

## REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE

Principali modifiche approvate dal IAAF Council/Congress  
Mosca (Russia) – 7 agosto 2013

In vigore dal 1° Novembre 2013

Regola	Testo modificato
	<b>CAPITOLO 5 – REGOLE TECNICHE</b>
125.10 Arbitri	Quando un atleta con una disabilità fisica sta gareggiando in una competizione soggetta a queste Regole, l'Arbitro competente può interpretare o consentire una variazione di qualsiasi Regola pertinente (diversa dalla Regola 144.2), per permettere la partecipazione dell'atleta a condizione che tale variazione non fornisca all'atleta un vantaggio rispetto ad un altro atleta in gara nello stesso evento. In caso di dubbio o se la decisione è contestata, la questione è rimessa alla Giuria d'Appello. <i>Nota: Questa Regola non è destinata a consentire la partecipazione nelle corse di guide per gli atleti non vedenti, se non consentito dal regolamento di una specifica competizione.</i>
141.3 Categorie degli Atleti	<i>Categorie per sesso</i> Quando una competizione mista è organizzata al di fuori dello stadio o in uno dei limitati casi di cui alla Regola 147, i risultati dovrebbero essere separati per uomini e per donne o comunque fornita un'indicazione in tal senso.
142.4 Iscrizioni	<i>Mancata partecipazione</i> Un certificato medico, rilasciato sulla base di una visita dell'atleta da parte del Delegato Medico designato ai sensi della Regola 113, o, se non designato alcun Delegato Medico, dal medico ufficiale del Comitato Organizzatore, 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 <b>in programma</b> in un giorno successivo della competizione.
144.2 Assistenza agli Atleti	<i>Fornire assistenza</i> Ai fini di questa Regola, i seguenti esempi devono essere considerati come assistenza, pertanto non permessi: (h) visione da parte degli atleti partecipanti ai concorsi, di immagini di precedenti prove, registrate per loro da parte di persone non collocate nella zona di competizione (vedi Regola 144.2(b)). Il dispositivo di visualizzazione o le relative immagini non devono essere portate nella zona di gara.
162 La Partenza	1. <i>Nota (ii): la linea di partenza dei 1500m può essere estesa all'esterno della corsia curva nella misura in cui lo consente la stessa superficie sintetica.</i> 6. <i>Nota (i): Qualsiasi movimento di un atleta che non comprende o ha come conseguenza la perdita di contatto del piede/piedi dell'atleta con la piastra metallica dei blocchi di partenza, o la perdita di contatto della mano/mani dell'atleta con il terreno, non deve essere considerata quale inizio della partenza. Queste situazioni possono essere soggette, ove il caso, ad ammonizione disciplinare o squalifica.</i> <i>Nota (ii): In considerazione del fatto che gli atleti che iniziano le gare in posizione eretta sono più inclini ad uno sbilanciamento, quando tale movimento è ritenuto accidentale, dovrà essere fornito il comando "al tempo".</i>
166.4 Turni e batterie	(b) . . . . . <i>Nota: quando vi sono più corsie che atleti, la corsia/e interna deve rimanere sempre libera</i>
167.2 Parità	<i>Nota: Dove la qualificazione per il turno successivo è basata sul piazzamento e sul tempo (esempio: i primi tre di ciascuna delle due batterie, più i successivi due migliori tempi), e vi è una parità per l'ultima posizione di qualificazione in base al piazzamento, qualificando al turno successivo gli atleti in parità, dovrà essere conseguentemente ridotto il numero degli atleti qualificati in base al tempo</i>
170.1 Staffette	<i>Nota: la Staffetta Mista può essere corsa in un ordine diverso, nel qual caso devono essere fatti gli opportuni adattamenti per l'applicazione delle Regole 170.14, 170.18, 170.19 e 170.20</i>
183 Salto con l'Asta	<i>La Gara</i> 3. E' consentito l'uso dei guanti. <i>Attrezzature</i> 8. <i>Nota: Un atleta può posizionare un'imbottitura attorno alla cassetta per una protezione aggiuntiva</i>

	<i>durante ogni sua prova. Il posizionamento di tale equipaggiamento deve essere effettuato entro il termine stabilito per la prova dell'atleta e lo stesso sarà rimosso dall'atleta immediatamente dopo che la sua prova è stata completata.</i>
<b>184.8</b> <b>Salto in Estensione</b>	<b>Misurazione delle distanze</b> Tutti i salti debbono essere misurati dal segno più vicino alla linea di stacco o al suo prolungamento lasciato da qualsiasi parte del corpo dell'atleta o <b>qualsiasi cosa unita al corpo, nel momento in cui ha lasciato il segno</b> nella zona di caduta.
<b>200.5</b> <b>Prove Multiple</b>	<b>ALLIEVI (Decathlon)</b> 5. Il Decathlon consiste in dieci gare.....
<b>240</b> <b>Corse su Strada</b>	<b>Punti di spuggnaggio e distribuzione di acqua potabile e punti di rifornimento</b> 8. (b) <i>Nota (i): Dove le condizioni lo giustificano, tenendo conto del tipo di competizione, delle condizioni meteorologiche e delle condizioni fisiche della maggior parte dei concorrenti, acqua e/o rifornimenti possono essere collocati a intervalli più regolari lungo il percorso</i> (c) <b>I rifornimenti possono includere bevande energetiche, integratori, prodotti alimentari o qualsiasi altro prodotto diverso dall'acqua. Il Comitato Organizzatore determinerà quali rifornimenti saranno forniti in base alle effettive condizioni.</b> (e) <b>Il Comitato Organizzatore deve determinare, con barriere, tabelloni o marcature sul terreno, la zona in cui possono essere ricevuti o raccolti i rifornimenti. Non dovrebbe essere direttamente sulla linea del percorso misurato.</b> <b>Tali persone devono rimanere all'interno dell'area designata e non accedere al percorso né ostacolare qualsiasi atleta.</b> (g) <b>Un atleta può in qualsiasi momento, trasportare acqua o rifornimenti a mano o attaccati al suo corpo, la cui provvista è stata effettuata fin dall'inizio o raccolti o ricevuti in una postazione ufficiale.</b> (h) <b>Un concorrente, che riceve o si rifornisce o prende acqua in un posto diverso da quelli stabiliti dagli organizzatori, , salvo i casi previsti da ragioni mediche o sotto il controllo degli ufficiali di gara, o prende il rifornimento di un altro atleta, dovrebbe essere normalmente ammonito dall'Arbitro, per questa prima infrazione, mostrandogli un cartellino giallo. Per una seconda infrazione l'Arbitro deve squalificare l'atleta, di norma mostrandogli un cartellino rosso. L'atleta deve poi lasciare immediatamente il percorso.</b>
<b>251</b> <b>Corse in Montagna</b>  <i>dedicato un capitolo, riscritta la regola</i>	<b>Le quattro diverse tipologie di Corsa in Montagna</b> 2. (a) <b>Corsa in Montagna classica:</b> (b) <b>Corsa in Montagna di Lunga Distanza:</b> (c) <b>Corsa in Montagna a Staffetta</b> (d) <b>Corsa in Montagna a cronometro</b> <b>Sicurezza e Servizio Medico</b> 4. (a) <b>Il Comitato Organizzatore delle Corse in Montagna deve garantire la sicurezza dei concorrenti e degli Ufficiali di Gara.</b>
<b>260</b> <b>Primati Mondiali</b>	<b>Condizioni specifiche</b> 26. (d) <b>Nelle gare di lancio, gli attrezzi usati devono essere stati controllati prima della competizione in conformità con la Regola 123. Se l'Arbitro viene a conoscenza, durante una gara, che un record è stato eguagliato o migliorato, dovrà marcare immediatamente l'attrezzo usato e procedere ad una verifica per accertare se ancora è conforme alle Regole o se non vi è stata alcuna modifica nelle caratteristiche.</b>
<b>261</b> <b>Primati Mondiali</b>	<b>Donne</b> Corse, Prove Multiple e Marcia: ..... (C.A.) o (T.M.) 1000m; 1500m; 1 Miglio; 2000m; 3000m; 5000m; 10.000m; 20.000m; 1 Ora; 25.000m; 30.000m; 3000m Siepi; Staffette: 4x800m; <b>4x1500m;</b> Marcia su Pista: 10.000m; 20.000m; ..... <b>Nelle Corse su Strada vi dovrebbero essere due Primati del Mondo femminili: un Primato Mondiale per prestazioni ottenute in gare miste e un Primato Mondiale per prestazioni ottenute in gare solo femminili.</b>



## **REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE**

**Modifiche approvate dal IAAF Council/Congress  
Mosca (Russia) – 7 agosto 2013**

**In vigore dal 1° Novembre 2013**

**MODIFICHE AL REGOLAMENTO TECNICO INTERNAZIONALE**  
**Approvate dal IAAF Council–Congress Mosca, 7 Agosto 2013**  
**in vigore dal 1° Novembre 2013** *(traduzione italiana a cura del Gruppo Giudici Gare)*

Regola	Testo attuale	Testo modificato
	<b>CAPITOLO 5 – REGOLE TECNICHE</b>	<b>CAPITOLO 5 – REGOLE TECNICHE</b>
<b>110</b> <b>Ufficiali di Gara Internazionali</b>	(e) Ufficiali Tecnici Internazionali/Ufficiali Internazionali di Corsa Campestre, di Corse su Strada, di Corsa in Montagna <del>e Ufficiali Internazionali di Area</del> (f) Giudici di Marcia Internazionali <del>e di Area</del>  <i>Aggiunta Nota (ii)</i>	(e) Ufficiali Tecnici Internazionali/Ufficiali Internazionali di Corsa Campestre, di Corse su Strada, di Corsa in Montagna (f) Giudici di Marcia Internazionali  <i>Nota (ii): Gli Ufficiali Tecnici Internazionali di cui alle lettere da (e) a (i), possono essere classificati come “Livello IAAF” e “Livello Area” in conformità al sistema di valutazione IAAF.</i>
<b>115.1</b> <b>ITOs ICROs</b>	<i>Nota (i): Nelle competizioni organizzate secondo la Regola 1.1(e) e (f) la mansione sopra riportata si applica ugualmente agli ATO designati.</i>	
<b>116</b> <b>Giudici di Marcia Internazionali</b>	L'Elenco dei Giudici di Marcia Internazionali è stabilito dal Comitato IAAF della Marcia, conformemente ai criteri approvati dal Consiglio della IAAF. I Giudici di Marcia designati per tutte le Competizioni Internazionali, indicate alla Regola 1.1(a), dovranno far parte dell'Elenco dei Giudici di Marcia Internazionali. <i>Nota: I Giudici di Marcia convocati per le gare indicate dalla Regola 1.1(b), (c), (e), (f), (g) e (j) devono far parte o dell'Elenco dei Giudici di Marcia Internazionali o dell'Elenco dei Giudici di Marcia dell'Area interessata.</i>	I Giudici di Marcia designati per tutte le Competizioni Internazionali, indicate alla Regola 1.1(a), dovranno essere <b>Giudici di Marcia di Livello Internazionale IAAF</b> . <i>Nota: I Giudici di Marcia convocati per le competizioni indicate dalla Regola 1.1(b), (c), (e), (f), (g) e (j) devono essere Giudici di Marcia di Livello IAAF o di Livello Area.</i>
<b>120</b> <b>Ufficiali di Gara della Competizione</b>	<i>Aggiunta ruolo</i>	<b>- Un Direttore del Centro Informazioni Tecniche (TIC) ed un adeguato numero di assistenti</b>
<b>125</b> <b>Arbitri</b>	<i>Aggiunto nuovo punto</i>	<b>10. Quando un atleta con una disabilità fisica sta gareggiando in una competizione soggetta a queste Regole, l'Arbitro competente può interpretare o consentire una variazione di qualsiasi Regola pertinente (diversa dalla Regola 144.2), per permettere la partecipazione dell'atleta a condizione che tale variazione non fornisca all'atleta un vantaggio rispetto ad un altro atleta in gara nello stesso evento. In caso di dubbio o se la decisione è contestata, la questione è rimessa alla Giuria d'Appello.</b> <i>Nota: Questa Regola non è destinata a consentire la partecipazione nelle corse di guide per gli atleti non vedenti, se non consentito dal regolamento di una specifica competizione.</i>
<b>129</b> <b>G.Partenza</b>	6. L'ammonizione e la squalifica di cui alla Regola 162.7 possono essere <del>eminate</del> <b>cominate</b> soltanto dal Giudice di Partenza.	6. L'ammonizione e la squalifica di cui alla Regola 162.7 possono essere <b>decise</b> soltanto dal Giudice di Partenza.

<p><b>137</b></p> <p><b>Giudice alle Misurazioni</b></p>	<p>.....</p> <p>Prima dell'inizio di ogni singola gara egli deve supervisionare la messa in stazione degli strumenti di misurazione, tenendo conto delle prescrizioni tecniche fornite dal <del>personale tecnico</del>.</p>	<p>.....</p> <p>Prima dell'inizio di ogni singola gara egli deve supervisionare la messa in stazione degli strumenti di misurazione, tenendo conto delle prescrizioni tecniche fornite dal <b>produttore e dal laboratorio di taratura strumenti</b>.</p>
<p><b>141</b></p> <p><b>Categorie degli Atleti</b></p>	<p><b>Categorie per sesso</b></p> <p>3. Le Competizioni, in base alle presenti Regole, si suddividono tra le categorie "maschile" e "femminile" (<del>salvo sia organizzata una Competizione Mista nei casi limitati e previsti alla successiva Regola 147</del>).</p>	<p><b>Categorie per sesso</b></p> <p>3. Le Competizioni, in base alle presenti Regole, si suddividono tra le categorie "maschile" e "femminile". <b>Quando una competizione mista è organizzata al di fuori dello stadio o in uno dei limitati casi di cui alla Regola 147, i risultati dovrebbero essere separati per uomini e per donne o comunque fornita un'indicazione in tal senso.</b></p>
<p><b>142.4</b></p> <p><b>Iscrizioni</b></p>	<p><b>Mancata partecipazione</b></p> <p>In tutte le competizioni indicate alla regola 1.1(a), (b), (c) e (f), eccetto quanto previsto successivamente, un concorrente deve essere escluso dalla partecipazione a tutte le gare successive della stessa competizione, staffette comprese, se:</p> <p>(a) è stata data conferma definitiva che l'atleta intende prendere parte ad una gara, ma poi non vi prende parte;  <i>Nota: Dovrebbe essere reso noto in anticipo un termine fisso per la conferma definitiva dei partecipanti.</i></p> <p>(b) <del>egli</del> ha acquisito, in un turno preliminare, il diritto all'ulteriore partecipazione in una gara, ma, successivamente, non gareggia.  <i>Nota: <del>La mancata partecipazione comprende anche il gareggiare senza impegno reale (buona fede). L'Arbitro interessato deciderà in merito e di ciò deve essere fatta menzione nei risultati ufficiali. La fattispecie prevista in queste note non si applica alle gare individuali delle Prove Multiple.</del></i></p> <p><del>La presentazione di un certificato medico, sottoscritto da un medico ufficiale nominato o approvato dalla IAAF o dal Comitato Organizzatore, 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 gare successive (questo non si applica alle gare individuali delle prove Multiple) e in un giorno successivo della competizione.</del></p> <p>Altre giustificazioni (ad esempio fattori indipendenti dai comportamenti personali dell'atleta, come problemi sopraggiunti nel servizio di trasporto ufficiale) possono, dopo la conferma, essere ugualmente accettate dal/i Delegato/i Tecnico/i.</p>	<p><b>Mancata partecipazione</b></p> <p>In tutte le competizioni indicate alla regola 1.1(a), (b), (c) e (f), eccetto quanto previsto successivamente, un concorrente deve essere escluso dalla partecipazione a tutte le gare successive (<b>comprese quelle in cui partecipa contemporaneamente</b>) della stessa competizione, staffette comprese, se:</p> <p>(a) è stata data conferma definitiva che l'atleta intende prendere parte ad una gara, ma poi non vi prende parte;  <i>Nota: Dovrebbe essere reso noto in anticipo un termine fisso per la conferma definitiva dei partecipanti.</i></p> <p>(b) ha acquisito, in un turno preliminare, il diritto all'ulteriore partecipazione in una gara, ma, successivamente, non gareggia.</p> <p>(c) <b>gareggia</b> senza impegno reale (buona fede). L'Arbitro interessato deciderà in merito e di ciò deve essere fatta menzione nei risultati ufficiali.  <i>Nota: La fattispecie prevista al punto (c) non si applica alle gare individuali delle Prove Multiple.</i></p> <p><b>Un certificato medico, rilasciato sulla base di una visita dell'atleta da parte del Delegato Medico designato ai sensi della Regola 113, o, se non designato alcun Delegato Medico, dal medico ufficiale del Comitato Organizzatore, 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 in un giorno successivo della competizione.</b></p> <p>Altre giustificazioni (ad esempio fattori indipendenti dai comportamenti personali dell'atleta, come problemi sopraggiunti nel servizio di trasporto ufficiale) possono, dopo la conferma, essere ugualmente accettate dal/i Delegato/i Tecnico/i.</p>

<p><b>144</b></p> <p><b>Assistenza agli Atleti</b></p>	<p><i>Fornire assistenza</i></p> <p>2. ....</p> <p>Ai fini di questa Regola, <del>il seguente comportamento deve</del> essere considerato come assistenza, pertanto non permesso:</p> <p>.....</p> <p><i>Aggiunto un nuovo punto</i></p> <p><i>Distribuzione di acqua potabile/spugnaggi</i></p> <p>4. Nelle gare su pista di 5000 metri e oltre, il Comitato Organizzatore può fornire acqua e spugne agli atleti in relazione alle condizioni atmosferiche.</p>	<p><i>Fornire assistenza</i></p> <p>2. ....</p> <p>Ai fini di questa Regola, <b>i seguenti esempi devono</b> essere considerati come assistenza, pertanto non permessi:</p> <p>.....</p> <p><b>(h) visione da parte degli atleti partecipanti ai concorsi, di immagini di precedenti prove, registrate per loro da parte di persone non collocate nella zona di competizione (vedi Regola 144.2(b)). Il dispositivo di visualizzazione o le relative immagini non devono essere portate nella zona di gara.</b></p> <p><i>Distribuzione di acqua potabile/spugnaggi</i></p> <p>4. (a) nelle gare su pista di 5000 metri e oltre, il Comitato Organizzatore può fornire acqua e spugne agli atleti in relazione alle condizioni atmosferiche.</p> <p><b>(b) nelle gare su pista superiori ai 10.000 metri devono essere previste postazioni per rifornimenti, distribuzione di acqua potabile e spugnaggi. I rifornimenti possono essere forniti dal Comitato Organizzatore o dall'atleta e devono essere posizionati in modo che siano facilmente accessibili, o possano essere messi in mano all'atleta da personale autorizzato. I rifornimenti forniti dagli atleti devono essere tenuti sotto controllo dal personale designato dal Comitato Organizzatore dal momento in cui i rifornimenti stessi sono consegnati dagli atleti o dai loro rappresentanti</b></p>
<p><b>146</b></p> <p><b>Reclami e Appelli</b></p>	<p>4. In una gara in pista:</p> <p>(a) un atleta può presentare immediatamente un ricorso orale contro l'assegnazione di una falsa partenza e l'Arbitro alle Corse può consentire, a sua discrezione, ad un atleta di gareggiare "sub judge", al fine di salvaguardare i diritti di tutti gli interessati.</p> <p>Non sarà consentito gareggiare "sub judge", se la falsa partenza è stata rilevata da un'apparecchiatura di rilevazione delle false partenze, approvata dalla IAAF, a meno che, per una qualunque ragione, l'Arbitro ritenga che, palesemente, le informazioni fornite da questa apparecchiatura siano inesatte.</p> <p>(b) un reclamo può essere fondato sul mancato richiamo di una falsa partenza da parte del Giudice di Partenza. Il reclamo può essere presentato solamente da un atleta, o da qualcuno che agisca in suo nome, che ha terminato la gara.</p> <p>Se il reclamo è accolto, ogni atleta responsabile di una falsa partenza, è</p>	<p>4. In una gara in pista:</p> <p>(a) un atleta può presentare immediatamente un ricorso orale contro l'assegnazione di una falsa partenza e l'Arbitro alle Corse può consentire, <b>se ha dubbi al riguardo</b>, a sua discrezione, ad un atleta di gareggiare "sub judge", al fine di salvaguardare i diritti di tutti gli interessati.</p> <p>Non sarà consentito gareggiare "sub judge", se la falsa partenza è stata rilevata da un'apparecchiatura di rilevazione delle false partenze, approvata dalla IAAF, a meno che, per una qualunque ragione, l'Arbitro ritenga che, palesemente, le informazioni fornite da questa apparecchiatura siano inesatte.</p> <p>(b) un reclamo può essere fondato sul mancato richiamo di una falsa partenza da parte del Giudice di Partenza <b>o, ai sensi della Regola 162.5, sulla sua mancata interruzione</b>. Il reclamo può essere presentato solamente da un atleta, o da qualcuno che agisca in suo nome, che ha terminato la gara. Se il reclamo è accolto, ogni atleta responsabile di una falsa partenza <b>o il cui</b></p>

	<p>passibile di squalifica, ai sensi della Regola 162.7. Sia che possa o non possa esserci una squalifica, l'Arbitro avrà l'autorità di dichiarare la gara nulla e di disporre la sua ripetizione se, nella sua opinione, lo richieda un criterio di giustizia.</p>	<p><b>comportamento avrebbe dovuto portare all'interruzione della partenza, e che è stato oggetto di ammonizione o di squalifica</b> ai sensi della Regola <b>162.5</b> o 162.7 <b>sarà ammonito</b> o squalificato. Sia che possa o non possa esserci una <b>ammonizione</b> o squalifica, l'Arbitro avrà l'autorità di dichiarare la gara <b>o parte di essa</b> nulla e di disporre la sua ripetizione, <b>o di parte di questa</b>, se, nella sua opinione, lo richieda un criterio di giustizia.</p>
<p><b>161.2</b> <b>Blocchi di Partenza</b></p>	<p>Nelle competizioni indicate alla regola 1.1 lettera (a), (b), (c) e (f), e per qualsiasi risultato sottoposto a ratifica quale Record del Mondo, i blocchi di partenza debbono essere collegati ad un dispositivo di falsa partenza, approvato dalla IAAF. <del>Il Giudice di Partenza e/o un Giudice di Partenza per il Richiamo, dovrà avere delle cuffie che gli permettano di udire un segnale acustico proveniente dall'apparecchio di controllo ogni qualvolta rileva una falsa partenza (quando il tempo di reazione è inferiore a 100/1000 di secondo). Appena il Giudice di partenza e/o un Giudice di partenza per il Richiamo avverte il segnale acustico, se il colpo della pistola è già stato sparato, provvederà al richiamo e il Giudice di Partenza esaminerà immediatamente i tempi del dispositivo di rilevamento delle false partenze per confermare quale/i atleta/i è/sono responsabile/i della falsa partenza. L'uso di questo sistema è fortemente raccomandato per tutte le altre manifestazioni</del></p>	<p>Nelle competizioni indicate alla regola 1.1 lettera (a), (b), (c) e (f), e per qualsiasi risultato sottoposto a ratifica quale Record del Mondo, i blocchi di partenza debbono essere collegati ad un dispositivo di falsa partenza, approvato dalla IAAF.</p>
<p><b>162</b> <b>La Partenza</b></p>	<p>1. La partenza di una corsa deve essere indicata da una linea bianca larga 5cm. In tutte le corse che non si disputano in corsia, la linea di partenza deve essere curva così che tutti i concorrenti partano alla stessa distanza dall'arrivo. Le posizioni di partenza per tutte le distanze devono essere numerate da sinistra a destra in direzione della corsa. <i>Nota: Nel caso di partenza di gare al di fuori dello stadio la linea di partenza dovrà essere <del>di almeno</del> 30cm di larghezza e possibilmente di un qualsiasi colore contrastante distintamente con la superficie della zona di partenza.</i></p> <p>6. Un atleta dopo aver assunto la completa e finale posizione di <del>pronti</del>, non potrà iniziare la sua partenza fino a quando non viene sparato il colpo di pistola. Se, a giudizio del Giudice di Partenza o del Giudice di Partenza per il Richiamo, inizia in anticipo la sua partenza, ciò sarà considerato falsa partenza.</p>	<p>1. La partenza di una corsa deve essere indicata da una linea bianca larga 5cm. In tutte le corse che non si disputano in corsia, la linea di partenza deve essere curva così che tutti i concorrenti partano alla stessa distanza dall'arrivo. Le posizioni di partenza per tutte le distanze devono essere numerate da sinistra a destra in direzione della corsa. <i>Nota (i): Nel caso di partenza di gare al di fuori dello stadio la linea di partenza dovrà essere <b>al massimo</b> 30cm di larghezza e possibilmente di un qualsiasi colore contrastante distintamente con la superficie della zona di partenza.</i> <i>Nota (ii): la linea di partenza dei 1500m può essere estesa all'esterno della corsia curva nella misura in cui lo consente la stessa superficie sintetica.</i></p> <p>6. Un atleta dopo aver assunto la completa e finale posizione di <b>partenza</b>, non potrà iniziare la sua partenza fino a quando non viene sparato il colpo di pistola. Se, a giudizio del Giudice di Partenza o del Giudice di Partenza per il Richiamo, inizia in anticipo la sua partenza, ciò sarà considerato falsa partenza. <b>Quando è in uso un'apparecchiatura omologata IAAF per il rilevamento delle false partenze, il Giudice di Partenza e/o il Giudice di Partenza per</b></p>

	<p><i>Nota: Quando è in uso un'apparecchiatura approvata per il rilevamento delle false partenze (vedi Regola 161.2 per i dettagli operativi dell'attrezzatura), le risultanze di questa apparecchiatura devono essere normalmente accettate come definitive dal Giudice di Partenza.</i></p>	<p>il Richiamo dovranno indossare le cuffie per sentire chiaramente il segnale acustico emesso quando l'apparecchiatura indica una possibile falsa partenza (vale a dire quando il tempo di reazione è inferiore a 0,100 secondi). Appena il Giudice di Partenza e/o il Giudice di Partenza per il Richiamo sente il segnale acustico, e se il colpo di pistola è stato sparato, ci dovrà essere un richiamo ed il Giudice di Partenza dovrà esaminare immediatamente i tempi di reazione, sull'apparecchiatura di rilevamento delle false partenze, al fine di confermare che l'atleta(i) è/sono responsabili della falsa partenza. Tale sistema è fortemente raccomandato per tutte le altre competizioni.</p> <p><i>Nota (i): Qualsiasi movimento di un atleta che non comprende o ha come conseguenza la perdita di contatto del piede/piedi dell'atleta con la piastra metallica dei blocchi di partenza, o la perdita di contatto della mano/mani dell'atleta con il terreno, non deve essere considerata quale inizio della partenza.</i></p> <p><i>Queste situazioni possono essere soggette, ove il caso, ad ammonizione disciplinare o squalifica.</i></p> <p><i>Nota (ii): In considerazione del fatto che gli atleti che iniziano le gare in posizione eretta sono più inclini ad uno sbilanciamento, quando tale movimento è ritenuto accidentale, dovrà essere fornito il comando "al tempo". Un atleta che finisca oltre la linea di partenza a causa di un urto o di una spinta, non dovrebbe essere penalizzato. L'atleta che abbia causato questa infrazione può essere oggetto di ammonizione o squalifica disciplinare.</i></p> <p><i>Nota (iii): Quando è in uso un'apparecchiatura approvata per il rilevamento delle false partenze, le risultanze di questa apparecchiatura devono essere normalmente accettate come definitive dal Giudice di Partenza.</i></p>
<p><b>163</b> <b>La Corsa</b></p>	<p><b>Danneggiamenti</b></p> <p>2. Qualsiasi concorrente che, in una gara, si faccia strada a gomitate od ostacoli un avversario, impedendogli così di avanzare, è passibile di squalifica da quella gara.</p> <p>L'Arbitro ha la facoltà di ordinare la ripetizione della gara escludendo il concorrente squalificato o, se si tratta di un turno preliminare, potrà permettere ad ogni concorrente seriamente danneggiato per una spinta od ostruzione (ad eccezione del concorrente squalificato) di partecipare al turno successivo della gara. Normalmente ciò è possibile se l'atleta avrà terminato la prova in buona fede.</p>	<p><b>Danneggiamenti</b></p> <p>2. Se un atleta è spintonato o ostruito durante una gara, così da impedirne l'avanzamento:</p> <p>(a) se il danneggiamento è considerato non intenzionale o è stato altrimenti causato da un atleta, l'Arbitro può, se è del parere che l'atleta (o la sua squadra) è stato/a gravemente danneggiato/a, far ripetere la gara o consentire all'atleta interessato o alla squadra interessati di gareggiare in un turno successivo della gara stessa;</p> <p>(b) se un altro atleta viene ritenuto dall'Arbitro responsabile del danneggiamento o dell'ostruzione, tale atleta (o la sua squadra) sarà</p>



	<p>Senza tenere conto se vi sia o no una squalifica, l'Arbitro, in circostanze eccezionali, ha ugualmente la possibilità di ordinare la ripetizione di una gara, se lo considera giusto e corretto.</p> <p><b>Infrazione di corsia</b></p> <p>3. (a) . . . . .</p> <p>(b) In ogni gara (o parte di gara) di corsa non in corsia, quando un atleta corre in una curva, nella metà esterna della pista in applicazione della Regola 162.10 o nella zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi, non dovrà camminare o correre sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista.</p> <p>4. Un atleta non deve essere squalificato se:</p> <p>(a) . . . . .</p> <p>(b) cammina o corre fuori dalla propria corsia in rettilineo senza trarne vantaggio materiale o corre fuori dalla linea esterna della propria corsia in curva, senza trarne vantaggio materiale e senza che altri concorrenti vengano urtati o danneggiati così da impedirne l'avanzamento.</p> <p><b>Abbandono della pista</b></p> <p>6. Un atleta che abbia volontariamente abbandonato la pista non può essere autorizzato a continuare la gara</p>	<p>squalificato da quella gara. L'Arbitro può, se è del parere che un atleta è stato seriamente danneggiato, ordinare che la gara sia ripetuta escludendo qualsiasi atleta squalificato o consentire all'atleta in questione (o squadra) (diverso da qualsiasi atleta o squadra squalificato) di gareggiare in un successivo turno della gara stessa.</p> <p><b>In entrambi i casi (a) e (b), tale atleta (o squadra) dovrebbe normalmente aver concluso la gara con impegno in buona fede.</b></p> <p><b>Infrazione di corsia</b></p> <p>3. (a) . . . . .</p> <p>(b) In ogni gara (o parte di gara) di corsa non in corsia, quando un atleta corre in una curva, nella metà esterna della pista in applicazione della Regola 162.10 o nella <b>parte curva della</b> zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi, non dovrà camminare o correre sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista (<b>l'interno della pista, la metà esterna della pista o la parte curva della zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi</b>).</p> <p>4. Un atleta non deve essere squalificato se:</p> <p>(a) . . . . .</p> <p>(b) cammina o corre fuori dalla propria corsia in rettilineo <b>o in qualsiasi parte dritta della zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi</b>, senza trarne vantaggio materiale o corre fuori dalla linea esterna della propria corsia in curva, senza trarne vantaggio materiale e senza che altri concorrenti vengano urtati o danneggiati così da impedirne l'avanzamento.</p> <p><b>Abbandono della pista</b></p> <p>6. Un atleta che abbia volontariamente abbandonato la pista non può essere autorizzato a continuare la gara. <b>Egli deve essere classificato come ritirato. Qualora l'atleta tenti di rientrare in gara, sarà squalificato dall'Arbitro</b></p>
<p><b>165</b></p> <p><b>Crono e Finish</b></p>	<p><b>Il Sistema</b></p> <p>14. <del>Il Sistema di Cronometraggio Elettrico, completamente automatico,</del> deve essere approvato dalla IAAF, basato su un test accurato della sua precisione, effettuato entro i quattro anni precedenti la competizione. <del>Esso deve</del> essere avviato automaticamente <del>dalla pistola</del> del giudice di partenza in modo che il ritardo totale tra la detonazione della bocca della canna o la sua equivalente indicazione visiva e l'avvio del sistema di cronometraggio sia costante ed uguale o inferiore a 0.001 secondi.</p> <p>15. Un Sistema di cronometraggio che operi automaticamente soltanto alla</p>	<p><b>Il Sistema</b></p> <p>14. <b>Per</b> essere approvato dalla IAAF, <b>deve essere stato testato ed avere un certificato di precisione rilasciato</b> entro i quattro anni precedenti la competizione, <b>che attesti che:</b></p> <p>(a) il sistema deve registrare l'arrivo attraverso una camera collimata con la linea di arrivo producendo un'immagine <b>composita</b>.</p> <p><b>(i): Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1 questa immagine deve essere composta da almeno 1000 fotogrammi per secondo.</b></p> <p><b>(ii): Nelle altre competizioni, questa immagine deve essere composta</b></p>

	<p>partenza o all'arrivo, ma non in entrambi, deve essere considerato come un dispositivo che rileva tempi né manuali né completamente elettrici e non deve, perciò, essere usato per attribuire tempi ufficiali. In questo caso, i tempi letti sulla pellicola non verranno, in ogni caso, considerati come ufficiali, ma la pellicola può essere usata come valido supporto per determinare i piazzamenti ed adattare gli intervalli di tempo tra i concorrenti.</p> <p><i>Nota: Se il dispositivo di cronometraggio non è fatto partire dallo sparo del Giudice di partenza, la lettura della pellicola deve rilevare automaticamente questa circostanza.</i></p> <p>16. Il Sistema deve registrare l'arrivo attraverso una camera con una feritoia verticale collimata con la linea d'arrivo, producendo un'immagine continua. L'immagine deve inoltre essere sincronizzata con una scala di tempi graduata uniformemente in 0.01 secondi.</p> <p>Al fine di confermare che la camera è correttamente allineata e per facilitare la lettura dell'immagine del Fotofinish, l'intersezione delle linee di corsia con la linea d'arrivo deve essere colorata in nero con un disegno adatto. Tale disegno deve essere unicamente limitato all'intersezione, per non più di 2cm al di là, e non esteso oltre, del primo bordo della linea d'arrivo.</p> <p>17. I piazzamenti degli arrivi vengono accertati dall'immagine a mezzo di un cursore che garantisce la perpendicolarità tra la scala dei tempi e la linea di lettura.</p> <p>18. Il Sistema deve automaticamente registrare i tempi finali degli atleti e deve essere in grado di produrre un'immagine stampata che mostri il tempo di ogni atleta.</p> <p><b>Operazioni</b></p> <p>23. I tempi devono essere letti dall'immagine del Fotofinish come segue:</p> <p>(a) per tutte le gare fino a 10.000m compresi, il tempo deve essere convertito e registrato in 0,01 secondi. Salvo che il tempo non sia esattamente 0,01 di secondo deve essere convertito e registrato al successivo 0,01 di secondo.</p> <p>(b) per tutte le gare in pista superiori ai 10.000m, il tempo viene convertito in 0,01 secondi e registrato al 0.1 di secondo. Tutti i tempi che non finiscono con lo zero devono essere convertiti e registrati al 0.1 di secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di 59'26"32 sarà</p>	<p><b>da almeno 100 fotogrammi per secondo.</b></p> <p><b>In ogni caso,</b> l'immagine deve essere sincronizzata con una scala di tempi graduata uniformemente in 0.01 secondi.</p> <p>(b) <b>il sistema</b> deve essere avviato automaticamente <b>dal segnale</b> del Giudice di Partenza, in modo che il ritardo totale tra la detonazione della bocca della canna, o la sua equivalente indicazione visiva e l'avvio del sistema di cronometraggio sia costante ed uguale o inferiore a 0.001 secondi.</p> <p>15. Al fine di confermare che la camera è correttamente allineata e per facilitare la lettura dell'immagine del Fotofinish, l'intersezione delle linee di corsia con la linea d'arrivo deve essere colorata in nero con un disegno adatto. Tale disegno deve essere unicamente limitato all'intersezione, per non più di 2cm al di là, e non esteso oltre, del primo bordo della linea d'arrivo.</p> <p>16. I piazzamenti degli arrivi vengono accertati dall'immagine a mezzo di un cursore che garantisce la perpendicolarità tra la scala dei tempi e la linea di lettura.</p> <p>17. Il Sistema deve automaticamente registrare i tempi finali degli atleti e deve essere in grado di produrre un'immagine stampata che mostri il tempo di ogni atleta.</p> <p>18. Un Sistema di cronometraggio che operi automaticamente soltanto alla partenza o all'arrivo, ma non in entrambi, deve essere considerato come un dispositivo che rileva tempi né manuali né completamente elettrici e non deve, perciò, essere usato per attribuire tempi ufficiali. In questo caso, i tempi letti sulla pellicola non verranno, in ogni caso, considerati come ufficiali, ma la pellicola può essere usata come valido supporto per determinare i piazzamenti ed adattare gli intervalli di tempo tra i concorrenti.</p> <p><i>Nota: Se il dispositivo di cronometraggio non è fatto partire dal segnale del Giudice di partenza, la lettura della pellicola deve rilevare automaticamente questa circostanza.</i></p> <p><b>Operazioni</b></p> <p>23. I tempi devono essere letti dall'immagine del Fotofinish come segue:</p> <p>(a) per tutte le gare fino a 10.000m compresi, il tempo deve essere <b>letto</b>, convertito e registrato in 0,01 secondi. Salvo che il tempo non sia esattamente 0,01 di secondo deve essere convertito e registrato al successivo 0,01 di secondo.</p> <p>(b) per tutte le gare in pista superiori ai 10.000m, il tempo <b>deve essere letto</b>, convertito in 0,01 secondi e registrato al 0.1 di secondo. Tutti i tempi che non finiscono con lo zero devono essere convertiti e registrati al 0.1 di secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di</p>
--	---	---

	<p>registrato 59'26"4.</p> <p>(c) per tutte le gare disputate interamente o parzialmente all'esterno dello stadio, il tempo <del>viene</del> convertito in 0,01 secondi e registrato al secondo intero. Tutti i tempi che non finiscono con due zeri devono essere convertiti e registrati al secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di 2:09'44"32 sarà registrato come 2:09'45".</p> <p><b>Rilevazione dei tempi e dei piazzamenti con Sistema di Transponder</b></p> <p>24. L'uso di Sistemi di Cronometraggio con Transponders, approvati dalla IAAF, è consentito nelle competizioni alle Regole 230 (corse non tenute interamente in uno stadio), 240 e 250 alle seguenti condizioni:</p> <p>.....</p> <p>(e) <del>la risoluzione deve essere di 0.1 secondi (deve separare gli atleti che finiscono in 0.1 secondi).</del> Per tutte le corse il tempo sarà convertito al 0.1 di secondo e registrato al secondo intero. Tutti i tempi letti che non finiscono con lo zero saranno convertiti e registrati al secondo intero superiore. ....</p>	<p>59'26"32 sarà registrato 59'26"4.</p> <p>(c) per tutte le gare disputate interamente o parzialmente all'esterno dello stadio, il tempo <b>deve essere letto</b>, convertito in 0,01 secondi e registrato al secondo intero. Tutti i tempi che non finiscono con due zeri devono essere convertiti e registrati al secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di 2:09'44"32 sarà registrato come 2:09'45".</p> <p><b>Rilevazione dei tempi e dei piazzamenti con Sistema di Transponder</b></p> <p>24. L'uso di Sistemi di Cronometraggio con Transponders, approvati dalla IAAF, è consentito nelle competizioni alle Regole 230 (corse non tenute interamente in uno stadio), 240 e 250 alle seguenti condizioni:</p> <p>.....</p> <p>(e) Per tutte le corse il tempo sarà convertito al 0.1 di secondo e registrato al secondo intero. Tutti i tempi letti che non finiscono con lo zero saranno convertiti e registrati al secondo intero superiore. ....</p>																																																																																																																																																																																																																																											
<p><b>166</b></p> <p><b>Suddivisioni, turni e batterie sorteggi, qualificazioni nelle corse</b></p>	<p><b>Turni e batterie</b></p> <p>2. ....</p> <p><b>1500m, 3000m, 2000m siepi, 3000m siepi</b></p> <table border="1" data-bbox="383 853 1261 1037"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Iscritti</th> <th colspan="3">Primo Turno</th> <th colspan="3">Secondo Turno</th> <th colspan="3">Semifinali</th> </tr> <tr> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>16/30</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>31/45</td> <td>3</td> <td>6</td> <td>6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46/60</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>61/75</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>5000m</b></p> <table border="1" data-bbox="383 1348 1261 1442"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Iscritti</th> <th colspan="3">Primo Turno</th> <th colspan="3">Secondo Turno</th> <th colspan="3">Semifinali</th> </tr> <tr> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>20/40</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>5</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali			Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T	16/30	2	4	4							31/45	3	6	6				2	5	2	46/60	4	5	4				2	5	2	61/75	5	4	4				2	5	2	Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali			Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T	20/40	2	5	5							<p><b>Turni e batterie</b></p> <p>2. ....</p> <p><b>1500m</b></p> <table border="1" data-bbox="1267 853 2161 1037"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Iscritti</th> <th colspan="3">Primo Turno</th> <th colspan="3">Secondo Turno</th> <th colspan="3">Semifinali</th> </tr> <tr> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>16/30</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>31/45</td> <td>3</td> <td>6</td> <td>6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>46/60</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>61/75</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>5</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>2000m siepi, 3000m, 3000m siepi</b></p> <table border="1" data-bbox="1267 1093 2161 1284"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Iscritti</th> <th colspan="3">Primo Turno</th> <th colspan="3">Secondo Turno</th> <th colspan="3">Semifinali</th> </tr> <tr> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>20/34</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>5</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>35/51</td> <td>3</td> <td>7</td> <td>5</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>6</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>52/68</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>6</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>69/85</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>6</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>2</td> <td>6</td> <td>3</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>5000m</b></p> <table border="1" data-bbox="1267 1348 2161 1442"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Iscritti</th> <th colspan="3">Primo Turno</th> <th colspan="3">Secondo Turno</th> <th colspan="3">Semifinali</th> </tr> <tr> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> <th>Batt</th> <th>P</th> <th>T</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>21/40</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>5</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali			Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T	16/30	2	4	4							31/45	3	6	6				2	5	2	46/60	4	5	4				2	5	2	61/75	5	4	4				2	5	2	Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali			Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T	20/34	2	5	5							35/51	3	7	5				2	6	3	52/68	4	5	6				2	6	3	69/85	5	4	6				2	6	3	Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali			Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T	21/40	2	5	5						
Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali																																																																																																																																																																																																																																						
	Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T																																																																																																																																																																																																																																				
16/30	2	4	4																																																																																																																																																																																																																																										
31/45	3	6	6				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
46/60	4	5	4				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
61/75	5	4	4				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali																																																																																																																																																																																																																																						
	Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T																																																																																																																																																																																																																																				
20/40	2	5	5																																																																																																																																																																																																																																										
Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali																																																																																																																																																																																																																																						
	Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T																																																																																																																																																																																																																																				
16/30	2	4	4																																																																																																																																																																																																																																										
31/45	3	6	6				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
46/60	4	5	4				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
61/75	5	4	4				2	5	2																																																																																																																																																																																																																																				
Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali																																																																																																																																																																																																																																						
	Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T																																																																																																																																																																																																																																				
20/34	2	5	5																																																																																																																																																																																																																																										
35/51	3	7	5				2	6	3																																																																																																																																																																																																																																				
52/68	4	5	6				2	6	3																																																																																																																																																																																																																																				
69/85	5	4	6				2	6	3																																																																																																																																																																																																																																				
Iscritti	Primo Turno			Secondo Turno			Semifinali																																																																																																																																																																																																																																						
	Batt	P	T	Batt	P	T	Batt	P	T																																																																																																																																																																																																																																				
21/40	2	5	5																																																																																																																																																																																																																																										



	<p>14. La Staffetta Mista <del>sarà</del> corsa in corsia per le prime due frazioni come pure parte della terza frazione, fino al bordo più vicino della tangente.....</p>	<p><b>garantire che gli atleti siano correttamente collocati nella loro zona di cambio e che siano a conoscenza di qualsiasi zona di pre-cambio applicabile. Il Giudice designato deve anche garantire che sia rispettata la Regola 170.4.</b></p> <p>14. La Staffetta Mista <b>dovrebbe essere</b> corsa in corsia per le prime due frazioni come pure parte della terza frazione, fino al bordo più vicino della tangente.....</p>
<p><b>180</b></p> <p><b>Concorsi Condizioni Generali</b></p>	<p><b>Segnali</b></p> <p>3. (a) . . . . .</p> <p>(b) Per i lanci effettuati da una pedana circolare, un atleta può usare solo un segnale. Questo segnale può essere posto esclusivamente sul terreno, nella zona immediatamente dietro o adiacente alla pedana. Deve essere provvisorio, posizionato solo per la durata di ciascuna prova di ogni atleta e non dovrà ostacolare la vista dei Giudici. Nessun segnale personale <del>(tranne quelli secondo la Regola 187.21)</del> può essere disposto all'interno o al lato della zona di caduta.</p> <p><i>Aggiunto nuovo punto e rinumerati i successivi</i></p> <p><i>Aggiunto nuovo punto e rinumerati i successivi</i></p>	<p><b>Segnali</b></p> <p>3. (a) . . . . .</p> <p>(b) Per i lanci effettuati da una pedana circolare, un atleta può usare solo un segnale. Questo segnale può essere posto esclusivamente sul terreno, nella zona immediatamente dietro o adiacente alla pedana. Deve essere provvisorio, posizionato solo per la durata di ciascuna prova di ogni atleta e non dovrà ostacolare la vista dei Giudici. Nessun segnale personale può essere disposto all'interno o al lato della zona di caduta.</p> <p><b>Indicatori di Primati</b></p> <p><b>4. Una bandierina specifica o un altro segnale possono essere previsti anche per indicare l'attuale Primato Mondiale e, quando opportuno, l'attuale Primato di Area, Nazionale o del Meeting.</b></p> <p><b>Prove</b></p> <p><b>6. Le prove devono essere registrate come segue:</b></p> <p>(a) <b>eccetto nel Salto in Alto e nel Salto con l'Asta, una prova valida deve essere indicata dalla misura conseguita. Nel Salto in Alto e nel Salto con l'Asta deve essere indicata con il simbolo "O";</b></p> <p>(b) <b>un fallo deve essere indicato con il simbolo "X";</b></p> <p>(c) <b>se l'atleta rinuncia ad una prova (passo) deve essere utilizzato il simbolo "-".</b></p>
<p><b>182</b></p> <p><b>Salto in Alto</b></p>	<p><b>La Pedana di rincorsa e la Zona di stacco</b></p> <p>3. La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere di 15m ad eccezione delle manifestazioni indicate alla Regola 1.1 (a), (b), (c) e (f), dove deve essere minimo di 20m.</p> <p>Ogni volta ciò sia possibile, la lunghezza minima dovrebbe essere di 25m.</p> <p>8. Supporti per l'asticella. I supporti per l'asticella debbono essere piani e rettangolari, larghe 4cm e lungi 6cm. Debbono essere fissati saldamente sui ritti, fermi durante il salto e ciascuno di essi deve fronteggiare il ritto opposto.</p> <p>Le estremità dell'asticella debbono poggiar visi in modo che, se toccate dal concorrente, essa possa liberamente cadere a terra, tanto in avanti quanto</p>	<p><b>La Pedana di rincorsa e la Zona di stacco</b></p> <p>3. La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere di 15m ad eccezione delle manifestazioni indicate alla Regola 1.1 (a), (b), (c), <b>(e)</b> e (f), dove deve essere minimo di 20m.</p> <p>Ogni volta ciò sia possibile, la lunghezza minima dovrebbe essere di 25m.</p> <p>8. Supporti per l'asticella. I supporti per l'asticella debbono essere piani e rettangolari, larghe 4cm e lungi 6cm. Debbono essere fissati saldamente sui ritti, fermi durante il salto e ciascuno di essi deve fronteggiare il ritto opposto.</p> <p>Le estremità dell'asticella debbono poggiar visi in modo che, se toccate dal concorrente, essa possa liberamente cadere a terra, tanto in avanti quanto</p>

	<p>indietro.</p> <p><b>La zona di caduta</b>  10. La zona di caduta dovrebbe misurare non meno di 5m x 3m, dietro il piano verticale dell'asticella. <del>Si raccomanda che</del> la zona di caduta sia non più piccola di 6m x 4m (lunghezza) x 0,7m (altezza).</p>	<p>indietro.</p> <p><b>La superficie del supporto deve essere liscia.</b></p> <p><b>La zona di caduta</b>  10. <b>Per le competizioni indicate alla Regola 1.1 (a), (b), (c), (e) e (f),</b> la zona di caduta <b>deve essere</b> non più piccola di 6m (lunghezza) x 4m (<b>larghezza</b>) x 0,7m (altezza) dietro il piano verticale dell'asticella. <b>Per le altre competizioni la zona di caduta dovrebbe misurare non meno di 5m (lunghezza) x 3m (larghezza) x 0,70m (altezza).</b></p>
<p><b>183</b></p> <p><b>Salto con l'Asta</b></p>	<p><b>La Gara</b>  3. Al fine di ottenere una migliore presa, i concorrenti sono autorizzati a spalmare le mani o l'asta con qualsiasi sostanza.</p> <p><b>La pedana di rincorsa</b>  6. La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa deve essere di 40m e, dove le condizioni lo permettono, di 45m.....</p> <p><b>Attrezzature</b>  8. Cassetta – Nel Salto con l'Asta lo stacco avviene da una cassetta di imbucata. Essa deve essere costruita con materiale adatto, <del>preferibilmente</del> con i bordi superiori arrotondati, affondata a livello del terreno.....  .....  <del>Se la cassetta è costruita in legno, il fondo deve essere foderato con una lamina metallica di 2,5mm di spessore per una lunghezza di 80cm, nella parte anteriore della cassetta.</del></p> <p>10. Supporti per l'asticella. L'asticella deve appoggiare su pioli in modo che, se toccata dall'atleta o dalla sua asta, possa cadere facilmente nella direzione della zona di caduta. I pioli non devono avere tacche o dentellature di alcun tipo, devono essere di spessore uniforme per tutta la loro lunghezza ed il loro diametro non sarà superiore a 13mm.  Essi non devono sporgere più di 55mm dai supporti, che dovranno essere lisci e <del>prolungarsi per</del> 35/40mm al di sopra dei pioli.</p>	<p><b>La Gara</b>  3. Al fine di ottenere una migliore presa, i concorrenti sono autorizzati a spalmare le mani o l'asta con qualsiasi sostanza <b>chimica. E' consentito l'uso dei guanti.</b></p> <p><b>La pedana di rincorsa</b>  6. La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa, <b>misurata dalla linea dello "zero"</b>, deve essere di 40m e, dove le condizioni lo permettono, di 45m.....</p> <p><b>Attrezzature</b>  8. Cassetta – Nel Salto con l'Asta lo stacco avviene da una cassetta di imbucata. Essa deve essere costruita con materiale adatto, con i bordi superiori arrotondati <b>o morbidi</b>, affondata a livello del terreno.....</p> <p><b>Nota: Un atleta può posizionare un'imbottitura attorno alla cassetta per una protezione aggiuntiva durante ogni sua prova. Il posizionamento di tale equipaggiamento deve essere effettuato entro il termine stabilito per la prova dell'atleta e lo stesso sarà rimosso dall'atleta immediatamente dopo che la sua prova è stata completata. Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1 (a), (b), (c), (e) e (f), questa protezione deve essere fornita dagli organizzatori.</b></p> <p>10. Supporti per l'asticella. L'asticella deve appoggiare su pioli <b>orizzontali</b> in modo che, se toccata dall'atleta o dalla sua asta, possa cadere facilmente nella direzione della zona di caduta. I pioli non devono avere tacche o dentellature di alcun tipo, devono essere di spessore uniforme per tutta la loro lunghezza ed il loro diametro non sarà superiore a 13mm.  Essi non devono sporgere più di 55mm dai supporti, che dovranno essere lisci. <b>I pioli verticali di sostegno devono anche essere lisci e costruiti in</b></p>

	<p>La distanza fra i pioli non sarà inferiore a 4,30m né superiore a 4,37m. I pioli non possono essere ricoperti con gomma o con altro materiale che abbia l'effetto di aumentare l'attrito tra loro e la superficie dell'asticella, né possono avere alcun tipo di molle.</p>	<p><b>modo che l'asticella non possa restare sulla sommità di questi e possono estendersi non più di 35-40mm al di sopra dei pioli.</b>  La distanza fra i pioli non sarà inferiore a 4,30m né superiore a 4,37m. I pioli non possono essere <b>di gomma o</b> ricoperti con gomma o con altro materiale che abbia l'effetto di aumentare l'attrito tra loro e la superficie dell'asticella, né possono avere alcun tipo di molle.</p>
<p><b>184.8</b> <b>Salti in Estensione Condizioni Generali</b></p>	<p><b>Misurazione delle distanze</b>  La misurazione di ciascun salto sarà fatta immediatamente dopo la prova. Tutti i salti debbono essere misurati dal segno più vicino alla linea di stacco o al suo prolungamento (vedi Regola 185.1(f)), lasciato da qualsiasi parte del corpo dell'atleta nella zona di caduta. La misurazione deve essere fatta perpendicolarmente alla linea di stacco o al suo prolungamento.</p>	<p><b>Misurazione delle distanze</b>  La misurazione di ciascun salto sarà fatta immediatamente dopo la prova. Tutti i salti debbono essere misurati dal segno più vicino alla linea di stacco o al suo prolungamento (vedi Regola 185.1(f)), lasciato da qualsiasi parte del corpo dell'atleta <b>o qualsiasi cosa unita al corpo, nel momento in cui ha lasciato il segno</b> nella zona di caduta. La misurazione deve essere fatta perpendicolarmente alla linea di stacco o al suo prolungamento.</p>
<p><b>185</b> <b>Salto in Lungo</b></p>	<p><b>Gara</b>  1. Un concorrente commette fallo se:  .....  (e) nel corso dell'atterraggio, tocca il terreno all'esterno della zona di caduta in un punto più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella zona di caduta; o  (f) <del>quando, abbandonando la zona di caduta, il suo primo contatto del piede con il terreno al di fuori della zona di caduta è più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella sabbia, nella fase di atterraggio, inclusa ogni impronta fatta a causa di sbilanciamento nell'atterrare che sia completamente all'interno della fossa, ma più vicina alla linea di stacco dell'iniziale impronta sulla sabbia.</del>  <i>Nota (i): Non è fallo se un concorrente corre all'esterno delle linee bianche che delimitano la corsia di rincorsa in qualsiasi punto.</i>  <i>Nota (ii): Non è fallo (vedi il paragrafo 1/b) se una parte della scarpa/piede del concorrente tocca il terreno all'esterno dei due lati della tavola di stacco, ma prima della linea di stacco.</i>  <i>Nota (iii): <del>Non è fallo se, nel corso dell'atterraggio, un atleta tocca con qualsiasi parte del corpo il terreno all'esterno della zona di caduta, a meno che contravvenga alla Regola 185.1(d) o (e).</del></i>  <i>Nota (iv): <del>Non è fallo se un concorrente torna indietro camminando sulla zona di caduta dopo aver lasciato la stessa in modo corretto.</del></i>  <i>Nota (v): <del>Salvo quanto previsto dalla Regola 185.1(b), se un concorrente stacca prima di raggiungere la tavola di stacco, ciò non deve, per questo, essere considerato un fallo.</del></i></p>	<p><b>Gara</b>  1. Un concorrente commette fallo se:  .....  (e) nel corso dell'atterraggio, tocca <b>il bordo della zona di caduta o</b> il terreno all'esterno della <b>stessa</b> in un punto più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella zona di caduta; o  (f) <b>lascia la zona di caduta in modo diverso da quello descritto alla Regola 185.2.</b>  <i>Nota: L'atterraggio indicato alla Regola 185.1(e) include lo sbilanciamento completamente all'interno della zona di caduta (o il tornare indietro) che lasci un segno più vicino alla linea di stacco rispetto all'impronta iniziale lasciata nella sabbia.</i></p>

	<p>2. Il primo contatto del piede dell'atleta con il bordo o il terreno al di fuori della zona di caduta, quando abbandona la zona di caduta, deve essere oltre la linea di atterraggio della più vicina impronta lasciata nella sabbia dalla linea di stacco iniziale (<del>vedi Regola 185.1(f)</del>).</p> <p><i>Aggiunto paragrafo e rinumerare i successivi</i></p>	<p>2. Il primo contatto del piede dell'atleta con il bordo o il terreno al di fuori della zona di caduta, quando abbandona la zona di caduta, deve essere oltre la linea di atterraggio della più vicina impronta lasciata nella sabbia dalla linea di stacco iniziale.</p> <p><b>3. Non deve essere considerato fallo se:</b></p> <p>(a) un atleta corre all'esterno delle linee bianche che delimitano la corsia di rincorsa in qualsiasi punto; <b>o</b></p> <p>(b) <b>in base alla Regola 185.1(b)</b> una parte della scarpa/piede del concorrente tocca il terreno all'esterno dei due lati della tavola di stacco, ma prima della linea di stacco; <b>o</b></p> <p>(c) nel corso dell'atterraggio, un atleta tocca con qualsiasi parte del corpo, <b>o con qualsiasi cosa unita allo stesso in quel momento</b>, il terreno all'esterno della zona di caduta, a meno che contravvenga alla Regola 185.1(d) o (e); <b>o</b></p> <p>(d) torna indietro camminando sulla zona di caduta dopo aver lasciato la stessa nel modo <b>descritto dalla Regola 185.2; o</b></p> <p>(e) salvo quanto previsto dalla Regola 185.1(b), stacca prima di raggiungere la tavola di stacco.</p>
<p><b>187</b></p> <p><b>Lanci</b></p> <p><b>Condizioni</b></p> <p><b>Generali</b></p>	<p><i>Assistenza</i></p> <p>4. (a) <del>Non deve essere permesso</del> alcun espediente di qualsiasi natura (<del>ad es.:</del> l'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme o l'uso di pesi attaccati al corpo) che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio. Se viene usato nastro adesivo sulle mani e sulle dita, questo deve essere utilizzato in modo continuo e a condizione che il risultato sia di non aver due o più dita legate assieme in modo che non possano muoversi singolarmente. Tale copertura deve essere mostrata al primo Giudice prima dell'inizio della gara.</p> <p>(b) <del>Non è permesso</del> l'uso di guanti, ad eccezione della gara di lancio del Martello. In questo caso, i guanti debbono essere lisci sul dorso e sul palmo e le punte delle dita, ad eccezione del pollice, debbono rimanere scoperte.</p> <p>(c) <del>I concorrenti sono autorizzati</del>, al fine di ottenere una migliore presa, a spalmarsi le sole mani o, nel caso del Lancio del martello, i loro guanti con una sostanza adatta. I lanciatori del peso possono usare tali sostanze sul loro collo. <del>In aggiunta</del>, nel Lancio del peso e del Disco, gli atleti possono utilizzare sull'attrezzo, gesso o sostanze simili che siano facilmente rimovibili e non lascino alcuna contaminazione.</p>	<p><i>Assistenza</i></p> <p>4. <b>I seguenti comportamenti si considerano assistenza e quindi non sono consentiti:</b></p> <p>(a) l'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme. Se viene usato nastro adesivo sulle mani e sulle dita, questo deve essere utilizzato in modo continuo e a condizione che il risultato sia di non aver due o più dita legate assieme in modo che non possano muoversi singolarmente. Tale copertura deve essere mostrata al primo Giudice prima dell'inizio della gara;</p> <p>(b) l'uso di alcun espediente di qualsiasi natura, compreso l'uso di pesi attaccati al corpo che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio;</p> <p>(c) l'uso di guanti, ad eccezione della gara di Lancio del Martello. In questo caso, i guanti debbono essere lisci sul dorso e sul palmo e le punte delle dita, ad eccezione del pollice, debbono rimanere scoperte;</p> <p><b>(d) spruzzare o spargere una qualsiasi sostanza sulla pedana o sulle suola delle scarpe da parte di un atleta o rendere più ruvida la superficie della stessa.</b></p> <p><b>5. I seguenti comportamenti non sono considerati assistenza e pertanto sono consentiti:</b></p>



	<p>8. I concorrenti non possono spruzzare o spargere alcuna sostanza sulla pedana o sulla suola delle scarpe, né rendere ruvida la superficie della pedana</p> <p><b>La pedana di rincorsa per il Giavellotto</b></p> <p>9. La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere 30 metri. Quando le condizioni lo consentono, la lunghezza minima deve essere 33,5m.....</p> <p><b>Prove</b></p> <p>17. <del>Un concorrente non deve lasciare</del> la pedana circolare o di rincorsa fino a che l'attrezzo non ha toccato il terreno.</p> <p>(a) Per i lanci effettuati da una pedana circolare, quando l'atleta lascia la stessa, il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana <del>deve avvenire</del> completamente dietro la linea bianca tracciata all'esterno della pedana e che passa idealmente per il centro della pedana stessa.</p> <p><i>Nota: il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana è considerato uscita.</i></p> <p>(b) Nel caso del Lancio del Giavellotto, quando un concorrente lascia la pedana di rincorsa, il primo contatto con le linee parallele o con il terreno all'esterno della pedana <del>deve avvenire</del> completamente dietro la linea bianca dell'arco e le linee agli estremi dell'arco stesso tracciate ad angolo retto con le linee parallele.....</p> <p><b>Segnalazioni</b></p> <p>21. Può essere prevista una bandierina od un altro segnale per indicare il miglior lancio di ciascun concorrente; in tal caso essa sarà posta lungo la linea del settore ed al loro esterno.</p> <p><del>Può anche essere prevista una bandierina od un altro segnale per indicare il</del></p>	<p>(a) <b>l'uso da parte di un atleta</b>, al fine di ottenere una migliore presa, sulle sue mani o, nel caso del Lancio del Martello, sui suoi guanti di una sostanza adatta. Un lanciatore del peso può usare tali sostanze sul proprio collo.</p> <p>(b) <b>l'utilizzo, da parte di un atleta</b> nel Lancio del Peso e del Disco, di gesso o sostanze simili sull'attrezzo. <b>Tutte le sostanze usate devono essere facilmente rimovibili con un panno umido</b> e non lasciare alcuna contaminazione.</p> <p>(c) <b>l'uso di nastro adesivo sulle mani o sulle dita, che non sia in contrasto con la Regola 187.4(a).</b></p> <p><b>La pedana di rincorsa per il Giavellotto</b></p> <p>9. La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere 30 metri, <b>eccetto nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c), (e) ed (f), dove la lunghezza minima deve essere 33,5m.</b> Quando le condizioni lo consentono, la lunghezza minima <b>dovrebbe</b> essere <b>36,50m</b> .....</p> <p><b>Prove</b></p> <p>17. <b>E' fallo se l'atleta lascia</b> la pedana circolare o di rincorsa <b>prima che l'attrezzo abbia</b> toccato il terreno <b>o</b></p> <p>(a) per i lanci effettuati da una pedana circolare, <b>se</b>, quando l'atleta lascia la stessa, il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana <b>non è</b> completamente dietro la linea bianca tracciata all'esterno della pedana e che passa idealmente per il centro della pedana stessa.</p> <p><i>Nota: il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana è considerato uscita.</i></p> <p>(b) nel caso del Lancio del Giavellotto, <b>se</b>, quando un concorrente lascia la pedana di rincorsa, il primo contatto con le linee parallele o con il terreno all'esterno della pedana <b>non è</b> completamente dietro la linea bianca dell'arco e le linee agli estremi dell'arco stesso tracciate ad angolo retto con le linee parallele.....</p>
--	---	---

	Primato Mondiale attuale e, quando opportuno, l'attuale primato continentale, nazionale o della competizione.	
<b>191</b> <b>Lancio del Martello</b>	<p><b>Il Martello</b></p> <p>7. La maniglia. La maniglia deve essere solida e rigida, fatta di un solo pezzo, senza giunti mobili di qualsiasi natura. La totale deformazione della maniglia sottoposta ad una tensione di carico di 3.8kN dovrà non superare i 3mm. Essa deve essere attaccata con un anello al filo in modo tale che non possa ruotare entro l'avvolgimento del filo, così da incrementare la lunghezza globale del martello. La maniglia deve avere un disegno simmetrico e un'impugnatura curva o diritta e/o un gancio, <del>con una lunghezza massima interna di 110mm.</del> La forza minima di rottura della maniglia deve essere di 8kN (800kgf).</p> <p>9. Il martello deve essere conforme alle seguenti specifiche... <i>Aggiunta nota</i></p>	<p><b>Il Martello</b></p> <p>7. La maniglia. La maniglia deve essere solida e rigida, fatta di un solo pezzo, senza giunti mobili di qualsiasi natura. La totale deformazione della maniglia sottoposta ad una tensione di carico di 3.8kN dovrà non superare i 3mm. Essa deve essere attaccata con un anello al filo in modo tale che non possa ruotare entro l'avvolgimento del filo, così da incrementare la lunghezza globale del martello. La maniglia deve avere un disegno simmetrico e un'impugnatura curva o diritta e/o un gancio. La forza minima di rottura della maniglia deve essere di 8kN (800kgf).</p> <p>9. Il martello deve essere conforme alle seguenti specifiche... <b>Nota: il peso totale dell'attrezzo comprende la testa del martello, il cavo e la maniglia.</b></p>
<b>193</b> <b>Lancio del Giavellotto</b>	<p><b>La Gara</b></p> <p>1. (a) Il giavellotto deve essere tenuto per l'impugnatura. Il giavellotto deve essere lanciato al di sopra della spalla o della parte superiore del braccio che lancia e non deve essere lanciato a fionda e neppure roteando. Non sono ammessi stili non ortodossi. (b) Un lancio sarà valido solo se l'estremità della testa metallica tocca il terreno prima di ogni altra parte del giavellotto.</p> <p><b>Il Giavellotto</b></p> <p>5. .... <i>Nota (i): Mentre la sezione trasversale dovrebbe essere circolare, è ammessa una differenza massima del 2% tra il diametro maggiore e quello minore. Il valore medio di questi due diametri deve corrispondere alle specifiche fornite per un giavellotto di diametro circolare.</i></p>	<p><b>La Gara</b></p> <p>1. (a) Il giavellotto deve essere tenuto per l'impugnatura, <b>con una sola mano.</b> Il giavellotto deve essere lanciato al di sopra della spalla o della parte superiore del braccio che lancia e non deve essere lanciato a fionda e neppure roteando. Non sono ammessi stili non ortodossi. (b) Un lancio sarà valido solo se la testa metallica tocca il terreno prima di ogni altra parte del giavellotto.</p> <p><b>Il Giavellotto</b></p> <p>5. .... <i>Nota (i): Mentre <b>tutta</b> la sezione trasversale dovrebbe essere circolare, è ammessa una differenza massima del 2% tra il diametro maggiore e quello minore <b>in ogni sezione trasversale.</b> Il valore medio di questi due diametri <b>in ogni sezione nominata, deve soddisfare le specifiche fornite per un giavellotto di diametro circolare nelle seguenti tabelle.</b></i></p>
<b>200</b> <b>Prove Multiple</b>	<p><b>ALLIEVI (Octathlon)</b></p> <p>5. <del>L'Octathlon</del> consiste in <del>otto</del> gare, che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine: Primo giorno: 100m, Salto in Lungo, Lancio del Peso e 400m; Secondo giorno: 110hs, <del>Salto in Alto</del>, Lancio del Giavellotto e <del>400m</del>.</p>	<p><b>ALLIEVI (Decathlon)</b></p> <p>5. <b>Il Decathlon</b> consiste in <b>dieci</b> gare, che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine: Primo giorno: 100m, Salto in Lungo, Lancio del Peso, <b>Salto in Alto</b> e 400m; Secondo giorno: 110hs, <b>Lancio del Disco</b>, <b>Salto con l'Asta</b>, Lancio del Giavellotto e <b>1500m</b>.</p>
<b>214</b>	<b>Condotta delle gare di Corsa</b>	<b>Condotta delle gare di Corsa</b>

<p><b>Indoor</b> <b>Partenza e</b> <b>Arrivo sulla</b> <b>pista ad anello</b></p>	<p>6. . . . . Per le corse di 800m, ciascun atleta può avere una propria corsia, o massimo due atleti potranno essere inseriti nella stessa corsia, o si può ricorrere ad una partenza in linea, usando, preferibilmente, le corsie dalla uno alla tre come punto di partenza. . . . . .</p> <p><b>La linea di partenza e di arrivo per la pista di lunghezza nominale di 200m</b></p> <p>7. La linea di partenza nella prima corsia dovrebbe trovarsi sul rettilineo principale. La sua posizione sarà delimitata in modo tale che lo scalare di partenza più avanzato nella corsia esterna (per le gare dei 400m <del>vedi il successivo paragrafo 9</del>) sia in una posizione nella quale l'angolo della sopraelevazione della curva non risulti superiore a 12 gradi. La linea di arrivo per tutte le gare di corsa, disputate sulla pista ad anello, è il prolungamento della linea di partenza nella prima corsia, tracciato attraverso tutta la pista ad angolo retto con le linee che delimitano le corsie.</p> <p><b>Scalari di partenza per le gare di Corsa di 200m</b> 8. . . . .</p> <p><del>Scalari di partenza per le gare di Corsa superiori a 200m sino agli 800m compresi</del> 9. . . . .</p> <p><b>Turni e Batterie</b> 10. . . . .</p> <p><i>Nota: le sopra riportate procedure sono valide solo per piste con anello a 6 corsie e rettilineo con 8 corsie.</i></p>	<p>6. . . . . Per le corse di 800m, ciascun atleta può avere una propria corsia, o massimo due atleti potranno essere inseriti nella stessa corsia, o si può ricorrere ad una partenza in linea, usando, preferibilmente, le corsie dalla uno alla tre come punto di partenza. <b>In questi casi, gli atleti possono lasciare la propria corsia, o quelli che gareggiano nel gruppo esterno possono unirsi al gruppo interno, solo dopo la linea di tangente segnata alla fine della prima curva</b> . . . . .</p> <p><b>La linea di partenza e di arrivo per la pista di lunghezza nominale di 200m</b></p> <p>7. La linea di partenza nella prima corsia dovrebbe trovarsi sul rettilineo principale. La sua posizione sarà delimitata in modo tale che lo scalare di partenza più avanzato nella corsia esterna (per le gare dei 400m) sia in una posizione nella quale l'angolo della sopraelevazione della curva non risulti superiore a 12 gradi. La linea di arrivo per tutte le gare di corsa, disputate sulla pista ad anello, è il prolungamento della linea di partenza nella prima corsia, tracciato attraverso tutta la pista ad angolo retto con le linee che delimitano le corsie.</p> <p><i>Cancelledi i due periodi e trasferiti al IAAF Track and Field Facilities Manual</i></p> <p><b>Turni e Batterie</b> 10. . . . .</p> <p><i>Nota (i): le sopra riportate procedure sono valide solo per piste con anello a 6 corsie e rettilineo con 8 corsie.</i></p> <p><i>Nota (ii): nei Campionati Mondiali Indoor procedure alternative possono essere previste negli specifici Regolamenti Tecnici</i></p>
<p>221.6</p> <p><b>Indoor</b> <b>Lancio del</b> <b>Peso</b></p>	<p><b>Peso di plastica o gomma ricoperto</b> 6. . . . . <i>Specifiche aggiunte alla tabella</i></p>	<p><b>Peso di plastica o gomma ricoperto</b> 6. . . . .</p> <p><b>Specifiche per i pesi indoor di plastica o ricoperti di gomma:</b> <b>3kg 85mm (minimo) 120mm (massimo)</b> <b>5kg 100mm (minimo) 135mm (massimo)</b> <b>6kg 105mm (minimo) 140mm (massimo)</b></p>
<p>230</p> <p><b>La Marcia</b></p>	<p><b>La Partenza</b></p> <p>7. Le gare devono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare di distanza maggiore di 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti deve essere</p>	<p><b>La Partenza</b></p> <p>7. Le gare devono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare di distanza maggiore di 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti deve essere</p>

	<p>dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara. Al comando “Ai vostri posti” il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.</p> <p><b>Sicurezza e Servizio Medico</b></p> <p>8. (a) . . . . .  <del>(b) Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) le gare devono essere programmate in modo tale che la partenza e l’arrivo avvengano con la luce del giorno.</del>  (c) . . . . .  (d) . . . . .</p> <p><b>Distribuzione di acqua potabile/Punti di spugnaggio e di rifornimento nelle gare su Strada</b></p> <p>9. (f) Nelle competizioni tenute sotto la Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) un massimo di due incaricati per Nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo. Per nessuna ragione un incaricato può correre al fianco dell’atleta mentre questi si sta rifornendo o sta prendendo acqua.</p> <p>(g) Un atleta, che si rifornisce o prende acqua in un punto diverso da quelli ufficiali, <del>si rende passibile di squalifica da parte dell’Arbitro.</del></p> <p><b>Condotta di gara</b>  <i>Trasferito il punto 230.8(b)</i></p>	<p>dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara. Al comando “Ai vostri posti”, <b>gli atleti devono accedere alla linea di partenza secondo le modalità stabilite dagli organizzatori.</b> Il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.</p> <p><b>Sicurezza e Servizio Medico</b></p> <p>8. (a) . . . . .</p> <p>(b) . . . . .  (c) . . . . .</p> <p><b>Distribuzione di acqua potabile/Punti di spugnaggio e di rifornimento nelle gare su Strada</b></p> <p>9. (f) Nelle competizioni tenute sotto la Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) un massimo di due incaricati per Nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo. Per nessuna ragione un incaricato può correre al fianco dell’atleta mentre questi si sta rifornendo o sta prendendo acqua.  <b>Nota: Nelle competizioni in cui una Nazione può essere rappresentata da più di tre atleti, i Regolamenti Tecnici possono consentire ulteriori incaricati ai tavoli di rifornimento.</b></p> <p>(g) Un atleta, che <b>riceve o</b> si rifornisce o prende acqua in un punto diverso da quelli ufficiali, <b>salvo i casi previsti da ragioni mediche o sotto il controllo degli ufficiali di gara, o prende il rifornimento di un altro atleta, dovrebbe essere normalmente ammonito dall’Arbitro, per questa prima infrazione, mostrandogli un cartellino giallo. Per la seconda infrazione l’Arbitro deve squalificare l’atleta, di norma mostrandogli un cartellino rosso. L’atleta deve quindi lasciare immediatamente il percorso.</b></p> <p><b>Condotta di gara</b>  <b>13. Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) le gare devono essere programmate in modo tale che la partenza e l’arrivo avvengano con la luce del giorno</b></p>
<p><b>240</b> <b>Corse su</b></p>	<p><b>Distanze</b>  1. . . . .  <i>Nota (ii): Si raccomanda che le Corse su Strada siano organizzate in Aprile</i></p>	<p><b>Distanze</b>  1. . . . .  .</p>

<p><b>Strada</b></p>	<p><del>o in Maggio e da Settembre a Dicembre.</del></p> <p><b>Il percorso</b></p> <p>2. ....</p> <p><i>Nota (ii): E' da considerarsi accettabile che la partenza <del>e</del> l'arrivo di tali gare avvengano su erba o su altra superficie soffice.</i></p> <p>5. Nelle corse di Staffetta su Strada, per definire le distanze di ciascuna frazione e per indicare la linea di cambio si tracciano linee larghe 5cm attraverso la strada. Linee simili saranno tracciate 10m, prima e dopo tali linee di frazione, per delimitare la zona di cambio. Tutte le procedure di cambio debbono essere completate entro questa zona.</p> <p><b>La partenza</b></p> <p>6. Le gare debbono essere fatte partire con un colpo di pistola, cannone, corno o altro dispositivo. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare più lunghe di 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti, deve essere dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara. Al comando "Ai vostri posti" il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.</p> <p><b>Punti di spugnaggio e distribuzione di acqua potabile e punti di rifornimento</b></p> <p>8. (a) Acqua ed altre bevande adatte saranno messe a disposizione alla partenza ed all'arrivo di tutte le gare. (b) <del>In tutte le gare fino a 10km devono essere predisposti punti di spugnaggio e di distribuzione di sola acqua potabile, ad intervalli idonei di circa 2km o 3km, in relazione alle condizioni atmosferiche.</del></p> <p><i>Aggiunta Nota</i></p> <p><i>Nota: Punti di diffusione di acqua nebulizzata potranno anche essere predisposti, quando ritenuto appropriato in determinate condizioni organizzative e/o climatiche.</i></p>	<p><b>Il percorso</b></p> <p>2. ....</p> <p><i>Nota (ii): E' da considerarsi accettabile che la partenza, l'arrivo <b>ed altri settori della gara</b> avvengano su erba o su altra superficie <b>non asfaltata..Tali settori devono essere ridotti al minimo.</b></i></p> <p>5. Nelle corse di Staffetta su Strada, per definire le distanze di ciascuna frazione e per indicare la linea di cambio si tracciano linee larghe 5cm attraverso la strada. Linee simili saranno tracciate 10m, prima e dopo tali linee di frazione, per delimitare la zona di cambio. Tutte le procedure di cambio, <b>che se non diversamente specificato dagli organizzatori comportano un contatto fisico tra gli atleti in entrata e in uscita</b>, debbono essere completate entro questa zona.</p> <p><b>La partenza</b></p> <p>6. Le gare debbono essere fatte partire con un colpo di pistola, cannone, corno o altro dispositivo. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare più lunghe di 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti, deve essere dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara. Al comando "Ai vostri posti", <b>gli atleti devono accedere alla linea di partenza secondo le modalità stabilite dagli organizzatori.</b> Il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.</p> <p><b>Punti di spugnaggio e distribuzione di acqua potabile e punti di rifornimento</b></p> <p>8. (a) Acqua ed altre bevande adatte saranno messe a disposizione alla partenza ed all'arrivo di tutte le gare. (b) <b>Per tutte le gare punti di distribuzione di acqua devono essere disponibili a opportuni intervalli di circa 5km. Per le gare di lunghezza superiore a 10km, rifornimenti diversi dall'acqua possono essere resi disponibili in questi punti.</b></p> <p><i>Nota (i): Dove le condizioni lo giustificano, tenendo conto del tipo di competizione, delle condizioni meteorologiche e delle condizioni fisiche della maggior parte dei concorrenti, acqua e/o rifornimenti possono essere collocati a intervalli più regolari lungo il percorso</i></p> <p><i>Nota (ii): Punti di diffusione di acqua nebulizzata potranno anche essere predisposti, quando ritenuto appropriato in determinate condizioni organizzative e/o climatiche.</i></p>
----------------------	--	--

	<p>(c) Per tutte le gare di 10km ed oltre debbono essere predisposti punti di rifornimento, approssimativamente a 5km dalla partenza e, successivamente, ogni 5km circa. In aggiunta, punti di spugnaggio e distribuzione solo di acqua potabile debbono essere predisposti approssimativamente a mezza strada fra due punti di rifornimento, o più frequentemente, in relazione alle condizioni atmosferiche.</p> <p>(d) I rifornimenti, che possono essere forniti sia dal Comitato Organizzatore che dagli atleti, debbono essere resi disponibili nei posti di rifornimento indicati dai concorrenti. I rifornimenti debbono essere posti in modo che siano facilmente accessibili o che possano essere consegnati in mano ai concorrenti da personale autorizzato. I rifornimenti forniti dagli atleti saranno tenuti sotto controllo di ufficiali designati dal Comitato Organizzatore, a partire dal momento in cui i rifornimenti stessi sono consegnati dagli atleti o dai loro rappresentanti.</p> <p>(e) Queste persone autorizzate non potranno entrare nel percorso o ostacolare qualsiasi atleta. Essi potranno consegnare il ristoro all'atleta da dietro il tavolo o da una posizione che non sia a più di un metro dallo stesso, sia davanti che di lato.</p> <p>(f) Nelle competizioni tenute sotto la Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) un massimo di due incaricati per Nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo del rifornimento. <del>Per nessuna ragione un incaricato può correre al fianco dell'atleta mentre questi si sta rifornendo o sta prendendo acqua.</del> <i>Aggiunta Nota</i></p> <p>(g) Un concorrente, che si rifornisce in un posto diverso da quelli stabiliti dagli organizzatori, <del>si rende passibile di squalifica, da parte dell'Arbitro.</del></p>	<p>(c) <b>I rifornimenti possono includere bevande energetiche, integratori, prodotti alimentari o qualsiasi altro prodotto diverso dall'acqua. Il Comitato Organizzatore determinerà quali rifornimenti saranno forniti in base alle effettive condizioni.</b></p> <p>(d) <b>I rifornimenti saranno normalmente forniti dal Comitato Organizzatore, ma potrà essere permesso agli atleti fornire i propri rifornimenti, nel qual caso l'atleta deve indicare in quali postazioni devono essere messi a sua disposizione.</b> I rifornimenti forniti dagli atleti saranno tenuti sotto controllo di ufficiali designati dal Comitato Organizzatore, a partire dal momento in cui i rifornimenti stessi sono consegnati dagli atleti o dai loro rappresentanti. <b>Questi ufficiali dovranno garantire che i rifornimenti non vengano alterati o manomessi in qualsiasi modo.</b></p> <p>(e) <b>Il Comitato Organizzatore deve determinare, con barriere, tabelloni o marcature sul terreno, la zona in cui possono essere ricevuti o raccolti i rifornimenti. Non dovrebbe essere direttamente sulla linea del percorso misurato.</b> <b>I rifornimenti devono essere collocati in modo che siano facilmente accessibili agli atleti o possano essere consegnati da persone autorizzate. Tali persone devono rimanere all'interno dell'area designata e non accedere al percorso né ostacolare qualsiasi atleta. Per nessuna ragione, un incaricato può correre al fianco di un atleta, mentre questi si sta rifornendo o sta prendendo acqua.</b></p> <p>(f) Nelle competizioni tenute sotto la Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) un massimo di due incaricati per Nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo del rifornimento. <i>Nota: Nelle competizioni in cui una Nazione può essere rappresentata da più di tre atleti, i Regolamenti Tecnici possono consentire ulteriori incaricati ai tavoli di ristoro</i></p> <p>(g) <b>Un atleta può in qualsiasi momento, trasportare acqua o rifornimenti a mano o attaccati al suo corpo, la cui provvista è stata effettuata fin dall'inizio o raccolti o ricevuti in una postazione ufficiale.</b></p> <p>(h) <b>Un concorrente, che riceve o si rifornisce o prende acqua in un posto diverso da quelli stabiliti dagli organizzatori, , salvo i casi previsti da ragioni mediche o sotto il controllo degli ufficiali di gara, o prende il</b></p>
--	---	--

		<p><b>rifornimento di un altro atleta, dovrebbe essere normalmente ammonito dall'Arbitro, per questa prima infrazione, mostrandogli un cartellino giallo. Per una seconda infrazione l'Arbitro deve squalificare l'atleta, di norma mostrandogli un cartellino rosso. L'atleta deve poi lasciare immediatamente il percorso.</b></p>
<p><b>250</b></p> <p><b>Corse Campestri e Corse in Montagna</b></p>	<p><b>Regole generali</b></p> <p>1. A causa delle circostanze estremamente variabili in cui la Corsa Campestre è praticate nel mondo e delle difficoltà per una normativa internazionale standardizzata di <del>questo sport</del>, deve essere accettato che le differenze, tra gare disputatesi con successo o meno, spesso dipendono dalle caratteristiche naturali del luogo di svolgimento e dall'abilità del tracciatore del percorso. Le seguenti regole, comunque, devono intendersi come guida ed incentivo per aiutare le Federazioni Nazionali a sviluppare la Corsa Campestre. Si veda anche, per informazioni e dettagli organizzativi, il relativo Manuale IAAF delle distanze di corsa.</p> <p><b>La stagione</b></p> <p>2. <del>La stagione di Corsa Campestre dovrebbe normalmente svilupparsi nei mesi invernali dopo la chiusura della stagione su pista.</del></p> <p><b>La partenza</b></p> <p>7. Le corse debbono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare superiori a 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare <del>internazionali devono</del> essere dati successivi avvertimenti cinque, tre ed un minuto prima della partenza. Debbono essere predisposte postazioni di partenza (boxes) dove i componenti di ogni singola squadra si allineeranno uno dietro l'altro.</p> <p>Al comando "Ai vostri posti" il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa</p> <p><i>Aggiunto nuovo punto e rinumerare</i></p>	<p><b>Regole generali</b></p> <p>1. A causa delle circostanze estremamente variabili in cui la Corsa Campestre e <b>la Corsa in Montagna sono</b> praticate nel mondo e delle difficoltà per una normativa internazionale standardizzata di <b>queste attività</b>, deve essere accettato che le differenze, tra gare disputatesi con successo o meno, spesso dipendono dalle caratteristiche naturali del luogo di svolgimento e dall'abilità del tracciatore del percorso. Le seguenti regole, comunque, devono intendersi come guida ed incentivo per aiutare le Federazioni Nazionali a sviluppare la Corsa Campestre e <b>la Corsa in Montagna</b>. Si veda anche, per informazioni e dettagli organizzativi, il relativo Manuale IAAF delle distanze di corsa.</p> <p><b>La partenza</b></p> <p>7. Le corse debbono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare superiori a 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare <b>in cui vi è un gran numero di partecipanti dovrebbero</b> essere dati successivi avvertimenti cinque, tre ed un minuto prima della partenza. Debbono essere predisposte postazioni di partenza (boxes) <b>per le corse a squadre</b> dove i componenti di ogni singola squadra si allineeranno uno dietro l'altro. <b>Nelle altre gare, gli atleti devono essere allineati secondo le modalità stabilite dagli organizzatori.</b></p> <p>Al comando "Ai vostri posti" il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa</p> <p><b>Sicurezza e Servizio Medico</b></p> <p>8. (a) <b>Il Comitato Organizzatore delle Corse Campestri deve garantire la sicurezza dei concorrenti e degli Ufficiali di Gara.</b></p> <p>(b) <b>Una visita d'urgenza durante lo svolgimento di una gara da parte del personale medico appositamente incaricato dal Comitato</b></p>

	<p><b>Corse in Montagna</b></p> <p>10. Le Corse in Montagna si svolgono su terreni che sono prevalentemente fuori strada e comprendono tratti consistenti di salita (gare di cross essenzialmente in salita) o di salita e discesa (gare di cross in cui partenza e arrivo sono allo stesso livello). Le distanze approssimativamente raccomandate ed il tratto totale di salita per Corse in Montagna Internazionali è il seguente: <b>TABELLA DISTANZE</b> Non più del 20% del percorso può essere su strade asfaltate. Il percorso può essere su più giri.</p>	<p><b>Organizzatore e identificato da bracciali, giacche o simili abbigliamenti distintivi, non deve essere considerato assistenza.</b></p> <p><b>(c) Un atleta deve ritirarsi immediatamente dalla gara se ciò gli viene ordinato dal Delegato Medico o da un membro del collegio medico ufficialmente designato.</b></p> <p><i>Trasferito alla nuova Regola 251</i></p>
<p><b>251</b></p> <p><b>Corse in Montagna</b></p>	<p><i>Trasferita la vecchia Regola 250.10</i></p>	<p><b>La Corsa</b></p> <p><b>1. (a) Le Corse in Montagna si svolgono su un terreno che è prevalentemente fuori strada, a meno che non ci sia un significativo aumento di altitudine sul percorso, in tal caso una superficie calpestabile è accettata;</b></p> <p><b>(b) Il percorso non dovrebbe includere tratti pericolosi;</b></p> <p><b>(c) I concorrenti non devono utilizzare aiuti supplementari per assisterli lungo il percorso;</b></p> <p><b>(d) Il profilo del percorso prevede sia tratti consistenti di salita (per le corse solo in salita), o salita/discesa (per corse in salita e discesa, ma con partenza ed arrivo allo stesso livello);</b></p> <p><b>(e) La pendenza media dovrebbe partire da un minimo del 5% (o 50 metri per chilometro) e non superare il 20% (o 200 metri per chilometro);</b></p> <p><b>(f) Il punto più alto del percorso non deve superare i 3000 metri di altitudine;</b></p> <p><b>(g) L'intero percorso deve essere indicato chiaramente e comprendere le segnalazioni chilometriche;</b></p> <p><b>(h) Gli ostacoli naturali o i punti impegnativi lungo il percorso dovrebbero essere ulteriormente segnalati;</b></p> <p><b>(i) Una mappa dettagliata del percorso deve essere fornita insieme al suo profilo utilizzando le seguenti scale:</b></p> <p><b>Altitudine: 1/10.000 (1cm = 100m)</b></p> <p><b>Distanza: 1/50.000 (1cm = 500m)</b></p>



*Le quattro diverse tipologie di Corsa in Montagna*

**2. (a) Corsa in Montagna classica:**

Per i campionati, le distanze consigliate e l'ammontare totale della salita devono essere all'incirca:

	<u>Soprattutto in salita</u>		<u>Partenza e arrivo allo stesso livello</u>	
	Distanza	Salita	Distanza	Salita
Senior Uomini	12km	1200m	12km	600m/750m
Senior Donne	8km	800m	8km	400m/500m
Junior Uomini	8km	800m	8km	400m/500m
Junior Donne	4km	400m	4km	200m/250m
Allievi (fascia di età giovanile)	5km	500m	5km	250m/300m
Allieve (fascia di età giovanile)	3km	300m	3km	150m/200m

**(b) Corsa in Montagna di Lunga Distanza:**

I percorsi di Corsa in Montagna di Lunga Distanza vanno dai 20km fino a 42,195km, con un'altitudine massima di 4000m. I partecipanti di età inferiore ai 18 anni non dovrebbero competere per distanze superiori a 25 km .

**(c) Corsa in Montagna a Staffetta**

**(d) Corsa in Montagna a cronometro:**

Le Corse in Montagna con gli orari di inizio individuali a vari intervalli sono considerate prove a cronometro. I risultati vengono ordinati sulla base dei tempi di percorrenza individuali.

*La Partenza*

**3. Le gare devono essere fatte partire con un colpo di pistola. Devono essere usati i comandi per le gare di distanza maggiore di 400m (Regola 162.2(b)).**

Nelle gare in cui vi è un grande numero di atleti deve essere dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara.

Devono essere predisposte postazioni di partenza (boxes) per le gare a squadre ed i membri di ogni squadra devono essere allineati uno dietro l'altro al momento della partenza. Nelle altre gare, gli atleti devono essere allineati nel modo stabilito dagli organizzatori.

Al comando "Ai vostri posti" il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.

*Sicurezza e Servizio Medico*

		<p>4. (a) Il Comitato Organizzatore delle Corse in Montagna deve garantire la sicurezza dei concorrenti e degli Ufficiali di Gara.</p> <p>(b) Una visita d’urgenza durante lo svolgimento di una gara da parte del personale medico appositamente incaricato dal Comitato Organizzatore e identificato da bracciali, giacche o simili abbigliamento distintivi, non deve essere considerato assistenza.</p> <p>(c) Un atleta deve ritirarsi immediatamente dalla gara se ciò gli viene ordinato dal Delegato Medico o da un membro del collegio medico ufficialmente designato.</p> <p><i>Punti di distribuzione di acqua potabile, spugnaggio e punti di rifornimento</i></p> <p>5. Rifornimenti saranno disponibili presso le zone di partenza e di arrivo. Ulteriori postazioni di distribuzione di acqua e spugnaggio possono essere previste in luoghi adatti lungo il percorso, se la lunghezza, la difficoltà della gara e le condizioni climatiche lo giustificano.</p> <p><i>Condotta di gara</i></p> <p>6. Se l'Arbitro ha accertato, su rapporto di un Giudice o di un Giudice ai Controlli o altrimenti, che un atleta ha lasciato il percorso segnato, accorciando così la distanza da percorrere, questi sarà squalificato.</p>
<p><b>260</b></p> <p><b>Primati Mondiali</b></p>	<p><i>Condizioni generali</i></p> <p>6. Ogni atleta che consegue un Primato Mondiale deve sottoporsi, al termine della gara, ad un Controllo Antidoping che sarà effettuato conformemente alle Regole ed ai Regolamenti Antidoping della IAAF . . . . .</p> <p><i>Condizioni specifiche</i></p> <p>26. Per i Primati Mondiali dei Concorsi:</p> <p>. . . . .</p> <p>(d) Nelle gare di lancio, gli attrezzi usati <del>saranno controllati, non appena possibile, per verificare la conformità alle Regole.</del></p> <p>28. Per il riconoscimento di Primati Mondiali nelle gare su Strada:</p> <p>. . . . .</p> <p>(e) Il percorso deve essere verificato (per esempio rimisurato) sul luogo al più tardi possibile prima della gara, o nel giorno della gara o prima</p>	<p><i>Condizioni generali</i></p> <p>6. Ogni atleta che consegue un Primato Mondiale (<b>previsto alla Regola 260.8</b>) deve sottoporsi, al termine della gara, ad un Controllo Antidoping che sarà effettuato conformemente alle Regole ed ai Regolamenti Antidoping della IAAF . . . . .</p> <p><i>Condizioni specifiche</i></p> <p>26. Per i Primati Mondiali dei Concorsi:</p> <p>. . . . .</p> <p>(d) Nelle gare di lancio, gli attrezzi usati <b>devono essere stati controllati prima della competizione in conformità con la Regola 123. Se l'Arbitro viene a conoscenza, durante una gara, che un record è stato eguagliato o migliorato, dovrà marcare immediatamente l'attrezzo usato e procedere ad una verifica per accertare se ancora è conforme alle Regole o se non vi è stata alcuna modifica nelle caratteristiche. Normalmente, tale attrezzo andrà di nuovo controllato dopo la gara.</b></p> <p>28. Per il riconoscimento di Primati Mondiali nelle gare su Strada:</p> <p>. . . . .</p> <p>(e) Il percorso deve essere verificato (per esempio rimisurato) sul luogo al più tardi possibile prima della gara, o nel giorno della gara o prima</p>

	<p>possibile dopo la gara, <del>preferibilmente</del> da un Misuratore di livello A <del>o B</del> diverso da quelli che hanno effettuato la misurazione originale.  <i>Nota: Se il percorso è stato a suo tempo misurato da almeno due Misuratori di livello A o B e almeno uno di loro è presente alla corsa per convalidare il percorso come previsto dalla Regola 260.28(d), nessuna verifica prevista dalla Regola 260.28(e) sarà richiesta.</i></p>	<p>possibile dopo la gara, da un Misuratore di livello A diverso da quelli che hanno effettuato la misurazione originale.  <i>Nota: Se il percorso è stato a suo tempo misurato da almeno due Misuratori di livello A o un <b>Misuratore di livello A ed uno B</b> e almeno uno di loro è presente alla corsa per convalidare il percorso come previsto dalla Regola 260.28(d), nessuna verifica prevista dalla Regola 260.28(e) sarà richiesta.</i></p>
<p><b>261</b>  <b>Primati Mondiali</b></p>	<p><b>Donne</b>  Corse, Prove Multiple e Marcia:  .....  (C.A.) o (T.M.) 1000m; 1500m; 1 Miglio; 2000m; 3000m;  5000m; 10.000m; 20.000m; 1 Ora; 25.000m;  30.000m; 3000m Siepi;  Staffette: 4x800m;  Marcia su Pista: 10.000m; 20.000m;  .....  <del><i>Nota: I Record del Mondo femminili saranno riconosciuti solo nelle gare di Corsa femminili. La IAAF terrà una lista separata delle "Migliori Prestazioni Mondiali" conseguite nelle gare di Corsa su Strada miste.</i></del></p>	<p><b>Donne</b>  Corse, Prove Multiple e Marcia:  .....  (C.A.) o (T.M.) 1000m; 1500m; 1 Miglio; 2000m; 3000m;  5000m; 10.000m; 20.000m; 1 Ora; 25.000m;  30.000m; 3000m Siepi;  Staffette: 4x800m; <b>4x1500m;</b>  Marcia su Pista: 10.000m; 20.000m;  .....  <b>Nelle Corse su Strada vi dovrebbero essere due Primati del Mondo femminili: un Primato Mondiale per prestazioni ottenute in gare miste e un Primato Mondiale per prestazioni ottenute in gare solo femminili.</b></p>