et quitter le parcours. Tout athlète disqualifié qui ne quitte pas le parcours ou la piste, ou qui ne se conforme pas aux directives données en vertu de la Règle 54.7.3 des Règles techniques d'entrer dans la Zone de pénalité et d'y demeurer pendant la durée requise sera passible d'une sanction disciplinaire supplémentaire conformément aux Règles 7.1 et 7.3 des Règles techniques.
- 54.7.7 Un ou plusieurs Tableaux d'affichage doivent être placés sur le parcours et près de l'arrivée pour tenir les athlètes informés du nombre de Cartons rouges qui ont été envoyés au Chef-juge pour chaque athlète. Le symbole de chaque infraction doit également figurer sur le Tableau d'affichage.
- 54.7.8 Lors des compétitions décrites aux alinéas 1.a et 1.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, les Juges doivent utiliser des systèmes informatiques portatifs dotés d'un système de transmission pour communiquer tous les Cartons rouges au Secrétaire du Chef-juge et au(x) Tableau(x) d'affichage. Pour toutes les autres compétitions, dans lesquelles un tel système n'est pas utilisé, le Chef-juge communiquera au Juge-arbitre, immédiatement après la fin de l'épreuve, l'identité de tous les athlètes disqualifiés en vertu des Règles 54.4.1, 54.7.1 ou 54.7.5 des Règles techniques, en indiquant le numéro de dossard, l'heure de la notification et les infractions commises ; il en sera de même pour tous

les athlètes ayant reçu des Cartons rouges.

Départ

54.8 Le départ de l'épreuve sera donné par un coup de feu, de canon ou de corne, ou par tout autre signal de départ distinctif et non ambigu, approprié à la compétition concernée. Les commandements pour les épreuves de plus de 400 m seront utilisés (Règle 16.2.2 des Règles techniques). Pour les épreuves comportant un grand nombre d'athlètes, un signal d'avertissement devrait être donné cinq minutes, trois minutes et une minute avant le départ. Au commandement « À vos marques », les athlètes doivent s'assembler sur la ligne de départ de la manière établie par les organisateurs. Le Starter doit s'assurer qu'aucun athlète ne touche la ligne de départ ou le sol devant la ligne avec son pied (ni avec aucune autre partie de son corps), puis il doit donner le départ de la course.

Si le départ n'est pas donné par un coup de feu, de canon ou de corne, tout autre signal doit avoir été préalablement approuvé par World Athletics.

Sécurité

54.9 Les Organisateurs d'Épreuves de marche doivent veiller à la sécurité des athlètes et des officiels. Pour les compétitions décrites aux alinéas 1.a, 1.b, 1.c, 2.a et 2.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, les Organisateurs doivent s'assurer que les routes utilisées pour la compétition sont fermées à la circulation motorisée dans toutes les directions.

Postes de boisson, d'épongement et de ravitaillement lors des Épreuves de marche sur route

54.10 Dispositions relatives aux postes de boisson, d'épongement et de ravitaillement lors des Épreuves de marche sur route :

54.10.1 De l'eau et d'autres ravitaillements appropriés doivent être disponibles au départ et à l'arrivée de toutes les courses.

54.10.2 Pour toutes les épreuves de 5 km et jusqu'à 10 km inclus, des postes de boisson où uniquement de l'eau sera fournie et des postes d'épongement seront disposés à des intervalles appropriés si les conditions météorologiques le justifient.

Note : Des postes de brumisation peuvent également être aménagés lorsque cela est jugé approprié en fonction des conditions d'organisation et/ou climatiques.

- 54.10.3 Pour toutes les épreuves de plus de 10 km, des postes de ravitaillement doivent être disponibles à chaque tour. De plus, des postes de boisson où uniquement de l'eau sera fournie et des postes d'épongement seront placés environ à mi-chemin entre les postes de ravitaillement ou plus fréquemment si les conditions météorologiques le justifient.
- 54.10.4 Des ravitaillements, qui peuvent être fournis par les Organisateur ou par les athlètes, seront disponibles aux postes de ravitaillement de manière à être aisément accessibles aux athlètes ou à être mis dans leurs mains par des personnes autorisées. Les ravitaillements fournis par les athlètes seront gardés sous la supervision d'officiels désignés par les Organisateur, à partir du moment où les ravitaillements sont déposés par les athlètes ou leurs représentants. Ces officiels doivent s'assurer que les ravitaillements ne sont ni modifiés ni altérés de quelque façon que ce soit.
- 54.10.5 Les Organisateur devront délimiter, par des barrières, des tables ou des marques sur le sol, la zone dans laquelle les rafraîchissements peuvent être collectés ou reçus.
Les personnes autorisées peuvent remettre le ravitaillement à l'athlète soit de derrière la table, soit d'à côté de la table (un mètre maximum), mais pas devant la table. Elles n'ont pas le droit de pénétrer sur le parcours ni de gêner un athlète. Lorsqu'un athlète prend du ravitaillement ou de l'eau, aucun officiel ni aucune personne autorisée ne peut en aucune circonstance se déplacer à côté de lui.
- 54.10.6 Lors des compétitions décrites aux alinéas 1.a, 1.b, 1.c, 2.a et 2.b de la définition portant sur les Compétitions comptant pour le classement mondial, un maximum de deux officiels par Fédération membre peut se placer derrière les tables en même

temps.

Note : Pour une épreuve dans laquelle un pays peut être représenté par plus de trois athlètes, le Règlement technique peut autoriser des officiels supplémentaires aux tables de ravitaillement.

54.10.7 Un athlète peut, à tout moment, porter à la main ou avoir accroché à lui de l'eau ou du ravitaillement à la condition que ce soit depuis le départ ou après distribution ou récupération à un poste officiel.

54.10.8 Un athlète qui reçoit ou qui se procure du ravitaillement ou de l'eau à un endroit autre que les postes officiels, sauf si cela est proposé pour des raisons médicales par des officiels de la course ou avec leur aval, ou qui prend du ravitaillement d'un autre athlète, devrait, pour une première infraction de cette nature, recevoir un avertissement de la part du Juge-arbitre qui normalement lui montrera un carton jaune. Pour une deuxième infraction, le Juge-arbitre infligera une disqualification à l'athlète, normalement en lui montrant un carton rouge. L'athlète devra alors quitter le parcours immédiatement.

Note : Un athlète peut recevoir ou passer à un autre athlète du ravitaillement, de l'eau ou des éponges à condition que cela ait été porté depuis le départ ou récupéré à un poste officiel. Toutefois, tout soutien continu d'un athlète à un ou plusieurs autres de cette manière peut être considéré comme une aide injuste et des avertissements et/ou des disqualifications peuvent être appliqués.

En général, lorsque cela est logique et conforme à la pratique, les dispositions des Règles 54, 55 et 56 des Règles techniques relatives aux épreuves hors stade sont identiques. Toutefois, il convient de noter que la Règle 54.10.5 des Règles techniques est intentionnellement différente de la Règle 55.8.5 des Règles techniques dans la mesure où dans les Épreuves de marche, les officiels de l'équipe ne sont pas autorisés à se placer devant les tables.

Parcours sur route

54.11 Dispositions relatives aux parcours sur route :

54.11.1 Le circuit ne doit pas être supérieur à 2 km et ne devrait pas être inférieur à 1 km. Lorsque le déroulement de la course justifie un circuit de moins de 1 km, celui-ci peut être approuvé par le ou les Délégués techniques. Pour les épreuves dont le départ et l'arrivée se déroulent dans le stade, le circuit devrait se situer le plus près possible du stade.

54.11.2 Les parcours sur route seront mesurés conformément à la Règle 55.3 des Règles techniques.

Déroulement de l'épreuve

54.12 Un athlète peut quitter le parcours indiqué avec l'autorisation et sous la surveillance d'un officiel, pourvu que, ce faisant, il ne réduise pas la distance à parcourir.

54.13 Si le Juge-arbitre est convaincu, sur la base du rapport d'un Juge, d'un Commissaire de course ou autrement, qu'un athlète a quitté le parcours marqué réduisant ainsi la distance à parcourir, ce dernier sera disqualifié.

54.14 Dans le cas d'Épreuves de marche non couvertes par les présentes Règles, la réglementation applicable doit spécifier toutes les dispositions particulières qui doivent être appliquées et la méthode selon laquelle l'épreuve doit se dérouler.



6-8, Quai Antoine 1^{er}
BP 359 MC 98007
Monaco Cedex

www.worldathletics.org
[@WorldAthletics](https://www.instagram.com/WorldAthletics)
[f](https://www.facebook.com/WorldAthletics) [i](https://www.instagram.com/WorldAthletics) [t](https://www.twitter.com/WorldAthletics) [y](https://www.youtube.com/WorldAthletics)