

ATTIVITA' PROMOZIONALE



PROGETTO TECNICO PROVINCIALE FIDAL TARANTO 2019

Norme Attività 2019

NORME TECNICHE

In tutte le competizioni (all'aperto ed indoor) eccetto quelle valide per l'assegnazione di un titolo italiano e regionale delle categorie Senior, Promesse, Juniores, Allievi, le singole gare potranno svolgersi con modalità diverse (vedi Regola 100 del RTI), ma non potranno essere applicate regole che riconoscano maggiori vantaggi agli atleti. Le diverse modalità di svolgimento della gara devono essere approvate dalla FIDAL Nazionale e pubblicate negli specifici regolamenti della manifestazione. Non saranno comunque ritenute valide, ai fini delle graduatorie, le prestazioni conseguite con modalità diverse rispetto alla regola 100 del RTI e tali da fornire maggiori vantaggi agli atleti.

PROVE A DISPOSIZIONE NEI CONCORSI

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 tre prove di finale alla quale accedono i primi otto atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie.

Se gli atleti in gara sono otto o meno, a ciascun concorrente saranno concesse sei prove, anche se qualcuno di essi è incorso in tre nulli nelle tre prove eliminatorie.

Le tre prove di finale saranno effettuate nell'ordine inverso della classifica risultante dopo le prime tre prove.

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.

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.

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.

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.

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 otto 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).

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 sei 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.

FALSE PARTENZE

Per le "false partenze" delle categorie Allievi, Juniores, Promesse e Seniores si applica la regola 162/6-7-8-9 del RTI.

Per le "false partenze" delle categorie Promozionali (Esordienti, Ragazzi e Cadetti) e per i Master (quando prendono parte a gare loro riservate) si applica la regola in vigore fino al 31 dicembre 2002 (un atleta verrà squalificato solo se commette due false partenze, tre nelle prove multiple).

ATLETA CLASSIFICATO

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.

PARITA'

In caso di parità, nelle corse si applica la regola 167 del RTI e nei concorsi la regola 180/22, ad eccezione di alto e asta dove si applica la regola 181/8.

In caso di parità per il primo posto nel salto in alto e con l'asta, sia per le gare in cui è in palio un titolo individuale, sia per le finali nazionali dei Campionati di Società, la parità viene risolta tramite spareggio, applicando la regola 181/9 del RTI, in deroga a quanto previsto dalla regola 181/8 del RTI.

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI

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

Nelle gare fino a mt 400 compresi (inclusa la staffetta 4x100) i minimi devono essere ottenuti esclusivamente con cronometraggio automatico, mentre i minimi dai mt 800 in su, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale.

Per i Campionati Italiani Allievi/Allieve Indoor la tabella dei minimi prevede, per gli atleti tesserati l'anno precedente nella categoria Cadetti/Cadette, anche la validità dei tempi manuali.

I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s. Qualora il vento non sia stato rilevato i risultati saranno considerati "ventosi" e quindi non validi ai fini dell'ammissione ai suddetti Campionati Italiani.

I minimi di partecipazione ai Campionati Italiani Cadetti possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale.

I minimi possono essere ottenuti anche con vento superiore ai 2 m/s o in assenza di anemometro.

I minimi delle staffette ottenuti da atleti tutti appartenenti alla stessa categoria sono validi esclusivamente per l'ammissione ai Campionati Italiani della relativa categoria e, ricorrendone il caso, ai Campionati Italiani Assoluti.

I minimi delle staffette Cadetti non sono validi per l'ammissione ai Campionati Italiani Allievi. Gli atleti delle staffette, salvo diverse disposizioni previste nel regolamento delle singole manifestazioni, non hanno l'obbligo di iscrizione e partecipazione ad una gara individuale.

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 mt 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.

CRONOMETRAGGIO AUTOMATICO E RILEVAZIONE DEL VENTO

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.

Qualora in una manifestazione sia presente l'anemometro, il vento deve essere sempre rilevato e segnalato sul verbale di gara, anche per la categoria Cadetti/e.

Qualora il vento non sia stato rilevato i risultati saranno considerati "ventosi".

BATTUTA SALTO TRIPLO

Nel salto triplo, in considerazione alle misure di iscrizione, il Delegato Tecnico o l'Arbitro della gara determineranno la distanza dell'asse di battuta per la fase eliminatoria. L'asse di battuta può essere posizionato anche ad una distanza inferiore a quella prevista.

Per quanto riguarda la fase eliminatoria si possono suddividere i partecipanti in più gruppi omogenei per prestazione. Per quanto concerne i tre salti di finale tutti gli atleti salteranno, quando possibile, da un'unica distanza che sarà stabilita dall'Arbitro, sulla base delle misure ottenute nella fase eliminatoria dagli atleti finalisti.

PIT LANE RULE (MARCIA)

Tutte le gare a livello nazionale di Marcia nonché Regionale/Provinciale per gli atleti under 20, saranno giudicate, per quanto sia possibile, con la Pit Lane Rule dettagliata nella circolare nr. 6229 del 16 maggio 2014.

A seconda della distanza della gara, saranno utilizzati i seguenti tempi di penalizzazione:

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

DIMENSIONE DEI CHIODI

In applicazione della Regola 143/4 del RTI, la parte di chiodo che sporge dalla suola o dal tacco non deve superare i 9 mm, con l'eccezione del salto in alto e del lancio del giavellotto per i quali non deve superare i 12 mm. Se il costruttore o i responsabili dell'impianto richiedono un minimo inferiore, questo sarà applicato, fermo restando che il chiodo non deve essere inferiore ai 6 mm, con l'eccezione dell'alto e del giavellotto per i quali non deve essere inferiore ai 9 mm.

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 accreditati di un minimo di 6.500 punti nel Decathlon e le atlete accreditate di un minimo di 4.500 punti nell'Eptathlon nell'anno precedente o nella stagione in corso, possono partecipare a tre gare nel corso della stessa giornata.

Gli atleti che partecipano ad una gara (stadia e non-stadia) di corsa o marcia superiore od uguale ai mt 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 mt 400.

Gli Allievi 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 della categoria Allievi/e non possono prendere parte ad una manifestazione Assoluta qualora nello specifico regolamento sia prevista la partecipazione delle sole categorie Jun/Pro/Sen.

PETTORALI

Nel caso di gare miste o in contemporanea, la serie dei pettorali maschili deve essere diversa dai pettorali femminili.

RECLAMI E APPELLI

I reclami riguardanti il risultato o lo svolgimento di una gara debbono essere presentati entro 30 minuti dall'annuncio ufficiale del risultato di quella gara.

ABBREVIAZIONI SUGLI VERBALI DI GARA

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

DNS	Non partito
DNF	Non arrivato (Corse o Marcia)
NM	Nessuna prova valida registrata
DQ	Squalificato (seguito dal numero della Regola applicata)
"O"	Prova valida nel Salto in Alto e nel Salto con l'Asta
"X"	Prova nulla
"-"	Prova passata
r	Ritirato dalla gara (Concorsi o Prove Multiple)
Q	Qualificato per posizione nelle gare di Corsa
q	Qualificato per tempo nelle gare di Corsa

Q	Qualificato con misura di qualificazione nei Concorsi
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

GARE VALIDE PER LE GRADUATORIE NAZIONALI OUTDOR SU PISTA 2019

Categorie: SENIORES M/F

CORSE: mt 100-200-400-800-1500-5000-10.000-3000 st(mt 0,91)- 110hs (mt 1,06)- 400hs (mt 0,91) - 4x100 - 4x400 - maratona

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg 7,260) - disco (kg 2,00)-martello (kg 7,260)- giavellotto (kg 0,800)

MARCIA: pista mt 10.000 - marcia km 20 - marcia km 50

PROVE MULTIPLE: decathlon (mt 100 - lungo - peso - alto - m.400 – mt 110hs - disco - asta - giavellotto –mt 1500)

m.110hs: 10 ostacoli (mt 1,06) - distanze: m.13,72-9xm.9,14-m.14.02

m.400hs: 10 ost, (mt 0,91) - distanze: m.45,00-9xm.35,00-m.40,00

N.B. Le staffette della categoria Seniores M. possono essere composte da atleti Seniores, Promesse, Juniores, Allievi e Master.

PROMESSE M. 20-22 anni

CORSE: mt 100-200-400-800-1500-5000-10.000-3000st(m.0,91)-110hs(m.1,06)-400hs (m.0,91)

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg.7,260) -disco (kg.2)-martello(kg.7.260)-giavellotto(kg.0,800)

MARCIA: pista m.10.000

PROVE MULTIPLE: decathlon (m.100-lungo-peso-alto-m.400-m.110hsdisco-asta-giavellotto-m.1500)

m.110hs: 10 ostacoli, h.m.1,06 – distanze: m.13,72-9xm.9,14-m.14,02

m.400hs: 10 ostacoli, h.m.0,91 – distanze: m.45,00-9xm.35,00-m.40,00

SENIORES F. 23 anni e oltre

CORSE: m.100-200-400-800-1500-5000 - 10.000 - 3000st (m.0,76) - 100hs (m.0,84)- 400hs (m.0,76) 4x100 - 4x400 - Maratona

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg.4) - disco (kg.1) - martello (kg .4)-giavellotto (kg.0,600)

MARCIA: pista m.5.000 - marcia km.20

PROVE MULTIPLE: eptathlon (m.100hs-alto-peso-m.200-lungo-giavellotto-m.800)

m.100hs: 10ost.,h.m.0,84, distanze: m.13,00-9xm.8,50-m.10,50

m.400hs: 10ost.,h.m.0,76, distanze: m.45,00-9xm.35,00-m.40,00

N.B. Le staffette della categoria Seniores F. possono essere composte da atlete Seniores, Promesse, Juniores, Allieve e Master.

PROMESSE F. 20-22 anni

CORSE: m.100-200-400-800-1500-5000-10.000-3000st(m.0,76)- 100hs(m.0,84)-400hs(m.0,76)

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg.4)-disco (kg.1)-martello (kg.4)-giavellotto (kg.0,600)

MARCIA: pista m.5.000

PROVE MULTIPLE: eptathlon (m.100hs-alto-peso-m.200-lungo-giavellotto-m.800)

m.100hs: 10 ost.,h. m.0,838, distanze: m.13,00-9xm.8,50-m.10,50

m.400hs: 10 ost.,h. m.0,762, distanze: m.45,00-9xm.35,00-m.40,00

JUNIORES M. 18-19 anni

CORSE: m.100 – 200 – 400 – 800 – 1500 – 3000 – 5000 - 3000st (m.0,91) - 110hs (m.1,00) - 400hs (m.0,91)

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg.6)-disco (kg.1,750)-martello (kg.6)-giavellotto (kg.0,800)

MARCIA: pista m.10.000

PROVE MULTIPLE: decathlon (m.100 - lungo - peso (kg.6) - alto - m.400 - m.110hs (m.1,00)- disco (kg.1,750) - asta - giavellotto (kg.0,800) - m.1500)

m.110hs: 10 ost.,h.m.1,00 - distanze: m.13,72-9xm.9,14-m.14,02

m.400hs: 10 ost.,h.m.0,91 - distanze: m.45,00-9xm.35,0-m.40,00

JUNIORES F. 18-19 anni

CORSE: m.100-200-400-800-1500-3000-5000-3000st(m.0,76)-100hs-(m.0,84)-400hs(m.0,76)

SALTI: alto-asta-lungo-triplo

LANCI: peso (kg.4)-disco (kg.1)-martello (kg.4)-giavellotto (kg.0,600)

MARCIA: pista m.5.000

PROVE MULTIPLE: eptathlon (m.100hs-alto-peso-m.200-lungo-giavellotto-m.800)

m.100hs: 10 ost.,h.m.0,84 - distanze: m.13,00-9xm.8,50-m.10,50

m.400hs: 10 ost.,h.m.0,76 - distanze: m.45,00-9xm.35,00-m.40,00

ALLIEVI 16-17 anni

CORSE: m.100-200-400-800-1500-3000-2000st(m.0,91)-110hs(m.0,91)- 400hs(m.0,84)-4x100-4x400

SALTI: alto-asta-lungo-triplo (battuta m.9 o m.11)

LANCI: peso(kg.5)-disco(kg.1,500)-martello(kg.5)-giavellotto(gr.700)

MARCIA: pista m. 5.000

PROVE MULTIPLE: decathlon (1^ giornata: m.100 - lungo - peso (kg.5) - alto – m.400; 2^ giornata: m.110hs (m.0,91)- disco (kg.1,500) - asta - giavellotto (kg.0,700) - m.1500)

m.110 hs: 10 ost.,h. 0,91- distanze: m.13,72-9xm.9,14-m.14,02

m.400 hs: 10 ost.,h.0,84 - distanze: m.45,00-9xm.35-m.40,00

ALLIEVE 16-17 anni

CORSE: m.100-200-400-800-1500-3000-2000st(m.0,76)-100hs(m.0,76)-400hs(m.0,76) - 4x100-4x400

SALTI: alto- asta -lungo-triplo (battuta m.7 o m.9 o m.11)

LANCI: peso(kg 3)-disco(kg1)-martello(kg 3)-giavellotto (gr 500)

MARCIA: pista m.5.000

PROVE MULTIPLE: eptathlon 1^ giornata: 100hs–alto–peso kg 3 –200;

2^ giornata: lungo–giavellotto g 500-800)

m.100hs: 10 ost., h. 0,76, distanze: m.13-9xm.8,50-m.10,50

m.400hs: 10 ost., h. 0,76, distanze: m.45-9xm.35,00-m.40,00

NORME ATTIVITA' PROMOZIONALE 2019

CADETTI (14-15 anni)

NORME GENERALI

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio), è demandato ai Comitati Regionali e Provinciali, tramite il GGG.

Indoor: proposta di programma tecnico unificato per l'attività indoor della categoria Cadetti: m.60 (55*) – m.60hs (55hs*) – m. 200 – m.1000 – alto – asta – lungo – triplo – peso - 3x1 giro – marcia km 3. (*) *per le piste più corte.*

Strada: in una gara di corsa su strada la distanza massima che i Cadetti possono coprire è la seguente: Maschi: km 5; Femmine: km 3.

PROGRAMMA GARE CADETTI (Gare valide per le graduatorie nazionali)

Corse: m. 80 - 300 - 1000 - 2000 - 100hs - 300hs - 1200st- 4x100 –3 x 1000

Salti: alto - asta - lungo - triplo (battuta m.9 e m.11)

Lanci: peso Kg. 4 - disco kg. 1,5 - martello Kg. 4 - giavellotto gr. 600

Marcia: pista Km. 5

Prove Multiple: Tetrathlon (80-lungo-giavellotto-600) Esathlon (100hs-alto-giavellotto-lungo-disco-1000)

N.B. Per motivi organizzativi i CC.RR. hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare dell'Esathlon, il salto in alto con il salto in lungo. In chiave promozionale si possono organizzare gare di "Esathlon Cadetti", inserendo l'Asta al posto del Disco

m. 100hs: 10 ostacoli, h.0,84, distanze m.13 - 9 x m.8,50 - m.10,50

m. 300hs: 7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 – m.40

m. 1200st:10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.

PROGRAMMA GARE CADETTE (Gare valide per le graduatorie nazionali)

Corse: m. 80 - 300 - 1000 - 2000 - 80hs - 300hs - 1200st - 4 x 100 - 3 x 1000

Salti: alto - asta- lungo - triplo (battuta m.7 e m.9)

Lanci: peso Kg. 3 - disco kg. 1 - martello Kg. 3 - giavellotto gr. 400

Marcia: pista Km. 3

Prove Multiple: Tetrathlon (80-lungo-giavellotto-600) Pentathlon (80hs-alto-giavellotto-lungo-600 *(Il Pentathlon può essere effettuato anche in due giornate).*

N.B. Per motivi organizzativi i CC.RR. hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.

m. 80hs: 8 ostacoli, h. 0,76, distanze m.13,00 - 7 x m.8 - m.11,00

m. 300hs:7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 - m.40

m. 1200st:10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.

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).

E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, oltre a quelle con suola e tacco di gomma (la suola e/o il tacco possono avere scanalature, sporgenze, tacche o protuberanze a condizione che siano fabbricate con lo stesso materiale o in materiale simile a quello della suola stessa – regola 143/5 del R.T.I.).

Alle gare di marcia si applica la Pit Lane Rule descritta al p. 10.11 delle Disposizioni Generali.

RAGAZZI/E (12-13 anni)

PROGRAMMA GARE

Corse: 60- 300- 600- 1000 - 60hs - 200 hs - staffetta 3 x 800 e 4x100 (partenza e passaggio del testimone entro la zona cambio, ma senza squalifica per cambio fuori zona)

Salti: alto - lungo – triplo (battuta m.6 e m.8 RI battuta m.5 e m.7 RE)

Lanci: peso gomma Kg. 2 - giavellotto 400 gr. Disco kg.1 RI Disco kg.0,75 RE

Marcia: pista Km. 2

Prove Multiple: Triathlon e Tetrathlon *(la scelta delle gare è demandata ai rispettivi Comitati Regionali, privilegiando le specialità di più facile apprendimento).*

m. 60hs M.: 6 ostacoli, h.0,76, distanze m.12,00 - 5 x m.7,50 - m. 10,50

m. 60hs F.: 6 ostacoli, h.0,60, distanze m.12,00 - 5 x m.7,50 - m. 10,50

Salto Triplo: battuta 5 – 7 mt.

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. Alle gare di marcia si applica la Pit Lane Rule descritta al p. 10.11 delle Disposizioni Generali.

Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alla categoria Ragazzi possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola e tacco di gomma (la suola e/o il tacco possono avere scanalature, sporgenze, tacche o protuberanze a condizione che siano fabbricate con lo stesso materiale o in materiale simile a quello della suola stessa – regola 143/5 del R.T.I.).

EM/EF (6-11 anni)

NORME GENERALI

Gli Esordienti sono suddivisi in tre fasce d'età secondo il seguente schema:

EM6: 6-7 anni EF6: 6-7 anni (nati negli anni **2013-2012**)

EM8: 8-9 anni EF8: 8-9 anni (nati negli anni **2011-2010**)

EM10: 10-11 anni EF10: 10-11 anni (nati negli anni **2009-2008**)

L'attività è demandata ai Comitati Regionali, ai Comitati Provinciali della FIDAL che organizzeranno per queste fasce d'età attività ludiche, nonché da progetti di educazione motoria attivati d'intesa con le scuole del territorio e gli Enti Locali.

Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alla categoria Esordienti possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola e tacco di gomma (la suola e/o il tacco possono avere scanalature, sporgenze, tacche o protuberanze a condizione che siano fabbricate con lo stesso materiale o in materiale simile a quello della suola stessa – regola 143/5 del R.T.I.).

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionali e Provinciali che potranno avvalersi di tecnici, insegnanti, operatori degli Enti di Promozione e genitori.

Proposte di Attività Esordienti EM6 EM8 EF6 EF 8– nati dal 2013 al 2010

CORSE 50 40 HS (40 cm) 200 400

SALTI: LUNGO ALTO

LANCI: VORTEX

Mt.50 partenza da in piedi.

Distanza ostacoli: 11 mt. dalla partenza 3 x 6 mt-11 dall'arrivo

Progressione salto in alto: 70 80 90 95 100 103 106 109 111 di 2 in2 cm.

Mt 200 e 400 partenza in linea

Lungo: stacco libero dal bordo

Nei concorsi sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono due.

Proposte di Attività Esordienti EM10 ed EF10nati 2009 - 2008

CORSE.50 300 600 50 HS (50 cm) 200 HS MARCIA:1000mt.su pista

SALTI:ALTO LUNGO

LANCI:VORTEX – PESO kg.2

STAFFETTA:4x50 svedese 200 –150 –100 – 50 mt

50 partenza da in piedi

Distanza ostacoli:12mt dalla partenza-4x7mt.-10 dall'arrivo.

m.200hs:5 ostacoli, h.0,50 distanze m.20,00 – 4 x m.35 – m.40

Svedese: Partenza dai 100 m , cambi sulle linee di partenza dei 300 – 150 – 50 m. Gli atleti/e non saranno tenuti a rimanere in corsia e potranno, quindi, portarsi subito alla corda.

Progressione salto in alto: 80 90 100 105 110 113 116 119 121 di 2 in2 cm.

Salto in lungo: (con battuta libera in area delimitata di 1 m x 1,22 m). Il salto sarà misurato dal segno in quest'area più vicino alla zona di caduta o dal bordo dell'area se l'atleta stacca prima.

Peso :kg.2

Prove Multiple: Biathlon e Triathlon

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.

Alle gare di marcia si applica la Pit Lane Rule descritta al p. 10.11 delle Disposizioni Generali.

NORME ATTIVITA' MASTER 2019 (35 anni e oltre)

GARE VALIDE PER LE GRADUATORIE NAZIONALI MASTER SU PISTA

UOMINI

100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 3000 - 5000 - 10000 - 110hs (35-49) - 100hs (50-69) - 80hs (70 ed oltre) - 400hs (35-59) - 300hs (60-79) - 200 hs (80 ed oltre) - 3000 siepi (35-59) - 2000 siepi (60 ed oltre) - marcia km 5 - Campionato Italiano km 20 di marcia su strada - alto - asta - lungo - triplo - peso - disco - martello - giavellotto - martello con maniglia corta - 4 x 100 - 4 x 400 - 4x1500 - decathlon (100 - Lungo - Peso - Alto - 400/ostacoli (110-100-80) - disco - asta - giavellotto - 1500) - pentathlon dei lanci (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta).

DONNE

100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 3000 - 5000 - 10000 - 100hs (35-39) - 80hs (40 e oltre) - 400hs (35-49) - 300hs (50-69) - 200 hs (70 ed oltre) - 2000 siepi (35 ed oltre) - marcia Km 5 - Campionato Italiano km 20 di marcia su strada - alto - asta - lungo - triplo - peso - disco - martello - giavellotto - martello con maniglia corta - 4 x 100 - 4 x 400 - 4x800 - eptathlon (ostacoli (100-80)-alto-peso-200/lungo-giavellotto800) - pentathlon dei lanci (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta).

Le graduatorie devono essere stilate per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento atleti.

PARTECIPAZIONE ALLE GARE

In ogni manifestazione Master ciascun atleta può prendere parte ad un massimo di due gare per giornata, ad eccezione dei Campionati Italiani Individuali su pista e al Trofeo delle Regioni, dove è possibile partecipare ad un massimo di tre gare per giornata. All'atleta che risulta iscritto ad un numero di gare superiore al limite consentito vengono depennate le gare eccedenti seguendo l'ordine di orario di svolgimento della manifestazione stessa.

I partecipanti alle Prove Multiple possono prendere parte, nell'ambito della stessa manifestazione, ma in giornate diverse, anche ad altre due gare individuali più la staffetta, fermo restando il limite di due gare per giornata.

Ciascuna staffetta può essere composta da atleti Master appartenenti a diverse fasce d'età. La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma delle iscrizioni.

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.

Nelle gare riservate esclusivamente ai Master non è obbligatorio per gli atleti l'utilizzo dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.

Nelle gare riservate esclusivamente ai Master, un atleta viene squalificato solo se commette due false partenze.

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.

E' opportuno che le gare riservate alle fasce d'età **M75/F75** e oltre siano programmate al mattino e/o alla sera, evitando le ore più calde del giorno.

PROGRESSIONI SALTI in ELEVAZIONE 2019

Uomini

ALTO Es/B: 0.70 0.80 0.90 0,95 1.00-1.03-1.06-1.09-1.11 quindi di 2cm in 2 cm

" Es/A : 0.80 0.90 1.00-1.05-1.10-1.13-1.16 1.19 1.21 quindi di 2cm in 2 cm

" R/i : 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46 quindi di 2cm in 2 cm

" C/i : 1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.58 quindi di 2 cm in 2cm

" A/i : 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.82 quindi di 2 cm. in 2cm

" J-P-S: 1-60-1.70-1.80-1.85-1.90-1.95-1.98 quindi di 3 cm. in 3cm

ASTA C/i : 1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50-2.55 quindi di 5 cm. in 5 cm.

" A/i: 2.20-2.40-2.60-2.80 poi di 10 cm. Fino a 3.90 quindi di 5cm in 5 cm

" J-P-S: 2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00 poi di 10cm in 10cm fino a 5.00 quindi di 5cm in 5cm

Donne

ALTO Es/B: 0.70 0.80 0.90 0,95 1.00-1.03-1.06-1.09-1.11 quindi di 2cm in 2 cm
" Es/A : 0.80 0.90 1.00-1.05-1.10-1.13-1.16 1.19 1.21 quindi di 2cm in 2 cm
" R/e: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46-quindi di 2cm in2cm
" C/e : 1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49-1.51 quindi di 2 cm. in 2 cm.
" A/e : 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.61 quindi di 2 cm. in 2 cm.
" J-P-S: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.68 quindi di 3 cm. in 3 cm.
ASTA C/e : 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25 quindi di 5 cm. in 5 cm.
" A/e: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 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 quindi di 5 cm. in 5 cm.

MANIFESTAZIONI NAZIONALI

Uomini

ALTO A/i : 1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94-1.97-2.00-2.02 quindi di 2 cm. in 2 cm.
" J-P-S: 1.80-1.90-2.00-2.05-2.08-2.11-2.14-2.17-2.20-2.22 quindi di 2 cm. in 2 cm.
C/i : 1.45-1.50-1.55-1.58-1.61-1.64-1.67-1.70 quindi di 2 cm. in 2 cm.
ASTA A/i : 3.00-3.20-3.40-3.60-3.70-3.80-3.90-4.00-4.10-4.20-4.25 quindi di 5 cm. 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 quindi di 5cm. in 5cm.
C/i : 2.40-2.60-2.80-3.00-3.10 quindi di 5 cm. in 5 cm.

Donne

ALTO A/e : 1.45-1.50-1.55-1.58-1.61-1.64-1.66-1.68-1.70 quindi di 2 cm. in 2 cm.
" J-P-S: 1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.82-1.85-1.87 quindi di 2 cm. in 2 cm.
C/e : 1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.62 quindi di 2 cm. in 2 cm.
ASTA A/e : 2.10-2.30-2.50-2.70-2.80-2.90-3.00-3.10-3.20-3.30-3.35 quindi di 5 cm. in 5 cm.
" J-P-S: 2.30-2.50-2.70-2.90-3.10-3.30-3.40-3.50-3.60-3.70-3.75 quindi di 5cm. in 5cm.
C/e : 2.00-2.20- 2.40-2.50-2.60-2.70-2.80 quindi di 5 cm. in 5 cm.

MANIFESTAZIONI NAZIONALI PROVE MULTIPLE

Uomini

ALTO C/i 1.26-1.29-1.32-1.35-1.38-1.41-1.44 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO A/i: 1.32-1.35-1.35-1.38-1.41-1.441.47 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.44-1.47-1.50-1.53-1.56-1.59quindi di 3 cm in 3 cm
ASTA C/i: 1.80-2.00-2.20-2.40 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA A/i : 2.20-2.30-2.40-2.50-2.60-2.80 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA J-P-S: 2.40-2.50-2.60-2.70-2.80-2.90-3.00quindi di 10 cm in 10 cm

Donne

ALTO C/e: 1.20-1.23-1.26-1.29-1.32quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO A/e: 1.20-1.23-1.26-1.29-1.32quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.23-1.26-1.29-1.32-1.35 quindi di 3 cm in 3 cm

MANIFESTAZIONI REGIONALI (Prove Multiple)

Uomini

ALTO " R/i : 0,90-1.00-1.05-1.10-1.1,15-1.18-1.21-1.24-1.27-1.30-1.33 quindi di 2cm in 2 cm
ALTO C/i 1,11-1.14-1.17-1.20-1.23-1.26-1.29-1.32 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO A/i: 1.14-1.17-1.20-1.23-1.26-1.29-1.32-1.35quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.41-1.43-1.46-1.49-1.52-1.55quindi di 3 cm in 3 cm
ASTA C/i: 1.80-1.90-2.00 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA A/i : 2.00-2.10-2.20-2.30 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA J-P-S: 2.20-2.30-2.40-2.50quindi di 10 cm in 10 cm

Donne

ALTO C/e: 1.11-1.14-1.17-1.20-1.23quindi di 3 cm in 3 cm

ALTO A/e: 1.11-1.14-1.17-1.20-1.23 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.20-1.23-1.26-1.29-1.32 quindi di 3 cm in 3 cm

MANIFESTAZIONI PROVINCIALI (Prove Multiple)

Uomini

ALTO " R/i : 0.93-0.96-0.99-1.02-1.05-1.08-1.11-1.14-1.17-1.20 quindi di 2cm in 2 cm
ALTO C/i 1.02-1.05-1.08-1.11-1.14-1.17-1.20 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO A/i: 1.11-1.14-1.17-1.20-1.23-1.26-1.29 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.38-1.41-1.44-1.47-1.50-1.53 quindi di 3 cm in 3 cm
ASTA C/i: 1.80-1.90 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA A/i : 1.80-1.90 quindi di 10 cm in 10 cm
ASTA J-P-S: 2.00-2.10 quindi di 10 cm in 10 cm

Donne

ALTO C/e:1.02-1.05-1.08-1.11-1.14-1.17-1.20 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO A/e: 1.08-1.11-1.14-1.17-1.20 quindi di 3 cm in 3 cm
ALTO J-P-S: 1.14-1.17-1.20 quindi di 3 cm in 3 cm

SENIOR

UOMINI Fascia di età Progressioni

ALTO 35-44: 1,42-1,48-1,51 e poi di 3 cm in 3 cm
45-54: 1,30-1,36-1,39 e poi di 3 cm in 3 cm
55-64: 1,15-1,21-1,24 e poi di 3 cm in 3 cm
65 ed oltre: 0,85-0,90-0,95-1,00-1,05-1,10-1,15 e poi di 3 cm in 3 cm

ASTA: Fascia di età progressioni

35-49 2,30-2,40-2,50-2,60-2,70 e poi di 5 cm in 5 cm
50-64 2,10-2,20-2,30-2,40-2,50 e poi di 5 cm in 5 cm
65 ed oltre 2,00-2,10-2,20 e poi di 5 cm in 5 cm

DONNE Fascia di età Progressioni

ALTO:35-44 1,20-1,26-1,32 e poi di 3 cm in 3 cm
45-54 1,11-1,17-1,20 e poi di 3 cm in 3 cm
55 ed oltre 0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,05 e poi di 3 cm in 3 cm

ASTA: Fascia di età progressioni

tutte 1,80-1,90-2,00-2,10-2,20 e poi di 5 cm in 5 cm

MANIFESTAZIONI PROVE MULTIPLE

Nelle Prove Multiple la progressione dell'alto sia maschile che femminile e la seguente: 0,61-0,64-0,67-0,70-0,73-0,76-0,79-0,82-0,85-0,88-0,91-0,94-0,97-1,00-1,03-1,06-1,09-1,12-1,15-1,18-1,21-1,24-1,27-1,30-1,33-1,36-1,39-1,42-1,45-1,48-1,51-1,54-1,57-1,60 e poi di 3 cm in 3cm.

N.B. Le misure minime previste per l'entrata in gara sono legate alla possibilità tecnica dell'attrezzatura utilizzata.

DISTANZA BATTUTA SALTO TRIPLO

UOMINI

Fascia di età	battuta
35 - 44	m 9 o m 11
45 - 54	m 8 o m 10
55 - 59	m 7 o m 9
60 - 69	m 6 o m 8
70 ed oltre	m 5 o m 7

DONNE

<i>Fascia di età</i>	<i>battuta</i>
35 - 44	m 8 o m 10
45 - 54	m 7 o m 9
55 - 59	m 6 o m 8
60 - 69	m 5 o m 7
70 ed oltre	m 5 o m 6

DISTANZA ed ALTEZZE CORSE AD OSTACOLI

Categoria	Gara	Nr. ostacoli	Altezza ostacolo	Dist.partenza – 1° ostacolo	Dist.tra ostacoli	Dist.ultimo ostacolo e arrivo
EM/F 6	40	4	0.40	11.00	6.00	11.00
EM/F 8	40	4	0.40	11.00	6.00	11.00
EM/F 10	50	5	0.50	12.00	7.00	10.00
Ragazzi/e	60	6	0.60	12.00	7.50	10.50
Ragazzi/e	76	6	0.60	12.00	7.50	10.50
Ragazzi/e	200	5	0,60	20.00	35.00	40.00
Cadetti (Indoor)	50	4	0,84	13.00	8.50	11.50
Cadetti (Indoor)	55	5	0.84	13.00	8.50	8.00
Cadetti (Indoor)	60	5	0.84	13.00	8.50	13.00
Cadetti (Scuola)	80	8	0.76	13.00	8.00	11.00
Cadetti	100	10	0.84	13.00	8.50	10.50
Cadetti	300	7	0.76	50.00	35.00	40.00
Cadette (Indoor)	50	4	0.76	13.00	8.00	13.00
Cadette (Indoor)	55	5	0.76	13.00	8.00	10.00
Cadette (Indoor)	60	5	0.76	13.00	8.00	15.00
Cadette	80	8	0.76	13.00	8.00	11.00
Cadette (Scuola)	80	8	0.76	13.00	8.00	11.00
Cadette	300	7	0.76	50.00	35.00	40.00

Allievi (Indoor)	50	4	0.91	13.72	9.14	8.86
Allievi (Indoor)	60	5	0.91	13.72	9.14	9.72
Allievi	110	10	0.91	13.72	9.14	14.02
Allievi (Scuola)	110	10	0.84	13.72	9.14	14.02
Allievi	400	10	0.84	45.00	35.00	40.00
Allieve (Indoor)	50	4	0.76	13.00	8.50	11.50
Allieve (Indoor)	60	5	0.76	13.00	8.50	13.00
Allieve	100	10	0.76	13.00	8.50	10.50
Allieve (Scuola)	100	10	0.76	13.00	8.50	10.50
Allieve	400	10	0.76	45.00	35.00	40.00
Juniores U.	50	4	1.00	13.72	9.14	8.86
Juniores U.	60	5	1.00	13.72	9.14	9.72
Juniores U.	110	10	1.00	13.72	9.14	14.02
Pro/Sen U. (Indoor)	50	4	1.06	13.72	9.14	8.86
Pro/Sen U. (Indoor)	60	5	1.06	13.72	9.14	9.72
Pro/Sen U.	110	10	1.06	13.72	9.14	14.02
Jun/Pro/Sen U.	400	10	0.91	45.00	35.00	40.00
Jun/Pro/Sen D.(Ind)	50	4	0.84	13.00	8.50	11.50
Jun/Pro/Sen D.(Ind)	60	5	0.84	13.00	8.50	13.00
Jun/Pro/Sen D.	100	10	0.84	13.00	8.50	10.50
Jun/Pro/Sen D.	400	10	0.76	45.00	35.00	40.00
Cad/All/Jun/Pro/Sen	200	10	0.76	16.00	19.00	13.00
Senior U 35-49	110	10	1.00	13.72	9.14	14.02
Senior U 50-59	100	10	0.91	13.00	8.50	10.50
Senior U 60-69	100	10	0.84	12.00	8.00	16.00
Senior U 70-79	80	8	0.76	12.00	7.00	19.00
Senior U 80 e oltre	80	8	0.686	12.00	7.00	19.00
Senior D 35-39	100	10	0.84	13.00	8.50	10.50
Senior D 40-49	80	8	0.76	12.00	8.00	12.00
Senior D 50-59	80	8	0.76	12.00	7.00	19.00
Senior D 60 e oltre	80	8	0.686	12.00	7.00	19.00
Senior U 35-49	400	10	0.91	45.00	35.00	40.00
Senior U 50-59	400	10	0.84	45.00	35.00	40.00
Senior U 60-69	300	7	0.76	50.00	35.00	40.00
Senior U 70-79	300	7	0.686	50.00	35.00	40.00
Senior U 35 e oltre	200	10	0.76	16.00	19.00	13.00
Senior U 80 e oltre	200	5	0,686	20.00	35.00	40.00
Senior D 35-49	400	10	0.76	45.00	35.00	40.00
Senior D 50-59	300	7	0.76	50.00	35.00	40.00
Senior D 60-69	300	7	0.686	50.00	35.00	40.00
Senior D 35 e oltre	200	10	0.76	16.00	19.00	13.00
Senior D 70 e oltre	200	5	0,686	20.00	35.00	40.00

PESO DEGLI ATTREZZI

<i>Categoria</i>	<i>Peso</i>	<i>Disco</i>	<i>Martello con</i>	<i>Martello</i>	<i>Giavelotto</i>
------------------	-------------	--------------	---------------------	-----------------	-------------------

			maniglia corta		
EM/F 10	2 kg.				Vortex
Ragazzi	2 kg				Giavellotto 400g
Ragazze	2 kg				Giavellotto 400g
Cadetti	4 kg	1,5 kg		4 kg	600 g
Cadette	3 kg	1 kg		3 kg	400 g
Allievi	5 kg	1,500 kg		5 kg	700 g
Juniores U.	6 kg	1,750 kg		6 kg	800 g
Pro/Sen U.	7,260 kg	2 kg		7,260 kg	800 g
Allieve	3 kg	1 kg		3 kg	500 g
Jun/Pro/Sen D.	4 kg	1 kg		4 kg	600 g
Senior U 35-49	7,260 kg	2 kg	15,88 kg	7,260 kg	800 g
Senior U 50-59	6 kg	1,5 kg	11,34 kg.	6 kg	700 g
Senior U 60-69	5 kg	1 kg	9,08 kg.	5 kg	600 g
Senior U 70-79	4 kg	1 kg	7,260 kg	4 kg	500 g
Senior U 80 e oltre	3 kg	1 kg	5,45 kg.	3 kg	400 g
Senior D 35-49	4 kg	1 kg	9,08 kg.	4 kg	600 g
Senior D 50-59	3 kg	1 kg	7,260 kg	3 kg	500 g
Senior D 60-74	3 kg	1 kg	5,45 kg.	2 kg	400 g
Senior D 75 e oltre	2 kg	0,750 kg	4 kg	2 kg	400 g

CATEGORIE DI APPARTENENZA 2019

EM/F6	2012-2013
EM/F 8	2010-2011
EM/F 10	2008-2009
RAGAZZI	2006-2007
CADETTI	2004-2005
ALLIEVI	2002-2003
JUNIORES	2000-2001
PROMESSE	1999-1997
	SM23 SF23 1996-1985

SENIORES	SM35	SF35	1984-1980
	SM40	SF40	1979-1975
	SM45	SF45	1974-1970
	SM50	SF50	1969-1965
	SM55	SF55	1964-1960
	SM60	SF60	1959-1955
	SM65	SF65	1954-1950
	SM70	SF70	1949-1945
	SM75	SF75	1944-1940
	SM80	SF80	1939-1935
	SM85	SF85	1934-1930
	SM90	SF90	1929-1925
	SM95	SF95	1924 e oltre

PROGETTO DI INCENTIVAZIONE 2019

Il C.P. FIDAL di TARANTO al fine di incentivare le società nel reclutamento e nella gestione degli atleti e delle atlete appartenenti alle categorie promozionali Esordienti Maschili e Femminili, Ragazzi, Ragazze, Cadetti e Cadette, promuove i progetti sotto indicati.

TROFEO dello JONIO ***Sulla Terra e Strade dello Jonio***

Attraverso la promozione dell'attività di Cross, Corsa e Marcia su strada indice il "TROFEO DELLO JONIO" che comprende le attività "FUORI PISTA" di Cross, Corsa e Marcia e premia le società della provincia nell'attività svolta durante l'anno agonistico 2019 sul territorio Jonico correndo e marciando.

Alle manifestazioni partecipano tutte le società della provincia regolarmente affiliate al settore promozione con un numero illimitato di atleti.

Per la classifica finale saranno sommati i punteggi di ciascuna categoria.

MANIFESTAZIONI VALIDE:

CROSS

CORSA SU STRADA

MARCIA SU STRADA

Oggetto: **REGOLAMENTO DI ASSEGNAZIONE DEI PUNTEGGI PER LA COMPILAZIONE DELLE CLASSIFICHE PROVINCIALI MASCHILI E FEMMINILI**

<i>Manifestazioni</i>	<i>Corsa campestre</i>	<i>Corsa e marcia su strada</i>
<i>Numero prove</i>	<i>4 prove</i>	<i>3 prove</i>
<i>validità per classifica</i>	<i>Classifica fatta su tutte le prove</i>	<i>Classifica fatta su tutte le prove</i>
<i>Categorie</i>	<i>Cadetti M Ragazzi M EM 10</i>	<i>Cadetti M Ragazzi M EM 10</i>
<i>Punteggi</i>	30 punti al primo a scalare di 1 punto sino al 30° classificato	30 punti al primo a scalare di 1 punto sino al 30° classificato
	<i>Cadetti F Ragazzi F EF 10</i>	<i>Cadetti F Ragazzi F EF 10</i>
	20 punti alla prima a scalare di 1 punto sino alla 20 ^a classificata	20 punti alla prima a scalare di 1 punto sino alla 20 ^a classificata

GRAN PREMIO DEI DUE MARI

Attività su pista

Attraverso la promozione dell'attività di Pista indice il Gran Premio "DUE MARI di Corsa, Salti, Lanci e Marcia" che premia le società della provincia nell'attività su pista svolta durante l'anno agonistico 2019 sul territorio Jonico correndo, saltando, lanciando e marciando.

Oggetto: **REGOLAMENTO DI ASSEGNAZIONE DEI PUNTEGGI PER LA COMPILAZIONE DELLE CLASSIFICHE PROVINCIALI MASCHILI E FEMMINILI**

Per la classifica finale saranno sommati i punteggi di ciascuna categoria

MANIFESTAZIONI VALIDE

CHALLENGE STAFFETTE

CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETÀ ESORDIENTI, RAGAZZI/E, CADETTI/E

19° TROFEO MAGNA GRECIA RAGAZZI E CADETTI

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI

1° TROFEO CORRI, SALTI E LANCI

7° TROFEO MULTJONICA RAGAZZI/E e CADETTI/E

18° GRAN PREMIO PROVE MULTIPLE ESORDIENTI

Manifestazioni	Challenge Staffette	Trofeo Magna Grecia					Prove multiple
		C.d.S. Pista	Campionati Individuali	Corri Salti lanci	Tetrathlon Triathlon C/R/EM	Finale	
Numero prove	1 prova	1 prova 2 giornate	1 prova 2 giornate	1 prova 3 giornate	1 prova 1 giornate	1 prova 2 giornate	3 prove
validità per classifica	Classifica fatta sul Campionato staffette	Classifica fatta su tutte e due le giornate e specialità	Classifica fatta su tutte e due le giornate e specialità:	Classifica fatta su tutte e tre le giornate e specialità:		Classifica fatta su tutte e due le giornate e specialità	Classifica fatta su tutte e 3 fasi
Categorie	Cadetti M Ragazzi M EM/F	Cadetti M/F Ragazzi M/F EM/F 10					Cadetti M /F Ragazzi M/F
Punteggi	24 punti alla prima a scalare di 2 punto sino alla 12° classificata	12 punti al primo a scalare di 1 punto sino al 12° classificato					12 punti alla prima a scalare di 1 punto sino al 12° classificato



Comitato Provinciale Taranto
Settore Tecnico

SUPER PODIO DEGLI ATLETI

SETTORE PROMOZIONE

REGOLAMENTO GENERALE

1) IL C.P. FIDAL di TARANTO per incentivare l'attività del settore promozione e nel riconoscere i meriti degli atleti istituisce il "Super Podio degli Atleti".

2) Alla max classifica finale che racchiude tutti i Trofei partecipano tutti gli atleti delle società della provincia regolarmente affiliate al settore promozione ed è riservato alle categorie maschili e femminili Esordienti A, Ragazzi e Cadetti.

- Gran Prix Taranto Country
- Corsa e Marcia su strada
- Trofeo Magna Grecia
- Multijonica (Cadetti/e e Ragazzi/e)
- Gran Premio Prove Multiple (Esordienti A)
- Top Punteggi Tabellari

CRITERIO DI CLASSIFICA

Per ogni trofeo delle tre categorie interessate, si compilerà una classifica, secondo le norme dei singoli trofei. Ad ogni classifica saranno assegnati punti 12 al primo atleta classificato, 11 al secondo così via sino al 12°. Per la classifica finale per ogni atleta classificato saranno sommati i punti delle singole graduatorie, il primo classificato sarà proclamato vincitore del Super Podio saranno premiati i primi tre per ogni categoria e sesso.

Il F. T. P.

**ATTIVITA'
PROMOZIONALE
FUORI PISTA
FIDAL Taranto
2019**

Sulla Terra e Strade dello Jonio



Comitato Provinciale Taranto
Settore Tecnico

27° TROFEO DELLO JONIO

del Cross

MANIFESTAZIONE DI SOCIETA' DI CORSA CAMPESTRE
SETTORE PROMOZIONE
REGOLAMENTO

- 1) Il C.P.FIDAL di Taranto indice e le società di atletica leggera della provincia organizzano la 27^a edizione del "TROFEO DELLO JONIO del Cross".
- 2) Alla manifestazione partecipano tutte le società della provincia regolarmente affiliate al settore promozione.
- 3) La manifestazione si svilupperà in 4 giornate, l'ultima della prima parte di stagione sarà valida anche come campionato individuale sia per le categorie promozionali che quelle assolute.

4) NORME DI CLASSIFICA

Partecipano al trofeo gli atleti delle categorie Esordienti A, Ragazzi/e e Cadetti/e, a titolo individuale e promozionale partecipano anche gli Esordienti B-C.

Per ogni atleta classificatosi al primo posto delle tre categorie maschili, saranno assegnati punti 30, ai secondi classificati punti 29, e così via sino a punti 1 ai trentesimi classificati; stesso criterio per le categorie femminili ma partendo da 20 punti.

La classifica finale, ove saranno sommati i punteggi di ciascuna categoria, contribuirà alla Classifica finale dell'attività fuori pista "TROFEO DELLO JONIO 2019"

PROGRAMMA TECNICO E ORARIO GARA

ORE 09,00 Riunione giurie e concorrenti .

" 10,00 mt.500 EM/F 6 EM/F (nati nel 2013-2010

" 10,10 mt.1000 EM/ 10 2008-2008

" 10,20 Km 1,5 Ragazze 2007-2006

" 10,30 Km 1,5 Ragazzi 2007-2006

" 10,40 Km 2 Cadette 2005-2004

" 10,55 Km.2,5 Cadetti 2005-2004

" 11,15 km.4 SM 70 e oltre, Ass-Senior Donne 2003 e precedenti

" 11,40 km.6 Ass-Senior Uomini 2003 e precedenti IL F.T.P.



Comitato Provinciale Taranto
Settore Tecnico

8° TROFEO CROSS TERRA JONICA

MANIFESTAZIONE DI SOCIETA' DI CORSA CAMPESTRE SETTORE SENIOR AMATORI REGOLAMENTO

1) Il C.P.FIDAL di Taranto indice e le società di atletica leggera della provincia organizzano la 8ª edizione del "TROFEO CROSS TERRA JONICA"

2) Alla manifestazione partecipano tutte le società della provincia regolarmente affiliate al settore SENIOR e SM/35 e oltre.

3) La manifestazione si svilupperà in tre giornate, l'ultima sarà valida anche come campionato individuale.

4) NORME DI CLASSIFICA

Partecipano al trofeo gli atleti delle categorie maschili e femminili Senior e SM/35 e oltre.

Per ogni atleta classificatosi al primo posto delle categorie maschili, per ogni categoria, sino ad SM/55, saranno assegnati punti 30, ai 2° classificati punti 29, e così via sino a punti 1 ai 30° classificati, stesso criterio per le categorie SM/60 e oltre e tutte le categoria femminili partendo da 20 punti.

Per la classifica finale saranno sommati i punteggi di ciascuna categoria. Ai vincitori delle classifiche assolute maschile e femminile saranno assegnati il "TROFEO CROSS TERRA JONICA 2019".

PROGRAMMA TECNICO E ORARIO GARA

ORE 09,00 Riunione giurie e concorrenti .

" 10,00 mt.500 EM/F 6 EM/F 8 nati nel 2013-2010

" 10,10 mt.1000 EM/F 10 2008-2008

" 10,20 Km 1,5 Ragazze 2007-2006

" 10,30 Km 1,5 Ragazzi 2007-2006

" 10,40 Km 2 Cadette 2005-2004

" 10,55 Km.2,5 Cadetti 2005-2004

" 11,15 km.4 SM 70 e oltre, Ass-Senior Donne 2003 e precedenti

" 11,40 km.6 Ass-Senior Uomini 2003 e precedenti

IL F.T.P.



Comitato Provinciale Taranto
Settore Tecnico

19° GRAN PRIX TARANTO COUNTRY

MANIFESTAZIONE INDIVIDUALE DI CORSA CAMPESTRE SETTORE PROMOZIONE REGOLAMENTO GENERALE

- 1) IL C.P. FIDAL di TARANTO indice e le società di atletica leggera della stessa provincia organizzano la 19^a edizione del “GRAN PRIX TARANTO COUNTRY”.
- 2) Alla manifestazione partecipano tutti gli atleti delle società della provincia regolarmente affiliate al settore promozione e gli alunni delle scuole superiori medie ed elementari, muniti di tesserino dei giochi sportivi studenteschi.
- 3) La manifestazione, abbinata al TROFEO DELLO JONIO si svilupperà in 4 giornate, l'ultima è valida anche per l'assegnazione del “Gran Prix Taranto Country”.

NORME DI CLASSIFICA

Per ogni atleta delle tre categorie interessate, Esordienti A, Ragazzi e Cadetti, alla fine delle tre giornate saranno sommati i loro singoli punteggi acquisiti in ciascuna giornata.

La classifica finale del Gran Prix Taranto Country contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell'atleta.

Il F. T. P.



Comitato Provinciale Taranto
Settore Tecnico

Trofeo di Corsa e di Marcia Sulle Strade Dello Jonio

SETTORE PROMOZIONE

1- Il C.P. FIDAL di Taranto indice ed organizza il Trofeo di Corsa e Marcia sulle strade dello Jonio .

2- Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe in regola con il tesseramento 2019.

3- FASI DI SVOLGIMENTO

I campionati si svolgeranno in 3 giornate di cui una di Campionati individuali e una di campionati di Società

4- PROGRAMMA TECNICO

GARE CORSA Strada MARCIA Strada

EM/F 6 nati nel 2012-2011 mt.500 km.0,5

EM/F 8 EM/F 10 nati nel 2010-2007 mt.1000 km.1

Ragazze/i 2005-2006 mt.2000 km.2

Cadette/i 2004-2003 mt.2000 km.3 C/e km.5 C/i

4-NORME DI CLASSIFICA

SETTORE PROMOZIONE: Partecipano gli atleti delle categorie EM/F, Ragazzi/e e Cadetti/e. Per ogni atleta classificatosi al primo posto delle tre categorie maschili, EM/F 10, Ragazzi/e, Cadetti/e saranno assegnati punti 30 ai primi classificati, ai secondi classificati punti 29 e così via sino a punti 1 ai trentesimi classificati; stesso criterio per le categorie femminili ma partendo da 20 punti.

I punteggi acquisiti contribuiranno alla compilazione della classifica dell'attività fuori pista **“TROFEO DELLO JONIO”**.

CLASSIFICA INDIVIDUALE

Per ogni atleta delle tre categorie interessate, Esordienti A, Ragazzi e Cadetti, alla fine delle tre giornate saranno sommati i loro singoli punteggi acquisiti in ciascuna giornata.

La classifica finale contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell'atleta.

CLASSIFICA DI SOCIETA'

Per la classifica finale saranno sommati i punteggi di ciascuna categoria che contribuiranno alla classifica finale per l'assegnazione del **“TROFEO DELLO JONIO”**

PREMIAZIONI: Saranno premiati con medaglia i primi tre classificati per ogni categoria

**ATTIVITA'
PROMOZIONALE
ESTIVA SU PISTA
FIDAL Taranto
2019**

PROGETTO TECNICO 2019 - CADETTI-RAGAZZI-ESORDIENTI

FASE PROVINCIALE CAMPIONATI DI SOCIETÀ 2019 EM/F- RAGAZZI/E-CADETTI/E

1- Il C.R. FIDAL indice ed il C.P. FIDAL Taranto organizza la fase Provinciale dei Campionati di Società su pista Ragazzi/e-Cadetti/e, il Campionato Provinciale di società Esordienti A. La manifestazione concorre alla compilazione della classifica del Gran Premio Due Mari.

NORME DI PARTECIPAZIONE

2- Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe, collegate con il CdS e in regola con il tesseramento 2019.

Ogni atleta può prendere parte complessivamente a 2 gare più una staffetta nell'arco delle due giornate e comunque a non più di due gare individuali o a una gara ed una staffetta nella stessa giornata; gli atleti della categoria Cadetti/e nell'ambito delle due giornate possono prendere parte ad una sola delle seguenti gare: 1000 m., 2000 m. e marcia 3/5 Km; i partecipanti al Pentathlon non possono prendere parte ad altra gara del programma; gli atleti della categoria Ragazzi/e non possono prendere parte ad entrambe le gare dei 1000 m. e della marcia come gli Esordienti partecipanti ai m.600 non possono prendere parte alla gara di marcia. Gli atleti della categoria Cadetti/e nell'ambito delle due giornate possono prendere parte ad una sola delle seguenti gare: 1000 m. 2000 m. 1200st e marcia 3/5 Km; gli atleti della categoria Ragazzi/e non possono prendere parte ad entrambe le gare dei 1000 m. e della marcia.

Nei concorsi per la categoria **Ragazzi/e** ed **Esordienti** le prove a disposizione sono **tre**, mentre per gli atleti della categoria **Esordienti** nell'alto, le prove per ogni atleta sono al massimo di **due** per ciascuna misura.

Nei concorsi per la categoria Cadetti/e le prove a disposizione sono **quattro** mentre nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura, ad eccezione degli atleti partecipanti alle prove multiple ove il numero delle prove sono sempre **tre**.

3- Le iscrizioni, corredate con il numero di gara e con indicazione obbligatoria dei tempi di accredito, devono essere accompagnate con la tassa giornata gara di 1 € ad atleta del settore promozione e devono essere effettuate entro le ore 24,00 del giorno prefissato nel Dispositivo di gara attraverso i consueti links. Il pagamento della tassa avverrà al momento delle conferme iscrizioni.

NORME DI CLASSIFICA

FASE PROVINCIALE

4- Per ciascuna gara verranno attribuiti punteggi in base alle vigenti tabelle.

Per la categoria Esordienti/e ogni società potrà sommare i migliori **10** punteggi in **6** diverse gare. Per la categoria Ragazzi/e ogni società potrà sommare i migliori **10** punteggi in **6** diverse gare.

Per la categoria Cadetti/e ogni società potrà sommare i migliori **12** punteggi in **8** diverse gare.

Per tutte e tre le categorie ogni Società può sommare complessivamente da un minimo di **1** ad un massimo di **4** punteggi aggiuntivi. **Nell'ambito della stessa specialità individuale può essere recuperato un solo punteggio aggiuntivo** ad eccezione delle prove multiple per le quali non sarà possibile sommare alcun punteggio aggiuntivo **ed ai fini della classifica il punteggio ottenuto nelle prove multiple sarà decurtato di un terzo (es. risultato finale prova multipla 3000 punti ai fini della classifica saranno sommati 2000 punti).**

Risulterà vincente, per ciascuna categoria, la società che dopo la somma dei punteggi avrà ottenuto il maggior risultato.

Saranno ammesse alla finale Regionale le 12 migliori società classificate; verranno prese in considerazione per la classifica regionale le società della categoria Ragazzi/e che avranno coperto almeno 6 gare in 6 diverse specialità e le società della categoria Cadetti/e che avranno coperto almeno 8 gare in 8 specialità diverse.

Nel caso in cui non ci fossero, per ciascuna categoria, 12 società a punteggio pieno, verranno ammesse alla finale le società Ragazzi/e che avranno coperto 5 gare e 9 punteggi e così a scalare e le Società Cadetti/e che avranno coperto 7 gare e 11 punteggi e così a scalare fino a completare la griglia delle 12 finaliste.

Per la classifica provinciale non saranno ammesse in classifica le società che coprono meno di 3 diverse gare Esordienti, 4 diverse gare Ragazzi e 5 diverse gare Cadetti.

5- Gli atleti partecipanti alla manifestazione si devono attenere alla regola 180 sezione concorsi “In tutti i concorsi dove è usata una pedana di rincorsa è consentito usare dei segnali a fianco della stessa, ad eccezione del salto in alto dove i segnali possono essere posti all’interno della pedana di rincorsa. L’atleta può usare segnalini forniti dall’organizzazione o nastro adesivo, ma non gesso o sostanze similari né qualsiasi cosa che possa lasciare segni indelebili”

6- Per quanto non contemplato in questo regolamento valgono le norme tecniche e statutarie della Fidal e del GGG e quelle specifiche dei trofei.

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti\e: 80 300 1000 2000 1200 st. 100 hs 300 hs alto triplo Asta lungo martello disco peso giavellotto Marcia km.3/5 esathlon/pentathlon 4x100**Ragazzi\e:** 60 300 1000 60 hs 200 hs alto Lungo giavellotto peso marcia km.2 4x100

EM/F 10: 50 300 600 50 hs 200 hs marcia km.1 alto lungo peso vortex 4x50

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI PISTA EM/F- RAGAZZI/E-CADETTI/E 2019

1-Il C.P. FIDAL indice ed organizza i **Campionati provinciali individuali Promozione e validi anche come 3[^]/4[^] Giornata del Trofeo “Magna Grecia”** Cadetti/e-Ragazzi/e-Esordienti A. La manifestazione concorre alla compilazione della classifica del Gran Premio Due Mari e al Gran Prix Super Podio degli Atleti.

NORME DI PARTECIPAZIONE

2- Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe in regola con il tesseramento 2019.

3- Ogni atleta può prendere parte a 2 gare nell’arco della **manifestazione**; i partecipanti alla gara di m.600 e marcia km 1 per la categoria Esordienti, m.1000 e marcia km 2 per le categorie Ragazzi/e ed alle gare di m.1000 e m.2000 e marcia km 5/3 per i Cadetti/e non possono partecipare ad altra gara nell’arco della stessa giornata

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti\e: 80 300 1000 2000 1200 st. 100 hs 300 hs alto triplo Asta lungo martello disco peso giavellotto Marcia km.3/5**Ragazzi\e:** 60 300 1000 60 hs 200 hs alto lungo triplo giavellotto peso disco marcia km.2

EM/F 10: 50 300 600 50 hs 200 hs marcia km.1 alto lungo peso vortex

EM/F 6 EM/F 8:50 200 400 40 hs alto lungo vortex

**1° TROFEO “CORRI - SALTI – LANCI
EM/F- RAGAZZI/E E CADETTI/E
2019**

1- Il C.P. FIDAL indice ed organizza il **1°Trofeo Corri-Salti-Lanci valido come 1[^]/7[^]/8[^] Giornata del Trofeo “Magna Grecia” Cadetti/e-Ragazzi/e ed EM/F 10**. La manifestazione concorre alla compilazione della classifica del Gran Premio Due Mari e al Gran Prix Super Podio degli Atleti..

NORME DI PARTECIPAZIONE

2- Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe, collegate con il CdS e in regola con il tesseramento 2019.

3. Fasi di Svolgimento

La manifestazione si svolgerà in 3 giornate:

- 1^a Giornata la Corsa
- 2^a Giornata i Salti
- 3^a Giornata i Lanci

3-Ogni atleta può prendere parte a 2 gare nell’arco delle singole manifestazione; i partecipanti alla gara di m.600 e marcia km1 per la categoria Esordienti, m.1000 e marcia km 2 per le categorie Ragazzi/e ed alle gare di m.1000 e m.2000 e marcia km5/3 possono partecipare ad altra gara sino ad un massimo di m. 200.

NORME DI CLASSIFICA INDIVIDUALE

Per ogni singola Specialità, sia maschile che femminile, tutti i risultati ottenuti dagli atleti/e vengono rapportati alle tabelle di punteggio. Viene compilata una classifica determinata dalla somma dei singoli punteggi realizzati da ciascun atleta che determineranno alla conclusione dell’intera manifestazione la classifica finale.

Ai fini della classifica viene considerata coperta anche la gara in cui un atleta abbia realizzato tre prove nulle, si ritiri o venga squalificato.

La classifica finale del Trofeo contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell’atleta.

PROGRAMMA TECNICO

1^a Giornata la Corsa: Cadetti/e:80 300 1000 1200 st. 100 hs 300 hs Marcia km.3/5

Ragazzi/e: 60 300 1000 60 hs 200 hs marcia km.2

EM/F 10: 50 300 600 50 hs 200 hs marcia km.1

2^a Giornata i Salti: Cadetti/e: alto triplo asta lungo

Ragazzi/e: alto lungo triplo

EM/F 10: alto lungo

3^a Giornata i Lanci: Cadetti/e: disco peso giavellotto martello

Ragazzi/e: disco peso giavellotto

EM/F 10: peso vortex

19[^]EDIZIONE TROFEO “MAGNA GRECIA”

1-Il C.P.FIDAL indice ed organizza il 19° Trofeo “MAGNA GRECIA” riservato alle categorie Cadetti/e-Ragazzi/e-EM/F 10A valido anche per la partecipazione al **Gran Premio dei Due Mari**.

2-Alla manifestazione possono partecipare le società della provincia in regola con il tesseramento settore promozione e con un numero illimitato di atleti.

3-Ogni atleta può partecipare nell’ambito delle singole giornate ad un massimo di due gare ad esclusione degli atleti partecipanti a gare superiori ai m.1000 che non possono partecipare ad altre gare nella stessa giornata.

4-NORME DI CLASSIFICA TROFEO “MAGNA GRECIA”

INDIVIDUALE: Al termine delle 10 giornate Cadetti/e, Ragazzi/e ed EM/F 10 (2 giornate dei campionati provinciali di società, 2 giornate dei campionati provinciali individuali, 1 giornata della manifestazione di Tetrathlon Cadetti/e, di Triathlon Ragazzi/e ed EM/F10, 3 giornate del Trofeo Corri, Salti e lanci più le 2 giornate di finale) verrà compilata una classifica individuale sia maschile che femminile, che terrà conto della somma, per ogni atleta dei migliori punteggi acquisiti in 5 specialità diverse tra cui una corsa, un salto e un lancio.

La classifica finale del Trofeo “Magna Grecia” contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell’atleta.

CLASSIFICA DI SOCIETÀ’: Per la compilazione della classifica di società per ogni categoria si sommeranno i punteggi di tutti gli atleti che avranno completato il punteggio previsto; le società prime classificate saranno proclamate campioni provinciali.

CLASSIFICA TROFEO “MAGNA GRECIA”

Alla fine delle compilazioni delle classifiche di società di categoria, per ottenere le società vincenti del Trofeo “Magna Grecia”, si sommeranno i punteggi delle classifiche Cadetti, Ragazzi ed EM/F 10 per i maschi e omologamente per le categorie femminili, in modo tale da avere due classifiche una maschile e una femminile, sommando per ciascuna società i punteggi delle due classifiche si avrà l’indicazione del nome della società vincente.

TROFEO GRAN PREMIO DUE MARI

- Al trofeo Gran Premio Due Mari, risulteranno valide 8 giornate di cui 2 giornate dei campionati di società, 2 giornate dei campionati provinciali individuali, 2 giornate dei campionati di biathlon più le 2 giornate di finale del Trofeo.

- In ogni singola manifestazione per ciascuna gara e per ciascuna categoria verranno attribuiti 12 punti al primo a scalare di 1 punto sino al 12° classificato.

PROGRAMMA TECNICO CADETTI E CADETTE

1[^] e 3[^] GIORNATA:80 1000 300 HS ALTO LUNGO PESO GIAVELLOTTO MARCIA.

2[^] e 4[^] GIORNATA:300 2000 1200st. 80/100 HS ASTA TRIPLO DISCO. MARTELLO

PROGRAMMA TECNICO RAGAZZI E RAGAZZE

1[^] e 3[^] GIORNATA:60 200HS 600 LUNGO GIAVELLOTTO DISCO

2[^] e 4[^]GIORNATA:60 HS 300 1000 ALTO TRIPLO PESO MARCIA.

PROGRAMMA TECNICO EM/F 10

1^ e 3^GIORNATA:50 200HS 600 ALTO PESO

2^ e 4^GIORNATA:50 HS 300 LUNGO VORTEX MARCIA

TROFEO MULTJONICA 2019 PROVE MULTIPLE RAGAZZI\I-E-CADETTI\E

1.Il C.P. FIDAL indice il Trofeo 7^ Multjonica 2019 riservato alla categorie Cadetti-Ragazzi e Cadette-Ragazze.

2-Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe in regola con il tesseramento 2019.

3-Fasi di Svolgimento

Il Trofeo di prove multiple Ragazzi/e si svolge con le seguenti manifestazioni:

- Fase Provinciale di Triathlon (valida anche come Trofeo Magna Grecia)
- Campionato Provinciale individuale Tetrathlon
- Campionato Provinciale di Società Tetrathlon

Il Trofeo di prove multiple Cadetti/e si svolge con le seguenti manifestazioni:

- Fase Provinciale di Tetrathlon (valida anche come Trofeo Magna Grecia)
- Campionato provinciale individuale Esathlon Cadetti-Pentathlon Cadette
- Campionato Provinciale di Società Esathlon Cadetti-Pentathlon Cadette

4-Norme di Classifica Ragazzi:

- Il Trofeo prevede 3 manifestazioni di cui una prova di Triathlon e due prove di Tetrathlon (una valida per il titolo societario e l'altra per i titoli individuali Provinciale).
- Ai fini delle classifiche i risultati verranno rapportati alle apposite tabelle di punteggio per le categorie Ragazzi/e.
- Norme per la classifica Provinciale di Società **per singola manifestazione:** le classifiche di società, una maschile l'altra femminile, saranno determinate da un massimo di 5 punteggi di atleti/e della stessa società.
- Per ogni manifestazione sarà stilata una specifica graduatoria.
- Norme per la classifica Provinciale definitiva di Società che sarà determinata dalla somma dei punteggi per ciascuna società delle 3 manifestazioni previste.

Norme di Classifica Cadetti:

- La fase Provinciale prevede 3 manifestazioni di cui una prova di Tetrathlon e due di Esathlon per i Cadetti e Pentathlon per le Cadette, la prima per ciascuna categoria valida per il titolo societario e l'altra per i titoli individuali Provinciale.
- Ai fini delle classifiche i risultati verranno rapportati alle apposite tabelle di punteggio per le categorie cadetti/e.
- Norme per la classifica Provinciale di Società **per singola manifestazione:** le classifiche di società, una maschile l'altra femminile, saranno determinate da un massimo di 4 punteggi di atleti/e della stessa società
- Per ogni manifestazione sarà stilata una specifica graduatoria.

Norme per la classifica Provinciale definitiva di Società che sarà determinata dalla somma dei punteggi delle 3 manifestazioni per ciascuna società.

La classifica individuale finale del Trofeo "Multjonica" contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell'atleta.

5- Gli atleti partecipanti alla manifestazione si devono attenere alla regola 180 sezione concorsi "In tutti i concorsi dove è usata una pedana di rincorsa è consentito usare dei segnali a fianco della stessa ad eccezione del salto in alto dove i segnali possono essere posti all'interno della pedana di rincorsa. L'atleta può usare segnalini forniti dall'organizzazione o nastro adesivo ma non gesso o sostanze similari né qualsiasi cosa che possa lasciare segni indelebili".

5-Per quanto non contemplato in questo regolamento valgono le norme tecniche e statutarie della FIDAL e del GGG e quelle specifiche dei trofei.

6-Il C.P. FIDAL di Taranto declina ogni responsabilità per quanto possa accadere prima durante e dopo la manifestazione.

PROGRAMMA TECNICO

RAGAZZI/E: Triathlon: **A** mt.60 alto giavellotto; **B** mt.60 hs lungo giavellotto **C** lungo giavellotto 600;

Tetrathlon: mt.60 hs lungo giavellotto mt.600

CADETTI: Tetrathlon mt.80 lungo giavellotto mt.600 - Esathlon mt.100 hs alto giavellotto disco lungo mt.1000

CADETTE:Tetrathlon mt.80 lungo giavellotto mt.600 - Pentathlon mt.80 hs alto giavellotto lungo mt.600

NORME DI CLASSIFICA Gran Premio Due Mari

Per ciascuna gara verranno attribuiti 12 punti al primo a scalare di 1 punto se i classificati sono maggiori di 12 ,1 punto dal 12° in poi

PROGETTO TECNICO 2019 ESORDIENTI

L'attività si articola nelle seguenti manifestazioni:

CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETA': EM/F 10

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI: tutte e 3 le categorie.

CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETA' PROVE MULTIPLE: EM/F 10-

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI PROVE MULTIPLE: EM/F10

GRAN PREMIO DI PROVE MULTIPLE: E/MF10

GRAN PREMIO DI PROVE MULTIPLE 2019

1-Il C.P.FIDAL indice ed organizza il Gran Premio di Prove Multiple riservato agli Esordienti A, che comprendono i campionati provinciali di società e individuali di Prove Multiple riservato alla categoria Esordienti A.

2-Alla manifestazione possono partecipare tutti gli atleti della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe in regola con il tesseramento 2019.

3- FASI DI SVOLGIMENTO

Il Gran Premio si svolgerà in 3 giornate

4-PROGRAMMA TECNICO

1^GIORNATA: 50 Lungo Vortex (valida anche come Trofeo Magna Grecia)

2^GIORNATA: Campionato provinciale individuale Triathlon (Triathlon A: mt.50 lungo vortex; B: mt.50 hs alto peso C: lungo vortex 600)

3^GIORNATA: Campionato Provinciale di Società Triathlon (Triathlon A: mt.50 lungo vortex; B: mt.50 hs alto peso C: lungo vortex 600)

5-NORME DI CLASSIFICA GRAN PREMIO PROVE MULTIPLE

-Viene stilata la classifica provinciale individuale.

-Ai fini delle classifiche i risultati vengono rapportati alle apposite tabelle di punteggio per la categoria Esordienti. La somma dei punteggi ottenuti nelle 3 prove previste dal programma tecnico determinerà la classifica finale.

La classifica finale del Gran Premio Prove Multiple contribuirà alla compilazione del Gran Premio SUPER PODIO dell'atleta.

6-NORME DI CLASSIFICA CAMPIONATO DI SOCIETA'.

-Ai fini delle classifiche i risultati verranno rapportati alle apposite tabelle di punteggio per le categorie Esordienti M/F.

-Le classifiche di società, una maschile l'altra femminile, saranno determinate da un massimo di 5 punteggi di atleti/e della stessa società, ottenuti dalla somma di essi indipendentemente dal tipo di Triathlon.

7-NORME DI CLASSIFICA Gran Premio Due Mari

-Per ciascuna gara verranno attribuiti 12 punti al primo a scalare di 1 punto se i classificati sono maggiori di 12 e 1 punto dal 12° in poi.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI EM/F 6-8-10

1-Il C.P.FIDAL indice ed organizza i campionati individuali di categoria.

2-Ogni concorrente può partecipare sino ad un massimo di due gare individuali

MANIFESTAZIONE PROVE MULTIPLE

EM/F6 - EM/F8

1) Il C.P.FIDAL indice ed organizza le manifestazioni di Triathlon per la categoria B e Biathlon per la categoria C.

2) Le manifestazioni si svolgeranno in 6 giornate.

3) Gli atleti partecipano a titolo individuale per cui per ogni gara della singola giornata si assegneranno i punti della tabella punteggi della categoria Esordienti.

PROGRAMMA TECNICO

1^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 50 lungo

2^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 40 hs vortex

3^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 50400

4^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 50 peso

5^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 40hs alto

6^ GIORNATA: EM/F 6 EM/F 8 50 200

4ª CHALLENGE PROVINCIALE di STAFFETTE

C.d. S. STAFFETTE GIOVANILE e ASSOLUTI/SM/35 e oltre

1-Il C.P.FIDAL indice ed organizza la 4ª Challenge Provinciale di Staffette valido come Campionato di Società su pista giovanile e assoluti/SM/35 e oltre.

NORME DI PARTECIPAZIONE

2- Alla manifestazione possono partecipare tutte le società della provincia Jonica e delle società delle provincie limitrofe regolarmente affiliate per la stagione 2019 con un numero illimitato di staffette delle categorie EM/F/Ragazzi/Cadetti/Assoluti /SM/35 e oltre maschili e femminili purché in possesso della tessera federale regolarmente vidimata per la stagione in corso.

3-Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due staffette escluso i partecipanti alla 3 x 800 Ragazzi/e ed alla 3 x 1000 Cadetti/e che possono partecipare solo alle predette staffette.

NORME DI CLASSIFICA

4-Alla fine della manifestazione saranno stilate 4 classifiche di cui 2 giovanili (maschile e femminile) e 2 assoluti-senior master (maschile e femminile). La classifica di ciascun gruppo (Giovanile e Assoluti/Senior master) è determinata dalla somma dei punti ottenuti dalla medesima società in tutte le staffette del gruppo stesso, attribuendo 24 punti alla prima staffetta classificata, 22 alla seconda, 20 alla terza e così di seguito fino alla 12ª alla quale sono attribuiti 2 punti.

5- In caso di parità viene classificata prima la società che ottiene il miglior punteggio nelle singole staffette del gruppo. In caso di ulteriore parità viene considerato il secondo punteggio. Se la parità permane le società vengono classificate a pari merito.

PREMIAZIONI

6- Sono premiate, per ciascuna gara, le prime 3 staffette classificate.

7- Sono assegnati, sia per gli uomini che per le donne, due Trofei: uno alla prima società classificata del “gruppo giovanile” e uno alla prima società classificata del “gruppo assoluti/senior master”.

8-PUNTEGGI GRAN PRIX DEI DUE MARI

Per ciascuna società per il contributo alla classifica del Gran Prix Due Mari valgono gli stessi punti della classifica di società .

9-Per quanto non contemplato in questo regolamento valgono le norme tecniche e statutarie della FIDAL e del GGG e quelle specifiche dei trofei.

PROGRAMMA TECNICO

Assoluti-SM/35 e oltre Uomini: 4x100 4x400 4x1500

Assoluti-SM/35 e oltre Donne: 4x100 4x400 4x800

Cadetti/e: 4x100 3x1000

Ragazzi/e: 4x100 (senza vincolo di cambio) 3x800

EM/F: 4x50 (senza vincolo di cambio) svedese 200 –150 –100 – 50 mt

TOP PUNTEGGI TABELLARI

Alla fine della stagione agonistica su pista, per ogni categoria promozionale Cadetti, Ragazzi ed EM/F10 si compileranno delle classifiche dei migliori punteggi tabellari ottenuti da ciascun atleta e conseguiti nelle gare provinciali.

Ad ogni classifica saranno assegnati punti 12 al primo atleta classificato, 11 al secondo così via sino al 12° che contribuiranno alla compilazione del Gran premio del SUPER PODIO degli atleti.

