

**CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE SU PISTA  
ALLIEVI-JUNIOR-PROMESSE M/F  
MACOMER - STADIO SCALARBA  
SABATO 23 E DOMENICA 24 MAGGIO 2026  
DISPOSITIVO TECNICO**

**SUL POSTO GARA NON POTRANNO ESSERE EFFETTUATE NUOVE ISCRIZIONI**

**CONFERME**

**In via sperimentale, le conferme potranno essere effettuate online sul sito federale FIDAL entro le ore 12:00 di sabato 23 maggio,** in alternativa la conferma delle iscrizioni o eventuali modifiche alle stesse, dovrà avvenire alla consegna buste entro 60 min dalla partenza della gara da parte di un dirigente della società. Trascorso il termine dei 60 min le iscrizioni saranno da ritenersi tutte confermate.

**REGOLAMENTO GARA**

- Ogni atleta nel complesso delle giornate previste può prendere parte ad un massimo di due gare individuali più la staffetta o ad una gara individuale più due staffette.
- Ogni atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di due gare, staffetta compresa.
- Eventuali disdette di partecipazione alle singole gare per gli atleti già confermati possono essere effettuate almeno 60 minuti prima dell'orario previsto per la gara.
- Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad altre gare (compresa la staffetta), con esclusione delle gare di corsa, marcia, o frazioni di staffetta, superiori ai m 400.

**CORSE**

- Tutte le gare di corsa verranno disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente e precedente da ciascun atleta
- Le gare di corsa ad ostacoli verranno disputate per serie, ogni categoria gareggerà in serie separate in base all'altezza degli ostacoli prevista per la categoria:

CATEGORIA	M	F
PROMESSE	110 HS 1,06m	100 HS 0,84m
	400 HS 0,91m	400 HS 0,76m
	400 HS 0,84 m	400 HS 0,76 m
JUNIORES	110 HS 1,00m	100 HS 0,84m
	400 HS 0,91m	400 HS 0,76m
ALLIEVI	110 HS 0,91m	100 HS 0,76m

- Tutte le altre gare di corsa verranno disputate per serie indipendentemente dalla categoria di appartenenza, accorpendo i concorrenti in base ai tempi di accredito.
- La serie con i migliori accreditati gareggerà per prima.

## MARCIA

Le gare di marcia A/J/P Femminile e A/J/P Maschile verranno disputate in contemporanea: le donne gareggeranno in 1<sup>a</sup> corsia, mentre gli uomini in 4<sup>a</sup> corsia.

## CONCORSI

Gli atleti Promesse, Juniores, Allievi M/F nei concorsi avranno a disposizione 3 prove, i primi 8 atleti di ciascuna categoria accederanno alle 3 prove di finale.

### LANCI:

CATEGORIA	PESO	DISCO	MARTELLO	GIAVELLOTTO
ALLIEVI	5 Kg	1,500 Kg	5 Kg	700 g
ALLIEVE	3 Kg	1 Kg	3 Kg	500 g
JUNIORES M	6 Kg	1,750 Kg	6 Kg	800 g
PRO M	7,260 Kg	2 Kg	7,260 Kg	800 g
JUN/PRO F	4 Kg	1 kg	4 Kg	600 g

### SALTI IN ELEVAZIONE:

#### - Progressioni Allievi/Junior/Promesse

Alto Maschile	cm. 150 - 160-170-175-180-185-188-191-194-196-198-200-202-204 quindi di 2 in 2
Alto Femminile	cm. 140-145-150-155-158-161-163-165 quindi di 2 in 2
Asta Maschile	cm. 350-360-370-380-390-400-405 quindi di 5 in 5
Asta Femminile	cm. 220-240-260-270-280-290-300-310- 320-330-335-340-345 quindi di 5 in 5

#### - Salto triplo: distanza dell'asse di battuta

Allievi Junior Promesse Senior Maschile	mt. 11, 12, 13
Allievi Junior Promesse Senior Femminile	mt. 9, 10, 11

Per i salti di finale se possibile verrà utilizzata un'unica distanza di battuta.

**LA MANCATA PARTECIPAZIONE ALLA GARA DOPO LA CONFERMA DETERMINA L'ESCLUSIONE DALLE GARE SUCCESSIVE.**

## PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi tre classificati di categoria per ogni specialità.

## Controllo Scarpe di gara – RT5

Nel corso della manifestazione verranno effettuati dei controlli a campione sulle scarpe utilizzate nelle gare riservate alle categorie Allievi, Junior, Promesse e Senior. I requisiti delle scarpe utilizzate in gara devono corrispondere a quanto previsto dall' Athletics Shoes Regulation di World Athletics e presenti nella lista visualizzabile al seguente link: <https://certcheck.worldathletics.org/>. Se la scarpa non risulterà presente nella suddetta lista WA si procederà con la squalifica dell'atleta nella gara in cui sono state utilizzate."

Per quanto non previsto si fa riferimento alle Norme Attività 2026.

22/05/2026

Il Delegato Tecnico  
*A. Milena Marcialis*