



## La Fidal Umbria indice il **13° TROFEO ARCOBALENO**

Il TROFEO ARCOBALENO è riservato alle categorie ESORDIENTI e si articola in 5 tappe. In ogni tappa alcune gare sono valedoli come **Campionato Regionale Individuale Esordienti**.

### REGOLAMENTO:

**1.** Le tappe in programma sono:

- |                       |         |
|-----------------------|---------|
| 1^ Tappa 1 maggio     | TODI    |
| 2^ Tappa 18 maggio    | PERUGIA |
| 3^ Tappa 7 giugno     | ORVIETO |
| 4^ Tappa 27 settembre | FOLIGNO |

**2.** Programma tecnico:

- 2.1** ESORDIENTI 5 m/f - 2017-2018: 50mt; 40 hs (4 ostacoli h30) ; 200mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; lancio della pallina
- ESORDIENTI 8 m/f - 2015-2016: 50mt ; 50 hs (5 ostacoli h30) ; 300 mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; salto in alto ;vortex ; marcia 400mt
- ESORDIENTI 10 m/f -2013-2014: 50mt ; 50hs (5 ostacoli h50 ) ; 600 mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; salto in alto; vortex; marcia 600mt

**3.** Norme tecniche:

- 3.1 Nel salto in lungo e nel lancio del vortex le prove a disposizione saranno 3 la battuta nel salto in lungo sarà libera (1 mt x 1,22 mt partendo dal bordo sabbia);
- 3.2 Nel salto in alto Esordienti B m/f le prove a disposizione saranno 2, la misura d'ingresso e la progressione sarà: 0,80 – 0,85 – 0,90 – 0,95 – 0,98 – 1,01 – 1,04 – 1,06 – 1,08 –.....
- 3.3 Nel salto in alto Esordienti A m/f le prove a disposizione saranno 2, la misura d'ingresso e la progressione sarà: 0,95 – 1,00 – 1,05 – 1,10 – 1,13 – 1,16 – 1,18 –1,20 – 1,22..
- 3.4 Ogni atleta può scegliere la misura di inizio gara comunicandolo al giudice di gara durante l'appello, non saranno accettate misure inferiori a quelle stabilite dalla progressione.
- 3.5 Nella gara di marcia per la categoria Esordienti A/B verranno posizionati dei coni a forma di ovale lungo la pista dove gli atleti ammoniti o richiamati dai giudici di gara dovranno fare, continuando a marciare, un giro intorno all'ovale per poi riprendere il senso di marcia.
- 3.6 nelle gare di velocità e ostacoli la partenza sarà da in piedi.

**4.** Norme di partecipazione:

- 4.1** La partecipazione è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati FIDAL e ai tesserati EPS.
- 4.2** Ogni società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

**4.3** Ai **CAMPIONATI REGIONALE INDIVIDUALI** concorrono esclusivamente gli atleti tesserati FIDAL.

**4.4** Il titolo di **CAMPIONE REGIONALE INDIVIDUALE** verrà assegnato nelle diverse specialità secondo la tabella riassuntiva in calce al presente regolamento.

**5.** Premiazione:

**5.1** In ogni gara di ogni tappa, verranno premiati i primi TRE (3) classificati di ogni gara. Medaglia a tutti gli altri atleti classificati.

**5.2** Nelle gare di CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE agli atleti primi classificati di ciascuna categoria (Esordienti 5, 8, 10) verrà assegnata la Maglia di "Campione Regionale Umbro 2025".

**5.3** PREMIAZIONE FINALE: Al termine del TROFEO ARCOBALENO, nella tappa di Foligno, verranno premiati con MAGLIETTA CELEBRATIVA tutti gli Esordienti 10 e 8 m/f che nel corso del Trofeo avranno partecipato ad almeno 5 specialità diverse e tutti gli Esordienti 5 m/f che nel corso del Trofeo avranno partecipato ad almeno 4 specialità diverse.

**6.** Iscrizione:

**6.1** Le iscrizioni si effettueranno con il sistema online del sito federale fino a due giorni prima delle rispettive manifestazioni.

**6.2** La tassa di iscrizione è di 4 (quattro) euro ad atleta e l'atleta potrà prendere parte a n° 2 gare.

## **TABELLA RIASSUNTIVA DELLE GARE DEL TROFEO ARCOBALENO 2025**

**N.B.:** Le gare evidenziate in **giallo** sono valedoli come "Campionato Regionale Esordienti 2025"

| <b>Manifestazione</b> | <b>ESORDIENTI 10</b>        | <b>ESORDIENTI 8</b>          | <b>ESORDIENTI 5</b>  |
|-----------------------|-----------------------------|------------------------------|----------------------|
| 01/05 Todi            | <b>MARCIA – VORTEX - 50</b> | <b>MARCIA – 50 - LUNGO</b>   | <b>LUNGO - 50</b>    |
| 18/05 Perugia         | <b>ALTO – VORTEX - 600</b>  | <b>VORTEX – 50HS - LUNGO</b> | <b>200 – 50</b>      |
| 07/06 Orvieto         | <b>50 - 50 HS – LUNGO</b>   | <b>300 – ALTO - 50</b>       | <b>200 - PALLINA</b> |
| 27/09 Foligno         | <b>50 - 600 - LUNGO</b>     | <b>300 – 50HS - ALTO</b>     | <b>40HS - LUNGO</b>  |