

# Technisch Reglement Dutch Parkour

**DUTCH  
PARKOUR**

# 1. Doel

Dit technisch reglement van de discipline Freerunning-Parkour bevat de aanvullende bepalingen met betrekking tot de wedstrijden en evenementen van deze competitie. Dit technisch reglement is een aanvulling op het huishoudelijk reglement van de KNGU.

# 2. Geldigheid

Dit technisch reglement is door de KNGU voor onbepaalde tijd goedgekeurd op 4 november 2025 totdat een noodzakelijke wijziging wordt doorgevoerd en het document opnieuw wordt vastgesteld. Dit technisch reglement treedt in werking op 19 juli 2024.

# 3. Afkortingen

Deze paragraaf bevat de verklaring van de afkortingen die in dit technisch reglement worden gebruikt in aanvulling op de afkortingen die al zijn beschreven in het huishoudelijk reglement van de KNGU.

# 4. Begripsbepalingen

Deze paragraaf bevat de beschrijving van de begrippen die in dit technisch reglement worden gebruikt in aanvulling op de begripsbepalingen die al zijn beschreven in het huishoudelijk reglement van de KNGU.

# 5. Algemeen

Op wedstrijden waarbij een technisch reglement wordt gehanteerd, heeft de regelgeving, zoals vastgelegd in de statuten en huishoudelijk reglement van de KNGU voorrang op dit technisch reglement.

## 6. Wedstrijdreglement

In dit hoofdstuk wordt omschreven op welke manier de wedstrijden worden aangeboden.

### 6.1 Leeftijdscategorieën

Deelnemers aan de NK kunnen deelnemen in drie verschillende leeftijdscategorieën. Om deel te nemen in de juiste categorie, is er een peildatum die leidend is voor de inschrijving.

- a. Categorie Jeugd: alle deelnemers die op 1 oktober 2026 de leeftijd 12 of 13 jaar hebben bereikt.
- b. Categorie Junior: alle deelnemers die op 1 oktober 2026 de leeftijd 14 of 15 jaar hebben bereikt.
- c. Categorie Senior: alle deelnemers die op 1 oktober 2026 de leeftijd 16 of ouder hebben bereikt.

Categorie Jeugd en Junior in de leeftijdscategorie 12/13 jaar en 14/15 jaar vinden de wedstrijden gemixt plaats.

### 6.2 Niveaus

Er is sprake van open inschrijving in alle categorieën.

### 6.3 Wedstrijdinstructies

- a. Bijlage 1 - Wedstrijdzaken Speed
- b. Bijlage 2 - Wedstrijdzaken Style
- c. Bijlage 3 - Dutch Parkour League

### 6.4 Plaatsingsregeling

In bijlage 3 worden de plaatsingsregels uitgelegd per onderdeel (Freestyle en Speed).

# 7. Wedstrijdbepalingen

## 7.1 Organisatorische zaken

Informatie over de Wedstrijdorganisatie is te vinden in bijlage 4 – Wedstrijdorganisatie.

## 7.2 Inschrijving

Personen die deel willen nemen aan een of meerdere wedstrijden van Dutch Parkour zijn verplicht om een Atletenpas aan te schaffen. Via [deze pagina](#) is dat mogelijk.

Door de aanschaf van een Atletenpas, ben je direct ingeschreven voor alle events.

## 7.3 Inschrijftermijn

Inschrijven voor een wedstrijd kan tot een week voorafgaand aan de wedstrijd, mits het maximum aantal deelnemers niet bereikt is.

## 7.4 Inschrijf- en entreegelden

De prijzen van de Atletenpas zijn vastgesteld door het bondsbestuur van de KNGU.

- Complete pas: 125 euro
- Speed/Style pas: 75 euro
- Dagticket: 30 euro

Of er entreegelden gevraagd worden, is afhankelijk van de locatie.

## 7.5 Aanvullende kledingvoorschriften

- De wedstrijdkleding mag in geen geval de atleet hinderen in zijn/haar prestaties en uitvoering en garandeert dat alle bewegingen in perfecte veiligheid kunnen worden uitgevoerd. Losse artikelen zijn niet toegestaan.
- Op de wedstrijdkleding mogen geen teksten, symbolen en tekeningen voorkomen met thema's als oorlog, geweld, religie, politiek, alcohol, seks en drugs of enig ander aanstootgevend onderwerp. Pailletten op de wedstrijdkleding zijn niet toegestaan en sieraden mogen de prestatie van de atleet niet hinderen of onveilig zijn.
- Atleten mogen T-shirts, poloshirts, maillots, truien met of zonder mouwen dragen. Het staat hen vrij om korte broeken, joggingbroeken, leggings of gewone broeken te dragen, zolang de atleet maar veilig kan presteren. De kleding moet bij voorkeur schoon zijn, mag geen gaten bevatten en/ of gescheurd zijn als dit de veiligheid van de atleet in gevaar kan brengen. Atleten moeten naar keuze geschikte sport- of hardloopschoenen dragen. Het wordt aanbevolen om een schone schoenen te dragen tijdens het trainen en het concurreren op de wedstrijdopstelling.

## 7.6 Kledingvoorschriften voor juryleden

- Het staat de juryleden vrij om T-shirts, poloshirts of andere shirts met korte of lange mouwen te dragen. Juryleden mogen truien of jassen dragen.
- Mannen moeten een lange broek of korte broek dragen, vrouwen mogen een broek, korte broek of rok dragen.

- Hun kleding moet vrij zijn van reclame en publiciteit. Fabrikantlogo's zijn alleen toegestaan met een max. afmeting van 25 vierkante cm in totaal per stuk. Bij de NK en/of andere bondscompetities of toernooien, kan Dutch Parkour (KNGU) of het organiserend comité de juryleden voorzien van officiële T-shirts, poloshirts of andere kledij die gedragen moet worden.

### 7.7 Gedragsregels

- a. Atleten moeten te allen tijde oefenen en presteren in volledige veiligheid en met de hoogste graad van technisch beheersing. De persoonlijke veiligheid en risicobeoordeling moeten de hoogste prioriteit en verantwoordelijkheid van elke atleet zijn. Fair Play is van belang in elke sport en dus ook bij Freerunning-Parkour. Fair Play houdt in dat je speelt volgens de regels van de sport en je eerlijk en sportief gedraagt. Op en naast de baan of de tribune dient iedereen – recreant tot topsporter, trainer/ coach of vrijwilliger – zich integer en respectvol te gedragen. Dutch Parkour (KNGU) draagt Fair Play actief uit aan alle betrokkenen bij Freerunning-Parkour als sport. Fair Play draagt namelijk bij aan een veilige en plezierige sportbeoefening.
- b. Het respect voor de mensenrechten en de waardigheid is een fundamentele vereiste tijdens alle activiteiten van Freerunning-Parkour op nationaal en internationaal niveau. Dutch Parkour (KNGU) bepleit, ondersteunt of praktiseert geen enkele vorm van discriminatie op welke grond dan ook, zoals ras, huidskleur, etnisch, geslacht, seksuele geaardheid, taal, religie, politieke of andere mening, nationale of sociale afkomst, eigendom, geboorte, handicap, fysieke kenmerken of een andere reden; de bond staat geen enkele schending van de mensenrechten onder de deelnemers (atleten, trainers, coaches) en functionarissen toe.
- c. Alle vormen van niet-toevallig geweld, waaronder seksuele intimidatie, seksueel misbruik, fysieke mishandeling, psychologische mishandeling en verwaarlozing, worden niet getolereerd en zullen openbaar worden gemaakt.

### 7.8 Anti-doping

- Alle doping, op welk niveau dan ook, is absoluut verboden. Alle punten vevat in het dopingreglement van Dutch Parkour (KNGU) en NOC\*NSF, moeten nauwgezet worden nageleefd.
- Elke sporter die bij Dutch Parkour (KNGU) is aangesloten middels de officiële wedstrijden moet zich houden aan de regels van ons Nationaal Dopingreglement (NDR).
- Iedere sporter is zelf verantwoordelijk voor zijn/haar lichaam en dus ook voor eventuele verboden stoffen die in het bloed of de urine worden aangetroffen. Ook al is er geen sprake van opzet of bewust gebruik, overtreders van het dopingreglement kunnen zware sancties tegemoet zien. Daarom is het van belang om goed op de hoogte te zijn van de regels. Dat geldt voor sporters, clubbestuurders, begeleiders en andere betrokkenen. Het dopingreglement van de KNGU/ Dutch Freerunning en NOC\*NSF, moeten nauwgezet worden nageleefd.

<https://nocnsf.nl/veilige-en-integere-sport/doping>  
<https://dutchgymnastics.nl/sporters/anti-doping/>