

Comitato Regionale Veneto



Quaderno

del Gruppo

Giudici Gare

Anno sportivo 2019

Sommario

◆ Componenti Commissione Regionale GGG	pag. 3
◆ Fiduciari provinciali	pag. 3
◆ Categorie ed anni di nascita	pag. 4
◆ Segnaletica orizzontale	pag. 5
◆ Distanze ed altezze degli ostacoli maschili	pag. 7
◆ Distanze ed altezze degli ostacoli femminili	pag. 8
◆ Distanze ed altezze degli ostacoli Master maschili	pag. 9
◆ Distanze ed altezze degli ostacoli Master femminili	pag. 10
◆ Distanze ed altezze degli ostacoli Giochi Sportivi Studenteschi	pag. 11
◆ Regolamenti Campionati Studenteschi	pag. 12
◆ Siepi	pag. 17
◆ Progressioni salti in elevazione	pag. 19
◆ Staffette	pag. 23
◆ Abbreviazioni – simbologia per carteggio gara	pag. 25
◆ Composizione serie e batterie	pag. 26
◆ Concorsi generalità	pag. 27
◆ Tempi a disposizione degli atleti	pag. 28
◆ Tabella riassuntiva Lanci	pag. 29
◆ Metodo di controllo settore di lancio	pag. 32
◆ Prove multiple - False partenze	pag. 35
◆ Schede riepilogative Master	pag. 37
◆ Partecipazione alle gare	pag. 39
◆ Limitazioni	pag. 39
◆ Partecipazione atleti fuori classifica	pag. 42
◆ Maglia sociale – Tempo massimo - Reclami	pag. 42
◆ Raffronto fra tempi manuali e tempi elettrici	pag. 43
◆ Redazione dei risultati	pag. 43
◆ Marcia Settore promozionale	pag. 45
◆ Primati e migliori prestazioni	pag. 46
◆ Trail Running – Ultramaratona	pag. 47
◆ Miscellanea di norme e suggerimenti	pag. 48
◆ Accesso al campo	pag. 55
◆ Regolamento delle Manifestazioni - Gestione Tecnica	pag. 56
◆ Minimi Campionati Italiani Individuali 2019 Uomini	pag. 57
◆ Minimi Campionati Italiani Individuali 2019 Donne	pag. 58
◆ Minimi Campionati Regionali Individuali 2019 Cadetti/e	pag. 59
◆ Limiti per partecipazione ai Campionati Individuali Regionali	pag. 60
◆ Primati o migliori prestazioni regionali	pag. 61
◆ Partenze differenziate in 4 ^a e 5 ^a corsia	pag. 63

GRUPPO GIUDICI GARE - Veneto

RECAPITI E-MAIL DEI COMPONENTI LA COMMISSIONE REGIONALE VENETA GGG

MARTIN Stefano	Fiduciario	e-mail: fiduciario.ggg@fidalveneto.it
BETTIOL Rosa	Vice Fiduciario	e-mail: bettiol.ggg@fidalveneto.it
CARRER Emanuela		e-mail: carrer.ggg@fidalveneto.it
CORTELLINO Mauro		e-mail: cortellino.ggg@fidalveneto.it
MARIOTTO Massimo		e-mail: mariotto.ggg@fidalveneto.it
MARON Enrico		e-mail: maron.ggg@fidalveneto.it
OCELLO Gregorio		e-mail: ocello.ggg@fidalveneto.it

Segreteria GGG e-mail: ggg-veneto@fidal.it tel. **049/8658353**
Via N. Rocco (Stadio Euganeo) - 35135 PADOVA fax **049/8658348**
Sito regionale : <http://www.fidalveneto.com>
Sito nazionale : <http://www.fidal.it>

FIDUCIARI PROVINCIALI GGG e RECAPITI E-MAIL

BELLUNO	BORTOT Ferruccio	e-mail: fiduciarioggg.bl@fidal.it
PADOVA	RETTORE Niccolò	e-mail: fiduciarioggg.pd@fidal.it
ROVIGO	SARTORI Cinzia – Delegato Prov.le	e-mail: fiduciarioggg.ro@fidal.it
TREVISO	STIVAL Giuseppe	e-mail: fiduciarioggg.tv@fidal.it
VENEZIA	FORNASIERO Cinzia	e-mail: fiduciarioggg.ve@fidal.it
VERONA	ALBERTINI Stefania	e-mail: fiduciarioggg.vr@fidal.it
VICENZA	PANOZZO Monica	e-mail: fiduciarioggg.vi@fidal.it

Suggerimenti e norme in sintesi per una rapida consultazione sui campi di gara (aggiornati all'anno sportivo 2019)

(ad uso dei GIUDICI di GARA, ma anche dei DIRIGENTI, dei TECNICI, degli ATLETI e dei CONCORRENTI)

ANNI DI NASCITA ATLETI E CATEGORIE DI APPARTENENZA

	Categorie	Maschili			Femminili		
Area Agonistica	ALLIEVI	AM	16-17 anni	2003-2002	AF	16-17 anni	2003-2002
	JUNIORES	JM	18-19 anni	2001-2000	JF	18-19 anni	2001-2000
	PROMESSE	PM	20-22 anni	1999-1997	PF	20-22 anni	1999-1997
	SENIORES (*)	SM 23	23-34 anni	1996-1985	SF 23	23-34 anni	1996-1985
		SM 35	35-39 anni	1984-1980	SF 35	35-39 anni	1984-1980
		SM 40	40-44 anni	1979-1975	SF 40	40-44 anni	1979-1975
		SM 45	45-49 anni	1974-1970	SF 45	45-49 anni	1974-1970
		SM 50	50-54 anni	1969-1965	SF 50	50-54 anni	1969-1965
		SM 55	55-59 anni	1964-1960	SF 55	55-59 anni	1964-1960
		SM 60	60-64 anni	1959-1955	SF 60	60-64 anni	1959-1955
		SM 65	65-69 anni	1954-1950	SF 65	65-69 anni	1954-1950
		SM 70	70-74 anni	1949-1945	SF 70	70-74 anni	1949-1945
		SM 75	75-79 anni	1944-1940	SF 75	75-79 anni	1944-1940
		SM 80	80-84 anni	1939-1935	SF 80	80-84 anni	1939-1935
		SM 85	85-89 anni	1934-1930	SF 85	85-89 anni	1934-1930
		SM 90	90-94 anni	1929-1925	SF 90	90-94 anni	1929-1925
	SM 95	95 anni e +	1924 e prec	SF 95	95 anni e +	1924 e prec	
Area promozionale	ESORDIENTI	EM (C)	6 - 7 anni	2013-2012	EF (C)	6 - 7 anni	2013-2012
		EM (B)	8 - 9 anni	2011-2010	EF (B)	8 - 9 anni	2011-2010
		EM (A)	10-11 anni	2009-2008	EF (A)	10-11 anni	2009-2008
	RAGAZZI	RM	12-13 anni	2007-2006	RF	12-13 anni	2007-2006
	CADETTI	CM	14-15 anni	2005-2004	CF	14-15 anni	2005-2004

(*) Le categorie Seniores includono anche le fasce d'età Masters.

Non è ammesso il doppio tesseramento alle categorie SENIORES e MASTER.

Nelle gare WMA il passaggio di categoria è determinato dalla data di nascita.

Gli ALLIEVI/E possono partecipare, oltre alle gare riservate alla propria categoria, anche all'Attività Assoluta nel rispetto degli specifici regolamenti delle varie manifestazioni. Qualora un Allievo partecipi ad una gara di una categoria superiore deve utilizzare gli stessi attrezzi della relativa categoria.

Gli atleti MASTER possono partecipare, oltre che alle gare riservate alla propria categoria, anche a tutta l'Attività Assoluta Individuale e di Società, concorrendo ai vari titoli nazionali, regionali e provinciali nel rispetto degli specifici regolamenti delle varie manifestazioni.

Nelle manifestazioni Assolute i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamentari in vigore per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Seniores

Alle tre prove di finale dei concorsi delle manifestazioni Assolute accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie, indipendentemente dalla categoria di appartenenza.

NON E' CONSENTITO INIZIARE LE GARE SE IL MEDICO DI SERVIZIO NON E' FISICAMENTE IN CAMPO

(N.B: non è sufficiente l'eventuale presenza di un' autoambulanza).







OBBLIGO DEFIBRILLATORE - DAE (con medico e/o operatore qualificato BLSD)

Si può iniziare la manifestazione se un Medico, occasionalmente presente, accetta di prestare assistenza alle gare.

In ogni caso il Medico deve essere identificato dalla tessera di iscrizione all'Ordine dei Medici o dal possesso della tessera di Medico Sportivo.

Il numero della tessera del Medico va annotato dal G.A. nel Mod. 20

SEGNALETICA ORIZZONTALE

Colore simbolo	Descrizione
giallo	cambi staffette (esclusa 4x400) – Non ci sono più i pre-cambi
verde	partenza 4x200, partenza 4x400 “con 4 o più staffette”, segmenti 110 Hs
nero	segmenti 200 Hs, staffetta 100+200+300+400
blu	partenza 4x400 “con 3 staffette o meno”, partenza 800, segmenti 100 Hs
bianco	tutta l'altra segnaletica
 bianco	ostacoli mt. 400
 bianco	ostacoli corse siepi
 blu	ostacoli mt. 100
 blu	bolli percorso siepi
 nero	ostacoli mt. 200
 verde	ostacoli mt. 110

SEGNALETICA ORIZZONTALE IAAF

LEGENDA

ZE	Fine della zona di cambio (10 m dopo ZM)	}	NO - Soppressi
ZM	Centro della zona di cambio		
ZS	Inizio della zona di cambio (10 m prima ZM)		
ZA	Inizio della zona di accelerazione (pre-cambio) (10 m prima ZS 4x100 m)		
St	Partenza		

SIMBOLOGIA DELLA PISTA

Larghezza della corsia:		117 cm (ampiezza massima delle corsie tra le due linee)			
Spessore delle linee:		5 cm			
Colore	Simbolo	Lunghezza (cm)	Area	Gara	
Giallo		110	D, C, B	ZE	4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
Bianco		117	A	St	400m = St 4 x 100m
NO - Soppresso		40	C, B, D	St	200m = ZM 4 x 100m, 3° staffettista
Giallo		110	D, C, B	ZM	4x100m, 4° staffettista, 2° staffettista
Giallo		110	D, C, B	ZS	4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
Rosso o blu		60	D, C, B	ZA	4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
NO - Soppresso					Linee contrastanti fortemente al centro delle corsie
Bianco e blu in mezzo		117	A	St	4 x 400m
Blu		40			
Blu		80	A	ZE	4x400m, 2° staffettista
Bianco e verde in mezzo		117	A	St	800m, 1° curva in corsia
Bianco e verde in mezzo		40		ZM	4x400m, 2° staffettista
Blu		80	A	ZS	4x400m, 2° staffettista
Blu		80	A	ZS	per gare o parti di gara che non si corrono in corsia per es. 4x400m, 3°, 4° staffettista
NO - Soppresso				ZS	Linee in mezzo alle corsie
				ZS	10m prima della linea di arrivo dalla 2° alla 8° corsia
				ZE	10m dopo l'arrivo parallela alla linea d'arrivo solo dalla 2° alla 5° corsia
Verde			D		Linea di tangente (rientro al cordolo) dalla 2° corsia, per es. 800m; 4x400m, 2° staffettista
Bianco				St	100m, 110m, 1500m, 1km 3000m siepi, 5000m 10000m Partenze di gruppo 3000m, 5000m e 2000m; 10000m

POSIZIONI E ALTEZZE DEGLI OSTACOLI

Lunghezza delle linee:		10 cm								
Spessore di tutte le linee:		5 cm								
Quadrato della siepe 12.5 cm x 12.5 cm nella corsia 1 e 4 (3)										
Colore	Simbolo	Gara	Altezze Ostacoli			N. ostacoli	Distanza al 1° ostacolo	Distanza tra ostacoli	Distanza tra l'ultimo ostacolo e l'arrivo	
			A.vi	J	S					
			m				m	m	m	
Blu		110m	M	0.914	0.990	1.067	10	13.72	9.14	14.02
Giallo		100m	F	0.762	0.840	0.840	10	13.00	8.50	10.50
Verde		400m	M	0.840	0.914	0.914	10	45.00	35.00	40.00
			F	0.762	0.762	0.762	10	45.00	35.00	40.00
Blu (new)		Siepi	M	0.914			5	posizionati approssimativamente a distanze uguali per ogni giro		
			F	0.762						
Blu (ex)										
Nero 5x5		200m	M	0.762			10	18.29	18.29	17.10
Nero 5x5		200m	F	0.762			10	16.00	19.00	13.00

CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE



MASCHILI



2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)						
Gara	Ostacoli	Partenza				Arrivo	Esord *	Ragazzi	Cadetti	Allievi	Junior	Prom Senior
		Primo ostacolo ◁				Ultimo ostacolo ▷						
m. 40	4	▲ 11,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	11,00	50					
§ m. 40	5	▲ 10	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 6,00	50					
m. 50	5	▲ 12,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 10,00	50					
m. 50 indoor	4	▲ 13,72	▲ 2	▲ 3	▲ 4	8,86			91,4	(1,00) 99,1	106,7	
m. 55	5	▲ 13,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 8,00			84,0			
m. 60 indoor	5	▲ 13,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 13,00			84,0			
m. 60 indoor	5	▲ 13,72	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 9,72				91,4	(1,00) 99,1	106,7
m. 60	6	▲ 12,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 10,50		60,0				
m. 100	10	▲ 13,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 ▲ 7 ▲ 8 ▲ 9 ▲ 10 10,50			84,0			
m. 110	10	▲ 13,72	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 ▲ 7 ▲ 8 ▲ 9 ▲ 10 14,02				91,4	(1,00) 99,1	106,7
m. 200	5	▲ 20,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 40,00		60,0				
m. 200	10	▲ 18,29	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 ▲ 7 ▲ 8 ▲ 9 ▲ 10 17,10			76,2	(84,0) 76,2	(91,4) 76,2	(91,4) 76,2
m. 300	7	▲ 50,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 ▲ 7 40,00			76,2			
m. 400	10	▲ 45,00	▲ 2	▲ 3	▲ 4	▲ 5 ▲ 6 ▲ 7 ▲ 8 ▲ 9 ▲ 10 40,00				84,0	91,4	91,4

Legenda: * = partenze in piedi
§ = gare in uso in alcune province del Veneto

CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE



FEMMINILI



2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)					
Gara	Ostacoli	Partenza □ Primo ostacolo ◁				Arrivo ○ Ultimo ostacolo ▷	Esord *	Ragazze	Cadette	Allieve	Junior Prom Senior
m. 40	4	1 ▲ 11,00	2 ▲ 3 intervalli da m. 6,00	3 ▲	4 ▲ 11,00		50				
§ m. 40	5	1 ▲ 10	2 ▲ 4 intervalli da m. 6,00	3 ▲	4 ▲ 6,00	5 ▲	50				
m. 50	5	1 ▲ 12,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 7,00	3 ▲	4 ▲ 10,00	5 ▲	50				
n. 50 indoor	4	1 ▲ 13,00	2 ▲ 3 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲ 11,50				76,2	84,0	
m. 55	5	1 ▲ 13,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲ 8,00	5 ▲		76,2			
n. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 8,00	3 ▲	4 ▲ 15,00	5 ▲		76,2			
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲ 13,00	5 ▲			76,2	84,0	
m. 60	6	1 ▲ 12,00	2 ▲ 5 intervalli da m. 7,50	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 10,50		60,0			
m. 80	8	1 ▲ 13,00	2 ▲ 7 intervalli da m. 8,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 11,00		76,2			
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲ 9 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 10,50			76,2	84,0	
m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲ 40,00	5 ▲		60,0			
m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲ 9 intervalli da m. 18,29	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 17,10			76,2	76,2	76,2
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲ 6 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00		76,2			
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲ 9 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00			76,2	76,2	

Legenda: * partenze in piedi

§ gare in uso in alcune province del Veneto

In Italia la segnaletica delle distanze degli ostacoli dei m. 200 femminili è uguale alla segnaletica per le distanze maschili.

CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE



MASTER - MASCHILI

Valide anche per le prove multiple



2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)					Altezze degli ostacoli (in cm.)										
Gara	Ostacoli	Partenza				Arrivo	MM 35-49	MM 50-59	MM 60-69	MM 70-79	MM 80 e +						
		□	Primo ostacolo	◁	▷	Ultimo ostacolo						○					
m. 60 indoor	5	1	2	3	4	5	99,1										
		▲	▲	▲	▲	▲		13,72	4 intervalli da m. 9,14				9,72				
m. 60 indoor	5	1	2	3	4	5		91,4									
		▲	▲	▲	▲	▲	13,00		4 intervalli da m. 8,50				13,00				
m. 60 indoor	5	1	2	3	4	5			84,0								
		▲	▲	▲	▲	▲	12,00	4 intervalli da m. 8,00				16,00					
m. 60 indoor	5	1	2	3	4	5				76,2	68,6						
		▲	▲	▲	▲	▲	12,00	4 intervalli da m. 7,00				20,00					
m. 80	8	1	2	3	4	5	6	7	8		76,2	68,6					
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲			12,00	7 intervalli da m. 7,00			
m. 100	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		91,4				
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	13,00		9 intervalli da m. 8,50			
m. 100	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			84,0			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	12,00	9 intervalli da m. 8,00				16,00
m. 110	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		99,1				
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	13,72		9 intervalli da m. 9,14			
m. 200	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		76,2	76,2	76,2	76,2	76,2
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	18,29					
m. 200	5	1	2	3	4	5											68,6
		▲	▲	▲	▲	▲	20,00	4 intervalli da m. 35,00				40,00					
m. 300	7	1	2	3	4	5	6	7						76,2	68,6		
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	50,00	6 intervalli da m. 35,00						40,00	
m. 400	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		91,4	84,0			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	45,00			9 intervalli da m. 35,00		

N.B. Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters:

- **non è obbligatorio** l'uso dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.
- A differenza di quanto avviene per l'attività assoluta, un atleta viene squalificato solo se commette **due false partenze**.

CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE



MASTER - FEMMINILI

Valide anche per le prove multiple



2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)					Altezze degli ostacoli (in cm.)							
Gara	Ostacoli	Partenza					Arrivo							
		Primo ostacolo				Ultimo ostacolo	MF 35-39	MF 40-49	MF 50-59	MF 60 e +	MF 70 e +			
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 13,00	84,0							
		4 intervalli da m. 8,50												
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 16,00		76,2						
		4 intervalli da m. 8,00												
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 20,00			76,2	68,6				
		4 intervalli da m. 7,00												
m. 80	8	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 12,00		76,2			
		7 intervalli da m. 8,00												
m. 80	8	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 19,00		76,2	68,6		
		7 intervalli da m. 7,00												
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 10,50	84,0		
		9 intervalli da m. 8,50												
m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 17,10	76,2	76,2	76,2
		9 intervalli da m. 18,29												
◇ m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00							68,6	
		4 intervalli da m. 35,00												
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲ 40,00		76,2	68,6			
		6 intervalli da m. 35,00												
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 40,00	76,2	76,2	
		9 intervalli da m. 35,00												

N.B. Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters:

- **non è obbligatorio** l'uso dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.
- A differenza di quanto avviene per l'attività assoluta, un atleta viene squalificato solo se commette **due false partenze**.

CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE



GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI 2019

Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)						Altezze degli ostacoli (in cm.)					
Gara	Ostacoli	Partenza						Arrivo		Cadetti	Cadette		
		Primo ostacolo					Ultimo ostacolo						
m. 80	8	1	2	3	4	5	6	7	8	76,2			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲				
		13,00	7 intervalli da m. 8,00				11,00						
m. 80	8	1	2	3	4	5	6	7	8	76,2			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲				
		12,00	7 intervalli da m. 7,50				15,50						

GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Istituzioni scolastiche secondarie di II grado

2019		Distanze tra gli ostacoli (in m.)								Altezze degli ostacoli (in cm.)					
Gara	Ostacoli	Partenza								Arrivo		Allievi	Allieve	Junior M	Junior F
		Primo ostacolo							Ultimo ostacolo						
m. 100	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	76,2			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲				
		13,00	9 intervalli da m. 8,50						10,50						
m. 110	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	84,2			
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲				
		13,72	9 intervalli da m. 9,14						14,02						



Campionati Studenteschi su pista 2019 Schede tecniche di 1° e 2° grado

SCHEDE TECNICHE 2019

CATEGORIA

ANNI DI NASCITA

Ragazzi/e	2007 - (2008)
Cadetti/e	2005 - 2006 (2007)
Allievi/e	2002 - 2003- 2004 (2005)
Junior m/f	2000 - 2001

Programma

Categoria

Ragazzi/e

Gruppi

Corse

Salti

Lanci

Staffetta

Marcia (solo a titolo individuale)

Gare

60 - 600

Alto Lungo

Peso gomma 2 kg
Vortex

4 x 100 (cambio libero)

Km 1,0 R.ze
Km 1,5 R.zi

Categoria

Cadetti/e

Gruppi

Corse

Salti

Lanci

Staffetta

Marcia (solo a titolo Individuale)

Gare

80 -1000 – 80 hs (0,76)

80 hs C.ti: 8 hs distanze 13m-8m-11m

80 hs C.te: 8 hs distanze 12m-7,50-15,50m

Alto - Lungo

Peso (3 kg C.te – 4 kg C.ti) - Vortex

4 x 100

Km 2 Cadetti/e



Allievi/e	Corse	100 -400-1000-100hs (0,76)A/e- 110 hs (0,84) A/i 100hs 10hs-distanze 13m/8.50m/10.50m 110hs 10hs distanze 13.72m/9.14m/14.02m
	Salti	Alto - Lungo
	Lanci	Peso (3kg A/e-5kg A/i) - Disco (1kg A/e-1,5kg A/i)
	Staffetta	4x100
	Marcia (solo a titolo individuale)	Km 3 Allievi/e
Junior m/f	Corse	100 -400 -1000-100hs (0,76) J/f -110 hs(0.91) J/m 100hs 10hs-distanze 13m/8.50m/10.50m 110hs 10hs distanze 13.72m/9.14m/14.02m
	Salti	Alto - Lungo
	Lanci	Peso (4kg J/f - 6kg J/m)- Disco (1kg J/f-1,750kg J/m)
	Staffetta	4x100
	Marcia (solo a titolo individuale)	Km 3 J/f - Km 5 J/m

FASE PROVINCIALE

Per la fase provinciale, viene demandato alle Organismi Regionali il criterio di partecipazione relativo al numero di studenti da iscrivere in ogni singola gara e al numero degli Istituti che si qualificano alla fase successiva.

Per la fase provinciale sarà utilizzato il regolamento previsto per la Fase Regionale e Nazionale.

FASE REGIONALE

I singoli Organismi Regionali decideranno il numero degli Istituti ed atleti individualisti che accederanno dalle fasi Provinciali a quelle Regionali

FASE NAZIONALE

La Finale sarà riservata alla categoria A.vi/e sarà effettuata con il seguente Regolamento:

- Sono ammesse alla fase Nazionale le squadre vincitrici delle fasi Regionali.
- Sono ammessi, a titolo individuale, alla fase Nazionale gli atleti vincitori delle fasi Regionali di ogni singola specialità, marcia compresa, qualora non facciano già parte della squadra finalista Nazionale.
- Non sono ammesse sostituzioni per gli atleti che gareggiano a titolo individuale.

COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE





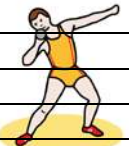
- Ogni squadra, alle Finali Regionali e Nazionali, è composta obbligatoriamente da:
 - 6 atleti per la categoria Ragazzi/e
 - 7 atleti per la categoria Cadetti/e
 - 8 atleti per la categoria Allievi/e e Juniores M/F.
- **Ogni atleta deve gareggiare solo in una gara individuale più, eventualmente, nella staffetta.**
- Gli atleti partecipanti ai mt. 1000 non possono essere inseriti nella staffetta.



CLASSIFICHE SQUADRE





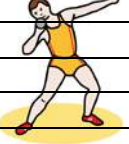
Gruppi di specialità:

1° Grado Ragazzi/e






Corse	Salti	Lanci
60	Alto	Peso
600	Lungo	Vortex
4 x 100		 
(Marcia Km 1 R.zze) *		
(Marcia Km 1,5 R.zzi) *		

*La gara di marcia è solo a titolo individuale.

1° Grado Cadetti/e

Corse	Salti	Lanci
80	Alto	Peso
80 hs	Lungo	Vortex
1000		 
4 x 100		
(Marcia Km 2) *		

2° Grado Allievi/e e JUNIORES M/F

Corse	Salti	Lanci
100	Alto	Peso
400	Lungo	Disco
1000		 
110/110 hs		
4 x 100		
(Marcia Km 3 A.vi/e) *		
(Marcia Km 3 Jun F) *		
(Marcia Km 5 Jun M) *		

*La gara di marcia è solo a titolo individuale.

Le classifiche per squadre verranno redatte sulla somma di:

- ◆ Ragazzi/e 6 migliori punteggi nelle 7 gare previste, compresa la staffetta;
- ◆ Cadetti/e 7 miglior punteggi nelle 8 gare previste, compresa la staffetta;
- ◆ Allievi/e e Juniores M/F: 8 migliori punteggi nelle 9 gare previste, compreso la staffetta.

Possibilità quindi di scartare il punteggio peggiore.

Al primo classificato verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti e così a salire fino all'ultimo classificato.

In caso di squalifiche, ritiri o non classificati verrà assegnato all'atleta il punteggio dell'ultimo classificato più un punto e la gara si intenderà, comunque coperta.

Risulterà vincitore l'Istituto che avrà totalizzato meno punti nella somma dei punteggi previsti per il 1° e 2° Grado.



NORME SPECIFICHE

- In caso di parità tra 2 o più squadre verrà classificata prima la squadra che avrà ottenuto il miglior singolo punteggio in assoluto.
- +In caso di squalifiche, ritiri o non classificati verrà assegnato all'atleta il punteggio dell'ultimo classificato più 1 punto e la gara si intenderà, comunque, coperta.
- Le staffette saranno composte obbligatoriamente da 4 degli atleti facenti parte la squadra escluso l'atleta dei mt. 1000.

Per le false partenze sarà prevista l'applicazione del Regolamento ISF (International School Sport Federation).

- Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a disposizione 3 tentativi; i primi otto effettueranno altri 3 tentativi di finale sia nella fase Regionale che in quella Nazionale.
- Per le gare di corse si adotterà il sistema delle batterie e finale sia nella fase Regionale che in quella Nazionale.





IMPIANTI ED ATTREZZATURE

Le manifestazioni dei CS si svolgono negli impianti scolastici, negli impianti omologati dalle Federazioni Sportive. Solo in casi eccezionali dovuti all'assenza di impianti omologati, potrà essere presa in considerazione l'utilizzazione di impianti che rispondano alle norme di sicurezza e alle specifiche esigenze tecniche della disciplina.

GIURIE ED ARBITRI

Ciascun Istituto dovrà individuare docenti, studenti, genitori ed operatori scolastici disponibili a collaborare in compiti di organizzazione, giuria, arbitraggio e cronometraggio, specialmente nelle fasi d'Istituto, comunali e distrettuali.

Dalle fasi provinciali incluse e fino alle fasi nazionali gli organismi territoriali provinciali e regionali, attraverso le Federazioni Sportive competenti dovranno assicurare, secondo le modalità previste dalle proprie normative, i servizi di giuria, arbitraggio e cronometraggio anche avvalendosi di studenti arbitri.

I reclami devono essere presentati per iscritto al competente Comitato Organizzatore della manifestazione entro le 2 ore successive lo svolgimento della gara, e portati a conoscenza delle eventuali altre istituzioni scolastiche interessate. Per le sole Finali nazionali il ricorso deve essere presentato entro il termine della gara. In mancanza di tali requisiti il reclamo sarà rigettato per vizio procedurale.

Non verranno presi in considerazione reclami generici e/o non documentati.

Indipendentemente dalla presentazione di reclami, la Commissione Disciplinare sportiva deve procedere d'ufficio in qualsiasi momento per decidere motivatamente su eventuali gravi irregolarità di cui venisse a conoscenza.

Eventuali danni a cose e strutture, verificati dall'organizzazione, verranno addebitati ai responsabili dei fatti o agli Istituti Scolastici di appartenenza.



SIEPI

gara	Nr. salti Hs	Nr. salti fossa	note
3000	28	7	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare: a circa 10 metri dopo la linea d'arrivo. (La posizione della fossa, interna o esterna al campo è ininfluente)
2000	18	5	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare, nel rettilineo opposto, quello che precede la fossa. (La posizione della fossa, interna o esterna al campo è ininfluente)
1500	12	3	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare: a circa 10 metri dopo la linea d'arrivo
1200	10	==	La fossa delle siepi è esclusa Il 1° Hs da saltare, nel rettilineo opposto, quello che precede la fossa

Gli Hs vanno posti sulla pista in modo che 30 cm della sbarra superiore, misurati dal bordo interno della pista, siano all'interno del campo.

- Gli atleti devono affrontare per primo l' Hs largo 5 metri (gli altri sono larghi almeno m 3,96).
- All'inizio della gara l'acqua nella fossa deve essere a livello della superficie della pista, con un margine di 2 cm.
- La fossa delle siepi, incluso l'ostacolo, dovrà misurare m 3,66 (+/- 2 cm) in lunghezza e la fossa dovrà essere di m 3,66 (+/- 2 cm) di larghezza.
- Il fondo della fossa con acqua deve avere una superficie sintetica, o stuoia, di sufficiente spessore da assicurare un atterraggio senza pericoli e permettere ai chiodi di fare una presa sufficiente.
- Gli Hs per le gare maschili sono alti m **0,91**; mentre per le gare femminili sono alti m **0,76**.
- Gli Hs per le gare Master sono alti: maschile 35-59 m **0,91** / 60 e oltre m **0,76**
femminile 35 e oltre m **0,76**
cadetti/e m **0,76**
- **Le bandierine, di colore giallo**, indicanti i passaggi ai Km vanno posizionate, indicativamente:



fossa interna	Gara m.	Passaggio ai	Pista con sviluppo di 390 m	Pista con sviluppo di 396 m	
	3000	1000		alla partenza dei m 2000 sp	alla partenza dei m 2000 sp
		2000		30 m prima della partenza m 200	12 m prima della partenza m 200
	2000	1000		30 m prima della partenza m 200	12 m prima della partenza m 200
	1500	1000		~ alla partenza dei m 80	~ 10 m prima del rettilineo finale
1200	1000'		alla partenza dei m 200		

fossa esterna	Gara m.	Passaggio ai	Pista con sviluppo di 410 m	Pista con sviluppo di 420 m	
	3000	1000		alla partenza dei m 2000 sp	alla partenza dei m 2000 sp
		2000		30 m dopo la partenza m 200	24 m prima della fossa
	2000	1000		30 m dopo la partenza m 200	24 m prima della fossa
	1500	1000		~ 18 m prima dell'ultimo Hs	
1200	1000		alla partenza dei m 200		

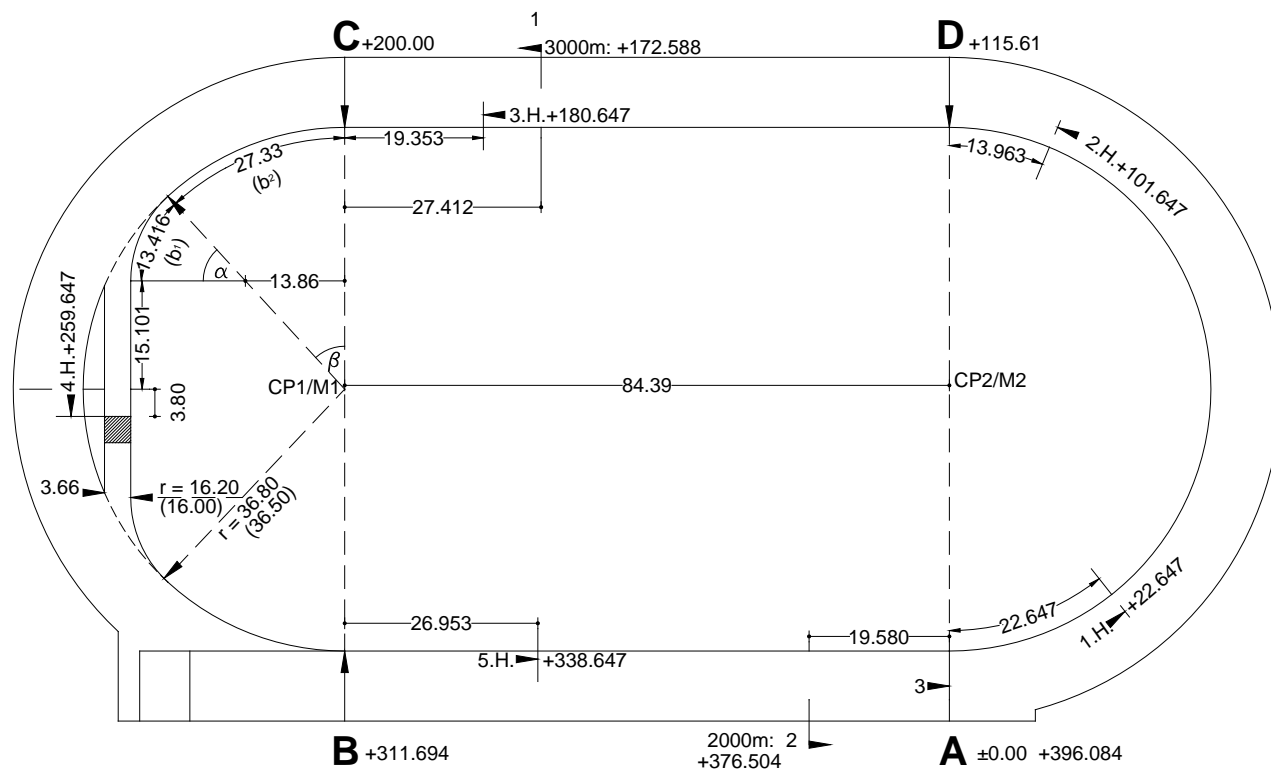
Un concorrente può superare ciascun ostacolo in qualunque modo Regola 169 § 7)



Entrambi questi passaggi sono regolari!



La pianta, con tutte le misure, di una pista classica, con fossa interna:



PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

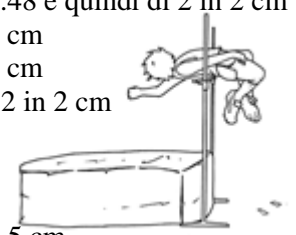
- ◆ Se non diversamente previsto dal rispettivo Regolamento per i CdS sono consigliate le seguenti progressioni, fermo restando che ogni atleta può richiedere una sola misura d'entrata inferiore a quella prevista.
- ◆ Nelle manifestazioni individuali non è consentita una misura d'entrata inferiore a quella stabilita, ma, a discrezione del Delegato Tecnico, sia la misura stessa che la progressione possono essere modificate.
- ◆ Un atleta rimasto solo in gara, purché abbia già vinto la gara stessa, (compresi i Campionati di Società) può chiedere qualsiasi misura anche se non prevista dalla progressione prefissata (Regola 181.4 del R.T.I.). Nelle sole gare **valide per le Prove Multiple** deve continuare con la progressione prevista.
- ◆ Prima dell'inizio della gara di salto con l'asta l'atleta deve comunicare quale posizione dei supporti egli desidera
- ◆ Per le Manifestazioni Provinciali e Regionali riservate agli Esordienti seguire le progressioni predisposte dagli Organizzatori.

MANIFESTAZIONI PROVINCIALI E REGIONALI

Uomini	ALTO Ri	1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46-1.48 e quindi di 2 in 2 cm
	Ci	1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1,58 e quindi di 2 in 2 cm.
	Ai	1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1,81-1.83 e quindi di 2 in 2 cm
	J-P-S	1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94-1.97-2.00 e quindi di 3 in 3 cm
	ASTA Ci	1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50-2.55-2.60 e quindi di 5 in 5 cm
	Ai	2.20-2.40-2.60-2.80-2.90-3.00-3.10-320 ecc. poi da 3.90-3.95-4.00 ecc.
	J-P-S	2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00-4.10-4.20 ecc. poi da 5.00-5.05-510 ecc.



Donne	ALTO Re	1.00-1.10-1.15-1.20-1,25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46-1.48 e quindi di 2 in 2 cm
	Ce	1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49-1.51-1.53 e quindi di 2 in 2 cm
	Ae	1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57-1.59-1.61 e quindi di 2 in 2 cm
	J-P-S	1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69- 1.72-1.74 e quindi di 2 in 2 cm
	ASTA Ce	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25-230 quindi di 5 cm in 5 cm.
	Ae	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25-2.30 quindi di 5 cm in 5 cm
	J-P-S	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.45-2.50 quindi di 5 cm in 5 cm



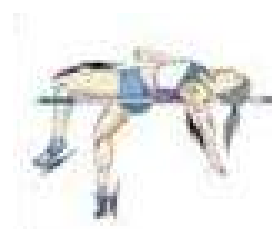
MANIFESTAZIONI PROVINCIALI (Prove Multiple)

Uomini	ALTO Ri	0.90-1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 e quindi di 3 in 3 cm
	Ci	1.02 e poi di 3 in 3 cm.
	Ai	1.11 e poi di 3 in 3 cm.
	J-P-S	1.38 e poi di 3 in 3 cm.
	ASTA Ci	1.80 e poi di 10 cm in 10 cm
	Ai	1.80 e poi di 10 cm in 10 cm
	J-P-S	2.00 e poi di 10 cm in 10 cm
Donne	ALTO Re	0.90-1.00-1.05-1.10-1.15-1,18-1.21-1.24-1.27 e quindi di 3 in 3 cm
	Ce	1.02 e poi di 3 in 3 cm.
	Ae	1.08 e poi di 3 in 3 cm.
	J-P-S	1.14 e poi di 3 in 3 cm.



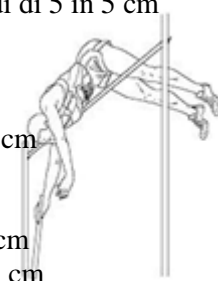
MANIFESTAZIONI REGIONALI (Prove Multiple)

Uomini	ALTO C.ti	1.11 e poi di 3 in 3 cm.
	A.vi	1.14 e poi di 3 in 3 cm.
	J-P-S	1.41 e poi di 3 in 3 cm.
	ASTA Cti	1.80 e poi di 10 cm in 10 cm
	Ai	2.00 e poi di 10 cm in 10 cm
	J-P-S	2.20 e poi di 10 cm in 10 cm
Donne	ALTO C.te	1.11 e poi di 3 in 3 cm.
	A.ve	1.11 e poi di 3 in 3 cm.
	J-P-S	1.20 e poi di 3 in 3 cm.



MANIFESTAZIONI NAZIONALI

Uomini	ALTO Ai	1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94-1.97-2.00-2.02 e quindi di 2 in 2 cm.
	J-P-S	1.80-1.90-2.00-2.05-2.09-2.12-2.15-2.18-2.20-2.22-e quindi di 2 in 2 cm.
	Ci	1.45-1.50-1.55-1.58-1.61-1.64-1.67-1.70-1.72-1.74 e quindi di 2 in 2 cm
ASTA Ai		3.00-3.20-3.40-3.50-3.60-3.70-3.80-3.90-4.00-4.10-4.20-4.25 e quindi di 5 in 5 cm
	J-P-S	3.80-4.00-4.20-4.40-4.60-4.80-4.90-5.00-5.10-5.20-5.25-5.30 e quindi di 5 in 5 cm
	Ci	2.40-2.60-2.80-3.00-3.10-3.15-3.20 e quindi di 5 in 5 cm
Donne	ALTO Ae	1.45-1.50-1.55-1.58-1.61-1.64 e quindi di 2 in 2 cm
	J-P-S	1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.82-1.85-1.87-1.89 e quindi di 2 in 2 cm
	Ce	1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.62-1.64 e quindi di 2 in 2 cm
ASTA Ae		2.10-2.30-2.50-2.70-2.80-2.90-3.00-3.10-3.20-3.30 poi di 5 cm in 5 cm
	J-P-S	2.30-2.50-2.70-2.90-3.10-3.30- 3.40-3.50-3.60-3.70 poi di 5 cm in 5 cm
	Ce	2.00-2.20-2.40-2.50-2.60-2.70-2.80-2.85-2.90 e quindi di 5 cm in 5 cm



MANIFESTAZIONI NAZIONALI (Prove Multiple)

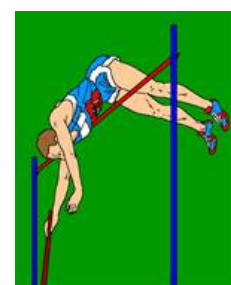
Uomini	ALTO Cti	1.26-1.35-1.44-1.53-1.59-1.62-1.63-1.66- quindi di 3 cm in 3 cm
	A.vi	1.32-1.41-1.50-1.56-1.62-1.68-1.74-1.77- quindi di 3 cm in 3 cm
	J-P-S	1.44-1.53-1.62-1.68-1.74-1.80-1.83-1.86- quindi di 3 cm in 3 cm
	ASTA Cti	1.80 e poi di 10 cm in 10 cm
	Ai	2.20 e poi di 10 cm in 10 cm
	J-P-S	2.40 e poi di 10 cm in 10 cm



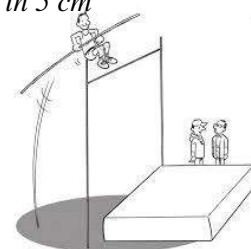
Donne	ALTO C.te	1.20 e poi di 3 in 3 cm.
	A.ve	1.20 e poi di 3 in 3 cm.
	J-P-S	1.23 e poi di 3 in 3 cm.

PROGRESSIONI x MASTER

Uomini	ALTO 35-44	1.42-1.48-1.51 poi di 3 cm in 3 cm
	45-54	1.30-1,36-1,39 poi di 3 cm in 3 cm
	55-64	1.15-1.21-1.24 poi di 3 cm in 3 cm
	65 e oltre	0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15 poi di 3 cm in 3 cm
	ASTA 35-49	2.30-2.40-2.50-2.60-2.70 poi di 5 cm in 5 cm
	50-64	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 poi di 5 cm in 5 cm
	65 e oltre	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25-.2.30-2.35 poi di 5 cm in 5 cm



Donne	ALTO 35-44	1.20-1.26-1.32 poi di 3 cm in 3 cm
	45-54	1.11-1.17-1.20 poi di 3 cm in 3 cm
	55 e oltre	0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05 poi di 3 cm in 3 cm
	ASTA tutte	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 poi di 5 cm in 5 cm



M / F	Alto Prove multiple	Da 82 cm, la progressione aumenterà di 3 cm per tutta la durata della gara
M / F	Asta Prove multiple	Da 60 cm, la progressione aumenterà di 10 cm per tutta la durata della gara

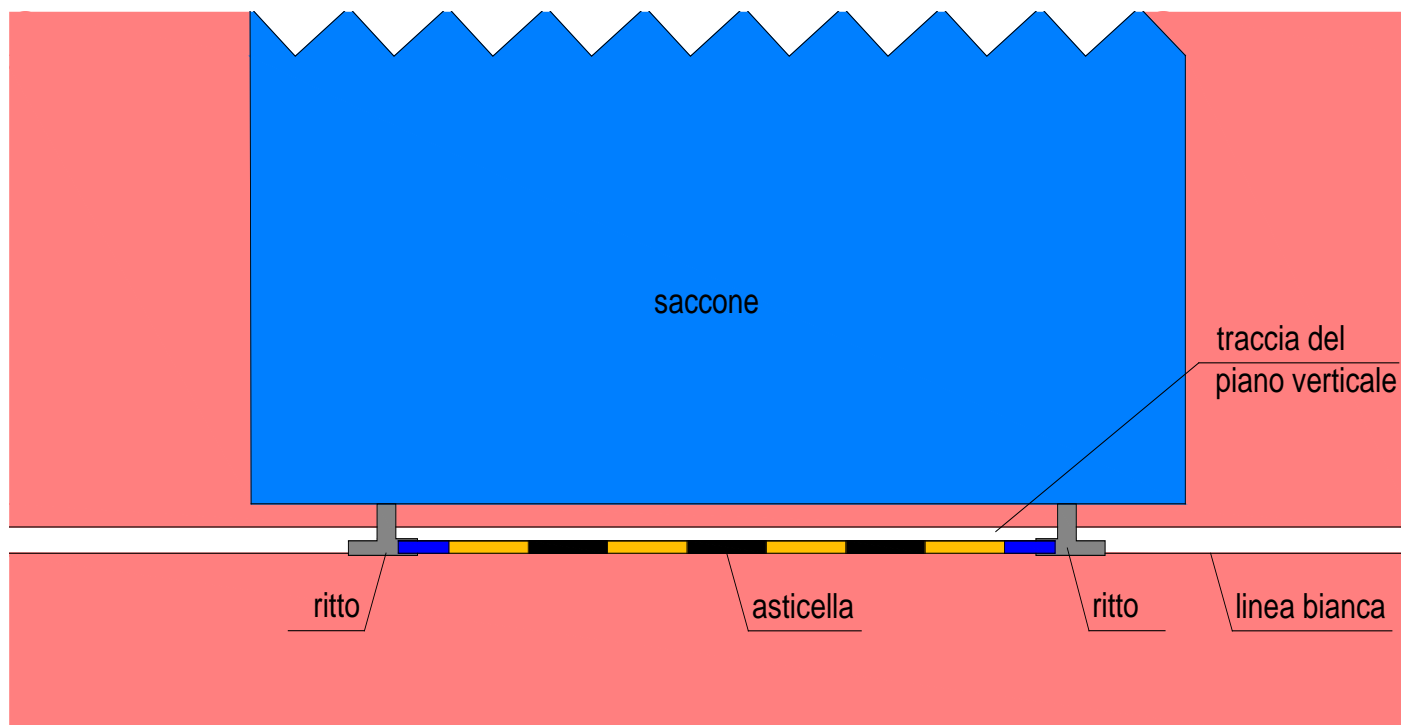
Nel Salto con l'Asta i concorrenti possono far spostare i ritzi dell'asticella solamente in direzione della zona di caduta, fino ad un massimo di 80 cm.

L'asta può avere strati protettivi di nastro all'impugnatura ed alla parte terminale.

N.B. Per le gare Master, così come per certe gare del Settore Giovanile, le misure minime previste per l'entrata in gara, per il salto in alto e salto con l'asta, sono legate alle possibilità tecniche dell'impianto. Ove non possibile, le stesse saranno correlate alle esigenze tecniche

SALTO IN ALTO (sistemazione pedana)

Per facilitare l'applicazione della Regola 182.2 lettera b), si esemplifica il posizionamento della linea bianca larga 5 cm sotto il piano verticale dell'asticella con prolungamento per tre metri all'esterno di ogni ritto.



Quando il materasso/saccone di caduta è posizionato sopra una griglia, si raccomanda di sistemare una tavola di protezione sul fronte in modo di salvaguardare gli atleti in caso di eventuali scivolate

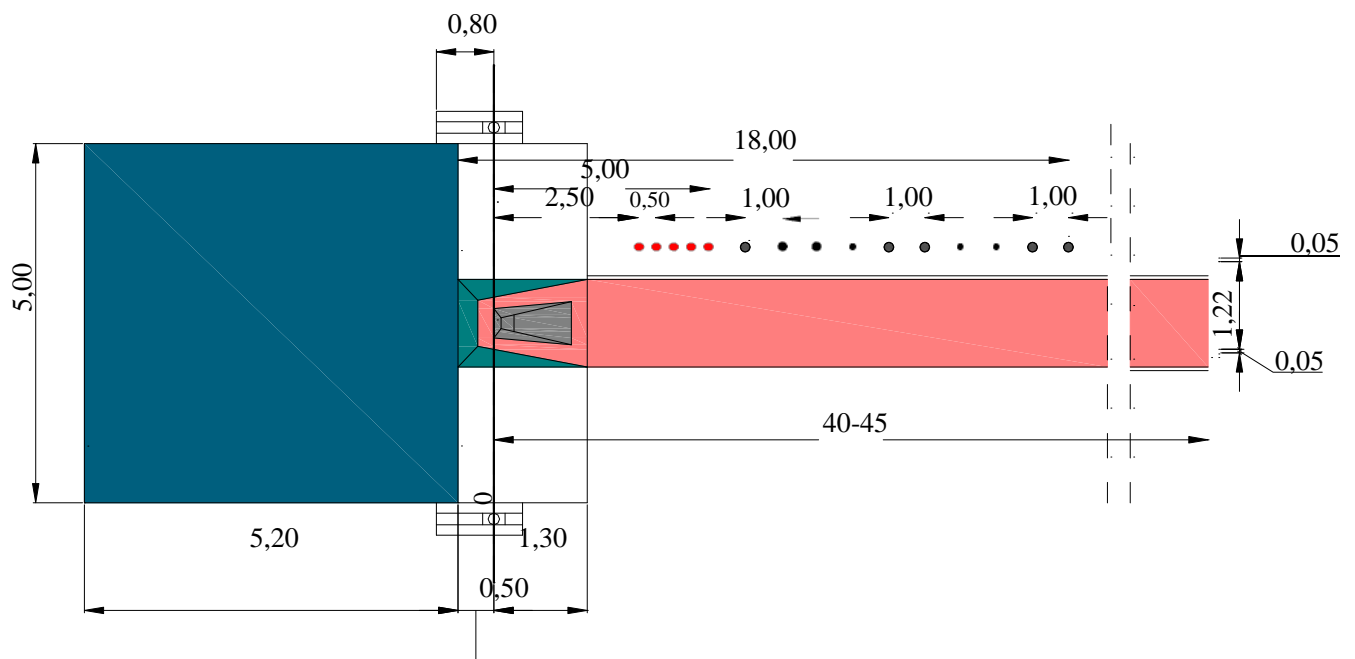
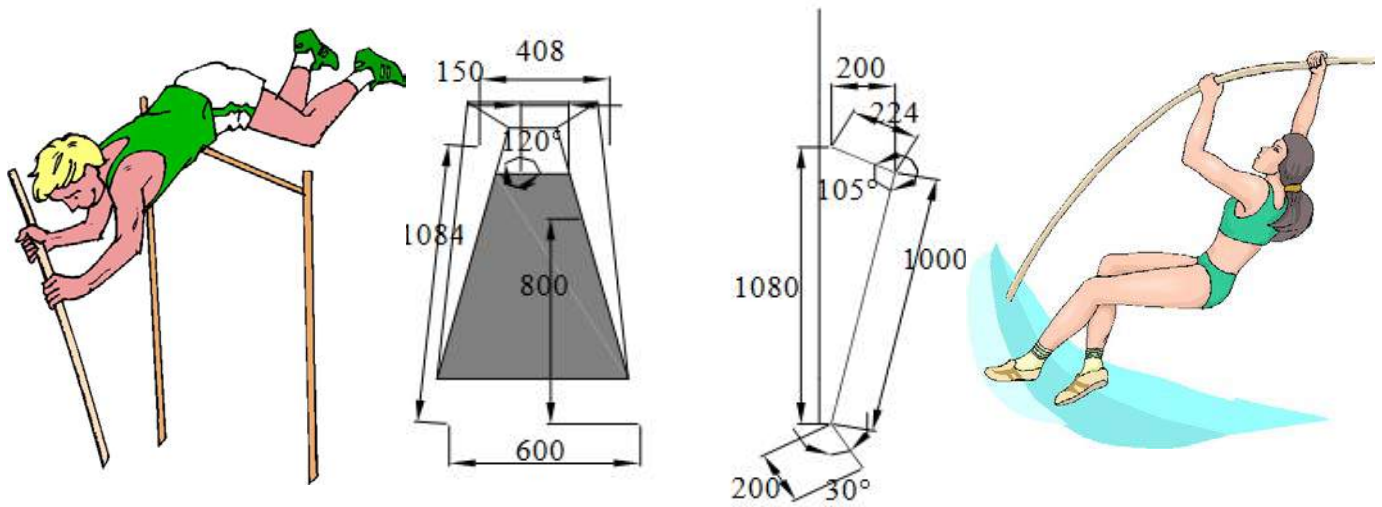


NO



SI

SALTO CON L'ASTA

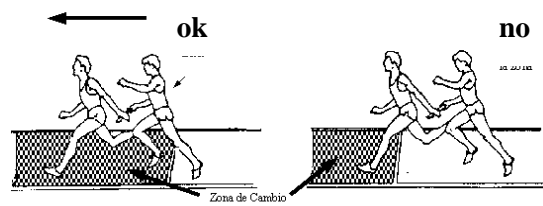


“Nel salto con l’Asta, il Comitato Organizzatore dovrebbe porre degli indicatori di distanza adeguati e sicuri a fianco della pedana di rincorsa ogni 0,5 m tra i punti 2,5 m e 5 m dalla linea dello “zero” e ad ogni 1,0 m tra i punti 5 m e 18 m”.

STAFFETTE (in uso nel Veneto)

Agli atleti non è consentito indossare guanti o mettere sostanze nelle loro mani al fine di ottenere una presa migliore. Dentro la zona di cambio è decisiva solo la posizione del testimone e non la posizione del corpo o degli arti degli atleti. (Regola 170.7)




Nelle Staffette 4x100m e 4x200m e per il primo e secondo cambio della Staffetta Mista, ciascuna zona di cambio deve avere una lunghezza di **30m**, la di cui la linea mediana è a **20m** dall'inizio della zona (compreso il primo cambio della staffetta 100+200+300+400). Per il terzo cambio della Staffetta Mista e della Staffetta 4x400m ed oltre ciascuna zona di cambio deve essere lunga 20 metri e al centro vi sarà una linea che funge da mediana.



Nelle 4x400 (e nell'ultimo cambio della 100+200+300+400) il 3^a e il 4^a frazionista devono assumere la posizione per il cambio nell'ordine in cui i concorrenti si presentano al passaggio ai 200 metri (pena squalifica) – Regola 170 § 20

Nelle staffette 4x400 - 4x800 - 4x1500 gli atleti partono all'interno della zona cambio. Non devono iniziare a correre fuori della zona cambio pena la squalifica. Regola 170 § 19

Le staffette SENIORES possono comprendere atleti PROMESSE, JUNIORES e ALLIEVI

4x100	tutte le frazioni in corsia	
4x200	in corsia le prime due frazioni e l'inizio della terza fino all'uscita della curva (tangente); oppure può essere interamente corsa in corsia	
4x200 e 4x400 /per 5 o più staffette (pista a 6 corsie “ 4 “ “ “)	in corsia la prima frazione e la seconda fino alla tangente	
4x200 e 4x400 /per 4 o meno staffette (pista a 6 corsie “ 3 “ “ “)	partenza dagli scalari dei m 800, in corsia la prima curva fino alla tangente	
4x800	partenza in linea oppure dagli scalari dei m 800 con rientro alla tangente “D”	
4x1.500	partenza in linea	
800+600+400+200	partenza dagli 800 in linea	
200+400+600+800	partenza dagli scalari della 4x400 (verdi), prima frazione in corsia, 2° frazionista alla corda dopo aver percorso 300 m all'uscita della sua seconda curva (tangente); si utilizzano i cambi della 4x200. Se mancano i cambi della 4x200: partenza dagli 800 in corsia e rientro alla tangente opposta	
100+200+300+400	partenza dai 200 m (segmenti neri), 1° e 2° frazionista in corsia, 3° frazionista rientro dopo la curva (tangente) – (1° cambio con zona pre-cambio, 2° e 3° cambio solo entro la zona di cambio)	
200+150+100+50 (esordienti)	Partenza dai m 100. Possono portarsi subito alla corda	
4x100 (ragazzi)	partenza dai 400 m –Il cambio può iniziare dalla zona del pre-cambio fino al termine della zona di cambio. (30 m. totali) (Nota: non ci sarà squalifica nel caso di cambio fuori settore)	
3x800 (ragazzi)	partenza dai m 800 in linea	
3x1000 (cadetti)	partenza dai 3000 m	
4x50 (esordienti)	partenza dai 200 m - senza vincolo di zona cambio	
8x50 (esordienti - ragazzi)	partenza dai 400 m - senza vincolo di zona cambio	

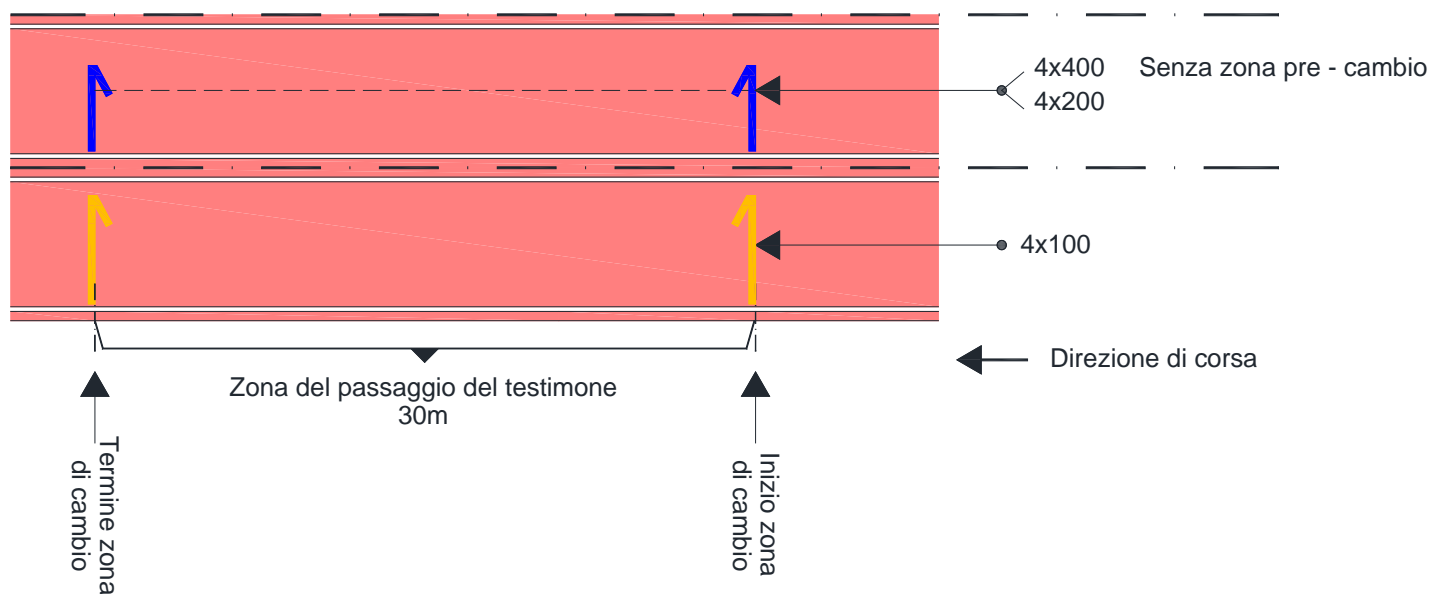
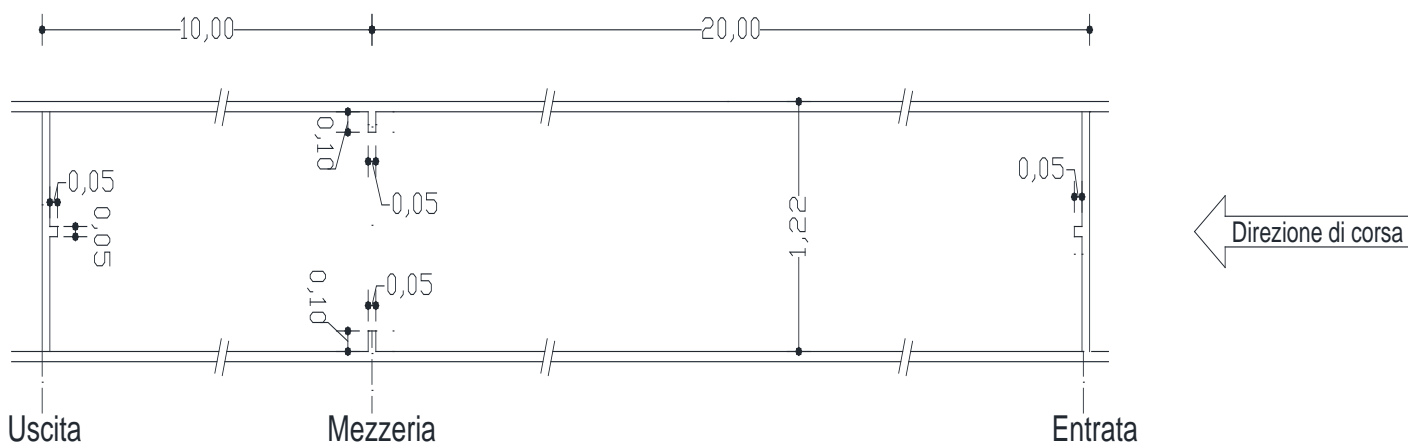
Possono essere organizzate tipologie di **staffette** non previste dal RTI, purché siano chiaramente specificate nel Regolamento della manifestazione, compresa la metodologia di svolgimento Regola 170.22 (nuova).

(per eventuali altre staffette giovanili vedere le norme previste dai singoli regolamenti)

NUOVE ZONE CAMBIO STAFFETTE

(**Attenzione.** Considerato che la nuova simbologia non sarà **modificata e/o presente** su tutti i campi, si fa presente che per l'inizio del nuovo cambio, occorre prendere il riferimento della segnaletica orizzontale il segmento del pre-cambio, in sostanza **il cambio dovrà avvenire entro la ex-zona dal pre-cambio e l'uscita della zona di cambio.** Quindi 30 metri in tutto).

Per il terzo cambio della staffetta Mista e della staffetta 4x400 ed oltre, ciascuna zona di cambio deve essere lunga 20 metri (inalterato).





Le seguenti abbreviazioni standard devono essere utilizzate, ove il caso, nella preparazione delle liste di partenza (start list) e nei risultati:

DNF – Non arrivato

DNS – Non partito

NM – Nessuna prova valida registrata

DQ – Squalificato

O – prova valida nell'alto e nell'asta

X – nullo nei concorsi

– – passo nei concorsi

r – ritirato dalla gara

Q – Qualificato per posizione nelle gare di corsa

q – Qualificato per tempo nelle gare di corsa

Q – Qualificato con misura di qualificazione nelle gare di concorso

q – Qualificato senza misura di qualificazione nelle gare di concorso

qR – Passato al turno successivo per decisione dell'Arbitro

qJ – Passato al turno successivo per decisione della Giuria d'Appello

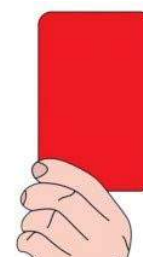
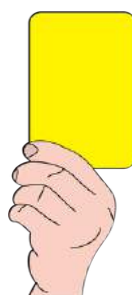
> - sbloccaggio del ginocchio (Marcia)

~ - sospensione (Marcia)

YC – Cartellino giallo

YRC – Secondo cartellino giallo

RC – Cartellino rosso



Composizione serie e batterie

Per le gare dai 100 m ai 400 m compresi e per le staffette sino alla 4 x100 compreso, la suddivisione degli atleti sarà basata:

- ◆ Le **serie** saranno composte in base ai tempi di accredito, così come meglio descritto qui sotto

LE SERIE - COME COMPORLE

1° TEMPO ACCREDITATO	}	1ª SERIE
2° TEMPO ACCREDITATO		
3° TEMPO ACCREDITATO		
4° TEMPO ACCREDITATO		
5° TEMPO ACCREDITATO		
6° TEMPO ACCREDITATO		
7° TEMPO ACCREDITATO		
8° TEMPO ACCREDITATO		
9° TEMPO ACCREDITATO	}	 2ª SERIE
10° TEMPO ACCREDITATO		
11° TEMPO ACCREDITATO		
12° TEMPO ACCREDITATO		
13° TEMPO ACCREDITATO		
14° TEMPO ACCREDITATO		
15° TEMPO ACCREDITATO		
16° TEMPO ACCREDITATO		

- ◆ Le **batterie** saranno prima ordinate in base ai tempi, poi si procede, in base al numero delle batterie da comporre, a suddividere gli atleti con una distribuzione a zig-zag come meglio rappresentato nelle figure qui sotto.

formazione delle batterie con i foglietti d'iscrizione

1	DEVO COMPORRE 3 BATTERIE
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	

formazione delle batterie con i foglietti d'iscrizione

1	2	3
6	5	4
7	8	9
12	11	10

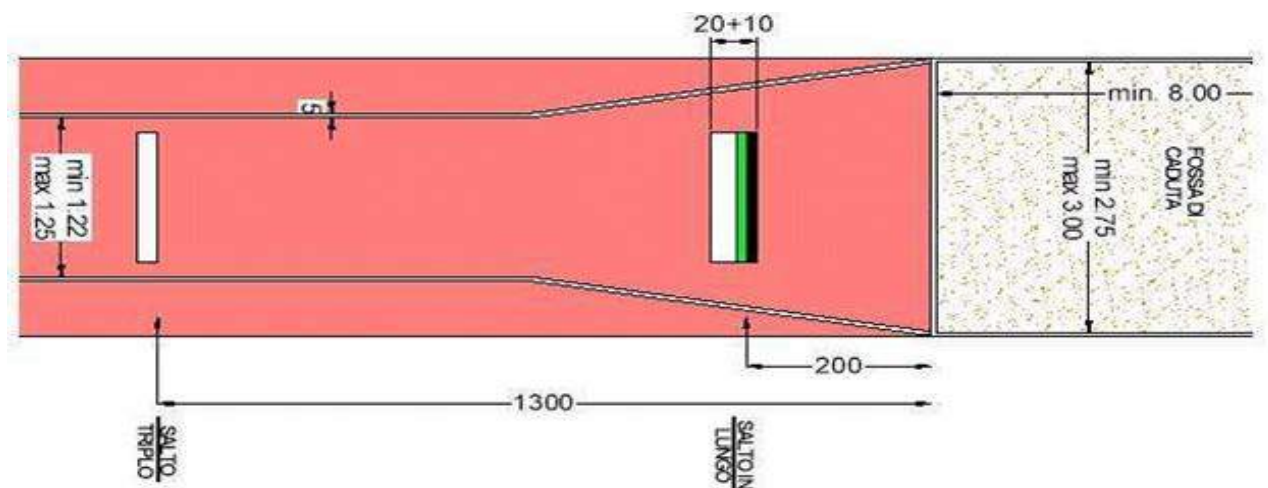
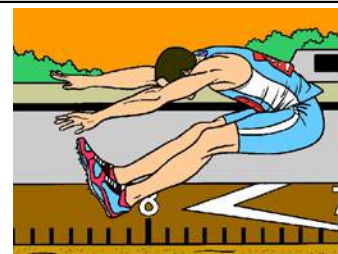
CONCORSI

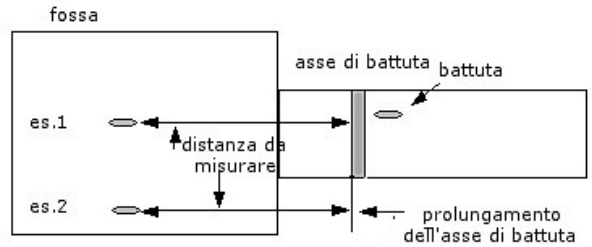
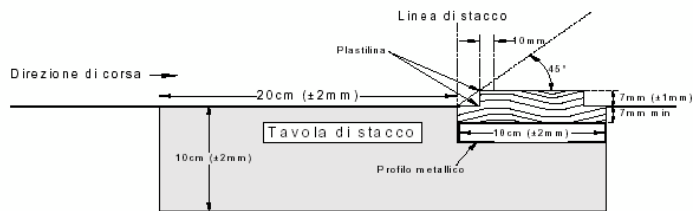
- **Finali a 8** (se non diversamente previsto dal regolamento)
- Se il numero dei concorrenti è uguale o inferiore al numero dei finalisti tutti sono ammessi in finale.
- Se è superiore la parità all'ultimo posto valido sarà risolta conformemente alla reg. 180.22 del R.T.I. (non ammessi invece gli atleti in parità all'ultimo posto valido se hanno tre nulli).
- **I finalisti gareggiano in ordine inverso di classifica.** I Regolamenti federali possono specificare che l'ordine di gara di un concorso può essere cambiato di nuovo dopo qualunque turno di prove successivo al terzo.(Regola Reg. 180.6 modificata con Delibera 16 del 2/4/19).
- **Informazioni sul vento:** In tutti i concorsi (**escluso peso e martello**) deve essere posta vicino alla zona di stacco, una manica a vento per indicare all'atleta la direzione approssimativa e la forza del vento (Reg. 144 § 5)
 - **Master:** a) Campionati Italiani Individuali e Campionati Regionale outdoor: eliminatoria e finali per le migliori **6 (sei)** prestazioni, per ciascuna fascia d'età
b) in tutte le altre gare: nei lanci e salti in estensione le prove a disposizione per ciascun atleta sono **4(quattro)**



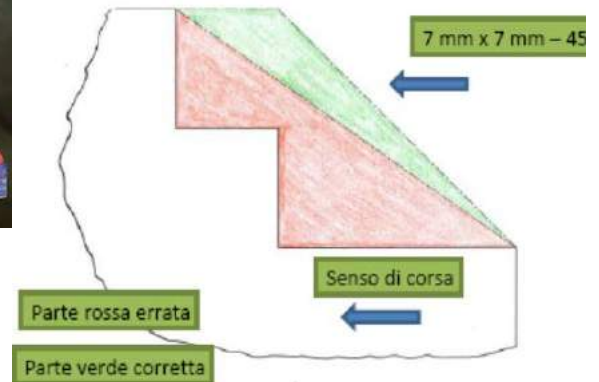
SALTI IN ESTENSIONE

- **Tavola di stacco per il salto in lungo** da 1 a 3 metri, (usare comunque preferibilmente una tavola di stacco posizionata a 2 metri). In alcuni campi, in parziale deroga alla Regola 185.5 del R.T.I. battuta a 4,00 metri.
- Per le categorie assolute *tra asse di battuta e termine buca* si raccomanda un minimo di 10 metri.
- Per gli *esordienti* usare una *battuta di 1m x 1m* distante dal bordo della buca da m. 0,50 a m. 1,50 max (senza sabbia o plastilina) trattata con un sottile strato di gesso su cui rilevare l'impronta; il salto andrà misurato perpendicolarmente dal limite anteriore dell'impronta al segno più vicino nella zona di caduta.
- **Tavola di stacco per triplo:** per *cat. assolute* : **13/11m** per i maschi, **11/9 m** per le femmine:
 - per *Master* M: **9-11 m** (35-44); **8-10 m** (45-54); **7-9 m** (55-59); **6-8** (60-69); **5-7 m** (70 e oltre);
F : **8-10 m** (35-44); **7-9 m** (45-54); **6-8 m** (55-59); **5-7** (60-69); **5-6 m** (70 e oltre);
 - per le *categorie giovanili* : proporzionata al livello dei concorrenti (es. m. **9** e m. **11** per cadetti
m. **7** e m. **9** per cadette).
- **L'angolo di inclinazione della plastilina é di 45° Regola 184.5.** La parte superiore dell'asse di battuta deve essere anch'essa coperta approssimativamente, per i primi 10 mm e lungo la sua intera lunghezza da uno strato di plastilina. Quando non è possibile usare l'asse con la plastilina e si usa la sabbia, l'angolazione del bordo della sabbia, posto sulla tavola di stacco verso la pedana di rincorsa, deve avere un angolo di **30°** (invariato rispetto al passato)
- **La zona di caduta deve essere larga tra 2.75 e 3 metri** (eventualmente delimitandola con una fettuccia tesa simmetricamente alla corsia di rincorsa) Regola 184.6.



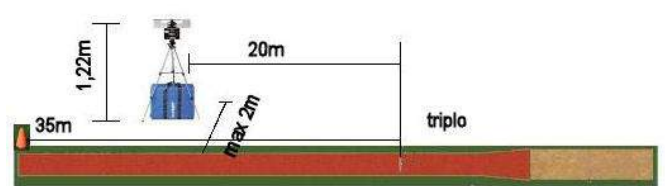
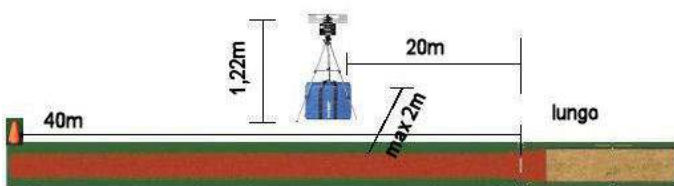


Alcuni esempi di assi per la plastilina



Qui a lato si esemplifica con un grafico il bordo dell'asse per la plastilina. Alcune assi hanno l'incavo non corretto e quindi occorre fare attenzione per ottenere un bordo regolamentare inclinato ad angolo di 45°.

LA POSIZIONE DELL'ANEMOMETRO



non è fallo se l'atleta corre all'esterno della linea bianca che delimita la corsia di rincorsa
QUESTO VALE ANCHE PER IL SALTO CON L'ASTA

TEMPI A DISPOSIZIONE DEGLI ATLETI

Gare individuali:		Numero degli atleti in gara	Alto	Asta	Altre
	Più di atleti		1'00"	1'00"	1'00"
	2/3 atleti		1'30"	2'00"	1'00"
	1atleta		3'00"	5'00"	-
	Prove consecutive		2'00"	3'00"	2'00"
Prove multiple:		Numero degli atleti in gara	Alto	Asta	Altre
	Più di atleti		1'00"	1'00"	1'00"
	2/3 atleti		1'30"	2'00"	1'00"
	1atleta o prove consecutive		2'00"	3'00"	2'00"





Nota 1: Per il primo tentativo di ogni atleta, una volta entrato in gara, il tempo concesso per tale prova sarà di 1'00".
Nota 2: Quando, nel salto in alto e con l'asta, rimane un solo atleta (che ha vinto la gara) e sta tentando il Record del mondo o altro record direttamente connesso alla manifestazione, il tempo limite dovrà essere incrementato di un minuto rispetto a quanto previsto sopra.

RIASSUNTO TABELLA LANCI

Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti: **finali a 8**

Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters, nei lanci (e nei salti in estensione) le prove a disposizione per ciascun atleta sono **quattro** (ad eccezione dei Campionati Italiani Individuali Indoor e Outdoor che si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni, per ciascuna fascia d'età).

Settori		34,92°	34,92°	34,92°	29° ~	29° ~	
Attrezzi		Disco	Peso	Martello	Giavellotto	Vortex	
MASCHILE 	Se/Pro	2,000	7,260	7,260	0,800	-	
	Junior (♦)	1,750	6,000	6,000	0,800	-	
	Allievi	1,500	5,000	5,000	0,700	-	
	Cadetti	1,500	4,000	4,000	0,600	-	
	Ragazzi	-	2,000	-	-	0,130	
	Esordienti A	-	1,000 (palla medica)		-	0,130	
						-	
	(♣)FASCIA MASTER:						Peso man.
	M 35-49	2,000	7,260	7,260	0,800	15,880	
	M 50-59	1,500	6,000	6,000	0,700	11,340	
	M 60-69	1,000	5,000	5,000	0,600	9,080	
	M 70-79	1,000	4,000	4,000	0,500	7,260	
	M 80 e +	1,000	3,000	3,000	0,400	5,450	
					Vortex		
FEMMINILE 	Se/Pro	1,000	4,000	4,000	0,600	-	
	Junior	1,000	4,000	4,000	0,600	-	
	Allieve	1,000	3,000	3,000	0,500	-	
	Cadette	1,000	3,000	3,000	0,400	-	
	Ragazze	-	2,000	-	-	0,130	
	Esordienti A	-	1,000 (palla medica)		-	0,130	
	(Amatori)	1,000	4,000	4,000	0,600	-	
	(♣)FASCIA MASTER:						Peso man.
	F 35-49	1,000	4,000	4,000	0,600	9,080	
	F 50-59	1,000	3,000	3,000	0,500	7,260	
	F 60-74	1,000	3,000	3,000	0,500	5,450	
F 75 e +	0,750	2,000	2,000	0,400	4,000		

(♦) Questi attrezzi dovranno essere utilizzati **esclusivamente** nelle gare riservate alla sola categoria Juniores, nei Campionati individuali di categoria. (In tutte le gare, nelle quali gli Juniores gareggiano insieme a Senior e Promesse, **dovranno utilizzare gli attrezzi della categoria superiore**)

(♣) Attrezzi utilizzati esclusivamente nelle gare riservate alla sola categoria Master.

- *Prima della competizione* agli atleti della categoria assoluta sono concessi *almeno 2 (due)* lanci di prova *sotto la sorveglianza dei Giudici; mentre per il settore agonistico-promozionale, i lanci di prova saranno a discrezione dei Giudici in base al numero degli iscritti.*

- **E' consentito** proteggere il polso con un *bendaggio* nel lancio del peso

- **E' consentito** indossare una protezione ai gomiti nel lancio del giavellotto

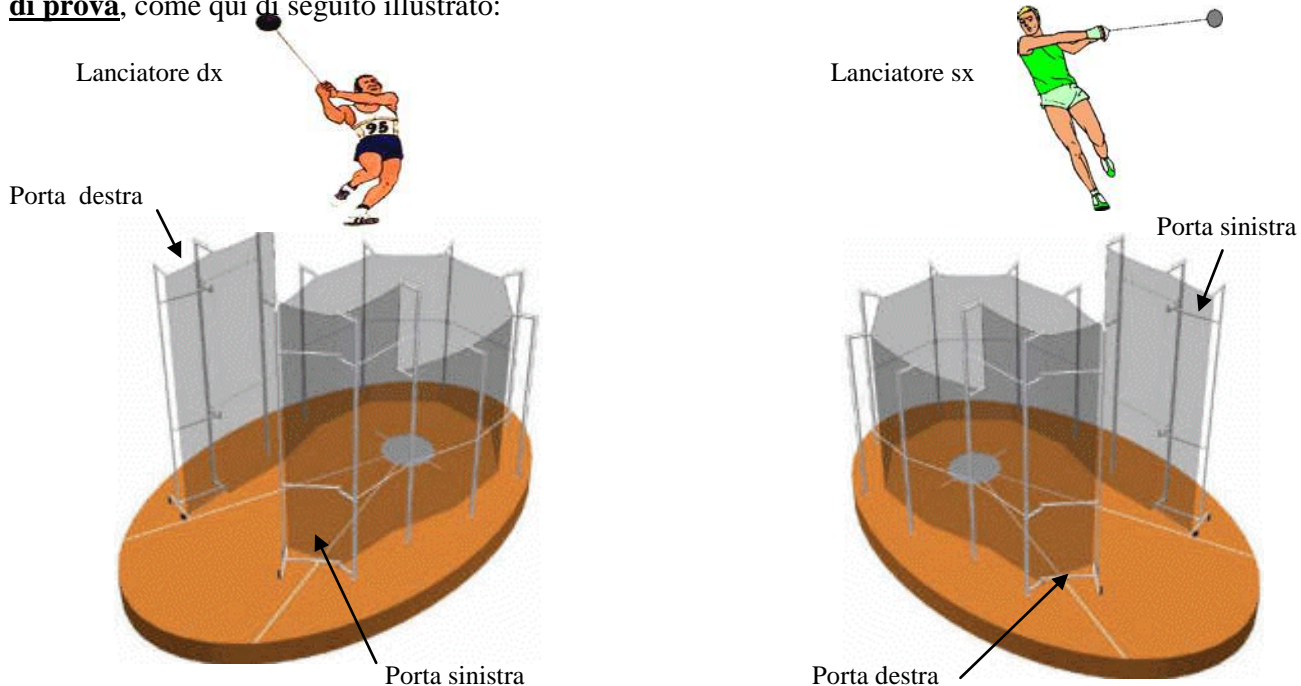
- **Non è consentito** alcun espediente di qualsiasi natura (esempio l'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme e/o l'uso di pesi attaccati al corpo, o altri artifici) che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio.



IN CASO DI ASSENZA DI GABBIA, (o se la rete risulta danneggiata) LE GARE DI LANCIO DEL DISCO E DEL MARTELLO NON DEVONO AVER LUOGO

Nel LANCIO DEL DISCO le due porte (pannelli mobili) della gabbia devono essere completamente aperte e posizionate parallelamente alle linee del settore.

Nel LANCIO DEL MARTELLO è **obbligatorio** l'uso delle porte (pannelli mobili) della gabbia, **anche nei lanci di prova**, come qui di seguito illustrato:



Posizione delle porte per lanciatori dx

Posizione delle porte per lanciatori sx (mancini)

- Per i concorrenti 'destrorsi' (cioè quelli che ruotano in senso anti-orario) la **porta di destra** deve essere posizionata **parallelamente alla linea del settore** mentre la **porta di sinistra** deve essere posizionata **perpendicolare alla linea del settore**; entrambi le porte devono essere bloccate/fissate in queste posizioni.

- Per i concorrenti 'mancini' (cioè quelli che ruotano in senso orario) la **porta di sinistra** deve posizionata **parallelamente alla linea del settore** mentre la **porta di destra** deve essere posizionata **perpendicolare alla linea del settore**; entrambi le porte devono essere bloccate/fissate in queste posizioni.

- Nel LANCIO DEL MARTELLO è **consentito** l'uso di *guanti morbidi sul dorso e sul palmo e le punte delle dita scoperte* ad eccezione del pollice, debbono rimanere scoperte). **E' consentito ricoprire con nastro o cerotto separatamente ogni singolo dito.**

- Nei lanci ai concorrenti è **consentito** spalmarsi le sole mani o i guanti, nel caso del lancio del martello, con una sostanza adatta al fine di ottenere una migliore presa.

- Ai concorrenti del lancio del peso e del disco è **consentito** utilizzare gesso e/o sostanze simili sull'attrezzo.

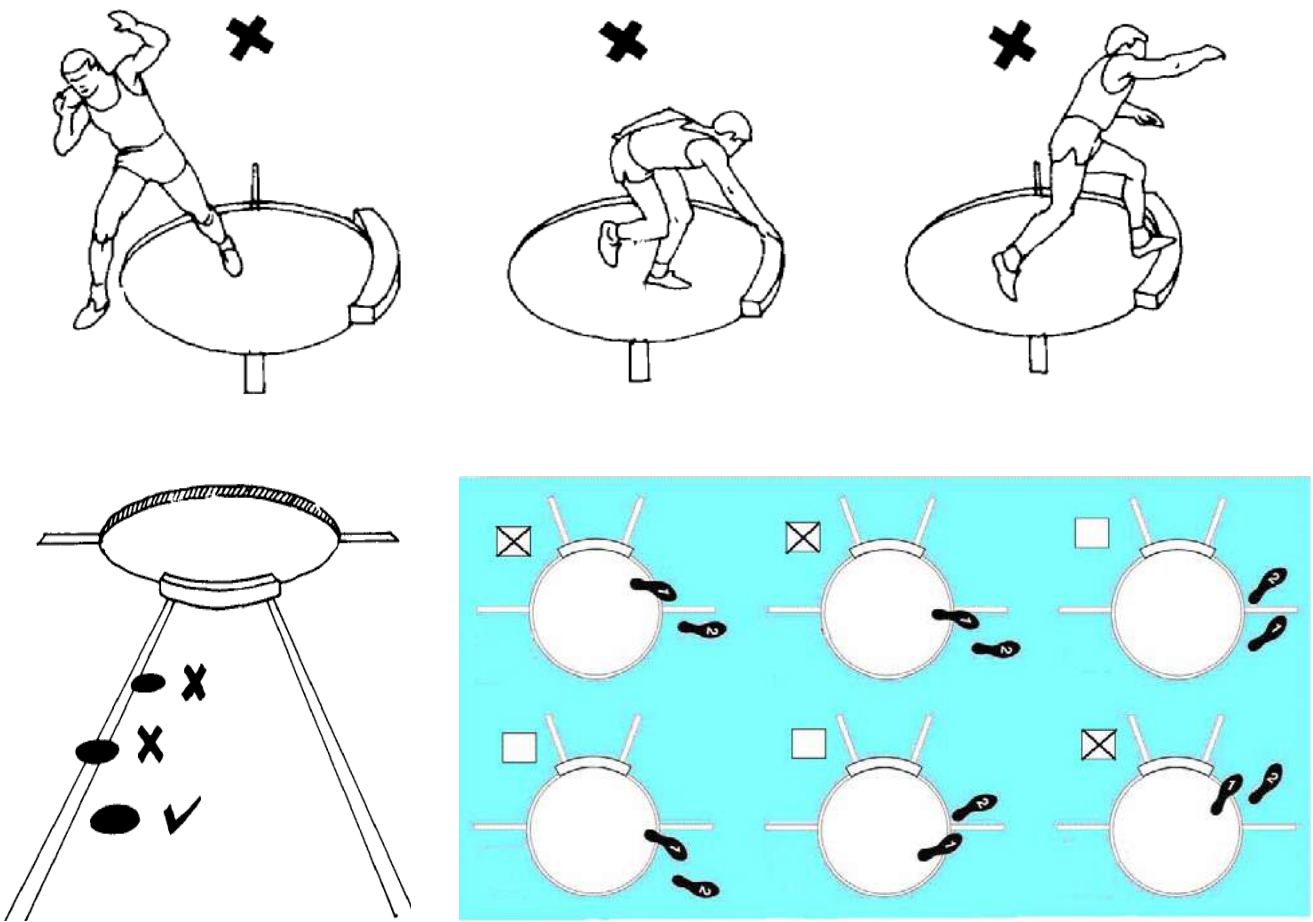
- Nel LANCIO DEL DISCO E DEL MARTELLO **non deve essere considerato fallo** se l'attrezzo, dopo il rilascio dell'atleta, tocca la gabbia o parte di essa a condizione che lo stesso, al momento dell'atterraggio, ricada entro le linee del settore.

- **E' considerato fallo** se il peso o il disco o la testa del martello o la punta del giavellotto, al momento dell'atterraggio, **toccano la linea del settore** o il terreno all'esterno di essa.

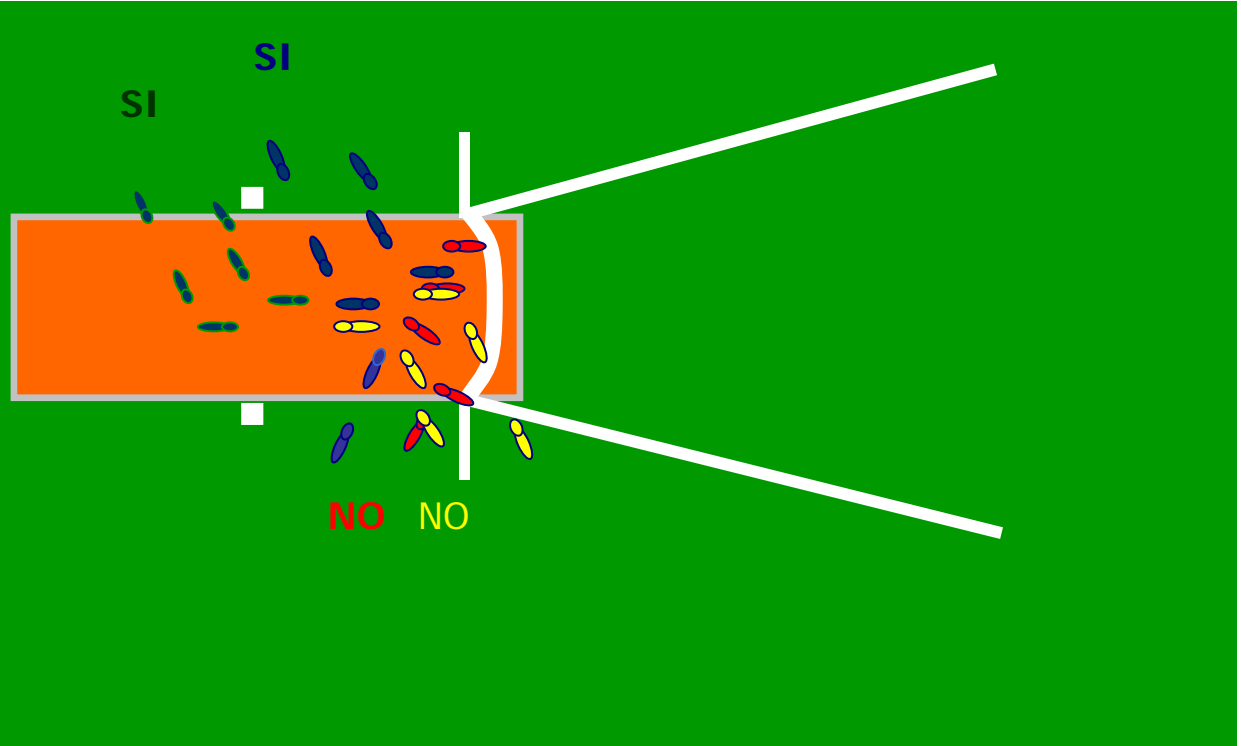
- Nel lancio del giavellotto la linea bianca (o un segmento bianco di 10 cm x 5 cm) o virtuale posta a 4 metri dall'arco di lancio (*reg.187.17b*) **ha il solo scopo di accelerare il giudizio** del 1° Giudice nel considerare che l'atleta sia uscito di pedana e quindi abbia concluso la prova.

- E' consentito all'atleta, nei lanci da pedana circolare, posizionare, all'esterno della pedana, un "segnalino" da togliere subito dopo il lancio. Regola 180 § 3 (b)

LANCIO E NULLI DALLA PEDANA CIRCOLARE

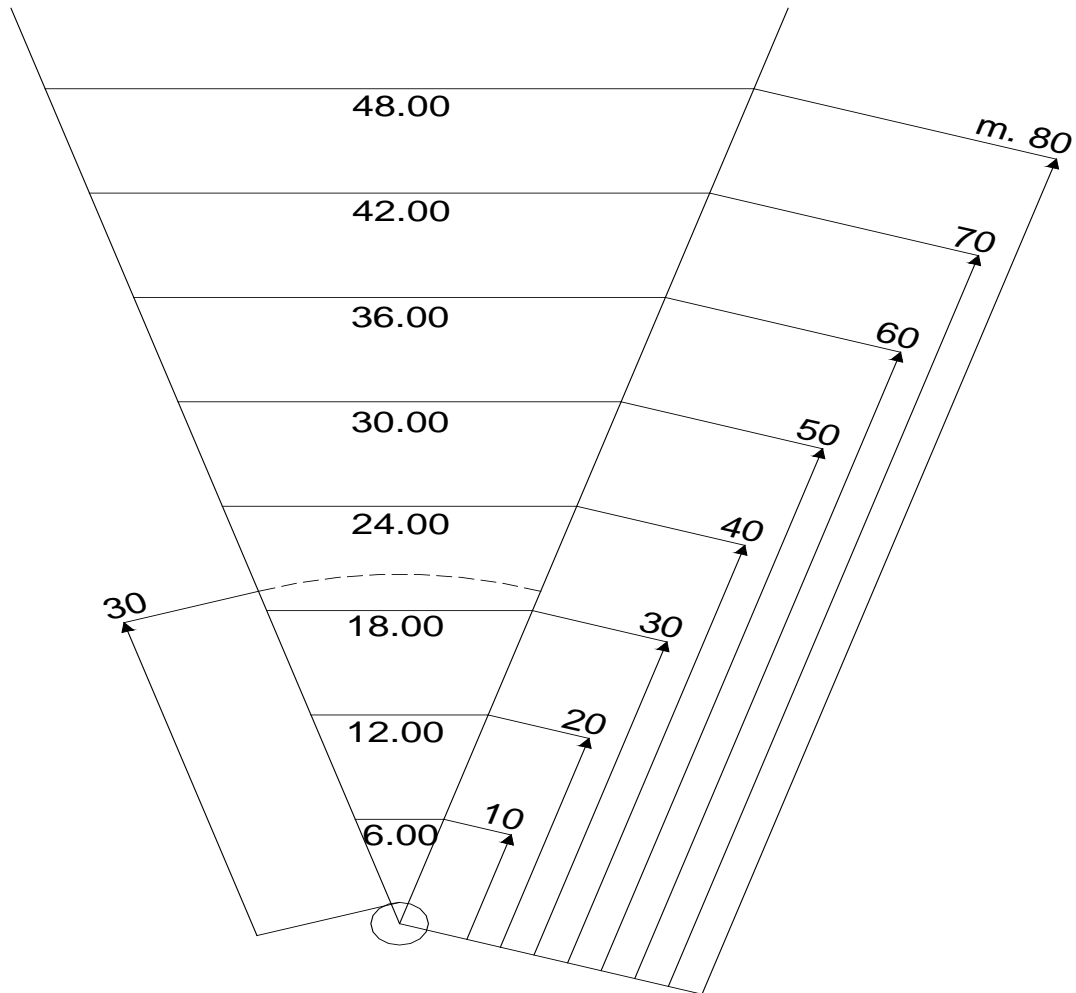


L'USCITA DALLA PEDANA DEL LANCIO DEL GIAVELLOTTO

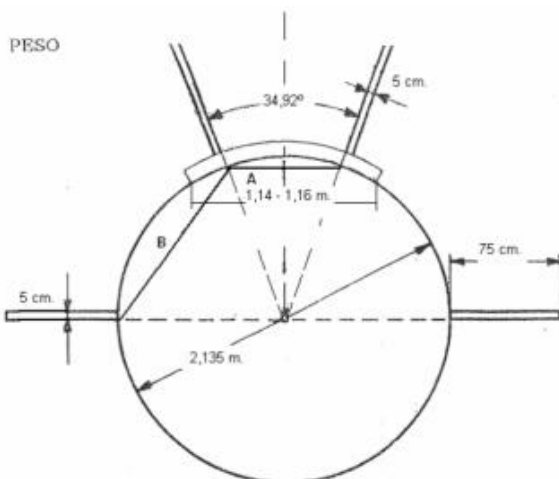


METODO DI CONTROLLO DEI SETTORI DI LANCIO ATTRAVERSO IL RAPPORTO TRA IL RAGGIO E LA CORDA DI SETTORE

**Settore di lancio con angolo al centro di $34^{\circ},92$
(Peso - Disco - Martello)**



**Coefficiente di rapporto per
la determinazione del valore
della corda = 0.600**

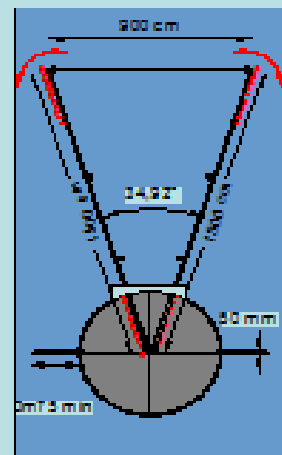
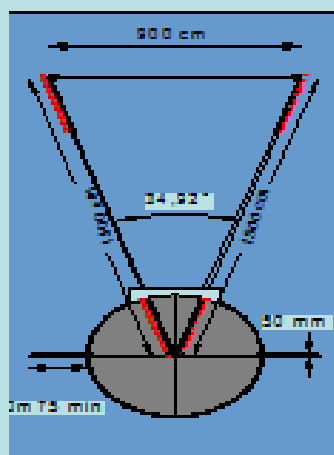
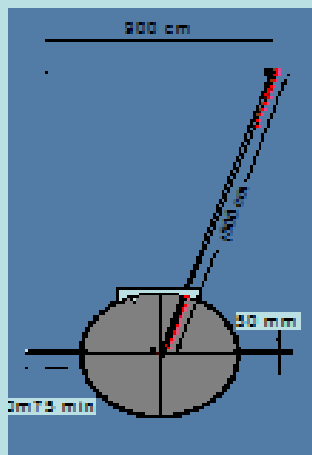
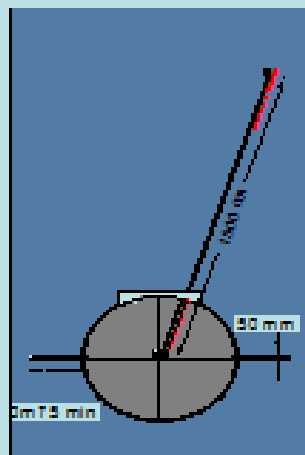


Le misure delle corde A e B :

Segmento	Peso e/o Martello	Disco
A	0,6405	0,750
B	1,263	1,479

Settore lanci da pedana circolare

Un metodo semplice per tracciare il settore con una cordella metrica da 50 mt:



1-posizionare lo zero al centro pedana, e misurare 15 mt

2-poi misurare 9 mt trasversalmente, la cordella metrica misurerà 24 mt

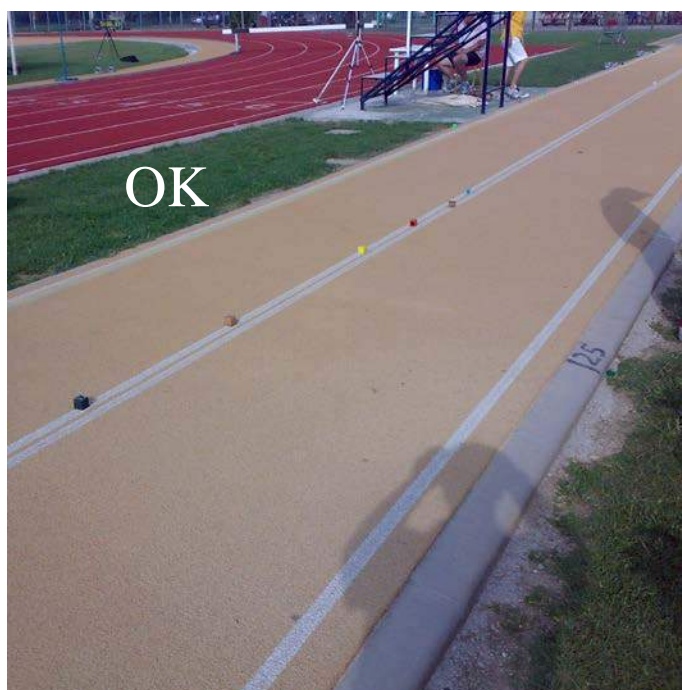
3-portarsi verso la pedana dove, al centro, la misura deve essere pari a mt 39.00

4-centrare il settore tenendo sempre in tensione la cordella. Piantare 3 picchetti x lato

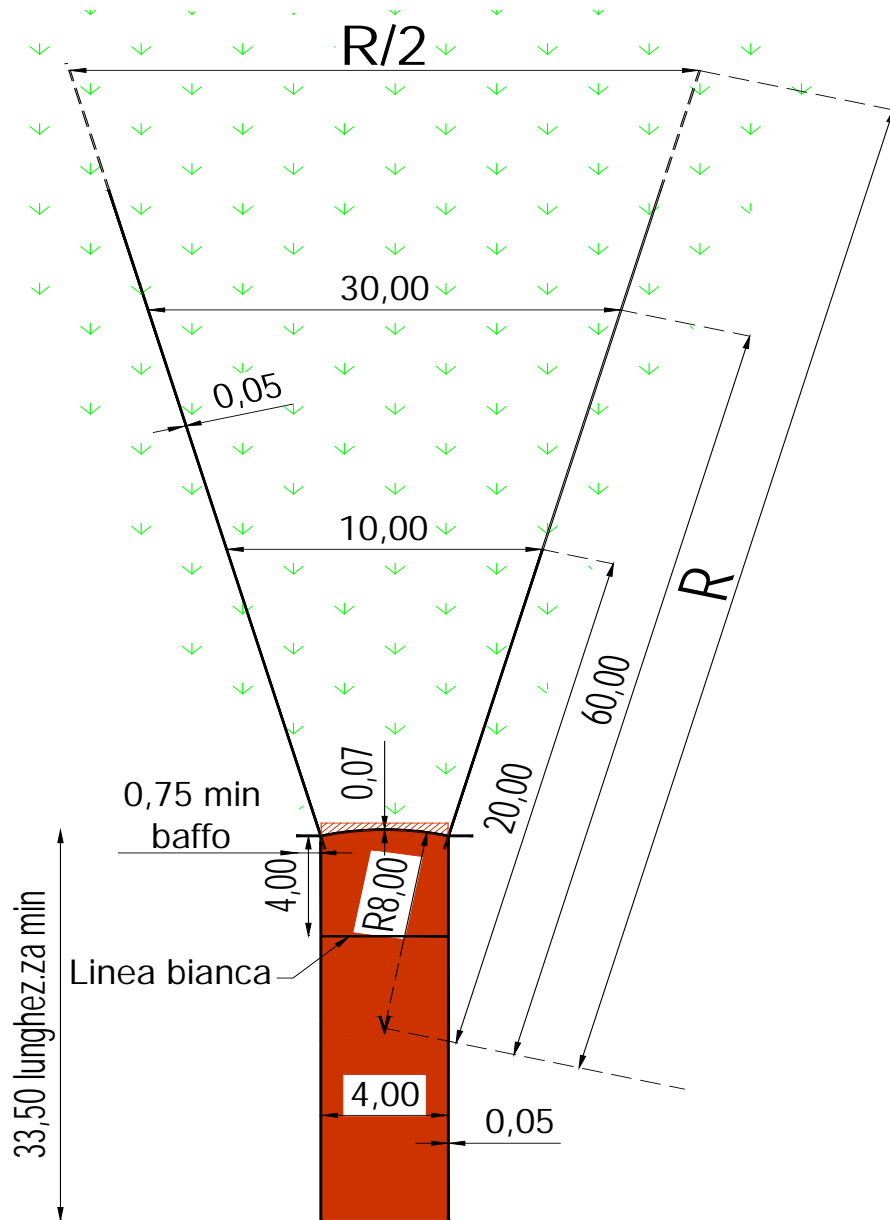
quindi stendere la fettuccia all'esterno dei picchetti di riferimento

SEGNALI

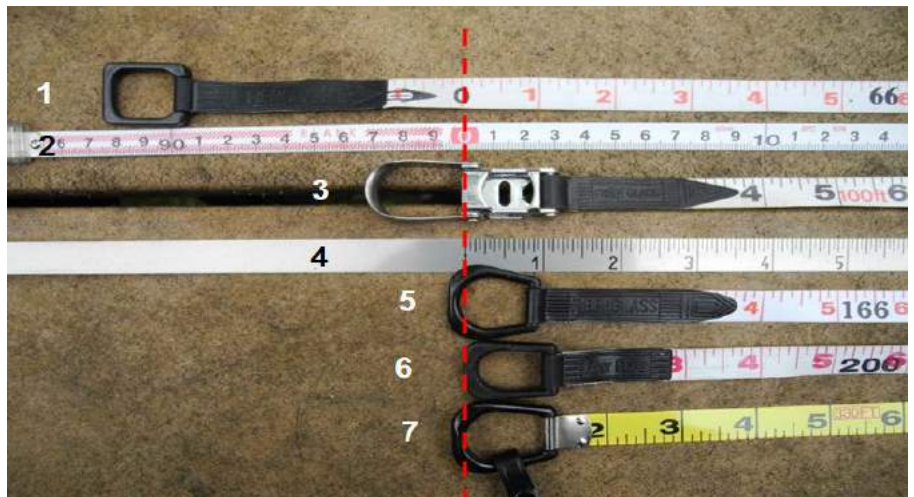
In tutti i concorsi dove è usata una pedana di rincorsa, è consentito porre dei segnali a fianco della stessa, ad eccezione del Salto in alto dove i segnali possono essere posti all'interno della pedana di rincorsa. Un atleta può usare uno o due segnali (forniti o approvati dal Comitato Organizzatore) nelle sue rincorse e nei suoi stacchi. Se questi segnali non vengono forniti, gli atleti possono usare nastro adesivo (no scarpe o altri oggetti), ma non gesso o sostanze similari né qualsiasi cosa che possa lasciare segni indelebili. (Regola 180.3a)



Settore di lancio con angolo al centro di $29^\circ \sim$ (Giavellotto)



Per le misurazioni manuali, prendere dimestichezza e pratica con lo zero della rotella metrica; vedi qui alcuni esempi di rotelle metriche e la posizione dello zero.



PROVE MULTIPLE

ATTENZIONE. Il **Decathlon** e l'**Eptathlon** debbono svolgersi in due periodi (non più giorni) consecutivi di 24 ore.
Reg. 200 – Delibera 16 del 2/4/19

Maschili

DECATHLON (Se/Pro/Ju) + (Master 35-69)

1^periodo: 100-lungo-peso-alto-400

2^periodo: 110Hs-disco-asta-giavellotto-1.500

DECATHLON (Allievi)

1^periodo: 100-lungo-peso KG 5-alto-400

2^periodo: 110Hs-disco-asta-giavellotto-1.500

EPTATHLON INDOOR (Se/Pro/Ju)

1^ periodo: 60-lungo-peso-alto

2^ periodo: 60Hs-asta-1.000

PENTATHLON INDOOR (Allievi)

Giornata unica: 60Hs-alto-peso-lungo-1.000

ESATHLON (Cadetti)

100Hs-lungo-giavellotto-alto-disco-1000

Può essere effettuato anche in due giornate:

1^giorn: 100hs – lungo – giavellotto

2^giorn: alto – disco – 1000

L'esathlon si effettuerà in due giorni consecutivi nei Campionati Regionali e Nazionali, ma può essere effettuato anche in un solo giorno in altre manifestazioni.

TETRATHLON (Ragazzi) (*)

60 hs – lungo – vortex – m. 600

() da disputarsi in un'unica giornata*

PENTATHLON (Master 70 e oltre)

Lungo-Giavellotto-200-Disco-1500

PENTATHLON DEI LANCI (Senior/Master)

martello-peso-disco-giavellotto-peso con maniglia

PENTATHLON (Master) Indoor

60Hs-Lungo-Peso-Alto-1000

Femminili

DECATHLON (Se/Pro/Ju)

1^periodo: 100-disco-asta-giavellotto-400

2^periodo: 100Hs-lungo-peso-alto-1.500

EPTATHLON (Se/Pro/Ju) + (Master F 35-69)

1^periodo: 100Hs-alto-peso-200

2^periodo: lungo-giavellotto-800

EPTATHLON (Allieve)

1^periodo: 100Hs-alto-peso kg 3-200

2^periodo: lungo-giavellotto gr 500-800

PENTATHLON INDOOR (Se/Pro/Ju)

giornata unica: 60Hs-alto-peso-lungo-800

PENTATHLON (Master F 70 e oltre)

80 Hs-alto-peso-lungo-800

TETRATHLON INDOOR (Allieve)

giornata unica: 60Hs-peso-alto-400

PENTATHLON (Cadette)

80Hs-alto-giavellotto-lungo-600

Può essere effettuato anche in due giornate

(per motivi organizzativi, si può invertire la successione del salto in alto con il salto in lungo)

TETRATHLON (Ragazze) (*)

Le stesse combinazioni di gare previsti per i maschi

PENTATHLON (Master) Indoor

60Hs-Lungo-Peso-Alto-800

PENTATHLON DEI LANCI (Senior/Master)

martello-peso-disco-giavellotto-peso con maniglia

Tutti gli atleti, per essere classificati, dovranno partire o fare una prova in tutte le gare (anche i Master)

- L'ordine di gara deve essere rigoroso (nelle Categorie Agonistiche)
- In ciascuna gara (ad eccezione dell'ultima) i gruppi saranno formati dal D.T. o dall'Arbitro delle Prove Multiple
- Nell'ultima prova un gruppo deve comprendere i Concorrenti che si trovano nei primi posti della classifica dopo la penultima gara.

False partenze

- Nel settore Assoluto ciascun atleta che commette una falsa partenza (escluso Prove Multiple), verrà squalificato.
- Nelle Prove Multiple è permessa una sola falsa partenza senza squalifica, ma qualsiasi altro atleta commetta un'ulteriore falsa partenza verrà squalificato. Regola 200 § 8 (c)
- Per il settore Promozionale e per i Masters (nelle gare riservate esclusivamente alla propria categoria) un atleta verrà squalificato solo se commette due false partenze, tre nelle prove multiple. (Vedi Norme attività)

SCHEDE
RIEPILOGATIVE
MASTER

Maschile	Categ	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95
	anni	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95 e oltre
Peso	Kg	7,260			6,000		5,000		4,000		3,000			
Disco	Kg	2,000			1,500					1,000				
Giavellotto	Kg	0,800			0,700		0,600		0,500			0,400		
Martello	Kg	7,260			6,000		5,000		4,000			3,000		
Martellone	Kg	15,880			11,430		9,080		7,260			5,450		
Triplo	m.	9 o 11	8 o 10	7 o 9	6 o 8						5 o 7			
Alto	m.	1,42-1,48-1,51 e poi di 3 cm in 3	1,30-1,36-1,39 e poi di 3 cm in 3	1,15-1,21-1,24 e poi di 3 cm in 3	0,85- 0,90 - 0,95 - 1,00 - 1,05-1,10-1,15 e poi di 3 cm in 3 cm									
Asta	m.	2,30-2,40-2,50-2,60-2,70 e poi di 5 cm in 5 cm	1,80-1,90-e fino a 2,50- e poi di 5 cm in 5 cm		1,80-1,90-2,00-2,10-2,20 e poi di 5 cm in 5 cm									
	n° Hs													
110 Hs	10	h 99,1 13,72 - 9,14 - 14,02												
100 Hs	10			h 91,4 13,00-8,50-10,50	h 84,0 12,00-8,00-16,00									
80 Hs	8								h 76,2 12,00-7,00-19,00			h 68,6 12 - 7,00 - 19,00		
400 Hs	10	h 91,4 45,00-35,00-40,00		h 84,0 45,00-35,00-40,00										
300 Hs	7				h 76,2 50,00-35,00-40,00						h 68,6 50,00 - 35,00 - 40,00			
200 Hs Solo x CdS	10							h 76,2,6 18,29 - 18,29 - 17,10						
200 Hs	5											h 68,6 18,29 - 18,29 - 17,10		
3000 sp			h 91,4											
2000 sp											h 76,2			

Femminile	Categ	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95		
		anni	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95 e +		
Peso	Kg	4,000	2,000													
Disco	Kg	1,000														
Giavellotto	Kg	0,600	0,500													
Martello	Kg	4,000	2,000													
Martellone	Kg	9,080	7,260		5,450		4,000									
Triplo	m.	8 o 10	7 o 9	6 o 8	5 o 6											
Alto	m.	1,20-1,26-1,32 e poi di 3 cm in 3	1,11-1,17-1,20 e poi di 3 cm in 3	0,80 - 0,85 - 0,90 - 0,95 - 1,00 - 1,05 e poi di 3 cm in 3 cm												
Asta	m.	1,80 - 1,90 - 2,00 - 2,10 - 2,20 e poi di 5 cm in 5 cm														
	n° Hs															
100 Hs	10	h 84,0	13,00 - 8,50 - 10,50													
80 Hs	8		h 76,2 12,00-8,00-12,00	h 76,2 12,00-7,00-19,00	h 68,6 12,00 - 7,00 - 19,00											
400 Hs	10	h 76,2 45,00 - 35,00 - 40,00														
300 Hs	7			h 76,2 50,00-35,00-40,00	h 68,6 50,00- 35,00-40,00											
200 Hs Solo x CdS	10	h 76,2,6 18,29 - 18,29 - 17,10														
200 Hs	5	h 68,6 20,00 - 35,00-40,00														
2000 sp	18+5	h 76,2														

PARTECIPAZIONE ALLE GARE

Gli atleti per partecipare devono essere in possesso di TESSERA FEDERALE (quando non ancora rilasciata basta la ricevuta di AVVENUTO TESSERAMENTO anche in fotocopia rilasciata dalla procedura informatica on-line).

Il *controllo della tessera* va fatto alla Conferma Iscrizioni (o all'Addetto ai Concorrenti e/o Giuria).

Abolizione della “Dichiarazione di avvenuto tesseramento, con relativa ammenda di € 5” in caso di mancata presentazione della tessera federale. O si è tesserati (dimostrato da Sigma, dalla tessera o dal documento sostitutivo) o non si gareggia. Se la gestione delle operazioni di iscrizione sia effettuata da una segreteria informatizzata “SIGMA FIDAL” ufficiale, il controllo viene effettuato automaticamente dal sistema e quindi non è necessaria la presentazione della tessera all'addetto ai concorrenti se non eventualmente per accertarne l'identità.

Il *controllo dell'identità*, tramite documento o certificato sostitutivo, potrà essere fatto al termine di ogni singola gara. In mancanza di documento un Dirigente, o l'Atleta se maggiorenne, rilascerà apposita dichiarazione di identità (autocertificazione), se minorenni tramite l'autocertificazione di chi ne esercita la patria potestà, senza pagare alcuna ammenda.

In caso di accertata falsa dichiarazione sarà annullato il risultato e l'atleta e/o il dirigente sarà deferito alla Commissione Disciplinare.

Nelle Manifestazioni incluse nei calendari regionali e provinciali possono partecipare gli atleti/e tesserati in ambito regionale per gli Enti di Promozione Sportiva, nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL.

Non è consentita la partecipazione di atleti/e “fuori classifica” e di atleti/e “fuori regione” nelle Fasi Regionali dei Campionati di Società se non diversamente descritto nel Regolamento della manifestazione.

Si possono iscrivere atleti, fino a 60' prima dell'inizio di ogni singola gara, previo il pagamento di una ammenda di 5 € per atleta più la tassa di iscrizione.

Dal 2015 è stata introdotta la Run Card per i non tesserati per le gare no stadia

LIMITAZIONI (Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti)

Se/Pro/Ju/All Massimo due gare individuali o una gara individuale più una staffetta per giornata.

Tre gare per specialisti prove multiple (maschi accreditati di 6500 punti nel decathlon e femmine accreditate di 4500 punti nell' eptathlon – esclusi i Campionati Federali)

Gli atleti che partecipano ad una gara (stadia o no stadia) superiore od uguale ai m. 1000, possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia o frazioni di staffetta, superiori ai m. 400.

Non è consentita la partecipazione di atleti "fuori classifica" ai Campionati Federali Nazionali, salvo autorizzazione della Segreteria Federale - Area Organizzazione per gli atleti dell' "Atletica Elite Club" e di interesse per le Squadre Nazionali, su indicazione della Direzione Tecnica Federale.

Queste norme di partecipazione per le **Manifestazioni su Pista (indoor-outdoor)**

Manifestazioni Provinciali/Regionali

- atleti italiani e stranieri tesserati per tutte le società affiliate alla Fidal
- atleti italiani (cat. E-R-C) tesserati per gli Enti di Promozione convenzionati Fidal

Manifestazioni Nazionali

- atleti italiani e stranieri tesserati per tutte le società affiliate alla Fidal

Manifestazioni Internazionali

- atleti italiani e stranieri tesserati per società affiliata alla Fidal o Federazioni Membro IAAF

Manifestazioni NON-STADIA (escluso Campionati Federali Nazionali, Regionali e Provinciali):

Manifestazioni Provinciali/Regionali/Nazionali

- atleti italiani e stranieri tesserati per tutte le società affiliate alla Fidal
- atleti italiani e stranieri tesserati per gli Enti di Promozione convenzionati tramite tessera EPS
- atleti italiani e stranieri tesserati per gli Enti di Promozione convenzionati tramite “Runcard EPS”
- atleti italiani e stranieri in possesso della apposita “RUNCARD” rilasciata direttamente dalla Fidal. La partecipazione è subordinata alla presentazione di un certificato medico d’idoneità agonistica specifico per l’atletica leggera in corso di validità in Italia.

Manifestazioni Internazionali

- atleti italiani e stranieri tesserati per società affiliate alla Fidal o Federazioni Membro IAAF;
- atleti italiani e stranieri tesserati per gli Enti di Promozione convenzionati tramite “Runcard EPS”
- atleti italiani e stranieri in possesso della “RUNCARD” rilasciata direttamente dalla Fidal. La partecipazione è subordinata alla presentazione di un certificato medico d’idoneità agonistica specifico per l’atletica leggera in corso di validità in Italia.

Tipologia Runcard e la possibilità di partecipazione alle gare. (runcard rilasciata ai 20anni)

“RUNCARD”-“RUNCARD EPS”: valide per partecipare a gare agonistiche di corsa su strada, cross, montagna e trail.

“MOUNTAIN AND TRAIL RUNCARD”: valida per partecipare a gare agonistiche di corsa in montagna e trail.

“RUNCARD NORDIC WALKING”: valida per partecipare a gare agonistiche di Nordic Walking.

“RUNCARD FITWALKING”: valida per partecipare ad attività non agonistica di Fitwalking.

In occasione dei Campionati di Società ed Individuali gli atleti non possono partecipare a manifestazioni che si svolgono in Regioni diverse da quella di appartenenza societaria.

Gli **Atleti Stranieri** appartenenti alle categorie **All-Ju-Pro-Sen e Master non possono partecipare** allorché sia in palio un **titolo individuale nazionale**. (Specifiche deroghe ai Campionati regionali e/provinciali con l’esclusione comunque di concorrere per l’assegnazione del titolo - vedi Norme attività punto 4)

Gli **Atleti Stranieri** appartenenti alle categorie **C.ti/R.zi possono** partecipare ai Campionati individuali e **concorrono all’assegnazione del titolo**.

Alle varie fasi di tutti i CdS (ad eccezione dei CdS Assoluto, della Coppa Italia su pista) possono essere iscritti e partecipare un numero illimitato di atleti stranieri regolarmente tesserati per società italiane. (Vedi modalità previste nelle Norme attività 2019 punto 3 e punto 4)

Gli Atleti provenienti da fuori Regione, per partecipare a gare nel Veneto (organizzate dal C.R.V. o dai C.P. della Regione), **devono versare la Quota di Adesione ove prevista dai singoli regolamenti**.

Gli **atleti stranieri** delle Categorie **Allievi / Cadetti / Ragazzi possono partecipare** alle **Manifestazioni Provinciali e Regionali** anche se tesserati per Società di altre Regioni.

Gli **atleti Esordienti, Ragazzi e Cadetti** (maschile e femminile) possono essere tesserati FIDAL ma anche iscritti ai **Centri di Addestramento del CONI**, agli **Enti di Promozione Sportiva** o agli **Istituti scolastici** aderenti all’attività promozionale della FIDAL.

Gli atleti tesserati per gli Enti di Promozione dovranno esibire la tessera del loro Ente mentre quelli dei Centri Coni o delle Scuole dovranno presentare un documento rilasciato dai rispettivi Centri o Scuole riportanti i dati anagrafici.

I **Ragazzi**, in chiave promozionale, possono effettuare gare di giavellotto da gr 300/400, su richiesta del CRV e previa autorizzazione del Settore tecnico.

Nelle prove multiple dei **Cadetti**, il **CRV**, per motivi organizzativi, ha la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.

Gli **Allievi** non possono partecipare a corse superiori a 10 km

Gli **Juniores** non possono partecipare a corse superiore alla ½ Maratona (km 21,097)

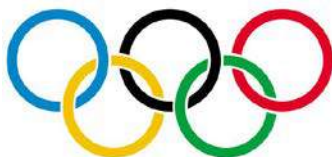
I minimi di partecipazione ai Campionati Italiani Individuali Assoluti, Promesse, Juniores e Allievi devono essere conseguiti in manifestazioni regolarmente inserite nei calendario provinciali, regionali, nazionali ed internazionali delle Federazioni affiliate alla IAAF.

Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti regionale, provinciale e/o per manifestazione:

<i>Allievi, Juniores, Promesse, Seniores</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Massimo due gare per giornata Gli atleti iscritti a gare di marcia, corsa o frazione di staffetta superiore o uguale ai m 1000 non possono partecipare ad altre gare di corsa superiore ai m 400 nella stessa giornata solare
<i>Cadetti</i>	<ul style="list-style-type: none"> - E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate oltre a quelle con suola di gomma
<i>Cadetti/Ragazzi/Esordienti</i>	<ul style="list-style-type: none"> - All'attività possono partecipare con classifiche uniche: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Atleti Fidal ➤ Alunni delle scuole aderenti ai Gruppi sportivi studenteschi o affiliati alla FIDAL ➤ Atleti tesserati per gli Enti di promozione Sportiva: come da convenzioni ➤ Atleti iscritti ai CAS
<i>Cadetti</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Gare di corsa a Serie - Salti in estensione e Lanci 4 Prove - Salti in elevazione massimo 3 prove per ciascuna misura - Gli atleti iscritti alle gare di marcia o corsa superiore ai 1000 m compresi, non possono partecipare ad altre gare di corsa superiori ai 400 m. (nel Veneto m. 200) nella stessa giornata - Massimo due gare per Manifestazione - <u>Nei concorsi dei Campionati Individuali Naz.li, Reg.li e Prov.li</u> sono previste 3 prove eliminatorie e 3 di finale alle quali sono ammessi i primi 8 (otto) atleti - Possono gareggiare con scarpe specialistiche munite di chiodi metallici - Alle gare di marcia si applica la Pit Line Rule
<i>Ragazzi</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Devono gareggiare con scarpe di gomma o altro materiale simile prive di appigli particolari; non possono usare scarpe specialistiche cui sono stati tolti i chiodi metallici. - Maschi e Femmine possono gareggiare insieme, con classifiche separate - Salti in estensione e Lanci 3 prove - Alto 2 prove per ciascuna misura (comprese le prove multiple) - Alle gare di marcia si applica la Pit Lane Rule (No nel Veneto)
<i>Esordienti</i> (Vedi Norme attività esordienti 2019 e Regolamento attività promozionale 2019 Veneto)	<ul style="list-style-type: none"> - Attività regolamentata a livello Regionale e/o Provinciale - Per tutte le corse partenza in piedi - Salto in lungo e lanci 2 o 3 prove – (vedi Regolamento) - Salto in alto 2 tentativi per ciascuna misura - Salto un lungo con battuta libera in area delimitata di 1m x 1,22m, distante dalla buca da m. 0,50 a m 1,50 (il salto sarà misurato dal segno in questa area più vicino alla zona di caduta o dal bordo dell'area se l'atleta stacca prima)

Si ricorda che è sempre in vigore la Delibera del Consiglio Federale, di non applicare la norma IAAF sulle "false partenze" per le categorie Cadetti-Ragazzi-Esordienti.

Pertanto per le suddette categorie, compreso la categoria Master, si applica la norma precedente.



PARTECIPAZIONE ATLETI FUORI CLASSIFICA O FUORI PUNTEGGIO

- Se ammessa:
- Risultati in calce alla classifica.
 - Nelle gare di corsa se possibile serie extra, altrimenti solo 1° turno.
 - Salti in estensione e lanci: fase eliminatoria e, se aventi diritto, 3 prove in aggiunta ai finalisti.
 - Salti in elevazione e gare in linea: nessun limite.

MAGLIA SOCIALE

Deve essere indossata da All/Ju/Pro/Se/Master in ogni fase di **tutte le manifestazioni** (applicabili alla società per ogni atleta). **La mancanza comporta un'ammenda di € 100.**

TEMPO MASSIMO

Corsa in montagna: Salvo diversa specifica regolamentare, il tempo massimo in tutte le gare assolute e giovanile è dato dal doppio del tempo ottenuto dal primo classificato di ogni categoria.

(Norme per l'organizzazione delle manifestazioni Art. 27 § 6.5)

Corsa/ Marcia su strada: solo se espressamente previsto dal Regolamento della Gara



INTERVALLI MINIMI TRA UN TURNO E IL SUCCESSIVO

Fino a 200 metri	45'
oltre 200 metri e fino a 1.000 metri	90'
Oltre 1.000 metri	non nella stessa giornata
Gare Giovanili	tra gara individuale e staffetta minimo 60'



RECLAMI (vanno presentati per iscritto accompagnati dalle rispettive tasse - vedi Vademecum attività 2019)

Per Reclami in seconda istanza

Per Gare Internazionali e Nazionali € 100

Per Gare Regionali, Provinciali e Locali € 50

Se concernenti il diritto di un Atleta, o di una Società, a partecipare ad una gara o ad una Manifestazione:

- nelle Manifestazioni Nazionali o Internazionali prima dell'inizio della Manifestazione (al Delegato tecnico)
- nelle Gare con iscrizione in campo entro 30' dall'annuncio dei risultati (al GA)



Se inerenti Classifiche di Società (vedi Vademecum attività 2019):

entro e non oltre le 24 ore del giorno successivo allo svolgimento della manifestazione, o in caso di recupero, entro 1 ora dalla comunicazione ufficiale al Comitato Regionale Veneto e per conoscenza alla Segreteria Federale.

Se si riferiscono allo svolgimento o al risultato di una gara (vedi regola 146 del R.T.I.):

Può essere sufficiente una **contestazione verbale** da parte dell'atleta (atto non ufficiale) in seguito alla quale l'Arbitro può decidere di misurare una prova inizialmente data come nulla ed il cui giudizio è l'oggetto della contestazione.

Un eventuale **reclamo in forma orale** va presentato in modo ufficiale da parte di un atleta, di un tecnico o di un dirigente di società. L'Arbitro della Giuria dovrà avvertire la Giuria d'Appello dell'avvenuto reclamo e della risposta data.

Un eventuale **Ricorso in seconda istanza, avverso ad una decisione precedente**, Va sempre presentato al *Giudice d'Appello* o alla *Giuria d'Appello*, tramite il *TIC*, per iscritto entro 30' dalla comunicazione ufficiale della risposta al reclamo in prima istanza o della rettifica di un risultato.

La risposta al Ricorso deve sempre essere motivata per iscritto.



NB: In caso di accoglimento del Ricorso la tassa va restituita

RAFFRONTO TRA TEMPI MANUALI ED ELETTRICI (per predisporre batterie o serie)

Al cronometraggio manuale:

- nelle gare dai metri 60 ai 200 piani o con ostacoli all'aperto o indoor
aggiungere 24 centesimi (es. 10"7 = 10"94)
- nelle gare dai metri 400 piani o con ostacoli all'aperto o indoor
aggiungere 14 centesimi (es. 49"5 = 49"64)
- nelle gare dai metri 500 in su all'aperto o indoor
aggiungere uno zero dopo la cifra dei decimi
(es. 1'50"6 = 1'50"60)

REDAZIONE RISULTATI MANIFESTAZIONI

INTESTAZIONE: Denominazione della gara
Località Data
Organizzata da
Campo di gara
Tipo di cronometraggio
Condizioni atmosferiche
Elaborazioni dati a cura



- Tenere separati i risultati maschili dai femminili
- Tenere separati i risultati dell'Area Agonistica da quelli dell'Area Promozionale
- A fianco dell'indicazione della gara evidenziare la categoria
- Indicare cognome - nome - ultime due cifre dell'anno di nascita - società - risultato - punteggio ed eventuale primato
- In calce ai risultati delle corse e della marcia indicare anche gli atleti **ritirati**, **squalificati** (con motivazione) e **arrivati fuori tempo massimo**
- Per gli 800 metri indicare il passaggio del 1° ai m. 400
- Per i 1.200 metri indicare il passaggio del 1° ai m. 400 - 800 - 1000
- Per i 1.500 metri indicare i passaggi del 1° ai m. 400 - m. 800 - m. 1.000 - m. 1.200
- Per i 2.000 metri indicare i passaggi del 1° ai m. 400 - m. 800 - m. 1.000 - m. 1.200 - m. 1.600
- Oltre i 2.000 metri indicare i passaggi del 1° ad ogni Km
- Con cronometraggio manuale indicare, per le gare in pista, il tempo arrotondato al decimo superiore; per le gare su strada arrotondare al secondo intero superiore
- Con cronometraggio elettrico completamente automatico nelle gare su pista: fino ai 10.000 indicare il tempo in centesimi; oltre i 10.000 indicarlo in decimi superiori; su strada arrotondare il tempo al secondo intero superiore
- Fino ai 200 metri indicare sempre la velocità del vento
- Per lungo e triplo indicare la velocità del vento sotto la misura di ogni prova di ciascun atleta
- Nei concorsi trascrivere sotto il cognome e nome dei finalisti la serie degli otto (sei) lanci o salti
- In calce alla classifica dei salti in elevazione riportare lo schema della gara almeno dei primi otto (sei) classificati - in sostanza riscrivere lo sviluppo di tutti i salti dei primi 8 (sei)

Alla fine dei risultati riportare le eventuali classifiche di squadra

- Indicare l'orario di inizio e di chiusura della Manifestazione
- Indicare i valori della temperatura iniziale e finale
- Indicare cognome e nome dei componenti la Giuria d'Appello

Copia del risultato di ogni singola gara dovrà essere esposto, nel più breve tempo possibile, a cura della Segreteria, con indicata l'ora di esposizione.

Oppure diverse postazioni con monitor Full screen assolvono questo compito



Touch screen digital signage



Clas. Pett.	Atleta	Anno Cat.	Società	Prestazione	Punti
1	46 VALENTINI Carlo	2001 RM	VR795 G.S.D. G. BIASINI ILLASI	3:01.04	815
2	45 ZARANELLA Filippo	2001 RM	TV393 ATLETICA S. LUCIA DI PIAVE	3:10.79	671
3	29 OLIVOTTO Luca	2001 RM	BL042 POLISPORTIVA VODO DI CADORE	3:17.64	582
4	44 YING Jun Jie	2001 RM	TV393 ATLETICA S. LUCIA DI PIAVE	3:18.31	574
5	15 MENEGHEL Marco	2001 RM	TV379 ATL. SERIAGLIA MOB. VILLANOVA	3:20.91	542
6	36 MUNEROTTO Lorenzo	2001 RM	TV360 NUOVA ATLETICA RONCADE	3:21.55	535
7	16 MASIERO Riccardo Lorenz	2001 RM	VR762 ATL. VERONA U.S. PINDEMONTE	3:27.60	464
8	35 MARIOTTO Stefano	2001 RM	TV341 ATLETICA SILCA CONEGLIANO	3:32.45	410
9	32 LIUO Fabio	2001 RM	HU298 KHUUSIUM TEAM A.S.D.	3:32.41	381
10	38 DA RE Nicola	2002 RM	TV377 I.N.A.T.L.S. GIACOMO BANCA D/MARCA	3:35.98	373
11	34 TOZZATO Francesco	2002 RM	TV338 ATLETICA MOGLIANO	3:36.36	369
12	43 SESSOLO	2001 RM	TV393 ATLETICA S. LUCIA DI PIAVE	3:39.34	349

Regolamentazione Marcia

La IAAF ha deciso che, a partire dal 2014, tutte le gare a livello nazionale di Marcia per gli atleti under 16 siano giudicate, per quanto sia possibile, con la Regola della **Zona di penalizzazione**.

Queste linee guida si riferiscono a gare su pista (o su strada) per le distanze di 5000m o 10.000m .

Allestimento della Penalty Zone (per le gare su pista – vedi esempio sotto allegato)

- Deve essere posta nel rettilineo finale, nelle corsie dalla 5 alla 7, circa all'altezza dei 80m dalla linea di partenza/arrivo di fronte al Tabellone delle Proposte di Squalifica.
- Deve avere un'entrata e un'uscita dalla parte opposta e la superficie dell'area deve essere sufficiente a contenere cinque atleti nello stesso momento (circa 10 m²).
- Piccole barriere o coni devono essere usati per la delimitazione della Pit Lane Area.
- Gli atleti sono liberi di fermarsi o di continuare a muoversi all'interno dell'area di penalità, tuttavia non ci potranno essere delle panche e non avranno la possibilità di avere accesso a rifornimenti, bevande, spugnaggi o qualsiasi altro genere di assistenza.
- Per le gare su strada l'allestimento deve essere simile, ma compatibile con gli spazi esistenti in loco.

Un Giudice responsabile del controllo ed affiancato da un cronometrista (giudice o addetto specifico) regolerà il funzionamento dell'area.

Quando un atleta riceve 3 proposte di squalifica, egli sarà avvisato e quindi fermato al primo passaggio possibile nella **Penalty Zone**. A seconda della distanza della gara, saranno utilizzati i seguenti tempi delle penalizzazioni:

- Gare fino a 5 km inclusi: **30 secondi**
- Gare fino a 10 km inclusi: **1 minuto**
- Gare fino a 20 km inclusi: **2 minuti**
- Gare fino a 30 km inclusi: **3 minuti**
- Gare fino a 40 km inclusi: **4 minuti**
- Gare fino a 50 km inclusi: **5 minuti**

Trascorso il tempo della penalizzazione, l'atleta riprenderà la gara su indicazione del Giudice addetto o del cronometrista.



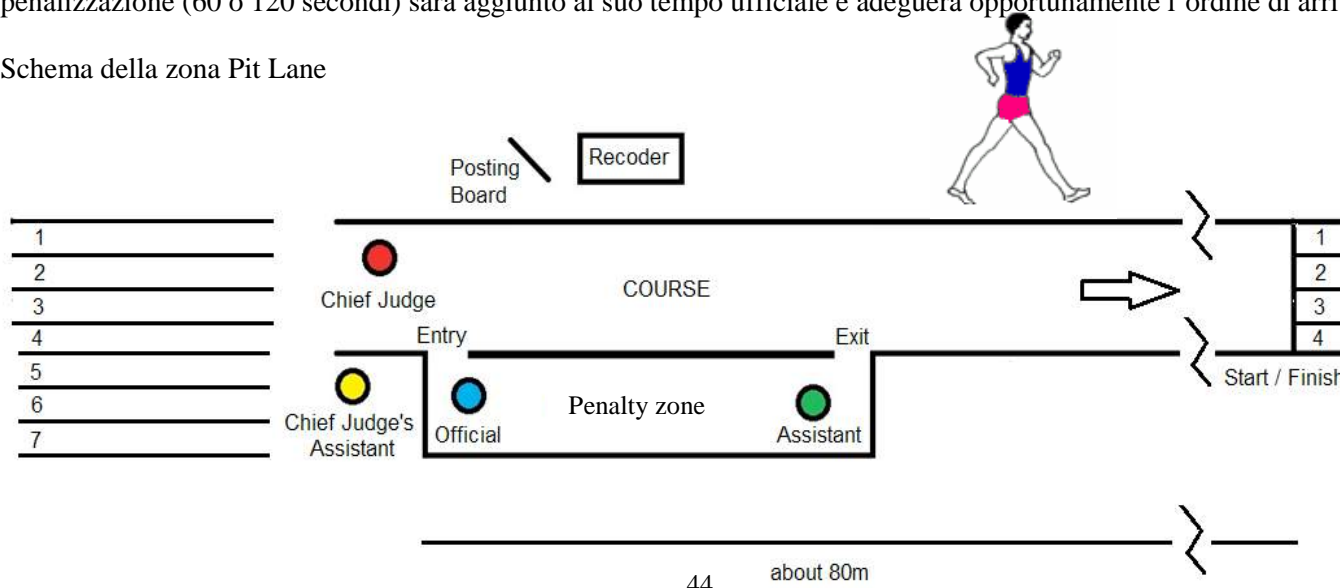
L'atleta non sarà giudicato nella Penalty Zone.

Se l'atleta riceve ulteriori(e) proposte(a) di squalifica (da parte dei Giudici che non ne abbiano inviato una prima), egli viene allora squalificato.

Se un atleta riceve 4 o più proposte di squalifica prima di essere fermato nella Penalty Area, l'atleta viene immediatamente squalificato.

Se un atleta riceve la terza proposta di squalifica nell'ultima parte della gara e non è possibile per il Giudice Capo o per il suo Assistente notificargli che deve fermarsi nella Penalty Zone, l'atleta terminerà la gara ma il tempo di penalizzazione (60 o 120 secondi) sarà aggiunto al suo tempo ufficiale e adeguerà opportunamente l'ordine di arrivo.

Schema della zona Pit Lane



Allestimento della Penalty Zone (per le gare in pista)- Zona di Penalizzazione



Esempi pratici per la realizzazione della Penalty Zone:



Regolamento per le gare di Marcia del Settore Promozionale (in uso nel Veneto)

Tutte le gare di Marcia saranno controllate secondo le norme di seguito esposte:

- **Categoria Ragazzi/e:** di livello **provinciale e regionale** il Giudice o la Giuria Marcia applicherà le seguenti norme:
 - ◆ **1° - 2° e 3° Richiamo:** saranno comunicati all'atleta con una paletta in uso dai Giudici di Marcia
 - ◆ **Il 3° Richiamo** comporterà una penalizzazione di **30"**
 - ◆ Gli atleti palesemente scorretti potranno essere squalificati al termine della gara. Sarà compito del Giudice o della Giuria Marcia annotare i richiami comminati agli atleti e comunicarli alla Giuria Corse al termine della gara, per consentire alla stessa di stilare la classifica corretta.
- **Categoria Cadetti/e:** tutte le gare di Marcia di livello **provinciale e regionale (istituzionali e non istituzionali)** saranno controllate da Giudici secondo la **Regola 230 del RTI**.



Dato che le gare di Marcia della categoria Ragazzi/e e della categoria Cadetti/e sono regolamentate in modo diverso, **non è consentita in ogni caso la partecipazione contemporanea di atleti delle due Categorie.**

PRIMATI e MIGLIORI PRESTAZIONI

La **FIDAL** considera attualmente come **PRIMATI ITALIANI** solo quelli relativi alle gare per l'attività all'aperto e Indoor delle categorie **ASSOLUTA e JUNIORES**, previste dalle regole del RTI 261, 262, 263 e 264 e, per le sole categorie **ASSOLUTA e JUNIORES**.

Per l'intero programma gare (indoor e all'aperto) delle categorie rimanenti (**ALLIEVI, CADETTI, ecc.**) nonché per le gare, della categoria **ASSOLUTA e JUNIORES**, non contemplate nelle citate regole si parla di **MIGLIORI PRESTAZIONI**.

Nel caso sia conseguita una '**MIGLIORE PRESTAZIONE**' da un atleta, o da una staffetta, il Presidente della Giuria d'Appello deve provvedere che sia compilato l'apposito modulo (**mod. 24**) ed allegare copia del risultato della gara ed eventualmente, per le corse, copia dell'immagine al Photofinish dell'arrivo e del referto anemometrico (ove previsto). **NON E' RICHIESTO ALCUN TEST ANTIDOPING.**

La IAAF riconosce **le migliori prestazioni mondiali su strada**, Regole 240 e 260 § 28, purchè un certo numero di criteri vengano rispettati (misurazione ufficiale del percorso, dislivello – 1 m x Km, ecc).

Nessuna miglior prestazione mondiale verrà ratificata a meno che l'atleta non abbia avuto un controllo antidoping il giorno della gara.

Nel caso sia conseguito un primato (Mondiale, Europeo o Nazionale) da un atleta, o da una staffetta, il Delegato Tecnico (Direttore di Gara per le manifestazioni internazionali) o il Fiduciario GGG competente deve:

a) **Avvertire l'atleta interessato che, per la validità del record, è necessario si sottoponga ad un controllo anti-doping.** Se c'è la disponibilità del materiale occorrente e vi è un Medico Sportivo presente tale controllo antidoping può essere effettuato immediatamente.

Mancando queste disponibilità il G.A. avvertirà l'atleta che il controllo andrà fatto il giorno successivo previo accordo con i responsabili in Regione del Servizio Anti-doping. (Riferimento signor Miotti Pierangelo cell. 349-2193281 oppure il Fiduciario GGG regionale signor Chierici Emanuele cell. 347-5963488)

b) **Inviare all'Ufficio Centrale GGG:**

il Verbale del primato unitamente a:

- Modulo ufficiale debitamente compilato in ogni sua parte
- Programma stampato della Manifestazione
- Risultati completi, con allegato il foglio gara, nel caso di primato in un concorso
- Il bollettino anemometrico, quando previsto
- Immagine dell'arrivo al Photofinish che consenta di rilevare atleta e tempo record, in caso di primato di corsa, ove fosse stata in funzione l'apparecchiatura di cronometraggio elettrico completamente automatico (obbligatorio per le corse fino ai 400 metri compresi) o il bollettino dei Cronometristi in caso di cronometraggio manuale (gare dai metri 800 in poi)
- Copia del modulo di convocazione al controllo antidoping.

Vedi Circolare **Prot. 4593 LV/mcs del 22/04/2015**

Nota bene

Si ribadisce che devono essere redatti verbali solo per le gare comprese negli elenchi di cui alle regole 261 – 262 - 263 e 264 del R.T.I. e per le sole categorie di competenza.



ALTRE MANIFESTAZIONI

Art. 53 - TRAIL RUNNING da "Norme per l'organizzazione delle manifestazioni" edizione 2019

Definizione

Le competizioni di **trail running** si svolgono in ambiente naturale, in spazi aperti quali montagne, deserti, foreste o pianure e su diverse tipologie di terreno, incluse strade sterrate, prati e sentieri.

Sono ammessi tratti di strada asfaltata o cementata, ma devono essere quanto più possibile limitati e in ogni caso non dovrebbero superare il 20% del totale della distanza di gara. Non sono previsti limiti di distanza o di dislivello, positivo e negativo.

Sono eccezionalmente ammessi percorsi con una percentuale di superficie asfaltata o cementata superiore, qualora necessaria per raccordare tratti naturali significativi a partire da contesti urbani; in tal caso la manifestazione sarà denominata "**Urban Trail**".

Il percorso deve esser segnalato in modo non invasivo e rispettoso dell'ambiente, ma sufficiente a consentire agli atleti di completarlo senza errori o deviazioni.

Equipaggiamento/Attrezzatura

Il **trail running** non prevede l'uso di una particolare tecnica esecutiva.

In base alle caratteristiche tecniche e ambientali della gara, il Comitato Organizzatore può tuttavia rendere obbligatorio o raccomandare l'utilizzo di attrezzatura o materiale specifico che consenta all'atleta di evitare una situazione di disagio o, in caso di infortunio, di attendere in sicurezza l'arrivo dei soccorsi.

In linea generale, un telo termico o una giacca antipioggia/antivento, un telefono cellulare, un fischietto, una riserva idrica e alimentare sono gli elementi minimi che ogni atleta dovrebbe portare con sé durante la gara. In ogni caso devono essere rispettate le indicazioni contenute a tal proposito nel regolamento della manifestazione.

Se non espressamente vietato dal singolo regolamento di gara, gli atleti possono utilizzare bastoncini da trekking.

Sicurezza e Assistenza

Il Comitato Organizzatore attiva tutte le procedure per garantire la sicurezza di atleti e ufficiali di gara e predisporre uno specifico piano per la loro sicurezza, assistenza e soccorso, che preveda anche i mezzi necessari a tali fini.

L'atleta che partecipa ad una competizione di **trail running** deve in ogni caso essere pienamente consapevole del contesto ambientale in cui la stessa si svolge e delle difficoltà tecniche del tracciato di gara. L'atleta deve essere altresì edotto che la competizione si svolge in ambiente **non protetto** e che le procedure di sicurezza possono diminuire il rischio, ma non eliminarlo in assoluto. Di tali condizioni l'Organizzazione deve ampiamente informare i concorrenti.

Durante lo svolgimento della gara, possono essere previste valutazioni mediche da parte dello staff sanitario ufficiale. Se lo staff sanitario ufficiale lo ritiene necessario, l'atleta deve ritirarsi immediatamente.

Stazioni di assistenza

Le competizioni di **trail running** si svolgono prevalentemente in regime di autosufficienza, dunque nei tratti di gara che separano le varie stazioni di assistenza predisposte lungo il percorso ogni atleta **deve provvedere autonomamente ad abbigliamento, comunicazioni, integrazione idrica e alimentare.**

L'atleta è tenuto a rispettare il Codice della strada nei tratti asfaltati e negli incroci con strade aperte al traffico.

Distanze - TRAIL CORTO e LUNGO: In base alla tipologia della manifestazione, vedi Vademecum 2019 e RTI Regola 251 modificata (circolare 1056 del 06.02-2019)

Art. 54 – ULTRAMARATONA da "Norme per l'organizzazione delle manifestazioni" edizione 2019

DEFINIZIONI

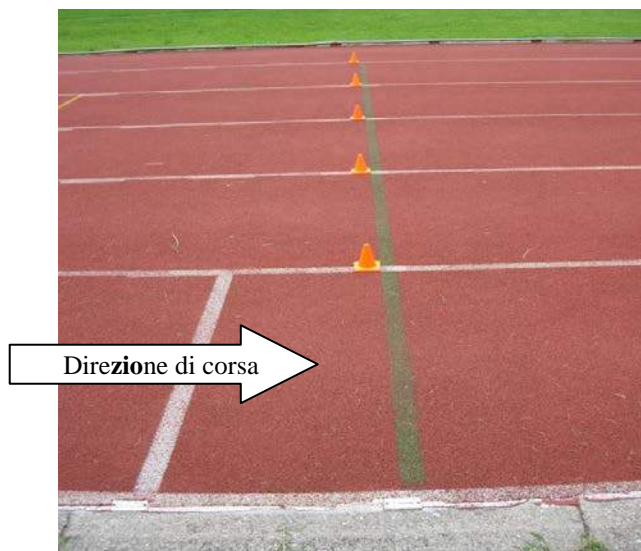
L'**ultramaratona** comprende esclusivamente le distanze superiori alla maratona e così pure le specialità di durata dalle 6 ore ed oltre.

La distanza di accesso in classifica di tutte le gare di Ultramaratona a tempo (6, 12, 24, 48 ore, 6 giorni, ecc) deve essere superiore alla maratona.

I Parametri sono gli stessi delle gare di corsa diverse da maratona e mezza maratona.

- Le prestazioni degli atleti riportate sui moduli di iscrizione risultate palesemente non veritiere devono essere segnalate dal Delegato Tecnico o dal G.A. per gli opportuni provvedimenti disciplinari
- Gli strumenti per la sola videoregistrazione eventualmente usati dal GGG devono essere considerati semplici supporti tecnici del cronometraggio manuale. Non si devono considerare come cronometraggio elettrico
- L'Anemometro deve essere letto in metri per secondo arrotondati (per eccesso) al decimo superiore nella direzione positiva (es. + 2,03 = 2,1; - 2,03 = 2,0)
- La forza del vento e i suoi cambi di direzione **non sono elementi sufficienti per cambiare il luogo di gara o il verso della rincorsa in una pedana**, dopo che questa è iniziata
- Qualsiasi concorrente che faccia una falsa partenza sarà squalificato. **Nelle prove multiple è permessa solo una falsa partenza per ogni gara di corsa senza la squalifica dell'atleta che ha fatto la falsa partenza.** Qualsiasi atleta che effettui una ulteriore falsa partenza nella gara sarà squalificato. Dopo la prima falsa partenza tutti gli atleti vanno ammoniti con un cartellino giallo. *(Non applicabile alle categorie Esordienti M/F - Ragazzi/e - cadetti/e - e Master quando prendono parte a gare riservate esclusivamente alla propria categoria).*
- Qualsiasi documentazione video utilizzabile, anche non ufficiale, può essere presa in considerazione dall'Arbitro come elemento utile a pervenire ad una giusta decisione. *(Escluso Regola 230/1)*
- Quando è in funzione il cronometraggio elettrico completamente automatico (photofinish), prima dell'inizio delle gare la Giuria Partenze (o il Giudice di partenza) in collaborazione con i Cronometristi ed il Giudice Addetto al Photofinish, deve eseguire il "PUNTO ZERO".
- Se un atleta è iscritto contemporaneamente a due gare l'Arbitro responsabile può autorizzare l'atleta, per un solo turno alla volta, ad effettuare la sua prova in ordine diverso da quello stabilito **ma non nell'ultimo turno** (questo significa che l'atleta, se necessario, deve chiedere ogni volta il cambiamento dell'ordine di salto o lancio). **Tuttavia, se un atleta conseguentemente non è presente per la sua prova, ciò deve essere considerato come un "passo" una volta che il tempo concesso per la prova è trascorso (regola 142.3)**
- Nel **primo turno di tutte le gare di corsa** l'assegnazione delle corsie si deve effettuare tramite **sorteggio** tra tutti i partecipanti alla batteria o serie **(R.T.I. Regola 166.4)**
- Nei **turni successivi** le corsie verranno assegnate secondo un **sorteggio pilotato** che terrà conto dei piazzamenti ottenuti dagli atleti nei turni precedenti **(R.T.I. Regola 166.3 e 166.4):**
 - con pista a 8 corsie all'aperto le corsie 3-4-5-6 andranno sorteggiate tra gli atleti con i piazzeamenti migliori; le restanti corsie saranno sorteggiate tra gli altri atleti
 - con pista a 6 corsie all'aperto i migliori classificati andranno ad occupare, con sorteggio, le corsie 2-3-4-5; tra i rimanenti andranno sorteggiate le corsie 1-6
- Nelle **corse veloci** nel piazzare gli atleti nei turni successivi al primo si devono, in un primo tempo, classificare nel seguente ordine:
 - i primi classificati in ordine di tempo, poi i secondi, quindi i terzi e così via
 - a questo punto si suddividono, come al solito, a zig-zag
 - Negli **800 con due atleti per corsia**
 - la medesima corsia va assegnata ad atleti accreditati di prestazioni differenti secondo il criterio "miglior tempo - peggior tempo" abbinando (ad es. con 6 corsie) il 1° tempo al 7°, il 2° all'8° ecc. e ponendo l'atleta col tempo migliore all'interno della corsia
 - Nei Meeting è opportuno assegnare la stessa corsia ad atleti della *stessa società o nazione*
 - Se non tutte le corsie risultano occupate da due atleti si faranno gli abbinamenti ponendo in corsia, da soli, gli atleti con le migliori prestazioni
 - Dopo questi abbinamenti si procede col sorteggio delle corsie
 - Ove possibile, si preveda di *alternare le corsie con un solo atleta a quelle con due atleti per corsia*

- La linea di tangente (**D**) è segnata con una linea ad arco o retta sulla pista dopo la prima curva larga 5 cm che attraversi tutte le corsie tranne la prima.
- E' compito del Giudice dei controlli posizionare i conetti per l'individuazione del rientro alla corda dei concorrenti e di toglierli dopo il passaggio dei concorrenti. Le bandierine **non sono** obbligatorie.
- I conetti devono essere, preferibilmente, di colore diverso da quello della linea di tangente e delle corsie, inoltre **devono essere sistemati immediatamente prima dell'intersezione di ciascuna corsia.**



Nota: le bandierine alla tangente non sono obbligatorie!

- **Nelle corse** (per il passaggio al turno successivo) **se si verifica una parità:**
 - *se possibile* si ammettono tutti al turno successivo
 - *se il sistema Photofinish operante lo consente*, la parità sarà risolta prendendo in considerazione il tempo effettivo al 1/1.000 di secondo
 - *altrimenti* i concorrenti saranno invitati per effettuare un *sorteggio* tra le *batterie* o le *serie interessate* (con precedenza all'atleta meglio classificato nella batteria/serie sorteggiata)
La linea di tangente può essere una linea curva o una retta che attraversa tutte le corsie tranne la prima.
- In applicazione della regola 1424 del RTI, in tutte le competizioni, eccetto per i casi previsti al successivo, un atleta deve essere escluso dalla partecipazione a tutte le gare successive comprese quelle in cui partecipa contemporaneamente) della stessa competizione, staffette comprese, se:
 - a) è stata data conferma definitiva che l'atleta intende prendere parte ad una gara, ma poi non vi prende parte;
 - b) un atleta ha acquisito, in un turno preliminare, il diritto all'ulteriore partecipazione in una gara, ma, successivamente, non gareggia;
 - c) un atleta gareggia senza impegno reale (buona fede). L'Arbitro interessato deciderà in merito e di ciò deve essere fatta menzione nei risultati ufficiali.
- Un certificato medico, rilasciato dal medico della manifestazione, può essere considerata motivazione accettabile per stabilire che un atleta non è idoneo a gareggiare dopo la chiusura delle conferme o dopo aver gareggiato in un turno precedente, ma idoneo a gareggiare in ulteriori gare (ad eccezione delle gare individuali delle Prove Multiple) in programma il giorno successivo della competizione. Altre giustificazioni (ad esempio fattori indipendenti dal comportamento personali dell'atleta, come problemi sopraggiunti nel servizio di trasporto ufficiale) possono, dopo la conferma, essere ugualmente accettate dal Delegato Tecnico.
- L'identità degli atleti (ai soli fini della partecipazione alle gare) è garantita con il controllo della **tessera federale** oppure, in mancanza di quest'ultima, di uno dei seguenti documenti o altro documento legalmente



- Gli atleti delle categorie Allievi/Junior/Promesse/Senior devono presentarsi in Camera d'Appello muniti della maglia sociale, pena l'applicazione dell'ammenda prevista.
- **Un atleta sarà escluso dalla gara per la quale non è transitato in Camera d'Appello nell'orario specifico**, previsto nel Programma. Sarà evidenziato nei risultati come **DNS**. L'Arbitro deciderà su questo (compreso se l'atleta può gareggiare sotto reclamo se la decisione non può essere immediata). Ragioni giustificabili (fatti indipendenti da atleta, trasporti ufficiali, errore Programma) possono essere accettate dall'Arbitro e l'atleta verrà ammesso a gareggiare.
- In applicazione della regola 142/4 del RTI, in tutte le competizioni, eccetto per i casi previsti al successivo p. 7.6.1, un atleta deve essere escluso dalla partecipazione a tutte le gare successive (comprese quelle in cui partecipa contemporaneamente) della stessa competizione (staffette comprese), ad eccezione delle Prove Multiple, qualora:
 - a) è stata data conferma definitiva che l'atleta intende prendere parte ad una gara, ma poi non vi prende parte;
 - b) un atleta ha acquisito, in un turno preliminare, il diritto all'ulteriore partecipazione in una gara, ma, successivamente, non gareggia;
 - c) un atleta gareggia senza impegno reale (buona fede).
- L'Arbitro interessato deciderà in merito e di ciò deve essere fatta menzione nei risultati ufficiali.
- N.B.: la fattispecie prevista al punto c) non si applica alle gare individuali delle Prove Multiple.
- 7.6.1 Un certificato medico, rilasciato dal medico della manifestazione, può essere considerata motivazione accettabile per stabilire che un atleta non è idoneo a gareggiare dopo la chiusura delle conferme o dopo aver gareggiato in un turno precedente, ma idoneo a gareggiare in ulteriori gare (ad eccezione delle gare individuali delle Prove Multiple) in programma il giorno successivo della competizione. Altre giustificazioni (ad esempio fattori indipendenti dal comportamento personali dell'atleta, come problemi sopraggiunti nel servizio di trasporto ufficiale) possono, dopo la conferma, essere ugualmente accettate dal Delegato Tecnico.
- Si intende "classificato" l'atleta che viene inserito nella classifica della rispettiva gara con un risultato valido. Si considerano "non classificati" gli atleti ritirati, squalificati o che in tutte le prove a disposizione incorrono in altrettanti nulli
- GARE MISTE In tutte le manifestazioni provinciali, regionali e nazionali sono consentite gare miste tra uomini e donne: - in tutti i concorsi; - nelle gare di corsa e marcia su pista (su distanze uguali o superiori a m. 5000) e su strada; - nelle gare di corsa in montagna.
- In pista le gare miste possono essere effettuate solo se vi sia un insufficiente numero di concorrenti di uno od entrambi i sessi, tale da non giustificare lo svolgimento di gare separate. **Le gare miste in pista non possono, in alcun caso, essere condotte in modo tale da permettere ad atleti di un sesso di fare l'andatura o fornire assistenza ad atleti dell'altro sesso.**
- Primati Regionali e Nazionali in caso di Gare Miste:
 - a) Concorsi: omologazione dei Primati sia maschili che femminili.
 - b) Corsa e Marcia su Pista: i Primati sia maschili che femminili non verranno omologati.
 - c) Marcia su Strada: omologazione dei Primati sia maschili che femminili.
 - d) Corsa su Strada: i Primati maschili saranno omologati. Vi saranno inoltre 2 primati femminili: uno relativo alle corse miste ed uno relativo alle corse solo femminili.
 - e) Tutti i risultati (sia maschili che femminili) ottenuti in gare miste (pista e strada) sono validi ai fini delle graduatorie, dei minimi di partecipazione e delle Migliori Prestazioni Regionali e Nazionali



➤ **PROVE A DISPOSIZIONE NEI CONCORSI:**

- a) Per le categorie Allievi, Juniores, Promesse e Seniores m/f, nei lanci e nei salti in estensione (lungo e triplo) sono previste tre prove eliminatorie per ogni concorrente e 3 prove di finale alla quale accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie.
- b) Se gli atleti in gara sono otto o meno, a ciascun concorrente saranno concesse 6 prove, anche se qualcuno di essi è incorso in tre nulli nelle tre prove eliminatorie.
- c) Le tre prove di finale saranno effettuate nell'ordine inverso della classifica risultante dopo le prime tre prove.
- d) Per tutte le categorie (ad eccezione della categoria Esordienti) nei salti in elevazione (alto e asta), indipendentemente dall'altezza in cui ciascun fallo è avvenuto, tre falli consecutivi escludono da ulteriori tentativi, salvo nel caso di una parità per il primo posto.
- e) Per i concorsi delle Prove Multiple di tutte le categorie, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre (regola 200/9 del R.T.I.). Per alto ed asta si applica la regola 181/2 del R.T.I.
- f) Per la categoria Esordienti nei concorsi (lungo-vortex), sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre, mentre nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di due per ciascuna misura.
- g) Per la categoria Ragazzi nei concorsi (lungo-alto-peso-vortex), sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre, mentre nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura.
- h) Per la categoria Cadetti nei concorsi (lungo-triplo-peso-disco-martello-giavellotto) le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, mentre nell'alto e nell'asta le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura. Nei Campionati Individuali Italiani, Regionali e Provinciali nei concorsi (esclusi alto e asta dove si applica la norma su indicata) sono previste tre prove eliminatorie e tre prove di finale alle quali accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie. Nei concorsi delle Prove Multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre (esclusi alto e asta dove si applica la norma su indicata).
- i) Nelle gare riservate esclusivamente ai Master, nei lanci, nel lungo e nel triplo le prove a disposizione per ciascun atleta sono quattro (ad eccezione dei Campionati Italiani Individuali Indoor e Outdoor e Campionati Regionali Outdoor che si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni), per ciascuna fascia d'età. Nell'alto e nell'asta le prove a disposizione per ciascun atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura.

➤ **Qualora un Campionato Italiano Individuale valga anche come C.d.S. nei salti in elevazione non è consentita ad alcun atleta una misura inferiore a quella d'inizio prevista nella progressione stabilita dal Delegato Tecnico.**

- Si intende "**classificato**" l'atleta che viene inserito nella classifica della rispettiva gara con un risultato valido. Si considerano "**non classificati**" gli atleti ritirati, squalificati o che in tutte le prove a disposizione incorrono in altrettanti nulli.
- In tutte le manifestazioni valide per i campionati di Società ed Individuali Assoluti, Promesse, Juniores e Allievi è **obbligatoria sia la presenza del cronometraggio automatico che dell'anemometro**, mentre è opportuno che lo stesso avvenga anche per la categoria Cadetti e per tutte le altre manifestazioni del Settore Agonistico.
- Se in una gara di corsa l'atleta fa un immediato reclamo verbale contro l'assegnazione di una falsa partenza, l'Arbitro, a sua discrezione ed al fine di salvaguardare i diritti di tutti gli interessati, può permettere all'atleta di gareggiare "sub Judice". Tuttavia, una protesta in questo senso non può essere accettata se è in uso una apparecchiatura di rilevamento delle false partenze, tranne nel caso in cui l'Arbitro alle Corse ritenga inaffidabile la segnalazione dell'apparecchiatura di rilevazione delle false partenze. In tal caso l'Arbitro può accettare il reclamo e permettere all'atleta di gareggiare.
- Nelle manifestazioni che si svolgono in due o più giornate ciascun atleta può essere iscritto e partecipare al numero massimo di gare eventualmente previsto dallo specifico regolamento, fermo restando che per ogni giornata ciascun atleta può partecipare ad un massimo di due gare individuali o ad una gara individuale più una staffetta oppure a due staffette. Agli atleti iscritti ad un numero di gare superiore a quello consentito vengono depennate quelle eccedenti in ordine di orario. Qualora una gara si svolga in più turni la gara viene conteggiata una sola volta. Lo stesso criterio è adottato anche nel caso di spostamento della data di svolgimento di una gara.

- Gli atleti che partecipano ad una gara (stadia e non-stadia) di corsa o marcia superiore od uguale ai m.1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia, o frazioni di staffetta, superiori ai m. 400.
- Gli Allievi non possono partecipare a gare superiori ai km.10.
- Gli Juniores non possono partecipare a gare superiori alla ½ Maratona (km. 21,097).
- In pista le gare miste possono essere effettuate solo se vi sia un insufficiente numero di concorrenti di uno od entrambi i sessi, tale da non giustificare lo svolgimento di gare separate.
Le gare miste in pista non possono, in alcun caso, essere condotte in modo tale da permettere ad atleti di un sesso di fare l'andatura o fornire assistenza ad atleti dell'altro sesso.
- Primati Regionali e Nazionali in caso di Gare Miste:
 - Concorsi: omologazione dei Primati sia maschili che femminili.
 - Corsa e Marcia su Pista: i Primati sia maschili che femminili non verranno omologati.
- **Atleti “fuori classifica”**. In tutti i casi in cui è possibile la partecipazione alle gare di atleti “fuori classifica”, si deve osservare quanto segue:
 - a) **gare in corsia**: l'atleta o la squadra può prendere parte solo al primo turno. Se il numero degli atleti iscritti “fuori classifica” è piuttosto consistente, il Delegato Tecnico, tenute presenti le esigenze tecniche della manifestazione, prende in esame la possibilità di far disputare una o più serie extra;
 - b) **altre gare di corsa e marcia**: l'atleta o le squadre partecipa senza limitazioni, tenendo presente che, se il piazzamento (o il tempo) ottenuto gli consenta di disputare la finale (ove prevista) egli vi prende parte in aggiunta agli atleti aventi diritto;
 - c) **salti in elevazione**: l'atleta partecipa senza limitazioni;
 - d) **salti in estensione e lanci**: l'atleta effettua le prime tre prove e, ove la misura realizzata glielo consenta, effettua anche le altre prove di finale in aggiunta agli atleti aventi diritto.

I risultati devono essere specificati in calce alle classifiche delle singole gare e resi perciò omologabili a tutti gli effetti.

- Un atleta disabile può partecipare ad una qualsiasi gara solo se è in grado di compiere il gesto atletico in piena armonia, senza l'ausilio di persone o strumenti, la cui presenza deve essere considerata “assistenza” e quindi **non permessa** (Regola 144). E' consentito invece l'accompagnamento in pedana o sulla linea di partenza, prima dell'inizio della prova.
- In tutte le manifestazioni provinciali, regionali e nazionali sono consentite gare miste tra uomini e donne:
 - In tutti concorsi;
 - nelle gare di corsa e marcia su pista (su distanze uguali o superiori a m. 5000) e su strada;
 - nelle gare di corsa in montagna.
- Eventuali Primati (regionali e/o Nazionali) ottenuti in gare miste (ad esclusione dei concorsi) non verranno omologati.
- Tutti i risultati ottenuti in gare miste (pista e strada) sono validi ai fini delle graduatorie, dei minimi di partecipazione e delle migliori prestazioni Regionali e Nazionali.
- Non devono essere considerate miste le gare che si svolgono contemporaneamente, ma su corsie distinte 1-5 per impianto a 8 corsie , 1 - 4 per impianto a 6 corsie. Disposizioni applicative 2015 Regola 147.
- In presenza di un solo numero consegnato agli atleti, questo deve essere posizionato sul petto, ad eccezione dei salti in elevazione nei quali l'atleta è libero di posizionarlo sul petto o sul dorso.
- I numeri laterali devono essere applicati dal lato in cui è posizionato lo strumento di rilevazione degli arrivi, spostati verso il retro.
- I concorrenti possono gareggiare a piedi nudi oppure con uno o ambedue i piedi calzati.

- L'Arbitro ha la facoltà di sospendere temporaneamente lo svolgimento di una gara e proporre al Delegato Tecnico o al Direttore di Riunione (quando il caso) l'eventuale annullamento, rinvio o ripetizione della gara stessa. Alcuni chiarimenti:
 - a) nel caso in cui viene deciso il **rinvio** della gara, alla gara di recupero verranno ammessi gli atleti che hanno preso parte alla gara rinviata; se non iniziata, quelli validamente confermati e presenti all'ora d'inizio originariamente prevista;
 - b) se rinviata in precedenza, quelli regolarmente iscritti alla gara;
 - c) qualora un concorso venga interrotto e rinviato, a turno non completato, la gara sarà ripresa dall'inizio del turno stesso;
 - d) nel caso di ripresa di una gara **sospesa**, sono ammessi solo gli atleti rimasti al momento della sospensione, dal punto in cui era stata interrotta;
 - e) nel caso di ripetizione di una gara **annullata**, verranno ammessi a gareggiare gli atleti che hanno partecipato alla gara annullata, salvo quelli eventualmente squalificati.

Nel caso di spostamento di una gara al giorno successivo o data diversa, si raccomanda di verbalizzare l'accordo delle Società interessate e l'elenco degli atleti aventi diritto a parteciparvi.

- Qualora una gara si svolga in più turni nella stessa giornata, la gara viene conteggiata una sola volta.
- Per tutte le gare su pista fino ai metri 800, il cronometraggio deve essere completamente automatico.
- I risultati ottenuti con vento superiore ai 2 m/s (compresi quelli conseguiti senza riscontro anemometrico) non sono validi ai fini delle graduatorie delle categorie Seniores, Promesse, Juniores e Allievi.
- Nelle **gare su pista di 5 o più Km**, come pure per le **gare su strada fino ai 10 Km** potranno esser previsti, ove le condizioni meteorologiche lo consiglino, **ACQUA POTABILE E SPUGNE** ogni 2-3 Km circa. (Vedere anche le sanitarie in merito)
- Nelle gare di **marcia su strada, di oltre 20 km**, e nelle gare di **corsa su strada, di oltre 10 Km**, andranno previsti **RIFORNIMENTI** al 5° Km e poi ogni altri 5 Km; a metà strada tra ciascun rifornimento andranno previsti punti di **SPUGNAGGIO**.

Alla partenza e all'arrivo di queste gare dovranno essere pure previsti punti di **DISTRIBUZIONE DI ACQUA POTABILE E BEVANDE**

- **Spugnaggi e rifornimenti fuori dalle zone previste rendono l'atleta passibile di squalifica**
- Nelle **gare di corsa con partenza a terra** il concorrente deve porsi, al comando "*ai vostri posti*", con entrambe le mani ed un ginocchio a contatto con il terreno e con entrambi i piedi a contatto con i blocchi di partenza; al comando "*pronti*" deve alzarsi mantenendo il contatto delle mani con il terreno e dei piedi con i blocchi di partenza
- **I Master non sono tenuti ai 5 appoggi o ad usare i blocchi o ad avere entrambe le mani a contatto con la pista alla partenza di qualsiasi gara**
- Nei Master la staffetta può essere composta da atleti appartenenti a diverse fasce d'età. La staffetta è collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti la staffetta stessa calcolata sulla base dell'anno di nascita (es. 46 anni+51 anni+53 anni+61 anni = 211 anni diviso 4 = 52,6 e quindi fascia d'età M50)
- Nelle **gare di corsa a tempo**, in cui si fa una *classifica in base alla distanza percorsa in un tempo prefissato*, la distanza ottenuta deve essere misurata al metro immediatamente inferiore al punto ove ciascun concorrente ha toccato la pista un attimo prima, o simultaneamente, con lo sparo della pistola che segnala lo scoccare del tempo. *Il Giudice di Partenza, diretto dal C.S. Cronometristi, dovrà prima segnalare, con un preventivo colpo di pistola, quando manca un minuto allo scadere del tempo prefissato e quindi con successivo colpo di pistola segnerà la fine della gara.*
- Nessun premio in denaro (o fattispecie assimilabile: elargizione di denaro o generici buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese di qualsiasi genere ed a qualsiasi titolo) può essere previsto per gli atleti delle categorie Esordienti, Ragazzi, Cadetti, Allievi, Runcard e per i tesserati degli EPS ammessi a partecipare alla manifestazioni FIDAL.

- Nei **concorsi**:
 - l'ordine di gara deve essere **sorteggiato**
 - se un atleta decide *successivamente* (ad esempio non ritornando in pedana dopo aver ottenuto il permesso di partecipare ad un'altra gara) di *non effettuare un tentativo* ciò sarà considerato come **passo** dopo che è trascorso il tempo concesso per quel tentativo al concorrente
 - il concorrente *non può segnare la rincorsa* con gesso o sostanze simili né altro materiale che lasci tracce indelebili; sarà opportuno che gli organizzatori forniscano allo scopo idonei *segnalini*
- Nei **Concorsi**, per segnalare la *fine del tempo a disposizione dell'atleta per effettuare la prova* si usa il "segnatempo"
Se questo non è in funzione il giudice può utilizzare il proprio orologio.
In aggiunta un Giudice deve tenere sollevata, per la durata di 15", una **bandiera gialla** ad indicare il tempo residuo; se manca la bandiera sarà sufficiente avvertire a voce l'atleta che il tempo sta per scadere
- In gare particolarmente affollate, i concorrenti solitamente vengono suddivisi in gruppi di 15-18 atleti ciascuno secondo le loro prestazioni. Se la gara si svolge su di una sola pedana, il gruppo degli atleti migliori gareggia per ultimo; se invece si svolge su più pedane, la finale deve essere effettuata sulla pedana sulla quale gareggino i migliori
- Nello **spareggio per il primo posto nell'alto e nell'asta** l'asticella andrà posta alla più bassa misura fallita da uno degli atleti e poi di 2 in 2 cm per l'alto e di 5 in 5 cm per l'asta (indipendentemente dalle progressioni precedentemente previste)
- In tutte le manifestazioni provinciali, regionali e nazionali sono consentite gare miste tra uomini e donne:
 - In tutti i concorsi;
 - Nelle gare di corsa su pista (su distanze uguali o superiori a m. 5000) e su strada;
 - Nelle gare di marcia su pista (su distanze uguali o superiori a m. 5000) e su strada;
 - Nelle gare di corsa in montagna.
- L'Arbitro può richiedere di ***misurare una prova giudicata nulla, in caso di immediato reclamo orale dell'atleta***, per consentire un riscontro in caso di reclamo scritto al G.A.
- **Senza tener conto se si ha o no una squalifica, l'Arbitro competente, in circostanze eccezionali può ordinare la ripetizione della gara se lo considera giusto e corretto.**
- Nella staffetta 4 x 400 le terze e quarte frazioniste in attesa del cambio, devono iniziare la corsa dall'interno della zona di cambio (nella foto vediamo la seconda e terza atleta in attesa, non sono nella posizione interna della zona di cambio quindi sanzionabili con la squalifica Regola 170.19)



Art. 17 - ACCESSO AL CAMPO DI GARA

1. All'interno del campo di gara, per le gare su pista, o nelle zone recintate, per le altre manifestazioni, possono accedere esclusivamente:
 - a) gli atleti impegnati nelle gare, accompagnati dai giudici;
 - b) i giudici e cronometristi in servizio;
 - c) il medico della manifestazione e la struttura sanitaria di servizio;
 - d) gli addetti al campo, nel numero **concordato tra il Delegato Tecnico e l'Organizzatore**;
 - e) i responsabili delle apparecchiature tecniche ed informatiche, nel numero **concordato tra il Delegato Tecnico ed i partner tecnologici**;
 - f) i responsabili delle premiazioni, nel numero prefissato dall'organizzatore;
 - g) i fotografi e gli operatori televisivi nel numero **concordato tra il Delegato Tecnico e l'Organizzatore**;
 - h) il Presidente della FIDAL, i Vicepresidenti, il Segretario Federale, il Commissario Tecnico, il Direttore dell'Area Organizzazione Sportiva, il **Fiduciario** Nazionale GGG. Nelle manifestazioni Regionali e Provinciali possono accedere, oltre alle persone di cui al presente comma h), **anche le analoghe figure a carattere regionale e provinciale**;
 - i) il Responsabile dell'organizzazione e altre persone, in numero limitato, da lui autorizzate



Art. 24 - NORMATIVE SULLA TUTELA SANITARIA IN ATLETICA LEGGERA

...omissis...

Le normative FIDAL già in vigore (contenute nelle circ. 626 del 19/2/86 e n.324 del 29/4/86), prevedono l'obbligatorietà dell'assistenza medica.

La presenza del medico di servizio è obbligatoria, ed indispensabile affinché il Direttore di Riunione dia inizio alla manifestazione, dopo aver comunque ricevuto una dichiarazione scritta all'Organizzatore circa la presenza del defibrillatore come previsto dal Decreto 28/6/17.

La presenza dell'ambulanza, pur se non obbligatoria per tutte le manifestazioni in pista, è opportuna in relazione all'importanza dell'avvenimento, ed al numero dei partecipanti. Nelle manifestazioni di livello nazionale essa è certamente necessaria ed è anzi opportuno che sia una unità mobile di rianimazione, con defibrillatore. Alle ambulanze deve essere garantito, al bisogno, l'accesso alla pista.

Altrettanto, per manifestazioni non-stadia (strada, cross e altre) la presenza di una o più ambulanze (di cui una almeno di rianimazione con defibrillatore) deve essere obbligatoriamente presa in considerazione, in relazione alle diverse situazioni logistiche ed al numero di partecipanti.

Vanno sempre e comunque fatte salve eventuali normative Regionali o Nazionali emanate o emanande in tema di assistenza sanitaria sportiva.

Manifestazione non stadia (strada, cross, e altre), valgono le stese norme, inoltre per queste manifestazioni dell'Art. 32: Il Piano Sanitario ed il Piano di Sicurezza devono essere consegnati al Delegato Tecnico per opportuna conoscenza; qualora non fossero consegnati al Delegato Tecnico la manifestazione potrà comunque svolgersi, ma in entrambi i casi la responsabilità dell'attuazione del Piano Sanitario e del Piano di Sicurezza rimane a totale carico dell'Organizzatore.



1. Tutte le manifestazioni di Atletica Leggera autorizzate dalla FIDAL sono gestite e controllate dal Gruppo Giudici Gare, nell’ambito del rispetto del Regolamento Tecnico Internazionale. All’inizio di ogni manifestazione l’annunciatore dovrà comunicare il nominativo del Delegato Tecnico, del Direttore di Gara (o Direttore di Riunione) e del Giudice/Giuria d’Appello.
2. E’ compito esclusivo del Gruppo Giudici Gare garantire il rispetto del Regolamento Tecnico Internazionale, ufficializzare i risultati ed avviare le procedure per l’omologazione dei primati da parte degli Organi Federali Competenti e, attraverso essi, da parte della IAAF e della EAA.



3. Per gestione e controllo della manifestazione da parte dei Giudici, in aggiunta a quanto previsto nel precedente punto n. 2, si intende:

- a) Verifica della regolarità e funzionalità degli impianti e delle attrezzature e dei percorsi di gara.
- b) Rispetto dei programmi orario.
- c) Controllo delle iscrizioni e delle partecipazioni.
- d) Gestione completa dello svolgimento delle gare attraverso la rilevazione delle misure e degli ordini di arrivo.
- e) Ufficializzazione dei risultati.
- f) Gestione delle controversie tecniche relative alla partecipazione alle gare.
- g) Assistenza al Controllo antidoping predisposto dalla Direzione Sanitaria.



4. La rilevazione dei tempi può essere effettuata dai Giudici che si avvalgono della collaborazione di personale specializzato. E’ consentito l’utilizzo di attrezzature omologate previa verifica da parte dei Giudici

§§§§§§§§§§§§§§§§

E’ OPPORTUNO CHE I GIUDICI INDOSSINO SEMPRE LA DIVISA o almeno (se sprovvisti) un **abbigliamento bianco o simile** (La divisa ufficiale è composta da maglietta/camicia bianca e pantaloni/gonna blu)

La GIURIA D’APPELLO, gli ARBITRI ed i GIUDICI DI MARCIA usino sempre un bracciale di riconoscimento

I fogli gara devono sempre essere firmati dall’Arbitro e dal Segretario di giuria e riportare ora di inizio e di termine della gara. Devono pure essere firmati dai Giudici preposti i foglietti di arrivo



Il Giudice di Gara deve solo convalidare il gesto atletico secondo R.T.I., non deve farsi notare o essere protagonista, deve comportarsi in modo “naturale” nelle sue decisioni e mostrarsi sempre disponibile verso i Colleghi, gli Atleti, i Tecnici, i Dirigenti e gli Organizzatori

L’edizione 2019 del “QUADERNO DEL GIUDICE” viene presentato nell’ormai consueto formato di pronta utilità per i Giudici ma anche di consultazione per gli ‘addetti ai lavori’.

L’impostazione base, con gli opportuni aggiornamenti, resta quella, ormai collaudata, delle edizioni precedenti.

Eventuali successive rettifiche vi saranno trasmesse, come al solito, tramite le pagine GGG nel sito: www.fidalveneto.com
l.c.

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI 2019

UOMINI

GARA	ASSOLUTI		PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVI
	Minimo A	Minimo B			
100 (*)	10.66	10.73	10.90	11.09	11.40
200 (*)	21.60	21.75	22.14	22.45	23.20
400 (*)	48.24	48.72	49.34	50.14	52.20
800 (**)	1:51.60	1:53.10	1:55.00	1:56.50	2:01.20
1500 (**)	3:51.00	3:54.50	3:59.00	4:02.00	4:13.00
3000 (**)	----	----	----	----	9:16.00
5000 (**)	14:30.00 (3000: 8:18.00 ; 10.000: 30:12.00) 3000 st 8:43.00	14:50.00	15.00.00 (3000: 8:35.00; 10.000: 32:30.00) 3000st: 9:20.00	15.52.00 (3000: 8:57.00; 10.000: 33:20.00 3000st: 9:35.00	----
10000 (**)(***)	31:00.00 3000: 8:14.00; 5000: 14:25.00;; maratonina: 1h06:00; maratona: 2h20:00) 3000 m 8:15.00		32:00.00 3000: 8:25.00; 5000: 14:45.00; maratonina: 1h10:00	----	----
110 HS (*)	14.84	15.34	15.94	15.70 (h 1,00) 16.10 (h 1,06)	15.84 (h 0,91)
400 HS (*)	53.64	54.04	55.94	57.14	59.14 (h 0,84) 59.44 (h 0,91)
3000 ST (**)	9:15.00	9:36.00	9:54.00	9:58.00	----
2000 ST (**)	----	----	----	----	6:39.00
ALTO	2,08	2,05	1,96	1,92	1,85
ASTA	4,80	4,60	4,30	4,05	3,80
LUNGO	7,30	7,16	6,85	6,70	6,50
TRIPLO	14,90	14,45	14,00	13,65	13,15
PESO	14,90	14,30	12,80	12,80 (Kg 6,000) 11,90 (Kg 7,260)	13,30 (Kg 5,000)
DISCO	46,50	44,50	39,50	39,70 (kg 1,750) 37,00 (Kg 2,000)	39,50 (Kg 1.500)
MARTELLO	55,50	53,50	44,00	45,00 (Kg 6,000) 40,00 (Kg 7,260)	45,00 (Kg 5,000)
GIAVELLOTTO	60,00	58,70	52,00	48,50	47,00 (gr 700) 44,25 (gr 800)
MARCIA KM.10 (PISTA-STRADA) (**)	45:00.00 (Km 5 22:20.00); Km 20: 1h33.0; Km 50: 4h05:00)	46:00.00	50:00.00 Km 5: 23:30:00; Km 20: 1h50:00; Km 50: 4h30:00	52:00.00 Km 5: 25:00:00; Km 20: 1h53:00);	54:00.00 5 klm: 26:00-00
4 x 100 (***)	42.24		s.m.	s.m.	44.80
4 x 400 (**)(***)	3:20.50		s.m.	s.m.	3:36.00
DECATHLON (***)	6000; Junior 6200 Eptathlon 4600 Decathlon Juniores 6200		5300; Eptathlon (i) 4000; Decathlon Juniores '17 5500	Decathlon jun 4800; Eptathlon Jun 4000; Decathlon 4.600 Eptathlon 3800 Decathlon A.vi '17 5300	5.050 Esathlon Cadetti '18 3.900

(*) I minimi dei m. 100,200,400, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico

(**) I minimi dai m. 800 in sù, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con cronometraggio automatico che con quello manuale

(***) Per i m. 10.000 m/f, sono valide anche le prestazioni ottenute nei m. 10.000 nell'anno precedente. Per le Prove multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nell'anno precedente e quelli conseguiti nella stagione in corso in "mini" impianti Indoor con effettuazione delle gare del m. 800, 1000 o 400 e lancio del peso disputate in gare Outdoor, rispettando comunque le successione prevista dal programma tecnico.

Per le staffette assolute sono valide anche le prestazioni ottenute nell'ano precedente.

N.B. I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor.

I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s. Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi".

I minimi modificati rispetto all'anno precedente sono evidenziati in neretto.

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI 2019

DONNE

GARA	ASSOLUTI		PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVE
	Minimo A	Minimo B			
100 (*)	12.00	12.10	12.54	12.54	12.78
200 (*)	24.60	24.87	25.60	25.60	26.25
400 (*)	56.14	56.84	58.70	59.20	1:01.00
800 (**)	2:11.20	2.12.85	2:19.60	2:20.00	2:24.20
1500 (**)	4:34.00	4.40.00	4:50.00	4:53.00	5:02.00
3000 (**)	----	----	----	----	11:10.00
5000 (**)	17.20.00 3000: 9:53.00 ; 10.000: 35:50.00 3000st: 11:00.00		18:30.00 3000 m: 10:30.00 10 km_ 38.00.00 3000st: 12:00.00	19:25.00; 3000 m :11:00.00; 10 Km: 39:30.00 3000st: 12:15.00	----
10000 (**)(***)	36:30.00 3000: 9:40.00; 5000:17:00.00; maratonina: 1h15:00; maratona: 2h45:00,		38:30.00 3000: 10:15.00; 5000:17:30.00; maratonina: 1h24:30;	----	----
100 HS (*)	14.62	14.84	15.94	15.94	15.80 (h 0,76) 16.20 (h 0,84)
400 HS (*)	1:02.30	1:03.10	1:08.14	1:08.14	1:09.50
2000 st (**)	----	----	----	----	8:17.00.
3000 st (**)	11:19.00	11:45.00	12:30.00	12:45.00	----
ALTO	1,71	1,66	1,60	1,60	1,57
ASTA	3.80	3,60	3.10	3,00	2.95
LUNGO	5,85	5,70	5.50	5.40	5.30
TRIPLO	12,35	12,20	11,40	11.25	11.04
PESO	12,20	11,30	10,20	10,00	Kg 3: 11.00 Kg 4: 9.60
DISCO	42,00	39,50	34,00	32,00	30,50
MARTELLO	50,00	49.40	42,50	40,00	Kg 3: 43.00 Kg 4: 38.00
GIAVELLOTTO	43,00	40,50	34,50	34,00	Kg 0,500: 34.20 Kg 0,600: 31.70
MARCIA KM.5 (**)					28:15.00 3 Km: 16:20.00 10Km: 58:10.00
MARCIA KM.10 (**)	53:00.00 Km. 5: 25.40.00 km 20: 1h45:00	55:00.00 26.15.00	59:30.00 M 5000: 28:20.00 Km 20: 1h58:00	59:00.00 M 5000: 28:40.00 Km 20: 2h00:00	
4 x 100 (*)	48.24		s.m.	s.m.	50.50
4 x 400 (**)	3:58.00		s.m.	s.m.	4:12.50
EPTATHLON	4300 Pentathlon 3100		3900; Pentathlon 2900; Jun, '17 Eptathlon 3800	3500; Pentathlon 2800; All, '17 Eptathlon. 3600	3800 Pentathlon 2870 Pentathlon Cadette 2018: 3670

(*) I minimi dei m. 100,200,400, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico

(**) I minimi dai m. 800 in sù, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con cronometraggio automatico che con quello manuale

(***) Per i m. 10.000 m/f, sono valide anche le prestazioni ottenute nei m. 10.000 nell'anno precedente.
Per le Prove multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nell'anno precedente e quelli conseguiti nella stagione in corso in "mini" impianti Indoor con effettuazione delle gare del m. 800, 1000 o 400 e lancio del peso disputate in gare Outdoor, rispettando comunque le successione prevista dal programma tecnico.

Per le staffette assolute sono valide anche le prestazioni ottenute nell'anno precedente.

N.B. I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor.

I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s. Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi".

I minimi modificati rispetto all'anno precedente sono evidenziati in neretto.

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI 2019

Gara	Cadetti "A"	Cadetti "B" (solo rappresentative)	Cadette "A"	Cadette "B" (solo rappresentative)
<i>m. 80</i>	9.1 - 9.34	<u>10.0 - 10.24</u>	10.0 - 10.24	10.8 - 11.0 4
<i>m. 300</i>	37.1 - 37.2 4	<u>40.9 - 41.04</u>	41.9 - 42.04	45.9 - 46.0 4
<i>m. 1000</i>	2.41.00	<u>3.05.00</u>	3.04.00	3.30.00
<i>m. 2000</i>	6.01.00	<u>6.55.00</u>	6.53.00	7.50.00
<i>m. 1200st</i>	3: 32.00	4.00.00	<u>4.06.00</u>	<u>4.32.00</u>
<i>m. 80hs</i>			12.0 - 12.24	<u>14.3 - 14.54</u>
<i>m. 100 hs</i>	14.0 - 14.24	16.8 - 17.0 4		
<i>m. 300 hs</i>	41.4 - 41.54	47.0 - 47.14	47.2 - 47.34	54.0 - 54.14
<i>Alto</i>	1.80	1.58	<u>1.60</u>	<u>1.36</u>
<i>Asta</i>	<u>3.40</u>	2.20	2.90	2.00
<i>Lungo</i>	<u>6.20</u>	<u>5.00</u>	5.20	<u>4.40</u>
<i>Triplo</i>	12.60	<u>10.30</u>	<u>11.05</u>	<u>9.00</u>
<i>Peso</i>	<u>13.30</u>	10.50	<u>10.65</u>	8.50
<i>Disco</i>	<u>34.75</u>	22.00	28.50	1 8.00
<i>Martello</i>	<u>46.00</u>	<u>28.00</u>	38.00	<u>20.00</u>
<i>Giavellotto</i>	47 . 50	<u>30.00</u>	35.50	22.00
<i>Pentathlon</i>			3.600	2.200
<i>Esathlon*</i>	3700	2500		
<i>Marcia km.3</i>			15:40.00	20. 00.00
<i>Marcia km.5</i>	25.20.00	<u>30.00.00</u>		

* E' valido sia il minimo ottenuto con il disco sia quello conseguito con l'asta.

Ogni Regione provvede all'iscrizione degli atleti che compongono la rappresentativa, curandosi che siano in possesso del minimo di partecipazione "B" sotto indicato. Le Società di appartenenza comunicano alla Regione la volontà di iscrivere atleti che hanno ottenuto nell'anno in corso (anche indoor) una prestazione uguale o migliore dei minimi "A" di partecipazione sopra indicati.

I minimi possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale e ottenuti anche con vento superiore ai 2 m/s o in assenza di anemometro.

I minimi modificati rispetto al 2018 sono evidenziati in neretto.

**PRESUNTI LIMITI PER LA PARTECIPAZIONE AI
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI 2019**

GARA	CADETTI		CADETTE	
	Elettrico	Manuale	Elettrico	Manuale
m. 80	10.14	9.9	11.14	10.9
m. 300	41.36	41.2	45.94	45.8
m. 1000	3.00.16	3.00.0	3.25.00	3.24.8
m. 2000	6.55.16	6.55.0	7.35.00	7.34.8
m. 1200 st	4.00.16	4.00.0	4.55.16	4.55.3
m. 80 hs			14.04	13.8
m. 100 hs	16.14	15.9		
m. 300 hs	47.54	47.4	52.16	52.0
ALTO	1.62		1.47	
ASTA	2.20		2.10	
LUNGO	5.40		4.78	
TRIPLO	10.96		9.70	
PESO	10.70		8.50	
DISCO	25.00		20.00	
MARTELLO	30.00		22.00	
GIAVELOTTO	36.00		26.00	
MARCIA KM 3			21.00.0	
MARCIA KM 5	36.00.16	35.00.0		

La partecipazione ai Campionati Regionali Individuali sarà subordinata al raggiungimento di una prestazione limite che dovrà essere conseguita entro la domenica precedente il Campionato Regionale.

ATTENZIONE

I limiti definitivi di partecipazione saranno inseriti/aggiornati e pubblicati nel mese di luglio da parte del Settore Tecnico.

MIGLIORI PRESTAZIONI o PRIMATI REGIONALI (aggiornato 31 dicembre 2018)

Gara	Ragazzi	Ragazze	Cadetti	Cadette	Allievi	Allieve	Assoluto Masch	Assoluto Femm
60 m	7.2	8.07 (7.9)						
80 m	9.4		8.92	9.90				
100 m					10.54	11.5	10.08	11.42
150 m			16.5	18.4				
200 m					21.14	24.27	20.45	23.29
300 m	40.1	42.3	35.42	39.16				
400 m					47.91	55.22	45.26	52.25
600 m	1.29.34	1.37.2	1.22.2	1.32.99				
800 m					1.51.4	2.05.1	1.43.74	1.57.66
1000 m	2.43.54	2.57.38	2.32.33	2.51.66			2.15.83	2.33.8
1200 m	3.37.8	3.41.7	3.08.5	3.37.3				
1500 m					3.48.5	4.12.1	3.32.98	3.59.82
1 Miglio							3.55.89	4.23.29
2000 m	5.57.8		5.41.14	6.14.77			4.58.65	5.43.30
3000 m			9.01.23		8.19.5	9.31.67	7.42.85	8.37.96
5000 m							13.06.76	15.11.64
10000 m							27.31.48	32.02.37
1 Ora							m 19.524	m 15.042
60 hs (0,76)	8.3	9.62						
80 hs (0,76)	11.8			11.56				
100 hs			13.1			13.71		13.14
110 hs (*)					(0.91) 13.83 (1.00) 14.05		13.28	
200 hs	29.8	32.9	28.22	30.13				
300 hs			38.33	43.2				
400 hs					51.46	59.3	49.39	55.16
1200 sp (no fossa)			3.24.86	3.56.81				
2000 sp					5.54.12	7.03.56		
3000 sp						10.56.61	8.08.78	9.53.02
4x100 m	50.2	53.0	44.56	49.29	42.32	47.94	39.56	45.20
4x200 m							1.23.77	1.49.83
4x400 m					3.22.72	3.55.44	3.06.21	3.36.54
4x800 m							7.26.32	8.51.78
4x1500 m							15.16.04	18.15.4
3x800 m	6.40.3	7.29.4						
3x1000 m			8.02.38	9.31.45				
100+200+300+400								
200+400+600+800			4.50.36	5.37.82				
800+600+400+200			4.54.9	5.33.50				
Alto	1.75	1.66	2.05	1.85	2.15	1.87	2.32	1.97
Asta			4.55	3.40	5.00	3.90	5.70	4.60
Lungo	5.88	5.59	7.11	5.88	7.28	6.26	8.19	6.72
Triplo			14.29	12.67	15.22	13.32	17.47	14.71
Peso (*)	19.30	14.72	18.82	16.07	18.75	16.07	22.91	18.81
Disco			51.36	41.68	59.11	50.23	64.26	56.80
Martello (*)			58.74	50.99	63.31	65.76	77.48	64.46
Giavellotto (*)			64.18	51.42	74.80	57.68	81.68	57.21
Vortex	77.08	59.36						
Marcia km 2	10.21.6	10.13.9		9.49.62				
Marcia km 3				14.31.1		14.17.1		
Marcia km 4			18.38.02			20.30.94		
Marcia km 5			22.25.2		21.09.79	24.12.34		20.50.03
Marcia km 10					44.26.20		39.19.64	42.39.2
Marcia km 20							1h23.17.0	

* Le migliori prestazioni o primati regionali si riferiscono a prestazioni conseguite con attrezzi o attrezzature in vigore dall'anno 2012.

ISTRUZIONI PER LE PARTENZE DIFFERENZIATE
PER LE GARE DI MARCIA O DI CORSA
DA SVOLGERE IN CONTEMPORANEA
UOMINI & DONNE

IN 4^a CORSIA PER PISTA A 6 CORSIE

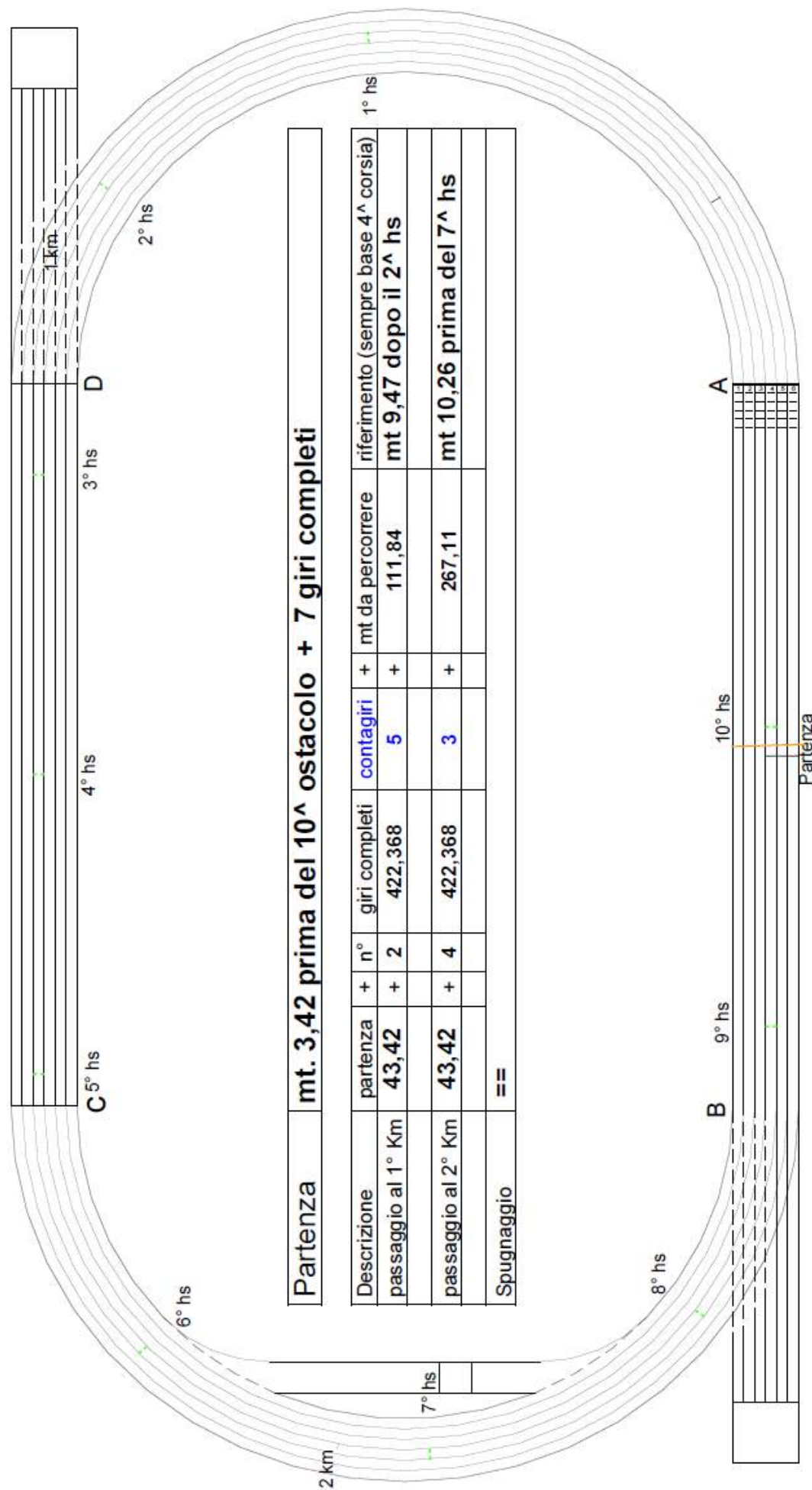
e

IN 5^a CORSIA PER PISTA A 8 CORSIE

ATTENZIONE: I coni di separazione della pista vanno posizionati all'esterno della linea di corsia di sx (4^a e/o 5^a) a circa ogni 4 metri nelle due curve e di circa 10 metri nei due rettilinei. Si consiglia, inoltre, di segnalare con un cono diverso o in altro modo, i passaggi ai vari km.

NOTE: Per lo sviluppo della corretta misurazione del punto di partenza, stante le diversità dei vari campi di gara – raggi e/o larghezza delle corsie - si è ritenuto opportuno prendere in considerazione la segnaletica orizzontale dei mt 400 hs (rettangoli verdi 10 x 5 cm), segnaletica e riferimenti certificati e omologati in tutti gli impianti sportivi.

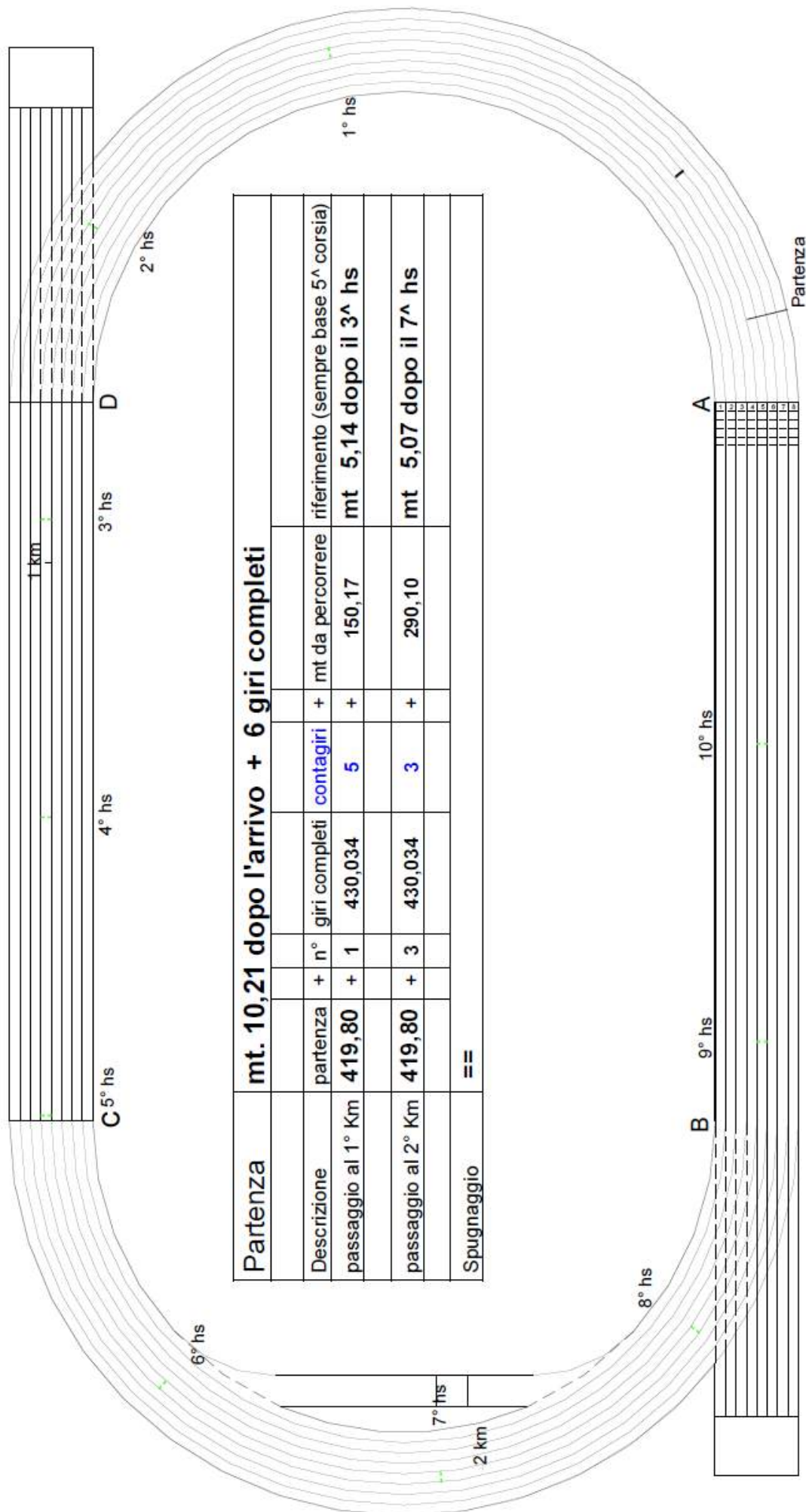
**Pista a 6 corsie (larghezza mt. 1,22) – Sviluppo gara da disputarsi in 4 corsia
 Metri 3000**



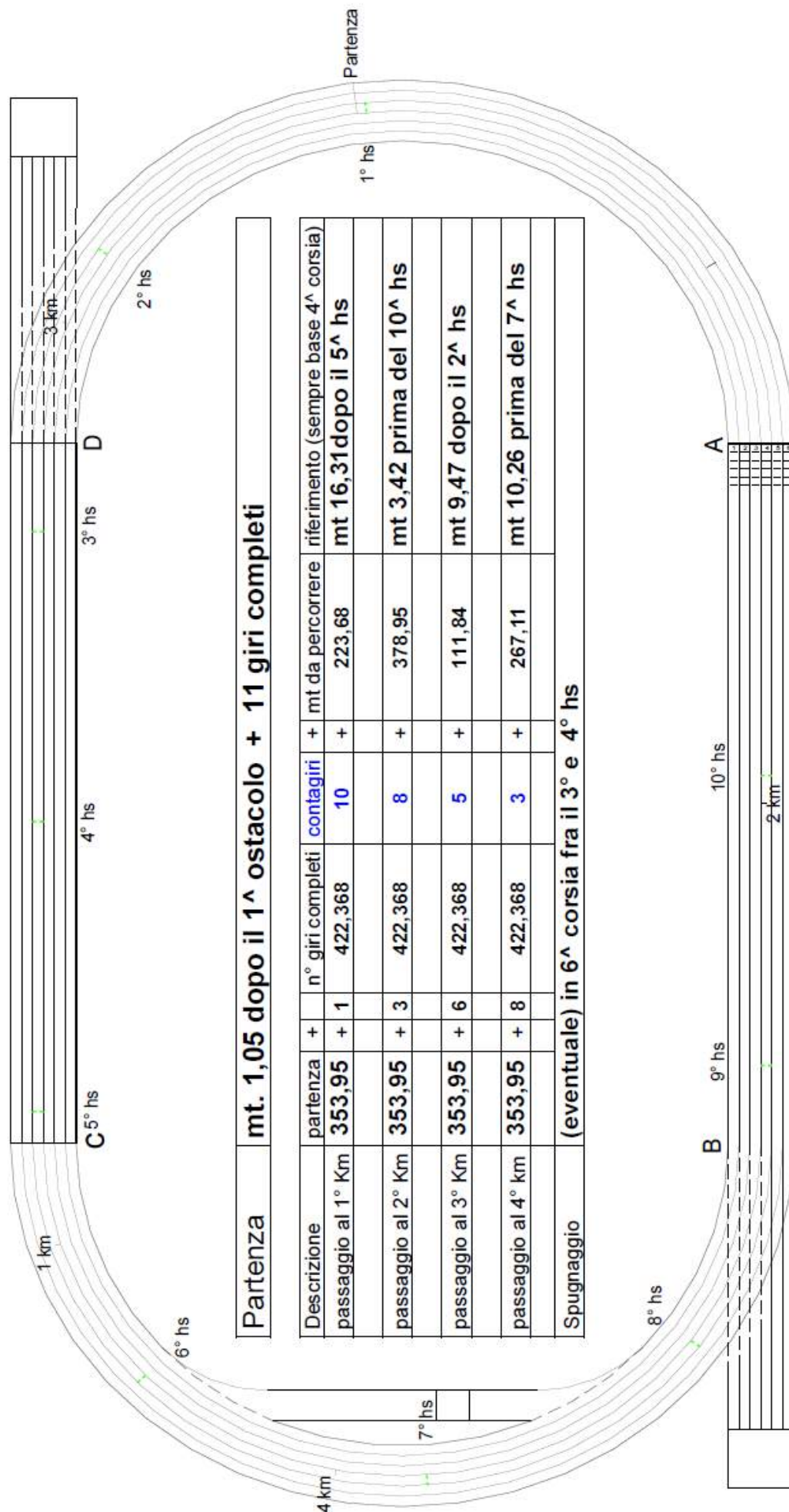
Partenza mt. 3,42 prima del 10^ ostacolo + 7 giri completi

Descrizione	partenza	+ n°	giri completi	contagiri	+ mt da percorrere	riferimento (sempre base 4^ corsia)
passaggio al 1° Km	43,42	+ 2	422,368	5	+ 111,84	mt 9,47 dopo il 2^ hs
passaggio al 2° Km	43,42	+ 4	422,368	3	+ 267,11	mt 10,26 prima del 7^ hs
Spuggnaggio	==					

Pista a 8 corsie (larghezza mt. 1,22) – Sviluppo gara da disputarsi in 5 corsia
Metri 3000



**Pista a 6 corsie (larghezza mt. 1,22) – Sviluppo gara da disputarsi in 4 corsia
 Metri 5000**



Partenza		mt. 1,05 dopo il 1^ ostacolo + 11 giri completi					
Descrizione	partenza	+	n° giri completi	contagiri	+ mt da percorrere	riferimento (sempre base 4^ corsia)	
passaggio al 1° Km	353,95	+	1	10	+	223,68	mt 16,31 dopo il 5^ hs
passaggio al 2° Km	353,95	+	3	8	+	378,95	mt 3,42 prima del 10^ hs
passaggio al 3° Km	353,95	+	6	5	+	111,84	mt 9,47 dopo il 2^ hs
passaggio al 4° km	353,95	+	8	3	+	267,11	mt 10,26 prima del 7^ hs
Spagnaggio	(eventuale) in 6^ corsia fra il 3° e 4° hs						

**Pista a 8 corsie (larghezza mt. 1,22) – Sviluppo gara da disputarsi in 5 corsia
Metri 5000**

