

## CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI AMATORI E MASTER SU PISTA

*Reggio Calabria, 8/9 Giugno 2012*

1. La Fidal indice ed il Comitato Regionale Calabro organizza i Campionati Regionali di Società su pista Amatori e Master.

### 2. PROGRAMMA TECNICO

**MASTER MASCHILE 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 10000 mt – 3000 st (35-59) – 2000 st (60 ed oltre) – 110 hs (35-49) – 100 hs (50-69) – 80 hs (70 ed oltre) – Marcia - Asta - Triplo - Disco - Giavellotto - Martello con maniglia corta – 4x100

**MASTER MASCHILE 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt - 400 hs (35/59) – 300 hs (60/79) - 200 hs (80 ed oltre) – Alto – Lungo Peso – Martello – 4x400

**MASTER FEMMINILE 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt - 1500 mt - 2000 st - 100 hs (35/39) – 80 hs (40 ed oltre) – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello – 4x100

**MASTER FEMMINILE 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt – 400 hs (35/49) – 300 hs (50/69) - 200 hs (70 ed oltre) – Asta – Lungo – Disco – Giavellotto - Martello con maniglia corta – 4x400

**AMATORI UOMINI 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 3000 st – 110 hs - Marcia - Asta – Triplo – Disco - Giavellotto

**AMATORI UOMINI 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt – 400 hs – Alto – Lungo – Peso - Martello

**AMATORI DONNE 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt - 1500 mt – 3000 st – 100 hs – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello

**AMATORI DONNE 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt – 400 hs – Asta – Lungo - Disco - Giavellotto

### 3. NORME DI PARTECIPAZIONE MASTER

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e italiani e stranieri della categoria Master e squadre di staffetta per ogni gara inclusa nel programma tecnico.

Ogni atleta nel complesso delle giornate di gara può partecipare ad un massimo di tre gare individuali più una staffetta, oppure a due gare individuali più due staffette, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di due gare per giornata.

Gli atleti/e che partecipano ad una gara superiore od uguale ai mt 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai mt 200.

### 4. NORME TECNICHE PER I MASTER

Le gare di corsa sono disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente da ciascun atleta.

Nei lanci, nel lungo e nel triplo sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi 6 atleti/e delle eliminatorie, per ciascuna fascia d'età

Per gli attrezzi e le progressioni dei salti in elevazione si fa riferimento alle specifiche tabelle.

La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma iscrizioni. La staffetta stessa è collocata nella fascia d'età risultante dalla media d'età dei componenti la staffetta stessa.

Un atleta che venga iscritto a più di tre gare individuali, verranno depennate d'ufficio le gare eccedenti e dovrà disputare le prime tre in ordine d'orario. Nel caso che partecipi a più di tre gare individuali e una staffetta vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati delle gare ultime in ordine d'orario.

### 5. NORME DI PARTECIPAZIONE E TECNICHE PER GLI AMATORI

Ogni atleta Amatore nel complesso delle giornate può partecipare ad un massimo di due gare individuali.

Le finali dei concorsi vengono disputati da 6 atleti/e.

Per gli attrezzi verranno utilizzati quelli della categoria senior e le progressioni dei salti in elevazione saranno stabilite dal Delegato Tecnico.

Un atleta che venga iscritto a più di due gare individuali, è obbligato a disputare soltanto le prime due gare, in ordine di orario, per le quali è stata richiesta la partecipazione.

All'atleta che prende parte a più di due specialità individuali vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati delle gare ultime in ordine d'orario.

### 6. ISCRIZIONI

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara, potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online fino ai 3 giorni precedenti la manifestazione.

Sul sito regionale [www.fidalcalabria.it](http://www.fidalcalabria.it), nello spazio dedicato alle iscrizioni online, sarà comunicato il periodo di inizio e chiusura delle iscrizioni per ciascuna manifestazione. Inoltre, nella sezione Documenti/Normative è pubblicata una breve guida per le iscrizioni online con la modalità da utilizzare per l'indicazione del pettorale di gara per ogni atleta che verrà iscritto.

**E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta/gara iscritto entro i termini di chiusura iscrizione. Superato il termine di chiusura iscrizione, è possibile iscrivere atleti "fuori termine", entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, versando l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 0,50 ad ogni gara.**

**Per gli atleti "fuori regione" è prevista una tassa di iscrizione di euro 3,00 a gara entro i termini di chiusura iscrizione. Per eventuali iscrizioni "fuori termine" ed entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, sarà versata l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 3,00 euro ad ogni gara.**

**Il Comitato regionale provvederà, a chiusura iscrizioni, a trattenere dal conto online di ogni società iscritta la somma dovuta.**

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali".

## CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA JUNIOR E PROMESSE M/F

*Reggio Calabria, 8/9 Giugno 2012*

1. La Fidal indice ed il Comitato Regionale Calabro organizza i Campionati Regionali Individuali su pista riservati alle categorie Junior e Promesse maschile e femminile.

**La manifestazione è aperta anche alla partecipazione degli allievi/e e senior m/f che gareggeranno con attrezzi e ostacoli della propria categoria.**

### 2. PROGRAMMA TECNICO

#### JUNIOR E PROMESSE MASCHILE

**1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 3000 st – 110 hs - Marcia - Asta - Triplo - Disco - Giavellotto

**2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt – 400 hs – Alto – Lungo – Peso - Martello

*Gli Juniores uomini utilizzano gli attrezzi previsti per la propria categoria*

#### JUNIOR E PROMESSE FEMMINILE

**1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt - 1500 mt – 3000 st – 100 hs – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello

**2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 5000 mt – 400 hs – Asta – Lungo - Disco - Giavellotto

### 3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e italiani della categoria Promesse e italiani e stranieri Pro/Jun (già tesserati continuativamente sin da Allievi con una qualsiasi Società affiliata alla Fidal) che concorreranno all'assegnazione del titolo individuale, per ogni gara inclusa nel programma tecnico.

Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali. Gli atleti/e che partecipano ad una gara superiore od uguale ai mt 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai mt 200.

**Gli atleti juniores possono gareggiare in una sola delle seguenti gare: 3000 siepi, 5000 e marcia.**

### 4. ISCRIZIONI

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara, potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online fino ai 3 giorni precedenti la manifestazione.

Sul sito regionale [www.fidalcalabria.it](http://www.fidalcalabria.it), nello spazio dedicato alle iscrizioni online, sarà comunicato il periodo di inizio e chiusura delle iscrizioni per ciascuna manifestazione. Inoltre, nella sezione Documenti/Normative è pubblicata una breve guida per le iscrizioni online con la modalità da utilizzare per l'indicazione del pettorale di gara per ogni atleta che verrà iscritto.

**E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta/gara iscritto entro i termini di chiusura iscrizione. Superato il termine di chiusura iscrizione, è possibile iscrivere atleti "fuori termine", entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, versando l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 0,50 ad ogni gara.**

**Per gli atleti "fuori regione" è prevista una tassa di iscrizione di euro 3,00 a gara entro i termini di chiusura iscrizione. Per eventuali iscrizioni "fuori termine" ed entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, sarà versata l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 3,00 euro ad ogni gara.**

**Il Comitato regionale provvederà, a chiusura iscrizioni, a trattenere dal conto online di ogni società iscritta la somma dovuta.**

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali".

## PROGRAMMA ORARIO

**8 GIUGNO 2012 REGGIO CALABRIA**

Ore 15.00 Riunione Giuria e Concorrenti

Ore 15.30

Ore 15.50 110 hs	M+MM+TM
Ore 16.00 100 hs	F+MF+TF+MM
Ore 16.10 80 hs	MF+MM
Ore 16.20 400 mt	M+MM+TM
Ore 16.30 400 mt	F+MF+TF
Ore 16.40 1500 mt	M+MM+TM
Ore 16.50 1500 mt	F+MF+TF
Ore 17.00 100 mt	M+MM+TM
Ore 17.10 100 mt	F+MF+TF
Ore 17.20 Marcia Km 10	M+F
Ore 17.20 Marcia Km 5	MF+MM+TM+TF
Ore 18.20 10000 mt	MM
Ore 19.10 3000 siepi	M+MM+TM
Ore 19.20 3000 siepi	F+TF
Ore 19.30 2000 siepi	MF+MM
Ore 19.40 4x100	MM
Ore 19.50 4x100	MF

**9 GIUGNO 2012 REGGIO CALABRIA**

Ore 16.00 Riunione Giuria e Concorrenti

Ore 16.30

Ore 17.00 400 hs	M+MM+TM
Ore 17.10 400 hs	F+MF+TF
Ore 17.20 300 hs	MM+MF
Ore 17.30 200 hs	MM+MF
Ore 17.40 800 mt	M+MM+TM
Ore 17.50 800 mt	F+MF+TF
Ore 18.00 200 mt	M+MM+TM
Ore 18.10 200 mt	F+MF+TF
Ore 18.20 5000 mt	M+MM+TM
Ore 18.30 5000 mt	F+MF+TF
Ore 19.00 4x400	MM
Ore 19.10 4x400	MF

**Campo Sportivo Militare "Aldo Penna"**

Alto	F+MF+TF	Martello	F+MF+TF
Asta	M+MM+TM	Martellone	MM
Triplo	M+MM+TM	Disco	M+MM+TM
Triplo	F+MF+TF	Peso	F+MF+TF
		Giavellotto	M+MM+TM

**Campo Sportivo Militare "Aldo Penna"**

Alto	M+MM+TM	Martello	M+MM+TM
Asta	F+MF+TF	Disco	F+MF+TF
Lungo	M+MM+TM	Peso	M+MM+TM
Lungo	F+MF+TF	Martellone	MF
		Giavellotto	F+MF+TF

*Il Programma Orario può essere modificato in base al numero degli atleti partecipanti.*