

## CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA ESORDIENTI M/F *Cosenza, 11 giugno 2016*

1. Il Comitato Regionale Calabro Fidal ed il CP Fidal Cosenza organizzano i Campionati Regionali Individuali su pista per la categoria Esordienti maschile e femminile.

### 2. PROGRAMMA TECNICO

**ESORDIENTI A (2005-2006) MASCHILE:** 50 m. – 600 m. – Marcia 1 km – Alto – Lungo - Vortex

**ESORDIENTI A (2005-2006) FEMMINILE:** 50 m. – 600 m. – Marcia 1 km – Alto – Lungo - Vortex

### 3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti/e. Ogni atleta potrà partecipare a due gare.

### 4. ISCRIZIONI

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online **fino al 8 giugno**.

E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta 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 + 0,50 a gara.

Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.

### 5. COMUNICAZIONI

Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara.

## CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA *Cosenza, 11/12 giugno 2016*

1. Il Comitato Regionale Calabro Fidal ed il CP Fidal Cosenza organizzano i Campionati Regionali Individuali Assoluti maschile e femminile validi quale 3<sup>a</sup> prova regionale del CdS Assoluto.

### 2. PROGRAMMA TECNICO

#### ASSOLUTO MASCHILE

**1<sup>A</sup> GIORNATA:** 100 m. – 400 m. – 1500 m. – 3000 st – 110 hs - Marcia - 4x100 – Asta – Triplo – Disco - Giavellotto

**2<sup>A</sup> GIORNATA:** 200 m. – 800 m. – 5000 m. – 400 hs - 4x400 – Alto – Lungo – Peso - Martello

#### ASSOLUTO FEMMINILE

**1<sup>A</sup> GIORNATA:** 100 m. – 400 m. - 1500 m. – 3000 st – 100 hs – Marcia - 4x100 – Alto – Triplo – Peso - Martello

**2<sup>A</sup> GIORNATA:** 200 m. – 800 m. – 5000 m. – 400 hs - 4x400 – Asta – Lungo - Disco - Giavellotto

### 3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare, concorrendo per il CdS, le Società che si iscriveranno entro il 31 marzo dell'anno in corso versando al CR una tassa di € 50,00 per ciascun settore maschile o femminile.

Possono, inoltre partecipare a livello individuale atleti/e di società non iscritte al CdS.

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di staffette e di atleti italiani e stranieri comunitari (in "quota italiani") delle categorie Allievi, Juniores, Promesse e Seniores.

Possono partecipare, in quota italiani, tutti gli atleti stranieri extracomunitari che si trovano nelle condizioni di cui al punto 3.2 delle Disposizioni Generali. Per la partecipazione degli altri atleti stranieri si rimanda alle Disposizioni Generali.

Gli atleti in quota stranieri possono concorrere alla formazione delle classifiche di società per un massimo di 3 punteggi.

Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali più la staffetta o ad una gara individuale più due staffette.

All'atleta che nella prova regionale, prende parte a più del numero di gare previste vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati ottenuti nelle gare eccedenti in ordine di orario. Gli atleti/e che partecipano ad una gara di corsa o marcia superiore od uguale ai m. 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare di corsa, marcia o frazioni di staffetta superiori ai m. 400.

Nella Marcia e nei m. 5000 è data la facoltà al Comitato Regionale di far gareggiare insieme uomini e donne.

Tutte le gare di corsa devono essere disputate a "serie"; i concorsi con eliminatorie e finali.

Ai fini della composizione delle "serie" della prova regionale, vengono prese in considerazione anche le prestazioni dell'anno precedente.

Le finali dei concorsi vengono disputate da otto atleti/e. L'assegnazione delle corsie deve essere effettuata con sorteggio casuale.

Il Delegato Tecnico designato è responsabile della composizione di tutte le serie, nonché della progressione dei salti in elevazione tenendo conto delle misure di iscrizione.

Ogni atleta può richiedere, prima della gara direttamente in pedana, una propria misura di entrata, inferiore a quella di inizio prevista, fermo restando che dopo tale tentativo, se riuscito, la progressione deve riprendere le misure stabilite. In caso di parità non è prevista l'effettuazione dello spareggio.

Quando un atleta ha già vinto la gara, l'altezza, alla quale viene posizionata l'asticella nella prova successiva, viene decisa dall'atleta stesso.

#### **4. NORME DI CLASSIFICA**

Tutti i risultati ottenuti dagli atleti/e devono essere rapportati alle apposite tabelle di punteggio (Ed. 2007).

Le Società maschili e femminili per essere classificate devono sommare 18 punteggi ottenuti su almeno 14 diverse gare. I 4 punteggi aggiuntivi possono essere acquisiti anche tutti nella stessa specialità, staffette comprese (purchè siano composte da atleti diversi). Solo tali Società possono, nella 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup> prova, acquisire e/o migliorare i punteggi utili a determinare la classifica di ammissione alla Finale Nazionale.

Le Società che non hanno ottenuto 18 punteggi in almeno 14 diverse gare non verranno classificate.

Tutti i risultati ottenuti, nella 1<sup>a</sup> prova con vento superiore ai 2 m/s sono validi per la classifica della prova stessa, nonché ai fini dell'autocertificazione.

Ai fini della classifica di Società sono validi tutti i risultati conseguiti da atleti che si sono regolarmente classificati.

Al termine della 1<sup>a</sup> prova i CCRR stileranno la classifica di Società della prova stessa.

#### **5. ISCRIZIONI**

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online **fino al 8 giugno**.

E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta 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 + 0,50 a gara.

Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.

#### **6. COMUNICAZIONI**

Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara.

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

## **CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA RAGAZZI M/F**

**Cosenza, 12 giugno 2016**

1 Il Comitato Regionale Calabro Fidal ed il CP Fidal Cosenza organizzano i Campionati Regionali Individuali su pista per la categoria Ragazzi maschile e femminile.

#### **2. PROGRAMMA TECNICO**

**RAGAZZI:** 60 m. – 1000 m. – Marcia (11 giugno)– Alto – Lungo – Peso - Giavellotto

**RAGAZZE:** 60 m. – 1000 m. – Marcia (11 giugno) – Alto – Lungo – Peso - Giavellotto

#### **3. NORME DI PARTECIPAZIONE**

Ciascuna Società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti/e. Ogni atleta potrà partecipare a due gare.

#### **4. ISCRIZIONI**

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online **fino al 8 giugno**.

E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta 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 + 0,50 a gara.

Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.

#### **5. COMUNICAZIONI**

Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara.

### PROGRAMMA ORARIO

11 GIUGNO 2016	COSENZA	Campo di Atletica Leggera San Vito e Stadio San Vito				
Ore 15.30	Riunione Giuria e Concorrenti					
Ore 16.00		Alto	EM+EF	Martello	F	
Ore 16.40	110 hs	M				
Ore 16.50	100 hs	F				
Ore 17.00	50 m.	EM+EF	Alto	F	Disco	
Ore 17.10	400 m.	M			M	
Ore 17.20	400 m.	F				
Ore 17.30	1500 m.	M	Asta	M	Vortex	
Ore 17.40	1500 m.	F			EM+EF	
Ore 17.50	100 m.	M	Triplo	M+F		
Ore 18.00	100 m.	F			Peso	
Ore 18.10	600 m.	EM+EF			F	
Ore 18.20	Marcia Km 1-2	EM+EF+RM+RF			Giavellotto	
Ore 18.35	Marcia Km 10-5	M+F	Lungo	EM+EF	M	
Ore 19.35	4x100	M				
Ore 19.40	4x100	F				
Ore 19.50	3000 siepi	M				
Ore 20.05	3000 siepi	F				
12 GIUGNO 2016	COSENZA	Campo di Atletica Leggera San Vito e Stadio San Vito				
Ore 09.30	Riunione Giuria e Concorrenti					
Ore 10.00	5000 m.	M/F	Asta	F	Martello	
Ore 10.40	400 hs	M	Alto	RM+RF	M	
Ore 10.50	400 hs	F			Disco	
Ore 11.00	800 m.	M			F	
Ore 11.10	800 m.	F	Alto	M	Peso	
Ore 11.20	1000 m.	RM+RF	Lungo	RM+RF	RM+RF	
Ore 11.40	200 m.	M			Peso	
Ore 11.50	200 m.	F	Lungo	M+F	M	
Ore 12.00	60 m.	RM+RF				
Ore 12.10	4x400	M			Giavellotto	
Ore 12.20	4x400	F			F+RM+RF	

***Il Programma Orario può essere modificato, a chiusura iscrizioni, sulla base al numero degli atleti iscritti.***