



# ATLETICA PABILLONIS



COMUNE DI  
**PABILLONIS**



## FESTIVAL DEL CROSS 2<sup>A</sup> PROVA III° CROSS PARCO DEI BAMBINI PABILLONIS

Domenica 18 gennaio 2026

### PROGRAMMA E REGOLAMENTO

La ASD Atletica Pabillonis organizza, con l'approvazione della F.I.D.A.L., il patrocinio del Comune di Pabillonis, la collaborazione della protezione Civile di Pabillonis, il **III° Cross Parco dei Bambini**, valido come **2<sup>A</sup> Prova del Festival del Cross 2026** e nel quale verranno assegnati i seguenti titoli regionali:

- **Campionato Regionale Individuale Cadetti e Cadette;**
- **Campionato Regionale Individuale Allievi e Allieve;**
- **Campionato Regionale di Società Master over 35 M/F;**

La manifestazione si svolgerà a Pabillonis (SU), domenica 18 gennaio 2026, con ritrovo giuria e concorrenti fissato per le ore 09:00 presso il Nueve, sp.72 direzione Gonnosfanadiga, km 0.500. Legare inizieranno alle ore 10:00 con partenza nel parco adiacente al Nueve.

Possono partecipare alla manifestazione gli atleti di tutte le categorie regolarmente tesserati alla F.I.D.A.L. per il 2026. Il requisito della regolarità della certificazione medica deve essere posseduto al momento della scadenza delle iscrizioni e avere validità almeno fino al giorno della gara.

Le iscrizioni per i tesserati F.I.D.A.L. dovranno pervenire on-line tramite l'apposita sezione "Servizi Online" nei siti federali <https://tessonline.fidal.it/> o [fidal.it](https://fidal.it) entro le **h21:00 del 14 gennaio 2026**.

*Sul posto verranno accettate iscrizioni come previsto dal deliberato dal Consiglio Regionale entro le 9:30.*

La quota di iscrizione per le categorie Junior, Promesse, Senior maschili e femminili, è di **€10,00** e comprende:

Tassa Federale, chip, pettorale, servizio medico durante e dopo la gara, rinfresco durante e dopo gara.

Le categorie giovanili Esordienti 5-8-10, Ragazzi, Cadetti e la categoria Allievi m/f paganosolamente la **Tassa Federale**.

Le quote di iscrizione dovranno essere pagate in un'unica soluzione da un dirigente della Società al momento del ritiro della busta contenente i numeri di gara e i chip per gli atleti.

Per evitare assembramenti e ritardi è consigliabile il pagamento anticipato (entro le ore 24.00 del 16 gennaio) tramite bonifico sul conto corrente bancario a: Associazione Atletica Pabillonis IBAN IT21U0101586080000070136295 indicando nella causale il codice della società e numero e tipologia di atleti per i quali si effettua il pagamento. Si prega di anticipare la copia del bonifico alla mail [atleticapabillonis@gmail.com](mailto:atleticapabillonis@gmail.com)

I tesserati Runcard, pur non prendendo parte alle gare di campionato, potranno partecipare purché in regola col tesseramento e con la certificazione medico sportiva, le iscrizioni dovranno essere inviate alla mail [atleticapabillonis@gmail.com](mailto:atleticapabillonis@gmail.com) unitamente alla copia del certificato medico.



# ATLETICA PABILLONIS

## PROGRAMMA TECNICO

**Ritrovo Giurie e Concorrenti ORE 9,00**

**Chiusura Conferme gare ORE 9,30**

RITROVO GIURIE E CONCORRENTI		09:00	RITROVO GIURIE E CONCORRENTI	
MASCHILE			FEMMINILE	
6Km	SM 35/40/45/50/55 (3 giri da 2Km)	10:00		
		10:30	SF 35/40/45/50/55 (2 giri da 2Km)	4Km
4Km	SM 60 ed oltre (2 giri da 2Km)	10:50		
		11:20	SF 60 ed oltre (1 giro da 1Km + 1 giro da 2Km)	3Km
200m	ESORDIENTI C*	11:40	ESORDIENTI C*	200m
300m	ESORDIENTI B*	11:55	ESORDIENTI B*	300m
600m	ESORDIENTI A*	12:10	ESORDIENTI A*	600m
		12:25	RAGAZZE (1 giro da 1Km)	1Km
1Km	RAGAZZI (1 giro da 1Km)	12:30		
		12:35	CADETTE (1 giro da 2Km)	2Km
3Km	CADETTI (1 Giro da 1Km + 1 giro da 2Km)	12:50		
		13:10	ALLIEVE (2 giri da 2Km)	4Km
5Km	ALLIEVI (1 Giro da 1Km + 2 giri da 2Km)	13:40		
		14:20	JUNIORES F (3 giri da 2Km)	6Km
		14:20	PROMESSE+SENIOR F (4 giri da 2Km)	8Km
8Km	JUNIORES M (4 giri da 2Km)	15:20		
10Km	PROMESSE+SENIOR M (5 giri da 2Km)	15:20		

**\* Per le categorie esordienti non verrà stilata nessuna classifica, tutti i partecipanti verranno premiati con medaglia all'arrivo**



# ATLETICA PABILLONIS

## SVOLGIMENTO GARE

Tutte le categorie partiranno all'interno del parco adiacente al Nueve.

All'interno del parco verrà ricavato un percorso con un giro da 2000m e un percorso con un giro da 1000m.

## PERCORSO GARA



IL PERCORSO GARA POTREBBE ESSERE SOGGETTO A VARIAZIONI RISPETTO A QUELLO RAPPRESENTATO





# ATLETICA PABILLONIS

## LOGISTICA



**AREA 1:** spogliatoi/bagni;

**AREA 2:** zona dedicata al montaggio dei gazebo delle società;

**AREA 3:** zona bar/panini/pranzo;

**AREA 4:** zona parcheggio;

## PREMIAZIONI

Premiazioni, a cura della Società organizzatrice:

Saranno premiati i primi 3 atleti di ciascuna categoria (esclusa la categoria esordienti), ed i primi 3 di ogni fascia d'età per i Master. Per la categoria esordienti, è prevista solo la medaglia ricordo. Il premio "Trofeo III CROSS PARCO DEI BAMBINI" verrà assegnato alla vincitrice ed al vincitore delcross lungo.



# ATLETICA PABILLONIS

## **NOTE**

Per quanto non contemplato nel presente regolamento valgono le norme previste dai regolamenti F.I.D.A.L.

La ASD Atletica Pabillonis e il GGG della FIDAL declinano ogni responsabilità per quanto possa accadere agli atleti, persone o cose, prima, durante e dopo la manifestazione.

Il percorso di gara sarà segnalato da indicazioni ben visibili.

Considerata la tipologia delle categorie di atleti ammessi e la presenza di premi legati alle prestazioni, non sono previste deroghe o modifiche alla Regola 1RT del RTI.

Alla fine di ogni gara all'interno del campo comunale, l'organizzazione sarà lieta di offrire ad atleti e accompagnatori un piccolo ristoro gratuito.

"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."

## **RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere presentati entro 30' dall'esposizione delle classifiche, in prima istanza verbalmente all'Arbitro della giuria d'arrivo e in seconda istanza per iscritto al Giudice d'Appello, accompagnati dalla tassa di 50,00 euro, che verrà restituita nel caso il reclamo venga accolto. Per tutto quanto non previsto espressamente dal presente regolamento si rimanda ai regolamenti generali della FIDAL.

## **AVVERTENZE FINALI**

Il Comitato Organizzatore si riserva di modificare il presente regolamento in qualunque momento per motivi che riterrà opportuni per una migliore organizzazione della gara, dopo averne dato comunicazione e ottenuto approvazione dalla FIDAL. Per quanto non previsto dal presente regolamento, valgono le norme tecnico statutarie della FIDAL e del G.G.G.. Eventuali modifiche a servizi, luoghi e orari saranno opportunamente comunicate agli atleti iscritti. Inoltre, la documentazione contenente le informazioni essenziali per prendere parte alla gara sarà consegnata dall'organizzazione unitamente al pettorale.



# ATLETICA PABILLONIS

**RINFRESCO A FINE GARE CON ACQUA, FRUTTA, BIBITE**

**POST GARA: PER TUTTI GLI ATLETI, GLI ACCOMPAGNATORI, ETC, VERRA' ALLESTITO UN SERVIZIO BAR, PREZZI MODICI.**

**CI SARA' LA POSSIBILITA' DI ACQUISTARE BIBITE E PANINI PER PRANZO TRA UNA PREMIAZIONE E L'ALTRA**

## **INFORMAZIONI E CONTATTI**

Cellulare: 3480396753 (Andrea)

E-mail: [atleticapabillonis@gmail.com](mailto:atleticapabillonis@gmail.com); ca186@fidal.it

Pabillonis,  
05/01/2026

Il Presidente  
**Lisci Andrea**