

PRAVIDLA HODU

1. Startuje – li v soutěži více než 8 závodníků, musí být každému povoleny 3 pokusy a 8 závodníků s nejlepšími výkony další 3 pokusy.
2. Výseč pro dopad náčiní musí mít travnatý nebo škvárový povrch nebo povrch z jiného vhodného materiálu, na němž náčiní zanechá stopu.
3. Výseč je vyznačena bílými čarami, které svírají úhel asi 29 stupňů.
4. Délka hodu se měří od místa stopy náčiní k vnitřní hraně odhodového oblouku.
5. Odhodový oblouk je vyznačen čarou širokou 7 cm – nesmí se na ni šlápnout nebo ji překročit – přešlap.
6. Závodník opouští rozběhovou dráhu zadem.