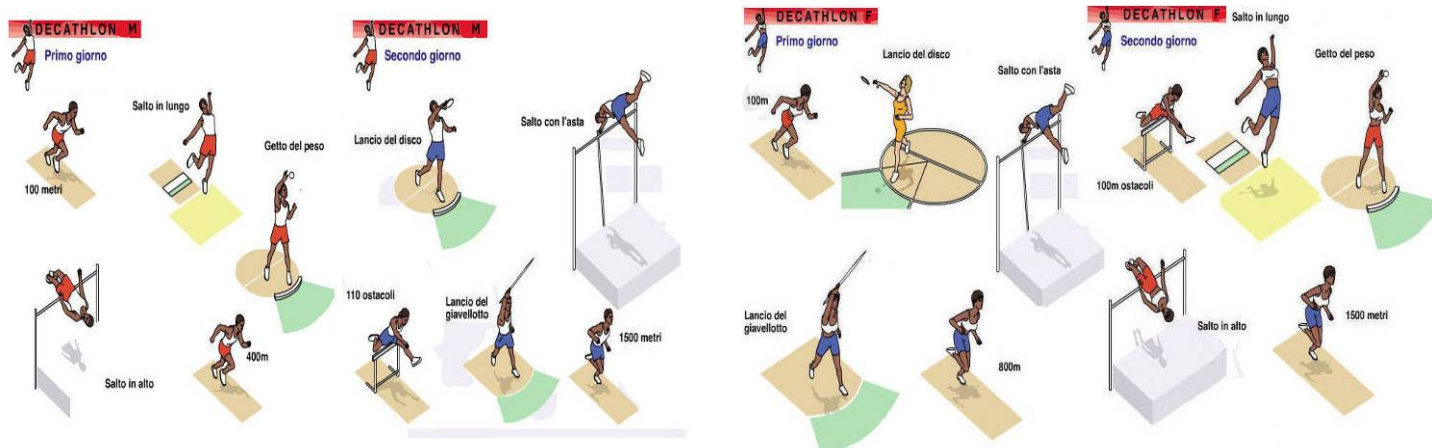


Comitato Regionale Veneto  
Gruppo Giudici Gare



**Quaderno**  
de l **Gruppo**  
**Giudici Gare**



The map shows the Veneto region divided into provinces: Belluno (purple), Treviso (yellow), Venezia (orange), Padova (light green), Verona (teal), and Rovigo (light blue). Major cities are marked with red dots.

*Anno sportivo 2011*



# Sommario

◆ Componenti Commissione Regionale GGG	pag. 3
◆ Fiduciari provinciali	pag. 3
◆ Categorie ed anni di nascita	pag. 4
◆ Segnaletica orizzontale	pag. 5
◆ Distanze ed ostacoli maschili	pag. 7
◆ Distanze ed ostacoli femminili	pag. 8
◆ Distanze ed ostacoli Master maschili	pag. 9
◆ Distanze ed ostacoli Master femminili	pag. 10
◆ Distanze ed ostacoli Giochi Sportivi Studenteschi	pag. 11
◆ Siepi	pag. 14
◆ Progressioni salti in elevazione	pag. 15
◆ Staffette	pag. 18
◆ Concorsi generalità	pag. 19
◆ Salti in estensione	pag. 19
◆ Tempi a disposizione degli atleti	pag. 19
◆ Lanci	pag. 20
◆ Metodo di controllo settore di lancio	pag. 23
◆ Prove multiple	pag. 25
◆ False partenze	pag. 25
◆ Partecipazione alle gare	pag. 26
◆ Limitazioni	pag. 26
◆ Partecipazione atleti fuori classifica	pag. 28
◆ Maglia sociale	pag. 28
◆ Tempo massimo	pag. 28
◆ Intervalli di tempo tra turni	pag. 28
◆ Reclami	pag. 28
◆ Raffronto tempi manuali ed elettrici	pag. 29
◆ Note sulla redazione dei risultati	pag. 29
◆ Primati e migliori prestazioni	pag. 30
◆ Miscellanea di norme e suggerimenti	pag. 31
◆ Marcia Settore promozionale	pag. 34
◆ Regolamento delle Manifestazioni - Gestione Tecnica	pag. 35
◆ Minimi Campionati Italiani Individuali 2011 Cadetti/e	pag. 36
◆ Minimi Campionati Italiani Individuali 2011 Uomini	pag. 37
◆ Minimi Campionati Italiani Individuali 2011 Donne	pag. 38

# GRUPPO GIUDICI GARE - Veneto

## RECAPITI E-MAIL DEI COMPONENTI LA COMMISSIONE REGIONALE VENETA GGG

<b>CHIERICI</b> Emanuele	Fiduciario	e-mail: emanuele.chierici@gggveneto.it
<b>MAGARAGGIA</b> Roberto	Vice Fiduciario	e-mail: roberto.magaraggia@gggveneto.it
<b>BETTIOL</b> Rosa		e-mail: rosa.bettiol@gggveneto.it
<b>CORTELLINO</b> Mauro		e-mail: mauro.cortellino@gggveneto.it
<b>DALLA COSTA</b> Stefano		e-mail: stefano.dallacosta@gggveneto.it
<b>DIDONE'</b> Adriano		e-mail: adriano.didone@gggveneto.it
<b>GRAVA</b> Roberto		e-mail: roberto.grava@gggveneto.it

<b>Segreteria GGG</b>	<b>e-mail: ggg-veneto@fidal.it</b>	<b>tel. 049/8658353</b>
<b>Via N. Rocco (Stadio Euganeo) - 35135 PADOVA</b>		<b>fax 049/8658348</b>
	<b>Sito: gggveneto.it</b>	

## FIDUCIARI PROVINCIALI GGG e RECAPITI E-MAIL

<b>BELLUNO</b>	<b>BORTOT</b> Ferruccio	e-mail: fiduciario.belluno@gggveneto.it
<b>PADOVA</b>	<b>MARTIN</b> Stefano	e-mail: fiduciario.padova@gggveneto.it
<b>ROVIGO</b>	<b>SARTIN</b> Virginio	e-mail: fiduciario.rovigo@gggveneto.it
<b>TREVISO</b>	<b>D'ANDREA</b> Roberto	e-mail: fiduciario.treviso@gggveneto.it
<b>VENEZIA</b>	<b>BECCEGATO</b> Laura	e-mail: fiduciario.venezia@gggveneto.it
<b>VERONA</b>	<b>DONGILLI</b> Romeo	e-mail: fiduciario.verona@gggveneto.it
<b>VICENZA</b>	<b>TONELLO</b> Pulcheria	e-mail: fiduciario.vicenza@gggveneto.it

## Suggerimenti e norme in sintesi per una rapida consultazione sui campi di gara (aggiornati all'anno sportivo 2011)

(ad uso dei GIUDICI di GARA, ma anche dei DIRIGENTI, dei TECNICI, degli ATLETI e dei CONCORRENTI)

### ANNI DI NASCITA ATLETI E CATEGORIE DI APPARTENENZA

Categorie	Maschili			Femminili			
Agonistica	ALLIEVI		16-17 anni	1995-1994		16-17 anni	1995-1994
	JUNIORES		18-19 anni	1993-1992		18-19 anni	1993-1992
	PROMESSE		20-22 anni	1991-1989		20-22 anni	1991-1989
	SENIORES		23 anni e +	1988 e prec		23 anni e +	1988e prec
Area Promozionale	ESORDIENTI	C	6 - 7 anni	2004-2005		6 - 7 anni	2004-2005
		B	8 - 9 anni	2002-2003		8 - 9 anni	2002-2003
		A	10-11 anni	2000-2001		10-11 anni	2000-2001
	RAGAZZI		12-13 anni	1999-1998		12-13 anni	1999-1998
	CADETTI		14-15 anni	1997-1996		14-15 anni	1997-1996
	AMATORI		23-34 anni	1988-1977		23-34 anni	1988-1977
	MASTER		<b>35 anni e +</b>	<b>1976 e prec</b>		<b>35 anni e +</b>	<b>1976 e prec</b>
		MM 35	35-39 anni	1976-1972	MF 35	35-39 anni	1976-1972
		MM 40	40-44 anni	1971-1967	MF 40	40-44 anni	1971-1967
		MM 45	45-49 anni	1966-1962	MF 45	45-49 anni	1966-1962
		MM 50	50-54 anni	1961-1957	MF 50	50-54 anni	1961-1957
		MM 55	55-59 anni	1956-1952	MF 55	55-59 anni	1956-1952
		MM 60	60-64 anni	1951-1947	MF 60	60-64 anni	1951-1947
		MM 65	65-69 anni	1946-1942	MF 65	65-69 anni	1946-1942
		MM 70	70-74 anni	1941-1937	MF 70	70-74 anni	1941-1937
		MM 75	75-79 anni	1936-1932	MF 75	75-79 anni	1936-1932
		MM 80	80-84 anni	1931-1927	MF 80	80-84 anni	1931-1927
		MM 85	85-89 anni	1926-1922	MF 85	85-89 anni	1926-1922
		MM 90	90-94 anni	1921-1917	MF 90	90-94 anni	1921-1917
	MM 95	95 anni e +	1916 e prec	MF 95	95 anni e +	1916e prec	

#### **Non è ammesso il doppio tesseramento alle categorie SENIOR, AMATORI e MASTER.**

Nelle gare WMA il passaggio di categoria è determinato dalla data di nascita. E' consentito il passaggio dalla categoria Amatori alla categoria Seniores, nell'ambito della stessa società, anche nel corso della stagione agonistica.

**Gli ALLIEVI/E possono partecipare, oltre alle gare riservate alla propria categoria, anche all'Attività Assoluta nel rispetto degli specifici regolamenti delle varie manifestazioni. Qualora un Allievo partecipi ad una gara di una categoria superiore deve utilizzare gli stessi attrezzi della relativa categoria.**

**Gli atleti MASTER, tesserati per Società affiliate con adesione All/Jun/Pro/Sen/Mas, possono partecipare, oltre che alle gare riservate alla propria categoria, anche a tutta l'Attività Assoluta Individuale e di Società, concorrendo ai vari titoli nazionali, regionali e provinciali nel rispetto degli specifici regolamenti delle varie manifestazioni. In dette manifestazioni devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Seniores.**

Gli atleti MASTER tesserati per Società affiliate con sola adesione alla cat. Master o Masters/Amatori possono prendere parte anche all'Attività Assoluta **ad esclusione dei Campionati Individuali e di Società.**

**Gli atleti SENIOR possono partecipare esclusivamente ai Campionati Italiani, Regionali e Provinciali Individuali MASTER nelle analoghe fasce d'età.**

**Gli atleti AMATORI possono partecipare all'Attività individuale assoluta (esclusi i Campionati Individuali e di Società) quando negli specifici regolamenti sia prevista la partecipazione.**

**Gli atleti Amatori possono essere inseriti in una classifica unica insieme agli atleti della categoria Seniores.**







**NON E' CONSENTITO INIZIARE LE GARE SE IL MEDICO DI SERVIZIO  
NON E' FISICAMENTE IN CAMPO**

(N.B: non è sufficiente l'eventuale presenza di una autoambulanza).

*Si può iniziare se un Medico, occasionalmente presente, accetta di prestare assistenza alle gare.*  
In ogni caso il Medico deve essere identificato dalla tessera di iscrizione all'Ordine dei Medici o dal possesso della tessera di Medico Sportivo.

*Il numero della tessera del Medico va annotato dal G.A. nel Mod. 20*

**SEGNALETICA ORIZZONTALE**

Colore simbolo	Descrizione
<b>giallo</b>	cambi e pre-cambi staffette (esclusa 4x400)
<b>verde</b>	partenza 4x200, partenza 4x400 "con 4 o più staffette", segmenti 110 Hs
<b>nero</b>	segmenti 200 Hs, staffetta 100+200+300+400
<b>blu</b>	partenza 4x400 "con 3 staffette o meno", partenza 800, segmenti 100 Hs
<b>bianco</b>	tutta l'altra segnaletica
 <b>bianco</b>	ostacoli mt. 400
 <b>bianco</b>	ostacoli corse siepi
 <b>blu</b>	ostacoli mt. 100
 <b>blu</b>	bolli percorso siepi
 <b>nero</b>	ostacoli mt. 200
 <b>verde</b>	ostacoli mt. 110

# SEGNALETICA ORIZZONTALE IAAF

## LEGENDA

ZE	Fine della zona di cambio (10 m dopo ZM)
ZM	Centro della zona di cambio
ZS	Inizio della zona di cambio (10 m prima ZM)
ZA	Inizio della zona di accelerazione (pre-cambio) (10 m prima ZS 4x100 m)
St	Partenza

## SIMBOLOGIA DELLA PISTA

Larghezza della corsia:		117 cm (ampiezza massima delle corsie tra le due linee)		
Spessore delle linee:		5 cm		
Colore	Simbolo	Lunghezza (cm)	Area	Gara
<b>Giallo</b>		110	D, C, B	ZE 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
<b>Bianco</b>		117	A	St 400m = St 4 x 100m
		40	C, B, D	St 200m = ZM 4 x 100m, 3° staffettista ZM 4x100m, 4° staffettista, 2° staffettista
<b>Giallo</b>		110	D, C, B	ZS 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
<b>Rosso o blu</b>		60	D, C, B	ZA 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista Linee contrastanti fortemente al centro delle corsie
<b>Bianco e blu in mezzo</b>		117	A	St 4 x 400m
		40		
<b>Blu</b>		80	A	ZE 4x400m, 2° staffettista
<b>Bianco e verde in mezzo</b>		117	A	St 800m, 1° curva in corsia
		40	ZM	4x400m, 2° staffettista
<b>Blu</b>		80	A	ZS 4x400m, 2° staffettista
<b>Blu</b>		80	A	ZS per gare o parti di gara che non si corrono in corsia per es. 4x400m, 3°, 4° staffettista Linee in mezzo alle corsie ZS 10m prima della linea di arrivo dalla 2° alla 8° corsia ZE 10m dopo l'arrivo parallela alla linea d'arrivo solo dalla 2° alla 5° corsia
<b>Verde</b>			D	Linea di tangente (rientro al cordolo) dalla 2° corsia, per es. 800m; 4x400m, 2° staffettista
<b>Bianco</b>				St 100m, 110m, 1500m, 1km 3000m siepi, 5000m 10000m Partenze di gruppo 3000m, 5000m e 2000m; 10000m

## POSIZIONI E ALTEZZE DEGLI OSTACOLI

Lunghezza delle linee:		10 cm								
Spessore di tutte le linee:		5 cm								
Quadrato della siepe 12.5 cm x 12.5 cm nella corsia 1 e 4 (3)										
Colore	Simbolo	Gara	Altezze Ostacoli			N. ostacoli	Distanza al 1° ostacolo	Distanza tra ostacoli	Distanza tra l'ultimo ostacolo e l'arrivo	
			A.vi	J	S					
			m			m				
<b>Blu</b>		110m	M	0.914	0.990	1.067	10	13.72	9.14	14.02
<b>Giallo</b>		100m	F	0.762	0.840	0.840	10	13.00	8.50	10.50
<b>Verde</b>		400m	M	0.840	0.914	0.914	10	45.00	35.00	40.00
			F	0.762	0.762	0.762	10	45.00	35.00	40.00
<b>Blu (new)</b>		Siepi	M	0.914		5	posizionati approssimativamente a distanze uguali per ogni giro			
<b>Blu (ex)</b>			F	0.762						
<b>Nero</b> 5x5		200m	M	0.762		10	18.29	18.29	17.10	
<b>Nero</b> 5x5		200m	F	0.762		10	16.00	19.00	13.00	

# CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

## MASCILI

2011		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)						
Gara	Ostacoli	Partenza				Arrivo	Esord *	Ragazzi	Cadetti	Allievi	Junior	Prom Senior
		Primo ostacolo				Ultimo ostacolo						
m. 40	4	1 ▲ 11,00	2 ▲ 3 intervalli da m. 6,00	3 ▲	4 ▲ 11,00	50						
§ m. 40	5	1 ▲ 10	2 ▲ 4 intervalli da m. 6,00	3 ▲	4 ▲ 6,00	50						
m. 50	5	1 ▲ 12,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 7,00	3 ▲	4 ▲ 10,00	50						
m. 50 indoor	4	1 ▲ 13,72	2 ▲ 3 intervalli da m. 9,14	3 ▲	4 ▲ 8,86				91,4	(1,00) 99,1	106,7	
m. 55	5	1 ▲ 13,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲ 8,00			84,0				
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲ 13,00			84,0				
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,72	2 ▲ 4 intervalli da m. 9,14	3 ▲	4 ▲ 9,72				91,4	(1,00) 99,1	106,7	
m. 60	6	1 ▲ 12,00	2 ▲ 5 intervalli da m. 7,50	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲ 10,50	60,0				
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲ 9 intervalli da m. 8,50	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 10,50	84,0
m. 110	10	1 ▲ 13,72	2 ▲ 9 intervalli da m. 9,14	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 14,02	91,4 (1,00) 99,1 106,7
m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲ 4 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00	60,0					
m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲ 9 intervalli da m. 18,29	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 17,10	76,2 (84,0) 76,2 (91,4) 76,2 (91,4) 76,2
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲ 6 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲ 40,00	76,2			
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲ 9 intervalli da m. 35,00	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 40,00	84,0 91,4 91,4

Legenda: \* = partenze in piedi  
 § = gare in uso in alcune province del Veneto



# CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

## FEMMINILI

2011		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)									
Gara	Ostacoli	Partenza				Arrivo	Esord *	Ragazze	Cadette	Allieve	Junior Prom Senior				
		Primo ostacolo ◁										Ultimo ostacolo ▷			
m. 40	4	1 ▲ 11,00	2 ▲ 3 intervalli da m. 6,00	3 ▲	4 ▲ 11,00		<b>50</b>								
§ m. 40	5	1 ▲ 10,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 6,00									
m. 50	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 10,00									
m. 50 indoor	4	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲ 11,50				<b>76,2</b>	<b>84,0</b>					
m. 55	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 10,00			<b>76,2</b>						
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 15,00			<b>76,2</b>						
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 13,00			<b>76,2</b>	<b>84,0</b>					
m. 60	6	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲ 10,50		<b>60,0</b>						
m. 80	8	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 11,00		<b>76,2</b>				
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 10,50		<b>76,2</b>	<b>84,0</b>	
m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00		<b>60,0</b>							
# m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 17,10		<b>76,2</b>	<b>76,2</b>	<b>76,2</b>
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲ 40,00		<b>76,2</b>					
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 40,00		<b>76,2</b>	<b>76,2</b>	

Legenda: \* partenze in piedi

§ gare in uso in alcune province del Veneto

# In Italia la segnaletica delle distanze degli ostacoli dei m. 200 femminili è uguale alla segnaletica per le distanze maschili.

# CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

## MASTER - MASCHILI

Valide anche per le prove multiple

2011		Distanze tra gli ostacoli (in m.)					Altezze degli ostacoli (in cm.)									
Gara	Ostacoli	Partenza					Arrivo									
		Primo ostacolo				Ultimo ostacolo	MM 35-49	MM 50-59	MM 60-69	MM 70-79	MM 80 e +					
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,72	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 9,72	99,1									
		4 intervalli da m. 9,14														
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 13,00		91,4								
		4 intervalli da m. 8,50														
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 16,00			84,0							
		4 intervalli da m. 8,00														
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 20,00				76,2	68,6					
		4 intervalli da m. 7,00														
m. 80	8	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 19,00		76,2	68,6				
		7 intervalli da m. 7,00														
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 10,50		91,4			
		9 intervalli da m. 8,50														
m. 100	10	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 16,00			84,0		
		9 intervalli da m. 8,00														
m. 110	10	1 ▲ 13,72	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 14,02	99,1				
		9 intervalli da m. 9,14														
m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 17,10	76,2	76,2	76,2	76,2	76,2
		9 intervalli da m. 18,29														
m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00										68,6
		4 intervalli da m. 35,00														
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲ 40,00					76,2	68,6		
		6 intervalli da m. 35,00														
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 40,00	91,4	84,0			
		9 intervalli da m. 35,00														

N.B. Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters:

- **non è obbligatorio** l'uso dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.
- A differenza di quanto avviene per l'attività assoluta, un atleta viene squalificato solo se commette **due false partenze**.

# CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

## MASTER - FEMMINILI

Valide anche per le prove multiple

2011		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)						
Gara	Ostacoli	Partenza				Arrivo						
		Primo ostacolo				Ultimo ostacolo	MF 35-39	MF 40-49	MF 50-59	MF 60 e +	MF 70 e +	
m. 60 indoor	5	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 13,00	84,0					
		4 intervalli da m. 8,50										
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 16,00		76,2				
		4 intervalli da m. 8,00										
m. 60 indoor	5	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 20,00			76,2	68,6		
		4 intervalli da m. 7,00										
m. 80	8	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 12,00		76,2	
		7 intervalli da m. 8,00										
m. 80	8	1 ▲ 12,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲ 19,00		76,2	
		7 intervalli da m. 7,00									68,6	
m. 100	10	1 ▲ 13,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 10,50	84,0
		9 intervalli da m. 8,50										
m. 200	10	1 ▲ 18,29	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 17,10	76,2
		9 intervalli da m. 18,29										76,2
◇ m. 200	5	1 ▲ 20,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲ 40,00						68,6
		4 intervalli da m. 35,00										
m. 300	7	1 ▲ 50,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲ 40,00		76,2	68,6	
		6 intervalli da m. 35,00										
m. 400	10	1 ▲ 45,00	2 ▲	3 ▲	4 ▲	5 ▲	6 ▲	7 ▲	8 ▲	9 ▲	10 ▲ 40,00	76,2
		9 intervalli da m. 35,00										76,2

**N.B.** Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters:

- **non è obbligatorio** l'uso dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.
- A differenza di quanto avviene per l'attività assoluta, un atleta viene squalificato solo se commette **due false partenze**.

## CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

(In alcune province, in deroga al Regolamento nazionale, e solo a livello provinciale, è consentito l'utilizzo delle tabelle 2010. Dalla fase regionale è obbligatorio usare le tabelle 2011)

### GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Istituzioni scolastiche secondarie di I grado

2010		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)					
Gara	Ostacoli	Partenza					Arrivo	Ragazzi	Ragazze	Cadetti	Cadette
		□					○				
		Primo ostacolo					Ultimo ostacolo				
		◁					▷				
m. 60	6	1	2	3	4	5	6	60,0	60,0		
		▲	▲	▲	▲	▲	▲				
		12,00	5 intervalli da m. 7,50				10,50				
m. 80	8	1	2	3	4	5	6	7	8	60,0	
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
		12,00	7 intervalli da m. 8,00				12,00				
m. 80	8	1	2	3	4	5	6	7	8		60,0
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
		12,00	7 intervalli da m. 7,50				15,50				

### GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Istituzioni scolastiche secondarie di II grado

2010		Distanze tra gli ostacoli (in m.)				Altezze degli ostacoli (in cm.)					
Gara	Ostacoli	Partenza					Arrivo	Allievi	Allieve	Junior masch	Junior femm
		□					○				
		Primo ostacolo					Ultimo ostacolo				
		◁					▷				
m. 100	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
		13,00	9 intervalli da m. 8,00				15,00		76,2		76,2
m. 110	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
		13,72	9 intervalli da m. 9,14				14,02		91,4		91,4

## CORSE AD OSTACOLI – DISTANZE ED ALTEZZE

### GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Istituzioni scolastiche secondarie di I e II grado

Anno 2011

2011		Distanze tra gli ostacoli (in m.)	Altezze degli ostacoli (in cm.)			
Gara	Ostacoli	Partenza □ Primo ostacolo ◁ Arrivo ○ Ultimo ostacolo ▷	Cadetti	Cadette	Allievi	Allieve
m. 80	8	1 2 3 4 5 6 7 8 ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ 13,00 7 intervalli da m. 8,00 11,00		76,2		
m. 100	10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ 13,00 9 intervalli da m. 8,50 10,50	76,2			76,2
m. 110	10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ ▲ 13,72 9 intervalli da m. 9,14 14,02			84,0	

#### CATEGORIA ANNI DI NASCITA

Cadetti/e	1997-1998-1999 (2000 nei casi di studenti in anticipo scolastico)
Allievi/e	1994-95-96 (1997 nei casi di studenti in anticipo scolastico)

#### CLASSIFICHE SQUADRE

##### Gruppi di Specialità

☞ Ci sono diversi gruppi di specialità

##### 1° GRADO

CORSE	SALTI	LANCI
80	Alto	Peso
300	Lungo	Vortex
1000		
4x100		

##### 2° GRADO

CORSE	SALTI	LANCI	STAFFETTA
100	Alto	Peso	100+200+300+400
400	Lungo	Disco	
1000	Triplo		
110/100hs			

Le classifiche per squadre verranno redatte sulla somma di 10 punteggi singoli con le seguenti modalità :

### 1° GRADO

- ⊕ 2 punteggi obbligatori in due diverse gare in ogni gruppo di specialità più i 4 punteggi migliori da recuperare in assoluto, indistintamente, nei 3 gruppi.

CORSE	SALTI	LANCI	RECUPERI
2	2	2	4

### 2° GRADO

- ⊕ 2 punteggi obbligatori in due diverse gare in ogni gruppo di specialità più un punteggio obbligatorio in staffetta più i 3 punteggi migliori da recuperare in assoluto, indistintamente, nei 3 gruppi.

CORSE	SALTI	LANCI	STAFFETTA	RECUPERI
2	2	2	1	3

## TABELLE PUNTEGGIO

- ⊕ Saranno utilizzate le tabelle punteggio vigenti della FIDAL.
- ⊕ Per il 1° grado verranno utilizzate le tabelle FIDAL relative alla categoria federale Cadetti/e con l'eccezione della gara del vortex per la quale si utilizzerà la relativa tabella della categoria Ragazzi/e.
- ⊕ Per il 2° grado verranno utilizzate le tabelle FIDAL relative alla categoria federale Allievi/e.

## NORME SPECIFICHE

- ⊕ In caso di parità tra 2 o più squadre verrà classificata prima la squadra che avrà ottenuto il miglior singolo punteggio in assoluto.
- ⊕ In caso di squalifiche, ritiri o non classificati verrà assegnato all'atleta 0 punti ma la gara si intenderà, comunque, coperta.
- ⊕ Le staffette saranno composte obbligatoriamente da 4 dei 7 atleti facenti parte la squadra (non saranno ammessi atleti extra per le staffette).
- ⊕ Saranno consentite 2 false partenze come previsto dal regolamento internazionale studentesco relativo alle prove multiple.
- ⊕ Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a disposizione 4 tentativi in tutte le 2 fasi previste dai GSS.
- ⊕ Per le gare di corse si adotterà il sistema delle " serie " in tutte le 2 fasi previste dai GSS.

# SIEPI

gara	Nr. salti Hs	Nr. salti fossa	note
<b>3000</b>	<b>28</b>	<b>7</b>	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare: a circa 10 metri dopo la linea d'arrivo
<b>2000</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare, nel rettilineo opposto, quello che precede la fossa.
<b>1500</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	La fossa deve essere il 4° Hs di ogni giro. Il 1° Hs da saltare: a circa 10 metri dopo la linea d'arrivo

- Gli Hs vanno posti sulla pista in modo che 30 cm della sbarra superiore, misurati dal bordo interno della pista, siano all'interno del campo.
- Gli atleti devono affrontare per primo l' Hs largo 5 metri (gli altri sono larghi almeno m 3.96).
- All'inizio della gara l'acqua nella fossa deve essere a livello della superficie della pista con un margine di 2 cm.
- La fossa delle siepi, incluso l'ostacolo, dovrà misurare m 3.66 (+/- 2 cm) in lunghezza e la fossa dovrà essere di m 3.66 (+/- 2 cm) di larghezza.
- Il fondo della fossa con acqua deve avere una superficie sintetica, o stuoia, di sufficiente spessore da assicurare un atterraggio senza pericoli e permettere ai chiodi di fare una presa sufficiente.
- Gli Hs per le gare maschili sono alti m **0.91**; per le gare femminili m **0.76**.
- Gli Hs per le gare Master sono alti: maschile 35-59 m **0.91** / 60 e oltre m **0.76**  
femminile 35 e oltre m **0.76**
- **Le bandierine, di colore giallo**, indicanti i passaggi ai Km vanno posizionate, indicativamente:

fossa interna	Gara m.	Passaggio ai	Pista con sviluppo di 390 m	Pista con sviluppo di 396 m
	<b>3000</b>	1000	<b>alla partenza dei m 2000 sp</b>	<b>alla partenza dei m 2000 sp</b>
		2000	<b>30 m prima della partenza m 200</b>	<b>12 m prima della partenza m 200</b>
	<b>2000</b>	1000	<b>30 m prima della partenza m 200</b>	<b>12 m prima della partenza m 200</b>
<b>1500</b>	1000	<b>~ 10 m prima del rettilineo finale</b>		

fossa esterna	Gara m.	Passaggio ai	Pista con sviluppo di 410 m	Pista con sviluppo di 420 m
	<b>3000</b>	1000	<b>alla partenza dei m 2000 sp</b>	<b>alla partenza dei m 2000 sp</b>
		2000	<b>30 m dopo la partenza m 200</b>	<b>24 m prima della fossa</b>
	<b>2000</b>	1000	<b>30 m dopo la partenza m 200</b>	<b>24 m prima della fossa</b>
<b>1500</b>	1000	<b>~ 18 m prima dell'ultimo Hs</b>		

## PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

- ◆ Se non diversamente previsto dal rispettivo Regolamento per i CdS sono consigliate le seguenti progressioni, fermo restando che ogni atleta può richiedere una sola misura d'entrata inferiore a quella prevista.
- ◆ Nelle manifestazioni individuali non è consentita una misura d'entrata inferiore a quella stabilita, ma, a discrezione del Delegato Tecnico, sia la misura stessa che la progressione possono essere modificate considerato il numero degli iscritti e le prestazioni degli stessi.
- ◆ Il Delegato Tecnico nello stabilire le progressioni, deve tener conto del minimo di partecipazione ai vari Campionati di categoria, facendo coincidere una misura della progressione con il minimo stesso.
- ◆ Un atleta rimasto solo in gara, purché abbia già vinto la gara stessa, (compresi i Campionati di Società) può chiedere qualsiasi misura anche se non prevista dalla progressione prefissata (Regola 181.4 del R.T.I.). Nelle sole gare **valide per le Prove Multiple** deve continuare con la progressione prevista.
- ◆ Nelle Prove Multiple la progressione deve essere uniformemente di 3 cm nell'alto e di 10 cm nell'asta **durante tutta la gara**.
- ◆ Prima dell'inizio della gara di salto con l'asta il concorrente deve comunicare quale posizione dei supporti egli desidera

### MANIFESTAZIONI PROVINCIALI E REGIONALI

<b>Uomini</b>	<b>ALTO Ri</b>	1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46-1.48 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>Ci</b>	1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1,58 e quindi di 2 in 2 cm.
	<b>Ai</b>	1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1,82-1.84 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>J-P-S</b>	1.60-1.70-1.80-1.85-1.90-1.95-1.98-2.01-2.04 e quindi di 3 in 3 cm
<b>ASTA</b>	<b>Ci</b>	1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50-2.55-2.60 e quindi di 5 in 5 cm
	<b>Ai</b>	2.20-2.40-2.60-2.80-2.90-3.00-3.10-320 ecc. poi da 3.90-3.95-4.00 ecc.
	<b>J-P-S</b>	2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00-4.10-4.20 ecc. poi da 5.00-5.05-510 ecc.
<b>Donne</b>	<b>ALTO Re</b>	1.00-1.10-1.15-1.20-1,25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46-1.48 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>Ce</b>	1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49-1.51-1.53 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>Ae</b>	1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.61-1.63 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>J-P-S</b>	1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.68-1.71- e quindi di 3 in 3 cm
<b>ASTA</b>	<b>Ce</b>	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25-230 quindi di 5 cm in 5 cm.
	<b>Ae</b>	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25-2.30 quindi di 5 cm in 5 cm
	<b>J-P-S</b>	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.45-2.50 quindi di 5 cm in 5 cm

### MANIFESTAZIONI PROVINCIALI (Prove Multiple)

<b>Uomini</b>	<b>ALTO Ri</b>	0.90-1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 e quindi di 3 in 3 cm
	<b>Ci</b>	1.10-1.15-1.20-1.25-1.30-1.33-1.36-1.39-1.42 e quindi di 3 in 3 cm.
<b>Donne</b>	<b>ALTO Re</b>	0.90-1.00-1.05-1.10-1.15-1,18-1.21-1.24-1.27 e quindi di 3 in 3 cm
	<b>Ce</b>	1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37 e quindi di 3 in 3 cm

### MANIFESTAZIONI REGIONALI (Prove Multiple)

<b>Uomini</b>	<b>ALTO Ai</b>	1.20-1.30-1.40-1.50-1.55-poi di 5 cm in 5 cm fino 1,85-1.88 quindi di 3 cm in 3 cm
	<b>J-P-S</b>	1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91 quindi di 3 cm in 3 cm
<b>ASTA</b>	<b>Ai</b>	2.10-2.30-2.50-2.70-2.80-2.90 quindi di 10 cm in 10 cm
	<b>J-P-S</b>	2.30-2.50-2.70-2.90-3.00-3.10 quindi di 10 cm in 10 cm
<b>Donne</b>	<b>ALTO Ae</b>	1.10-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48-1.51 quindi di 3 cm in 3 cm
	<b>J-P-S</b>	1.15-1.25-1.35-1.40-1.45-1.48-1.51-1.54 quindi di 3 cm in 3 cm

Per le Manifestazioni Provinciali e Regionali riservate agli Esordienti ed al Progetto Sperimentale "Giochi in Atletica – Gioco, Divertimento, Atletica" seguire le progressioni predisposte dagli Organizzatori.



**MANIFESTAZIONI NAZIONALI**

<b><u>Uomini</u></b>	<b>ALTO Ai</b>	1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94-1.97-2.00-2.02 quindi di 2 in 2 cm.
	<b>J-P-S</b>	1.80-1.90-2.00-2.05- <b>2.09-2.12-2.15-2.18</b> -2.20-2.22-e quindi di 2 in 2 cm.
	<b>Ci</b>	1.45-1.50-1.55-1.58-1.61-1.64-1.67-1.70-1.72-1.74 e quindi di 2 in 2 cm
<b>ASTA Ai</b>	<b>ALTO Ai</b>	3.00-3.20-3.40-3.60-3.70-3.80-3.90-4.00-4.10-4.20-4.25-4.30 e quindi di 5 in 5 cm
	<b>J-P-S</b>	3.80-4.00-4.20-4.40-4.60-4.80-4.90-5.00-5.10-5.20-5.25-5.30 e quindi di 5 in 5 cm
	<b>Ci</b>	2.40-2.60-2.80-3.00-3.10-3.15-3.20 e quindi di 5 in 5 cm
<b><u>Donne</u></b>	<b>ALTO Ae</b>	1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74-1.76 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>J-P-S</b>	1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.82-1.85-1.87-1.89 e quindi di 2 in 2 cm
	<b>Ce</b>	1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.62-1.64 e quindi di 2 in 2 cm
<b>ASTA Ae</b>	<b>ALTO Ae</b>	2.10-2.30-2.50-2.70-2.80-2.90-3.00-ecc. poi da 3.35-3.40 e quindi di 5 cm in 5 cm
	<b>J-P-S</b>	2.30-2.50-2.70-2.90-3.10-3.30- 3.40-ecc. poi da 3.75-3.80 e quindi di 5 cm in 5 cm
	<b>Ce</b>	2.00-2.20-2.40-2.50-2.60-2.70-2.80-2.85-2.90 e quindi di 5 cm in 5 cm

**MANIFESTAZIONI NAZIONALI (Prove Multiple)**

<b><u>Uomini</u></b>	<b>ALTO Ai</b>	1.30-1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-quindi di 3 cm in 3 cm
	<b>J-P-S</b>	1.55-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80-1.85-1.88-1.91 quindi di 3 cm in 3 cm
<b>ASTA Ai</b>	<b>ALTO Ai</b>	2.20-2.40-2.60-2.80-3.00-3.20-3.30-3.40 quindi di 10 cm in 10 cm
	<b>J-P-S</b>	2.50-2.70-2.90-3.10-3.30-3.50-3.70-3.90-4.00-4.10 quindi di 10 cm in 10 cm
<b><u>Donne</u></b>	<b>ALTO Ae</b>	1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48-1.51 quindi di 3 cm in 3 cm
	<b>J-P-S</b>	1.25-1.35-1.40-1.45-1.48-1,51-1.54 quindi di 3 cm in 3 cm

**PROGRESSIONI x MASTER**

<b><u>Uomini</u></b>	<b>ALTO 35-44</b>	1.42-1.48-1.51 poi di 3 cm in 3 cm
	<b>45-54</b>	1.30-1,36-1,39 poi di 3 cm in 3 cm
	<b>55-64</b>	1.15-1.21-1.24 poi di 3 cm in 3 cm
	<b>65 e oltre</b>	0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15 poi di 3 cm in 3 cm
<b>ASTA</b>	<b>35-49</b>	2.30-2.40-2.50-2.60-2.70 poi di 5 cm in 5 cm
	<b>50-64</b>	2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 poi di 5 cm in 5 cm
	<b>65 e oltre</b>	2.00-2.10-2.20 poi di 5 cm in 5 cm
<b><u>Donne</u></b>	<b>ALTO 35-44</b>	1.20-1.26-1.32 poi di 3 cm in 3 cm
	<b>45-54</b>	1.11-1.17-1.20 poi di 3 cm in 3 cm
	<b>55 e oltre</b>	0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05 poi di 3 cm in 3 cm
<b>ASTA tutte</b>	1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 poi di 5 cm in 5 cm	

**M / F** *Alto Prove multiple* Da 61 cm, la progressione aumenterà di 3 cm per tutta la durata della gara

**M / F** *Asta Prove multiple* Da 60 cm, la progressione aumenterà di 10 cm per tutta la durata della gara

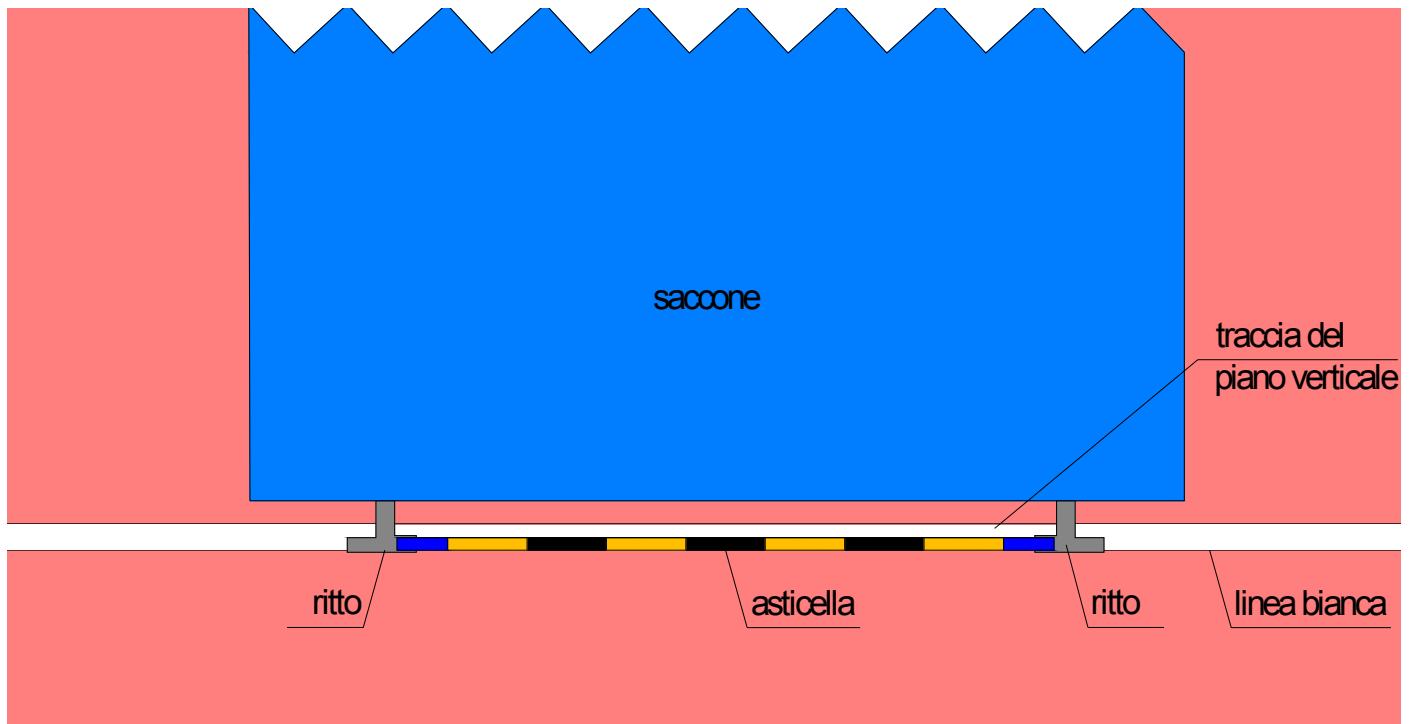
**Nel Salto con l'Asta i concorrenti possono far spostare i ritmi dell'asticella solamente in direzione della zona di caduta, fino ad un massimo di 80 cm.**

**L'asta può avere strati protettivi di nastro all'impugnatura ed alla parte terminale.**

**N.B. Per le gare Master, così come per certe gare del Settore Giovanile, le misure minime previste per l'entrata in gara, per il salto in alto e salto con l'asta, sono legate alle possibilità tecniche dell'impianto. Ove non possibile, le stesse saranno correlate alle esigenze tecniche**

## SALTO IN ALTO ( sistemazione pedana )

Per facilitare l'applicazione della Regola 182.2 lettera b), si esemplifica il posizionamento della linea bianca larga 5mm sotto il piano verticale dell'asticella con prolungamento per tre metri all'esterno di ogni ritto.



Quando il materasso/saccone di caduta è posizionato sopra una griglia, si raccomanda di sistemare una tavola di protezione sul fronte in modo di salvaguardare gli atleti in caso di eventuali scivolate



NO



OK

## STAFFETTE ( in uso nel Veneto )

**Agli atleti non è consentito indossare guanti o mettere sostanze nelle loro mani al fine di ottenere una presa migliore. Dentro la zona di cambio è solo la posizione del testimone che è decisiva, e non la posizione del corpo o degli arti degli atleti.** (Regola 170.14)

Zone di cambio: 10 metri prima e 10 metri dopo la linea di frazione.

Fino alla 4x200 (compreso il primo cambio della 100+200+300+400) i concorrenti possono partire da un pre-cambio di altri 10 metri

**Nelle 4x400 (e nell'ultimo cambio della 100+200+300+400) il 3<sup>a</sup> e il 4<sup>a</sup> frazionista devono assumere la posizione per il cambio nell'ordine in cui i concorrenti si presentano al passaggio ai 200 metri (pena squalifica) – Regola 170 § 9 e 10**

Le staffette SENIORES possono comprendere atleti PROMESSE e JUNIORES

<b>4x100</b>	tutte le frazioni in corsia
<b>4x200</b>	in corsia le prime due frazioni e l'inizio della terza fino all'uscita della curva (tangente); oppure può essere interamente corsa in corsia
<b>4x200 e 4x400 /per 5 o più staffette</b> (pista a 6 corsie “ 4 “ “ ” )	in corsia la prima frazione e la seconda fino alla tangente
<b>4x200 e 4x400 /per 4 o meno staffette</b> (pista a 6 corsie “ 3 “ “ ” )	partenza dagli scalari dei m 800, in corsia la prima curva fino alla tangente
<b>4x300</b> (Sperimentale)	partenza dagli scalari dei m 400, prima frazione in corsia, il 2 <sup>a</sup> frazionista in corsia con rientro dopo l'arrivo
<b>4x800</b>	partenza in linea oppure dagli scalari dei m 800 con rientro alla tangente
<b>4x1.500</b>	partenza in linea
<b>800+600+400+200</b>	partenza dagli 800 in linea
<b>200+400+600+800</b>	partenza dagli scalari della 4x400 (verdi), prima frazione in corsia, 2° frazionista alla corda dopo aver percorso 300 m all'uscita della sua seconda curva (tangente); si utilizzano i cambi della 4x200. Se mancano i cambi della 4x200: partenza dagli 800 in corsia e rientro alla tangente opposta
<b>100+200+300+400</b>	partenza dai 200 m (segmenti neri), 1° e 2° frazionista in corsia, 3° frazionista rientro dopo la curva (tangente) – (1° cambio con zona pre-cambio, 2° e 3° cambio solo entro la zona di cambio)
<b>200+150+100+50 (esordienti)</b>	Partenza dai m 100. Possono portarsi subito alla corda
<b>4x100 (ragazzi)</b>	partenza dai 400 m –Il cambio deve iniziare dalla zona del pre-cambio fino al termine della zona di cambio. <b>(30 m. totali)</b> (Nota: non ci sarà squalifica nel caso di cambio fuori settore)
<b>3x800 (ragazzi)</b>	partenza dai m 800 in linea
<b>3x1000 (cadetti)</b>	partenza dagli scalari dei 200 m
<b>4x50 (esordienti)</b>	partenza dai 200 m - senza vincolo di zona cambio
<b>8x50 (esordienti - ragazzi)</b>	partenza dai 400 m - senza vincolo di zona cambio

*(per eventuali altre staffette giovanili vedere le norme previste dai singoli regolamenti)*

## CONCORSI

- **Finali a 8** (se non diversamente previsto dal regolamento) – **escluso salto in alto e salto con l'asta**
- Se il *numero dei concorrenti è uguale o inferiore al numero dei finalisti* tutti ammessi in finale.
- Se è *superiore* la parità all'ultimo posto valido sarà risolta conformemente alla reg. 180.19 del R.T.I. (non ammessi invece gli atleti in parità all'ultimo posto valido se hanno tre nulli).
- **I finalisti gareggiano in ordine inverso di classifica**
- **Informazioni sul vento:** In tutti i concorsi (**escluso peso e martello**) deve essere posta vicino alla zona di stacco, una manica a vento per indicare all'atleta la direzione approssimativa e la forza del vento (Regola 144 § 3)
  - **Master:** a) Campionati Italiani Individuali e Campionati Regionale outdoor: eliminatoria e finali per le migliori **6 (sei)** prestazioni, **per ciascuna fascia d'età**  
b) in tutte le altre gare: nei lanci e salti in estensione le prove a disposizione per ciascun atleta sono **4(quattro)**

## SALTI IN ESTENSIONE

- **Tavola di stacco per il salto in lungo** da 1 a 4 metri, in parziale deroga alla Regola 185.6 del R.T.I., (usare comunque *preferibilmente una tavola di stacco posizionata a 2 metri*).
- Per le categorie assolute *tra asse di battuta e termine buca* si raccomanda un *minimo di 10 metri*.
- Per gli *esordienti* usare una *battuta di 1m x 1m* distante dal bordo della buca da m. 0,50 a m. 1,50 max (senza sabbia o plastilina) trattata con un sottile strato di gesso su cui rilevare l'impronta; il salto andrà misurato perpendicolarmente dal limite anteriore dell'impronta al segno più vicino nella zona di caduta.
- **Tavola di stacco per triplo:** per *cat. assolute* : **13/11m** per i maschi, **11/9 m** per le femmine:
  - per *Master* M: **9-11 m** (35-44); **8-10 m** (45-54); **7-9 m** (55-59); **6-8** (60-69); **5-7 m** (70 e oltre);  
F : **8-10 m** (35-44); **7-9 m** (45-54); **6-8 m** (55-59); **5-7** (60-69); **5-6 m** (70 e oltre);
  - per le *categorie giovanili* : proporzionata al livello dei concorrenti (es. m. **9** e m. **11** per cadetti  
m. **7** e m. **9** per cadette).
- **L'angolo di inclinazione della plastilina è di 45° Regola 185.8. La parte superiore dell'asse di battuta deve essere anch'esso coperto approssimativamente, per i primi 10 mm e lungo la sua intera lunghezza da uno strato di plastilina.** Quando non è possibile usare l'asse con la plastilina e si usa la sabbia, l'angolazione del bordo della sabbia, posto sulla tavola di stacco verso la pedana di rincorsa, deve avere un angolo di **30°** (invariato rispetto al passato)
- **La zona di caduta deve essere larga tra 2.75 e 3 metri** (eventualmente delimitandola con una fettuccia tesa simmetricamente alla corsia di rincorsa).

**non è fallo se l'atleta corre all'esterno della linea bianca che delimita la corsia di rincorsa  
QUESTO VALE ANCHE PER IL SALTO CON L'ASTA**

## TEMPI A DISPOSIZIONE DEGLI ATLETI

**1'00" per tutte le gare.** Per il salto con l'asta il tempo inizia dal momento che sono stati posizionati i ritmi secondo le richieste dell'atleta.

**Nota bene:** Per *alto ed asta* quando, *nella fase finale della gara*, sono rimasti *2/3 atleti* i tempi devono esser aumentati a **1'30" per il salto in alto e a 2 minuti per l'asta.**

Se *resta in gara un solo atleta* devono essere concessi **rispettivamente 3' e 5'** (escluse Prove Multiple)

Nel caso di *due prove consecutive dello stesso atleta* (**anche nelle Prove Multiple**) il tempo concesso sarà rispettivamente di **2 e 3 minuti**

# LANCI

Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti: **finali a 8**

Nelle gare riservate esclusivamente alla categoria Masters, nei lanci le prove a disposizione per ciascun atleta sono **quattro** (ad eccezione dei Campionati Italiani Individuali Indoor e Outdoor che si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni, per ciascuna fascia d'età).

Settori		34,92°	34,92°	34,92°	29° ~	29° ~
Attrezzi		<b>Disco</b>	<b>Peso</b>	<b>Martello</b>	<b>Giavelotto</b>	<b>Vortex</b>
<b>MASCHILE</b>	Se/Pro	2,000	7,260	7,260	0,800	-
	Junior (♦)	1,750	6,000	6,000	0,800	-
	Allievi	1,500	5,000	5,000	0,700	-
	Cadetti	1,500	4,000	4,000	0,600	-
	Ragazzi	-	2,000	-	-	0,130
	Esordienti	-	1,000 (palla medica)		-	0,130
	Amatori	2,000	7,260	7,260	0,800	-
						<b>Peso man.</b>
	MM 35-49	2,000	7,260	7,260	0,800	15,880
	MM 50-59	1,500	6,000	6,000	0,700	11,340
	MM 60-69	1,000	5,000	5,000	0,600	9,080
	MM 70-79	1,000	4,000	4,000	0,500	7,260
	MM 80 e +	1,000	3,000	3,000	0,400	5,450
					<b>Vortex</b>	
<b>FEMMINILE</b>	Se/Pro	1,000	4,000	4,000	0,600	-
	Junior	1,000	4,000	4,000	0,600	-
	Allieve	1,000	4,000	4,000	0,600	-
	Cadette	1,000	3,000	3,000	0,400	-
	Ragazze	-	2,000	-	-	0,130
	Esordienti	-	1,000 (palla medica)		-	0,130
	Amatori	1,000	4,000	4,000	0,600	-
						<b>Peso man.</b>
	SF 35-49	1,000	4,000	4,000	0,600	9,080
	SF 50-59	1,000	3,000	3,000	0,500	7,260
	SF 60-74	1,000	3,000	3,000	0,400	5,450
	SF 75 e +	0,750	2,000	2,000	0,400	4,000

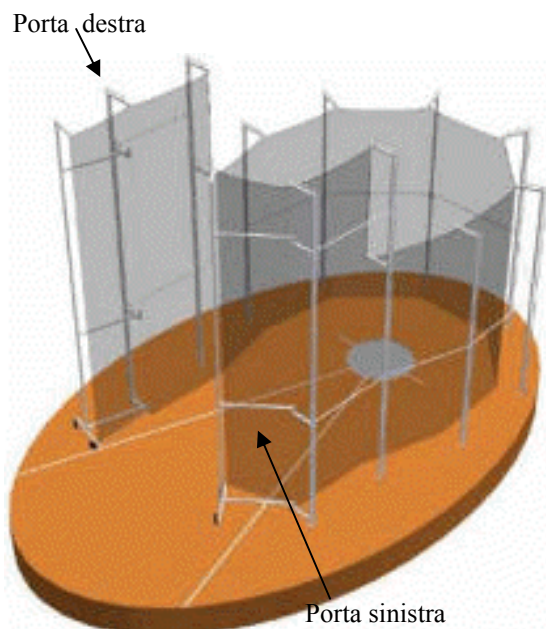
(♦) Questi attrezzi dovranno essere utilizzati **esclusivamente** nelle gare riservate alla sola categoria Juniores, nei CdS Ju/Pro su pista e nei Campionati individuali di categoria. (In tutte le gare, nelle quali gli Juniores gareggiano insieme a Senior e Promesse, **dovranno utilizzare gli attrezzi della categoria superiore**)

- *Prima della competizione* agli atleti sono concessi più lanci di prova *sotto la sorveglianza dei giudici*.
- **Non è consentito** alcun espediente di qualsiasi natura (esempio l'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme e/o l'uso di pesi attaccati al corpo, o altri artifici) che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio.
- **E' consentito** proteggere il polso con un *bendaggio* nel lancio del peso.
- **E' consentito** indossare una protezione ai gomiti nel lancio del giavelotto.

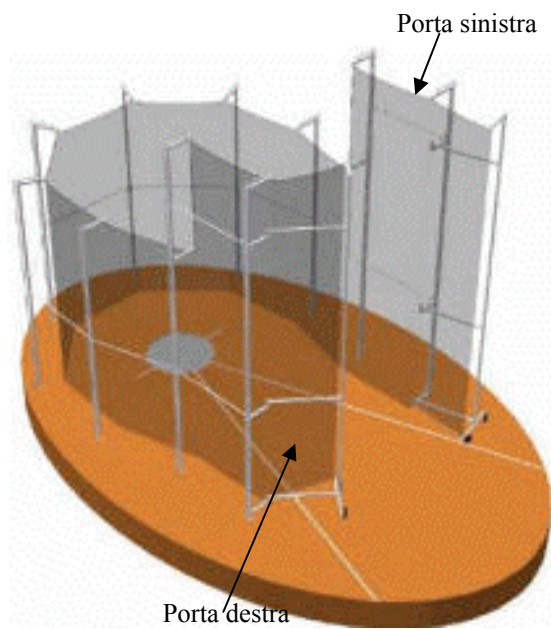
## IN CASO DI ASSENZA DI GABBIA, LE GARE DI LANCIO DEL DISCO E DEL MARTELLO NON DEVONO AVER LUOGO

Nel LANCIO DEL DISCO le due porte (pannelli mobili) della gabbia devono essere completamente aperte e posizionate parallelamente alle linee del settore.

Nel LANCIO DEL MARTELLO è **obbligatorio** l'uso delle porte (pannelli mobili) della gabbia, **anche nei lanci di prova**, come qui di seguito illustrato:



Posizione delle porte per lanciatori dx



Posizione delle porte per lanciatori sx (mancini)

- Per i concorrenti 'destrorsi' (cioè quelli che ruotano in senso anti-orario) la **porta di destra** deve essere posizionata **parallelamente alla linea del settore** mentre la **porta di sinistra** deve essere posizionata **perpendicolare alla linea del settore**; entrambi le porte devono essere bloccate/fissate in queste posizioni.

- Per i concorrenti 'mancini' (cioè quelli che ruotano in senso orario) la **porta di sinistra** deve essere posizionata **parallelamente alla linea del settore** mentre la **porta di destra** deve essere posizionata **perpendicolare alla linea del settore**; entrambi le porte devono essere bloccate/fissate in queste posizioni.

- Nel LANCIO DEL MARTELLO è **consentito** l'uso di *guanti morbidi sul dorso e sul palmo e le punte delle dita scoperte* ad eccezione del pollice, debbono rimanere scoperte). **E' consentito ricoprire con nastro o cerotto separatamente ogni singolo dito.**

- Nei lanci ai concorrenti è **consentito** spalmarsi le sole mani o i guanti, nel caso del lancio del martello, con una sostanza adatta al fine di ottenere una migliore presa.

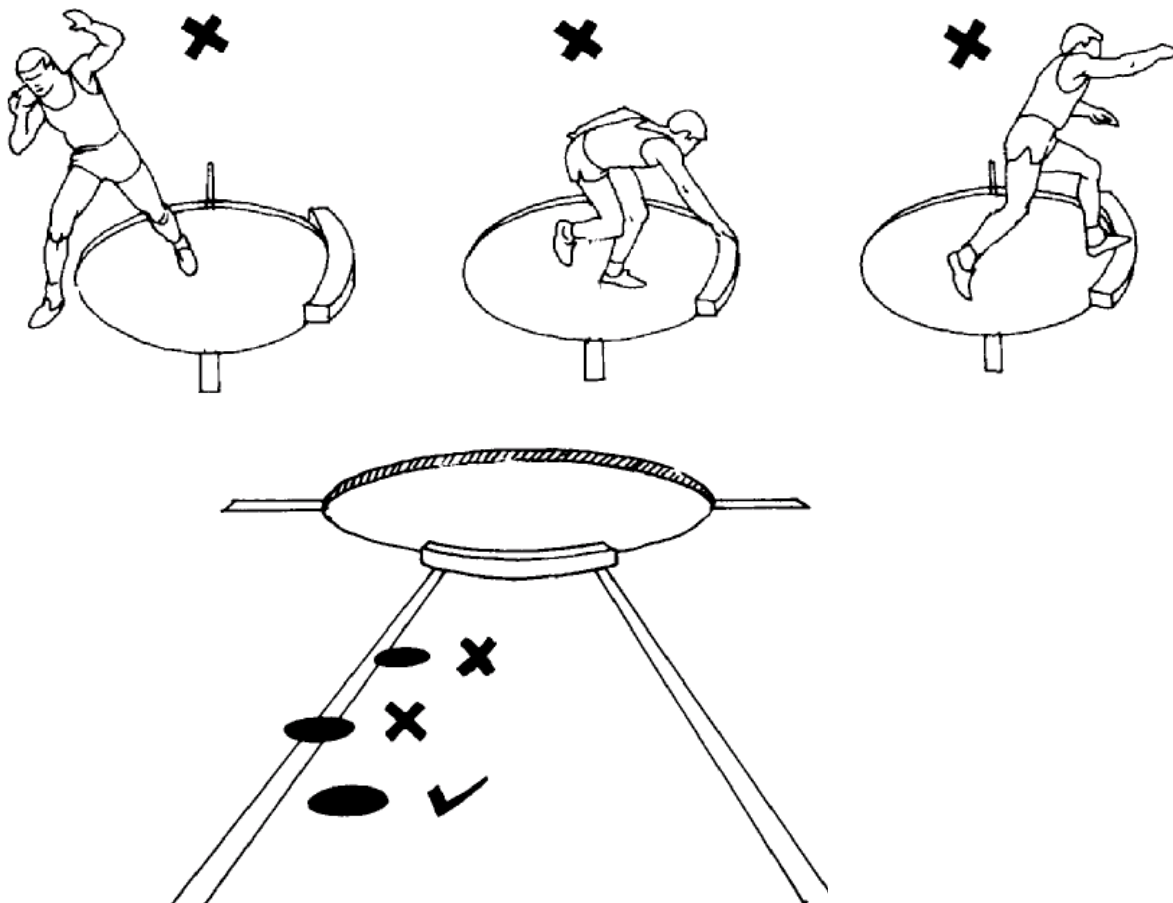
- Ai concorrenti è **consentito** utilizzare gesso e/o sostanze simili sull'attrezzo.

- Nel LANCIO DEL DISCO E DEL MARTELLO **non deve essere considerato fallo** se l'attrezzo, dopo il rilascio dell'atleta, tocca la gabbia o parte di essa a condizione che lo stesso, al momento dell'atterraggio, ricada entro le linee del settore.

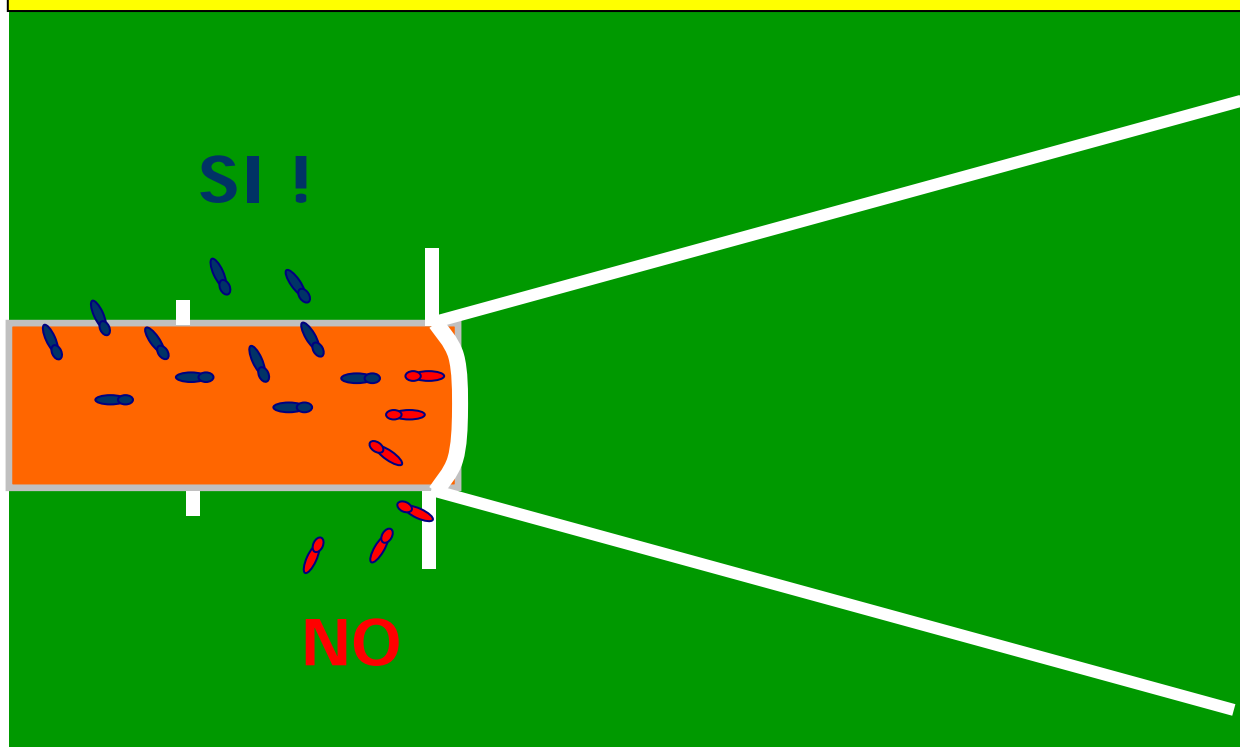
- **E' considerato fallo** se il peso, il disco, la testa del martello e la punta del giavellotto al momento dell'atterraggio, **tocca la linea del settore** o il terreno all'esterno di essa.

- Nel lancio del giavellotto la linea bianca o virtuale posta a 4 metri dall'arco di lancio (*reg.187.17b*) ha il solo scopo di accelerare il giudizio del 1° Giudice nel considerare che l'atleta sia uscito di pedana e quindi ha concluso la prova.

## LANCIO E NULLI DALLA PEDANA CIRCOLARE

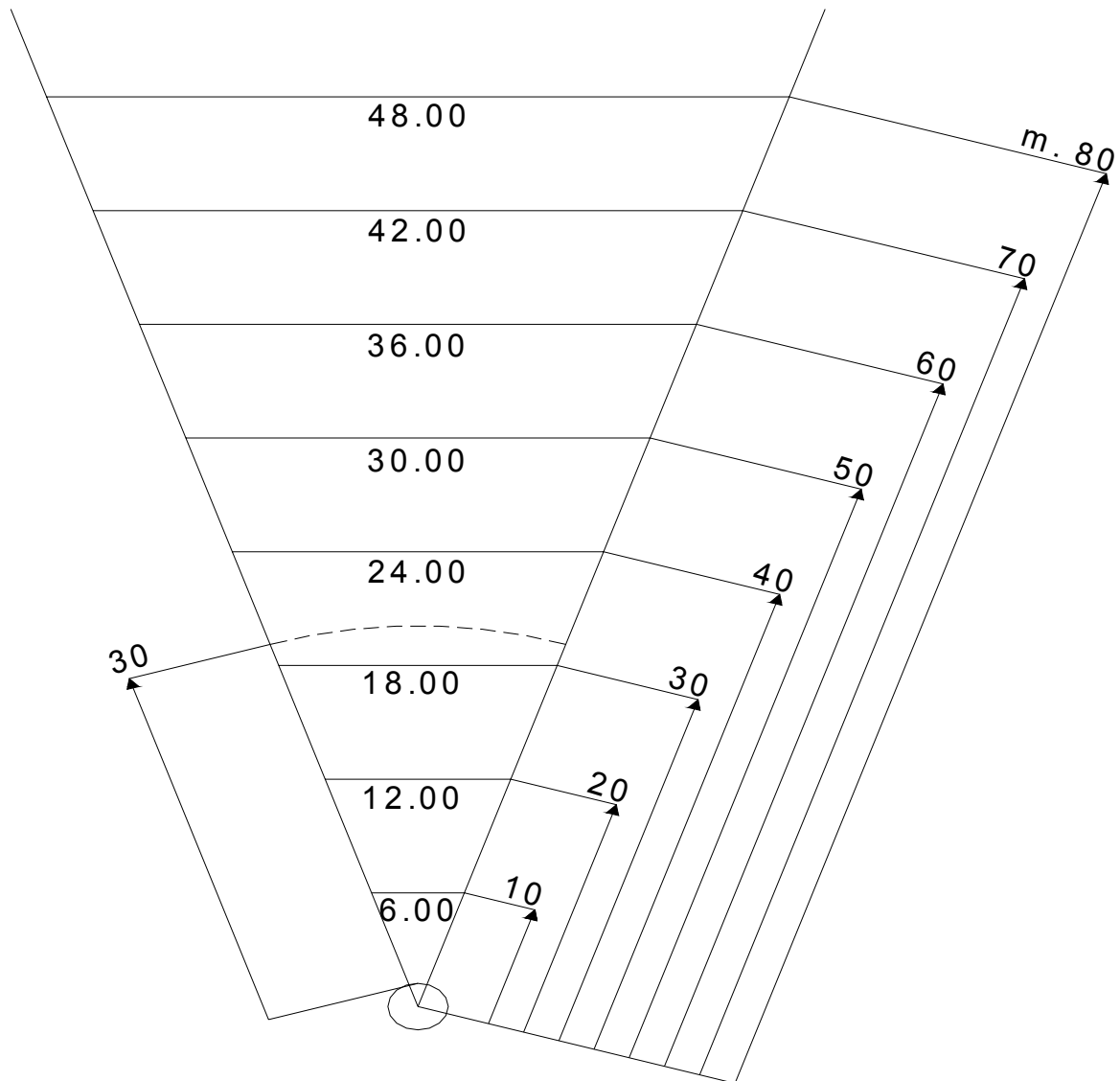


## L'USCITA DALLA PEDANA DEL LANCIO DEL GIAVELOTTO



# METODO DI CONTROLLO DEI SETTORI DI LANCIO ATTRAVERSO IL RAPPORTO TRA IL RAGGIO E LA CORDA DI SETTORE

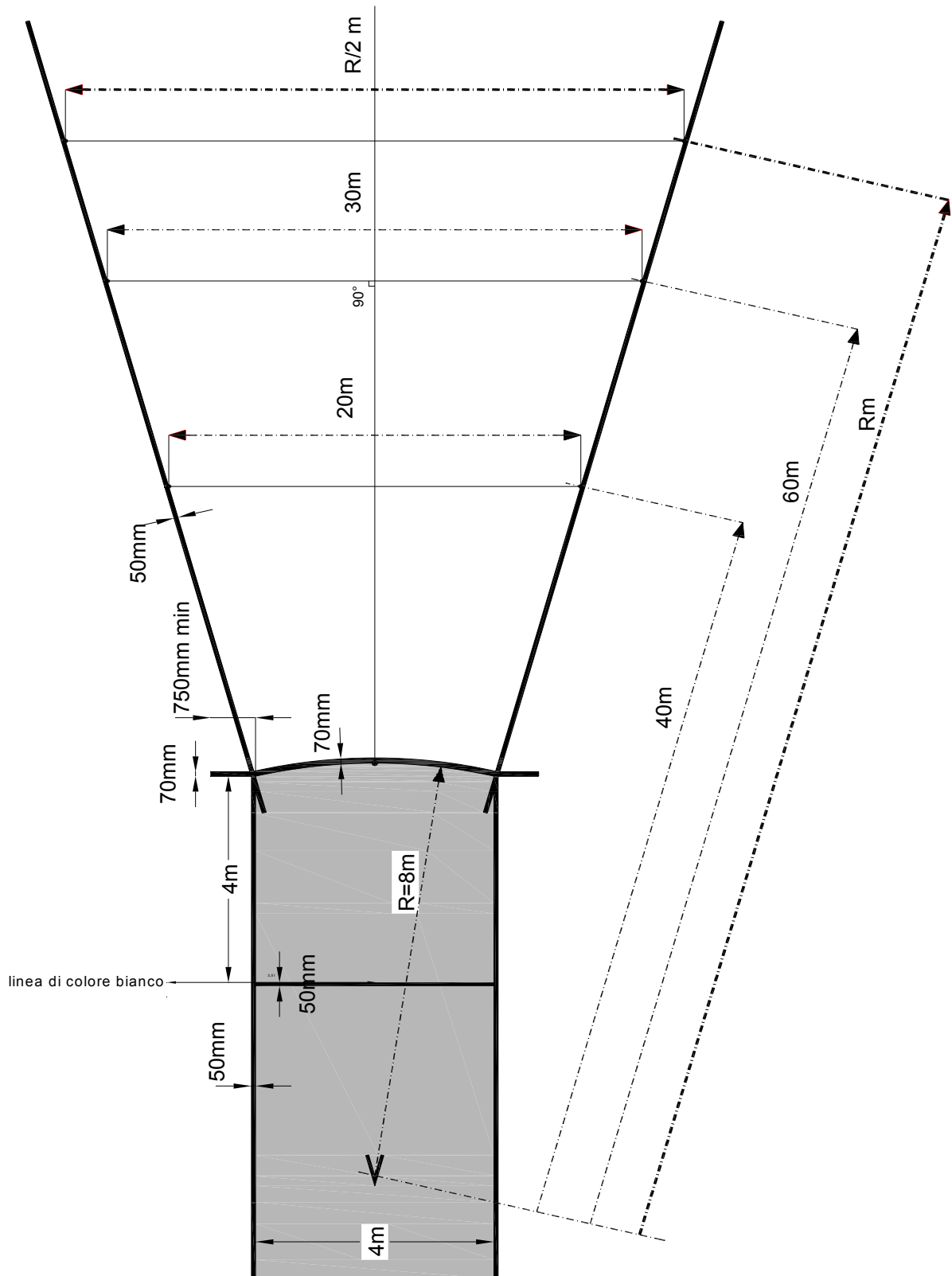
Settore di lancio con angolo al centro di  $34^{\circ},92$   
(Peso - Disco - Martello)



**Coefficiente di rapporto per  
la determinazione del valore  
della corda = 0.600**



# Settore di lancio con angolo al centro di $29^\circ \sim$ (Giavelotto)



## PROVE MULTIPLE

### **Maschili**

#### DECATHLON (Se/Pro/Ju) + (Master 35-69)

1^giorn: 100-lungo-peso-alto-400

2^giorn: 110Hs-disco-asta-giavellotto-1.500

#### OCTATHLON (Allievi)

1^giorn: 100-lungo-peso-400

2^giorn: 110Hs-alto-giavellotto-1.000

#### EPTATHLON INDOOR (Se/Pro/Ju)

1^ giorn: 60-lungo-peso-alto

2^ giorn: 60Hs-asta-1.000

#### PENTATHLON INDOOR (Allievi)

Giornata unica: 60Hs-alto-peso-lungo-1.000

#### PENTATHLON (Cadetti)

100Hs-alto-giavellotto-lungo-1000

**Può essere effettuato anche in due giornate**

(per motivi organizzativi , si può invertire la successione del salto in alto con il salto in lungo)

#### TRIATHLON (Ragazzi) (\*)

60 – alto - peso kg. 2 (gara riconosciuta per le graduatorie Regionali Venete)

sono ammesse altre combinazioni di gare (non valide per le graduatorie Regionali)

#### TETRATHLON (Ragazzi) (\*)

60 hs – lungo – vortex – m. 600

(\*) **da disputarsi in un'unica giornata**

#### PENTATHLON (Master 70 e oltre)

Lungo-Giavellotto-200-Disco-1500

#### PENTATHLON DEI LANCI (Senior/Master)

martello-peso-disco-giavellotto-peso con maniglia

#### PENTATHLON (Master) Indoor

60Hs-Lungo-Peso-Alto-1000

### **Femminili**

#### DECATHLON (Se/Pro/Ju)

1^giorn: 100-disco-asta-giavellotto-400

2^giorn: 100Hs-lungo-peso-alto-1.500

#### EPTATHLON (Se/Pro/Ju) + (Master F 35-69)

1^giorn: 100Hs-alto-peso-200

2^giorn: lungo-giavellotto-800

#### EPTATHLON (Allieve)

1^giorn: 100Hs-alto-peso-200

2^giorn: lungo-giavellotto-800

#### PENTATHLON INDOOR (Se/Pro/Ju)

giornata unica: 60Hs-alto-peso-lungo-800

#### PENTATHLON (Master F 70 e oltre)

80 Hs-alto-peso-lungo-800

#### TETRATHLON INDOOR (Allieve)

giornata unica: 60Hs-peso-alto-400

#### PENTATHLON (Cadette)

80Hs-alto-giavellotto-lungo-600

**Può essere effettuato anche in due giornate**

(per motivi organizzativi , si può invertire la successione del salto in alto con il salto in lungo)

#### TRIATHLON (Ragazze) (\*)

le stesse combinazioni di gare previste per i maschi

#### TETRATHLON (Ragazze) (\*)

Le stesse combinazioni di gare previste per i maschi

(\*) **da disputarsi in un'unica giornata**

#### PENTATHLON (Master) Indoor

60Hs-Lungo-Peso-Alto-800

#### PENTATHLON DEI LANCI (Senior/Master)

martello-peso-disco-giavellotto-peso con maniglia

**Tutti gli atleti, per essere classificati, dovranno partire o fare una prova in tutte le gare** (anche i Master)

- L'ordine di gara deve essere rigoroso (nelle Categorie Agonistiche)
- In ciascuna gara (ad eccezione dell'ultima) i gruppi saranno formati dal D.T. o dall'Arbitro delle Prove Multiple
- Nell'ultima prova un gruppo deve comprendere i Concorrenti che si trovano nei primi posti della classifica dopo la penultima gara.

### **False partenze**

- Nel settore Assoluto ciascun atleta che commette una falsa partenza (escluso Prove Multiple), verrà squalificato. (Regola 162/7 del R.T.I. in vigore dal 1 gennaio 2010)
- Nelle Prove Multiple è permessa una sola falsa partenza senza squalifica, ma qualsiasi altro atleta commetta un'ulteriore falsa partenza verrà squalificato.
- Per il settore Promozionale e per i Masters (nelle gare riservate esclusivamente alla propria categoria) un atleta verrà squalificato solo se commette due false partenze

## PARTECIPAZIONE ALLE GARE

Gli atleti per partecipare devono essere in possesso di TESSERA FEDERALE (quando non ancora rilasciata basta la ricevuta di AVVENUTO TESSERAMENTO anche in fotocopia rilasciata dalla procedura informatica on-line).

Il **controllo della tessera** va fatto alla Conferma Iscrizioni (o all'Addetto ai Concorrenti e/o Giuria).

In mancanza di tessera federale, un Dirigente, o l'Atleta, deve presentare l'apposita dichiarazione accompagnata dalla tassa di €5 (applicabile alla società per ogni atleta). Se la gestione delle operazioni di iscrizione sia effettuata da una segreteria informatizzata "SIGMA FIDAL" ufficiale, il controllo viene effettuato automaticamente dal sistema e quindi non è necessaria la presentazione della tessera all'addetto ai concorrenti se non eventualmente per accertarne l'identità.

Il **controllo dell'identità**, tramite documento o certificato sostitutivo, potrà essere fatto al termine di ogni singola gara. In mancanza di documento un Dirigente, o l'Atleta se maggiorenne, rilascerà apposita dichiarazione di identità (autocertificazione), se minorenni tramite l'autocertificazione di chi ne esercita la patria potestà, senza pagare alcuna ammenda.

***In caso di accertata falsa dichiarazione sarà annullato il risultato e l'atleta e/o il dirigente sarà deferito alla Commissione Disciplinare.***

**Nelle Manifestazioni incluse nei calendari regionali e provinciali possono partecipare gli atleti/ tesserati in ambito regionale per gli Enti di Promozione Sportiva, nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL.**

Non è consentita la partecipazione di atleti/e "fuori classifica" e di atleti/e "fuori regione" nelle Fasi Regionali dei Campionati di Società.

## LIMITAZIONI (Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti)

**Se/Pro/Ju** Massimo due gare individuali o una gara individuale più una staffetta per giornata.  
Tre gare per specialisti prove multiple (maschi accreditati di 6500 punti nel decathlon e femmine accreditate di 4500 punti nell' eptathlon – esclusi i Campionati Federali)  
**Gli atleti che partecipano ad una gara superiore od uguale ai m. 1000, possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200**

**Alle Manifestazioni Regionali e Provinciali non possono partecipare gli atleti Italiani e stranieri compresi in un elenco di atleti italiani "TOP" predisposto annualmente dal Settore tecnico nazionale e un elenco "TOP" stranieri con permesso di soggiorno per attività sportiva dilettantistica, tesserati per Società di altre Regioni.**

**In occasione dei Campionati di Società ed Individuali gli atleti non possono partecipare a manifestazioni che si svolgono in Regioni diverse da quella di appartenenza societaria.**

**Gli atleti di interesse tecnico ammessi ai "college" o convocati in allenamenti collegiali, nel periodo di permanenza nella località di convocazione, sono autorizzati a gareggiare in qualsiasi tipo di manifestazione nella Regione in cui sono riuniti**

Gli **Atleti Stranieri** appartenenti alle categorie **Ju-Pro-Sen e Master non possono partecipare** allorché sia in palio un **titolo individuale nazionale**. (Specifiche deroghe ai Campionati regionali e/provinciali con l'esclusione comunque di concorrere per l'assegnazione del titolo - vedi Norme attività punto 4)

Gli **Atleti Stranieri** appartenenti alle categorie **A.vi/C.ti/R.zi/Es possono** partecipare ai Campionati individuali e **concorrono all'assegnazione del titolo.**

Alle varie fasi di tutti i CdS (ad eccezione dei CdS Assoluto, della Coppa Italia e Under 23 su pista) possono essere iscritti e partecipare un numero illimitato di atleti stranieri regolarmente tesserati per società italiane. (Vedi modalità previste nelle Norme attività 2011 punti 3.1 – 3.2 – 3.2.1 -3.3 – 3.4 – 3.5 – 4.1 -4.2- 4.3)

**LIMITAZIONI** (segue) (se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti)

*Gli Atleti provenienti da fuori Regione*, per partecipare a gare nel Veneto (organizzate dal C.R.V. o dai C.P. della Regione), *devono versare la Quota di Adesione ove prevista dai singoli regolamenti.*

Gli *atleti stranieri* delle Categorie *Allievi / Cadetti / Ragazzi / Esordienti* possono partecipare alle **Manifestazioni Provinciali e Regionali** anche se tesserati per Società di altre Regioni.

Gli **atleti Esordienti, Ragazzi e Cadetti** (maschile e femminile) possono essere tesserati FIDAL ma anche iscritti ai **Centri di Addestramento del CONI**, agli **Enti di Promozione Sportiva** o agli **Istituti scolastici** aderenti all'attività promozionale della FIDAL.

Gli atleti tesserati per gli Enti di Promozione dovranno esibire la tessera del loro Ente mentre quelli dei Centri Coni o delle Scuole dovranno presentare un documento rilasciato dai rispettivi Centri o Scuole riportanti i dati anagrafici.

**Se non diversamente previsto dai singoli Regolamenti regionale, provinciale e/o per manifestazione:**

<i>Allievi</i>	- Massimo due gare per giornata Gli atleti iscritti a gare di marcia o corsa superiore o uguale ai m 1000 non possono partecipare ad altre gare di corsa superiore ai m 200 nella stessa giornata
<i>Cadetti</i>	- E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche dotate di appigli metallici oltre a quelle con suola di gomma
<i>Cadetti/Ragazzi/Esordienti</i>	- All'attività possono partecipare con classifiche uniche: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Atleti Fidal</li> <li>➤ Alunni delle scuole aderenti ai Gruppi sportivi studenteschi o affiliati alla FIDAL</li> <li>➤ Atleti tesserati per gli Enti di promozione Sportiva: come da convenzioni</li> <li>➤ Atleti iscritti ai CAS</li> </ul>
<i>Cadetti</i>	- Gare di corsa a <b>Serie</b> - Salti in estensione e Lanci <b>4 Prove</b> - Salti in elevazione massimo <b>3</b> prove per ciascuna misura - Gli atleti iscritti alle gare di marcia o corsa superiore ai 1000 m compresi, <b>non possono</b> partecipare ad altre gare di corsa superiori ai 200 m. nella stessa giornata - Massimo due gare per Manifestazione - <u>Nei concorsi dei Campionati Individuali Naz.li, Reg.li e Prov.li</u> sono previste <b>3 prove</b> eliminatorie e <b>3</b> di finale alle quali sono ammessi i primi <b>8</b> (otto) atleti - Possono gareggiare con scarpe specialistiche munite di chiodi metallici
<i>Ragazzi</i>	- Devono gareggiare con scarpe di gomma o altro materiale simile prive di appigli particolari; non possono usare scarpe specialistiche cui sono stati tolti i chiodi metallici. - Maschi e Femmine possono gareggiare insieme, con classifiche separate - Salti e Lanci <b>3</b> prove - Alto <b>2</b> prove per ciascuna misura
<i>Esordienti</i>	- Attività regolamentata a livello Regionale e/o Provinciale - Per tutte le corse partenza in piedi - Salto in lungo e lanci <b>3</b> prove - Salto in alto <b>2</b> tentativi per ciascuna misura - Salto un lungo con battuta libera di 1m x 1m, distante dalla buca da m. 0,50 a m 1,50
<i>Giocchi in Atletica – Gioco-Divertimento, Game Land</i>	- Esordienti – Ragazzi/e: Attività disciplinata dai singoli Regolamenti

**Si rammenta che è sempre in vigore la Delibera del Consiglio Federale, di non applicare la norma IAAF sulle “false partenze” per le categorie Cadetti-Ragazzi-Esordienti.**

**Pertanto per le suddette categorie, compreso la categoria Master, si applica la norma precedente.**

## PARTECIPAZIONE ATLETI FUORI CLASSIFICA O FUORI PUNTEGGIO

- Se ammessa:
- Risultati in calce alla classifica.
  - Nelle gare di corsa se possibile serie extra, altrimenti solo 1° turno.
  - Salti in estensione e lanci: fase eliminatoria e, se aventi diritto, 3 prove in aggiunta ai finalisti.
  - Salti in elevazione e gare in linea: nessun limite.

### MAGLIA SOCIALE

Deve essere indossata da All/Ju/Pro/Se/Master in ogni fase di tutte le manifestazioni (applicabili alla società per ogni atleta). **La mancanza comporta un'ammenda di € 100.**

Per mancanza di presentazione della tessera federale o di documento sostitutivo rilasciato dalla FIDAL nelle gare istituzionali, ammenda di **€5,00** (applicabili alla società per ogni atleta)

### TEMPO MASSIMO

**Corsa in montagna** : Per tutti i Campionati:  
aggiungere al tempo del primo atleta/ staffetta/ coppia/ squadra:  
il 75 per cento del tempo stesso arrotondando, per difetto o per eccesso.

**Corsa e Marcia su strada** : solo se espressamente previsto dal Regolamento della Gara

### INTERVALLI MINIMI TRA UN TURNO E IL SUCCESSIVO

Fino a 200 metri	<b>45'</b>
oltre 200 metri e fino a 1.000 metri	<b>90'</b>
Oltre 1.000 metri	<b>non nella stessa giornata</b>
Gare Giovanili	<b>tra gara individuale e staffetta minimo 60'</b>

### RECLAMI (vanno presentati per iscritto accompagnati dalle rispettive tasse - vedi Vademecum attività 2011)

*Per Reclami in seconda istanza*

Per Gare Internazionali e Nazionali	<b>€ 100</b>
Per Gare Regionali, Provinciali e Locali	<b>€ 50</b>

**Se concernenti il diritto di un Atleta, o di una Società, a partecipare ad una gara o ad una Manifestazione:**

- nelle Manifestazioni Nazionali o Internazionali prima dell'inizio della Manifestazione (al Delegato tecnico)
- nelle Gare con iscrizione in campo entro 30' dall'annuncio dei risultati (al GA)

**Se inerenti Classifiche di Società** (vedi Vademecum attività 2010):

entro 24 ore dalla comunicazione ufficiale o, in caso di recupero, entro 1 ora dalla comunicazione ufficiale al Presidente del Comitato Regionale Veneto e per conoscenza alla Segreteria Federale.

**Se si riferiscono allo svolgimento o al risultato di una gara** (vedi regola 146 del R.T.I.):

Può essere sufficiente una **contestazione verbale** da parte dell'atleta (atto non ufficiale) in seguito alla quale l'Arbitro può decidere di misurare una prova inizialmente data come nulla ed il cui giudizio è l'oggetto della contestazione.

Un eventuale **reclamo in forma orale** va presentato in modo ufficiale da parte di un atleta, di un tecnico o di un dirigente di società. L'Arbitro della Giuria dovrà avvertire la Giuria d'Appello dell'avvenuto reclamo e della risposta data.

Un eventuale **Ricorso in seconda istanza, avverso ad una decisione precedente**, va sempre presentato al *Giudice d'Appello* o alla *Giuria d'Appello*, per iscritto entro 30' dalla comunicazione ufficiale della risposta al reclamo in prima istanza o della rettifica di un risultato.

**La risposta al Ricorso deve sempre essere motivata per iscritto.**

**NB: In caso di accoglimento del Ricorso la tassa va restituita**

## RAFFRONTO TRA TEMPI MANUALI ED ELETTRICI (per predisporre batterie o serie)

### Al cronometraggio manuale:

- nelle gare dai metri 60 ai 200 piani o con ostacoli all'aperto o indoor  
**aggiungere 24 centesimi** (es. 10"7 = 10"94)
- nelle gare dai metri 400 piani o con ostacoli all'aperto o indoor  
**aggiungere 14 centesimi** (es. 49"5 = 49"64)
- nelle gare dai metri 500 in su all'aperto o indoor  
**aggiungere uno zero dopo la cifra dei decimi**  
(es. 1'50"6 = 1'50"60)

## REDAZIONE RISULTATI MANIFESTAZIONI

**INTESTAZIONE:** **Denominazione della gara** .....  
**Località** ..... **Data** .....  
**Organizzata da** .....  
**Campo di gara** .....  
**Tipo di cronometraggio** .....  
**Condizioni atmosferiche** .....  
**Elaborazioni dati a cura** .....

- Tenere separati i risultati maschili dai femminili
  - Tenere separati i risultati dell'Area Agonistica da quelli dell'Area Promozionale
  - A fianco dell'indicazione della gara evidenziare la categoria
  - Indicare cognome - nome - ultime due cifre dell'anno di nascita – società – risultato - punteggio ed eventuale primato
  - In calce ai risultati delle corse e della marcia indicare anche gli atleti ritirati, squalificati (con motivazione) e arrivati fuori tempo massimo
  - Per gli 800 metri indicare il passaggio del 1° ai m. 400
  - Per i 1.500 metri indicare i passaggi del 1° ai m. 400 – m. 800 – m. 1.000 – m. 1.200
  - Per i 2.000 metri indicare i passaggi del 1° ai m. 400 – m. 800 – m. 1.000 – m. 1.200 – m. 1.600
  - Oltre i 2.000 metri indicare i passaggi del 1° ad ogni Km
  - Con cronometraggio manuale indicare, per le gare in pista, il tempo arrotondato al decimo superiore; per le gare su strada arrotondare al secondo intero superiore
  - Con cronometraggio elettrico completamente automatico nelle gare su pista: fino ai 10.000 indicare il tempo in centesimi; oltre i 10.000 indicarlo in decimi superiori; su strada arrotondare il tempo al secondo intero superiore
  - Fino ai 200 metri indicare sempre la velocità del vento
  - Per lungo e triplo indicare la velocità del vento sotto la misura di ogni prova di ciascun atleta
  - Nei concorsi trascrivere sotto il cognome e nome dei finalisti la serie degli otto (sei) lanci o salti
  - In calce alla classifica dei salti in elevazione riportare lo schema della gara almeno dei primi otto (sei) classificati
- Alla fine dei risultati riportare le eventuali classifiche di squadra
  - Indicare l'orario di inizio e di chiusura della Manifestazione
  - Indicare i valori della temperatura iniziale e finale
  - Indicare cognome e nome dei componenti la Giuria d'Appello

Copia del risultato di ogni singola gara dovrà essere esposto, nel più breve tempo possibile, a cura della Segreteria, con indicata l'ora di esposizione.

## PRIMATI e MIGLIORI PRESTAZIONI

La **FIDAL** considera attualmente come **PRIMATI ITALIANI** solo quelli relativi alle gare per l'attività all'aperto delle categorie **ASSOLUTA e JUNIORES**, previste dalle regole del RTI 261 e 262 e, per le gare indoor, della sola categoria **ASSOLUTA**, riportate nella regola 263

Per l'intero programma gare (indoor e all'aperto) delle categorie rimanenti (**PROMESSE, ALLIEVI, CADETTI**, ecc.) nonché per le gare, della categoria **ASSOLUTA e JUNIORES**, non contemplate nelle citate regole si parla di **MIGLIORI PRESTAZIONI**.

Nel caso sia conseguita una '**MIGLIORE PRESTAZIONE**' da un atleta, o da una staffetta, il Presidente della Giuria d'Appello deve provvedere che sia compilato l'apposito modulo (**mod. 24**) ed allegare copia del risultato della gara ed eventualmente, per le corse, copia dell'immagine al Photofinish dell'arrivo e del referto anemometrico (ove previsto). **NON E' RICHIESTO ALCUN TEST ANTIDOPING**.

La IAAF riconosce **le migliori prestazioni mondiali su strada**, Regole 240 e 260 § 28, purchè un certo numero di criteri vengano rispettati (misurazione ufficiale del percorso, dislivello – 1 m x Km, ecc).

**Nessuna miglior prestazione mondiale verrà ratificata a meno che l'atleta non abbia avuto un controllo antidoping il giorno della gara.**

**Nel caso sia conseguito un primato** (Mondiale, Europeo o Nazionale) da un atleta, o da una staffetta, il Presidente della Giuria d'Appello deve:

a) ***Avvertire l'atleta interessato che, per la validità del record, è necessario si sottoponga ad un controllo anti-doping.*** Se c'è la disponibilità del materiale occorrente e vi è un Medico Sportivo presente tale controllo anti-doping può essere effettuato immediatamente.

Mancando queste disponibilità il G.A. avvertirà l'atleta che il controllo andrà fatto il giorno successivo previo accordo con i responsabili in Regione del Servizio Anti-doping. (Riferimento signor Miotti Pierangelo cell. 349-2193281 oppure il Fiduciario GGG regionale signor Chierici Emanuele cell. 347-5963488)

b) ***Inviare al Fiduciario Nazionale GGG:***

il Verbale del primato unitamente a:

- Modulo ufficiale debitamente compilato in ogni sua parte
- Programma stampato della Manifestazione
- Risultati completi, con allegato il foglio gara, nel caso di primato in un concorso
- Il bollettino anemometrico, quando previsto
- Immagine dell'arrivo al Photofinish che consenta di rilevare atleta e tempo record, in caso di primato di corsa, ove fosse stata in funzione l'apparecchiatura di cronometraggio elettrico completamente automatico (obbligatorio per le corse fino ai 400 metri compresi) o il bollettino dei Cronometristi in caso di cronometraggio manuale (gare dai metri 800 in poi).

### **Nota bene**

**Si ribadisce che devono essere redatti verbali solo per le gare comprese negli elenchi di cui alle regole 261 – 262 e 263 del R.T.I. e per le sole categorie di competenza.**

- Le *prestazioni degli atleti riportate sui moduli di iscrizione risultate palesemente non veritiere* devono essere segnalate dal DLT o dal G.A. per gli opportuni provvedimenti disciplinari
- Gli *strumenti per la videoregistrazione* eventualmente usati dal GGG devono essere considerati semplici supporti tecnici del cronometraggio manuale. Non si devono considerare come cronometraggio elettrico
- L'*Anemometro* deve essere letto in metri per secondo arrotondati (per eccesso) al decimo superiore nella direzione positiva (es. + 2,03 = 2,1; - 2,03 = 2,0)
- La *forza del vento e i suoi cambi di direzione* non sono elementi sufficienti per cambiare il luogo di gara o il verso della rincorsa in una pedana, dopo che questa è iniziata
- Qualsiasi concorrente che faccia una falsa partenza sarà squalificato. **Nelle prove multiple è permessa solo una falsa partenza per ogni gara di corsa senza la squalifica dell'atleta che ha fatto la falsa partenza.** Qualsiasi atleta che effettui una ulteriore falsa partenza nella gara sarà squalificato. Dopo la prima falsa partenza tutti gli atleti vanno ammoniti con un cartellino giallo. (***Non applicabile alle categorie Esordienti M/F - Ragazzi/e - cadetti/e - e Master quando prendono parte a gare riservate esclusivamente alla propria categoria.***)
- Qualsiasi documentazione video utilizzabile, anche non ufficiale, può essere presa in considerazione dall'Arbitro come elemento utile a pervenire ad una giusta decisione. (*Escluso Regola 230/1*)
- Quando è in funzione il cronometraggio elettrico completamente automatico (photofinish), prima dell'inizio delle gare La Giuria Partenze (o il Giudice di partenza) in collaborazione con i Cronometristi ed il Giudice Addetto al Photofinish, deve eseguire il "PUNTO ZERO".
- Se un *atleta è iscritto contemporaneamente a due gare* l'Arbitro responsabile può autorizzare l'atleta, per un solo turno alla volta, ad effettuare la sua prova in ordine diverso da quello stabilito (questo significa che *l'atleta, se necessario, deve chiedere ogni volta il cambiamento dell'ordine di salto o lancio*). **Tuttavia, se un atleta conseguentemente non è presente per la sua prova, ciò deve essere considerato come un "passo" una volta che il tempo concesso per la prova è trascorso (regola 142.3)**
- Nel **primo turno di tutte le gare di corsa** l'assegnazione delle corsie si deve effettuare tramite *sorteggio* tra tutti i partecipanti alla batteria o serie
- Nei **turni successivi** le corsie verranno assegnate secondo un *sorteggio pilotato* che terrà conto dei piazzamenti ottenuti dagli atleti nei turni precedenti (***R.T.I. reg. 166.3 e 166.4***):
  - con *pista a 8 corsie all'aperto* le corsie 3-4-5-6 andranno sorteggiate tra gli atleti con i piazzamenti migliori; le restanti corsie saranno sorteggiate tra gli altri atleti
  - con *pista a 6 corsie all'aperto* i miglior classificati andranno ad occupare, con sorteggio, le corsie 2-3-4-5; tra i rimanenti andranno sorteggiate le corsie 1-6
- Nelle **corse veloci** nel piazzare gli *atleti nei turni successivi al primo* si devono, in un primo tempo, classificare nel seguente ordine:
  - i primi classificati *in ordine di tempo*, poi i secondi, quindi i terzi e così via
  - a questo punto si suddividono, come al solito, a *zig-zag*
- **Negli 800 con due atleti per corsia**
  - la medesima corsia va assegnata ad atleti accreditati di prestazioni differenti secondo il criterio "*miglior tempo - peggior tempo*" abbinando (ad es. con 6 corsie) il 1° tempo al 7°, il 2° all'8° ecc. e ponendo l'atleta col tempo migliore all'interno della corsia
  - Nei Meeting è opportuno assegnare la stessa corsia ad atleti della *stessa società o nazione*
  - Se non tutte le corsie risultano occupate da due atleti si faranno gli abbinamenti ponendo in corsia, da *solì*, *gli atleti con le migliori prestazioni*
  - *Dopo questi abbinamenti si procede col sorteggio delle corsie*
  - Ove possibile, si preveda di *alternare le corsie con un solo atleta a quelle con due atleti per corsia*



- Nelle **corse** (per il passaggio al turno successivo) **se si verifica una parità**:
  - *se possibile* si ammettono *tutti al turno successivo*
  - *se il sistema Photofinish operante lo consente*, la parità sarà risolta prendendo in considerazione il *tempo effettivo al 1/1.000 di secondo*
  - *altrimenti* i concorrenti saranno invitati per effettuare un *sorteggio* tra le *batterie* o le *serie interessate* (con precedenza all'atleta meglio classificato nella batteria/serie sorteggiata)
- **Atleti "fuori classifica"**. In tutti i casi in cui è possibile la partecipazione alle gare di atleti "fuori classifica", si deve osservare quanto segue:
  - a) **gare in corsia**: l'atleta o la squadra può prendere parte solo al primo turno. Se il numero degli atleti iscritti "fuori classifica" è piuttosto consistente, il Delegato Tecnico, tenute presenti le esigenze tecniche della manifestazione, prende in esame la possibilità di far disputare una o più serie extra;
  - b) **altre gare di corsa e marcia**: l'atleta o le squadre partecipa senza limitazioni, tenendo presente che, se il piazzamento (o il tempo) ottenuto gli consenta di disputare la finale (ove prevista) egli vi prende parte in aggiunta agli atleti aventi diritto;
  - c) **salti in elevazione**: l'atleta partecipa senza limitazioni;
  - d) **salti in estensione e lanci**: l'atleta effettua le prime tre prove e, ove la misura realizzata glielo consenta, effettua anche le altre prove di finale in aggiunta agli atleti aventi diritto.

I risultati devono essere specificati in calce alle classifiche delle singole gare e resi perciò omologabili a tutti gli effetti.
- Un atleta disabile può partecipare ad una qualsiasi gara solo se è in grado di compiere il gesto atletico in piena armonia, senza l'ausilio di persone o strumenti, la cui presenza deve essere considerata "assistenza" e quindi **non permessa** (Regola 144). E' consentito invece l'accompagnamento in pedana o sulla linea di partenza, prima dell'inizio della prova.
- Sono permesse gare miste in competizioni che si svolgono nello Stadio, nei concorsi e nelle gare di corsa e marcia uguali e superiori ai m. 5000, in tutte le manifestazioni provinciali, regionali e nazionali. Nei Campionati Federali gare miste possono essere organizzate solo se espressamente previsto negli specifici regolamenti.  
Eventuali Primati (regionali e/o Nazionali) ottenuti in gare miste (ad esclusione dei concorsi) non verranno omologati.
- In presenza di un solo numero consegnato agli atleti, questo deve essere posizionato sul petto, ad eccezione dei salti in elevazione nei quali l'atleta è libero di posizionarlo sul petto o sul dorso.
- I numeri laterali devono essere applicati dal lato in cui è posizionato lo strumento di rilevazione degli arrivi, spostati verso il retro.
- L'Arbitro ha la facoltà di sospendere temporaneamente lo svolgimento di una gara e proporre al Delegato Tecnico o al Direttore di Riunione (quando il caso) l'eventuale annullamento, rinvio o ripetizione della gara stessa. Alcuni chiarimenti:
  - a) nel caso in cui viene deciso il **rinvio** della gara, alla gara di recupero verranno ammessi gli atleti che hanno preso parte alla gara rinviata; se non iniziata, quelli validamente confermati e presenti all'ora d'inizio originariamente prevista; se rinviata in precedenza, quelli regolarmente iscritti alla gara. Qualora un concorso venga interrotto e rinviato, a turno non completato, la gara sarà ripresa dall'inizio del turno stesso;
  - b) nel caso di ripresa di una gara **sospesa**, sono ammessi solo gli atleti rimasti al momento della sospensione, dal punto in cui era stata interrotta;
  - c) nel caso di ripetizione di una gara **annullata**, verranno ammessi a gareggiare gli atleti che hanno partecipato alla gara annullata, salvo quelli eventualmente squalificati.

Nel caso di spostamento di una gara al giorno successivo o data diversa, si raccomanda di verbalizzare l'accordo delle Società interessate e l'elenco degli atleti aventi diritto a parteciparvi
- Gli allievi/e **non possono** partecipare a corse su strada superiori ai Km 10
- Gli Juniores **non possono** partecipare a corse su strada superiori alla mezza maratona: km21,097
- Nelle **gare su pista di 5 o più Km**, come pure per le **gare su strada fino ai 10 Km** potranno esser previsti, ove le condizioni meteorologiche lo consigliano, **ACQUA POTABILE E SPUGNE** ogni 2-3 Km circa

- Nelle gare di *marcia su strada, di oltre 20 km*, e nelle gare di *corsa su strada, di oltre 10 Km*, andranno previsti **RIFORNIMENTI** al 5° Km e poi ogni altri 5 Km; a metà strada tra ciascun rifornimento andranno previsti punti di **SPUGNAGGIO**.

Alla partenza e all'arrivo di queste gare dovranno essere pure previsti punti di **DISTRIBUZIONE DI ACQUA POTABILE E BEVANDE**

- **Spugnaggi e rifornimenti fuori dalle zone previste rendono l'atleta passibile di squalifica**
- Nelle *gare di corsa con partenza a terra* il concorrente deve porsi, al comando "*ai vostri posti*", con entrambe le mani ed un ginocchio a contatto con il terreno e con entrambi i piedi a contatto con i blocchi di partenza; al comando "*pronti*" deve alzarsi mantenendo il contatto delle mani con il terreno e dei piedi con i blocchi di partenza
- **I Master non sono tenuti ai 5 appoggi o ad usare i blocchi o ad avere entrambe le mani a contatto con la pista alla partenza di qualsiasi gara**
- Nelle *gare di corsa a tempo*, in cui si fa una *classifica in base alla distanza percorsa in un tempo prefissato*, la distanza ottenuta deve essere misurata al metro immediatamente inferiore al punto ove ciascun concorrente ha toccato la pista un attimo prima, o simultaneamente, con lo sparo della pistola che segnala lo scoccare del tempo. *Il G. di Partenza, diretto dal C.S. Cronometristi, dovrà prima segnalare, con un preventivo colpo di pistola, quando manca un minuto allo scadere del tempo prefissato e quindi con successivo colpo di pistola segnalerà la fine della gara.*
- Nei *concorsi*:
  - l'*ordine di gara* deve essere **sorteggiato**
  - *se un atleta decide successivamente* (ad esempio non ritornando in pedana dopo aver ottenuto il permesso di partecipare ad un'altra gara) *di non effettuare un tentativo* ciò sarà considerato come **passo** dopo che è trascorso il tempo concesso per quel tentativo al concorrente
  - il concorrente *non può segnare la rincorsa* con gesso o sostanze simili né altro materiale che lasci tracce indelebili; sarà opportuno che gli organizzatori forniscano allo scopo idonei *segnalini*
- Nei *Concorsi*, per segnalare la *fine del tempo a disposizione dell'atleta per effettuare la prova* si usa il "*segnatempo*"  
Se questo non è in funzione il giudice può utilizzare il proprio orologio.  
In aggiunta un Giudice deve tenere sollevata, per la durata di 15", una *bandiera gialla* ad indicare il tempo residuo; se manca la bandiera sarà sufficiente avvertire a voce l'atleta che il tempo sta per scadere
- In gare particolarmente affollate, i concorrenti solitamente vengono suddivisi in gruppi di 15-18 atleti ciascuno secondo le loro prestazioni. Se la gara si svolge su di una sola pedana, il gruppo degli atleti migliori gareggia per ultimo; se invece si svolge su più pedane, la finale deve essere effettuata sulla pedana sulla quale gareggino i migliori
- Nello *spareggio per il primo posto nell'alto e nell'asta* l'asticella andrà posta alla più bassa misura fallita da uno degli atleti e poi di 2 in 2 cm per l'alto e di 5 in 5 cm per l'asta (indipendentemente dalle progressioni precedentemente previste)
- L'Arbitro può richiedere di ***misurare una prova giudicata nulla, in caso di immediato reclamo orale dell'atleta***, per consentire un riscontro in caso di reclamo scritto al G.A.

**Senza tener conto se si ha o no una squalifica, l'Arbitro competente, in circostanze eccezionali può ordinare la ripetizione della gara se lo considera giusto e corretto.**

## Regolamento per le gare di Marcia del Settore Promozionale

(in uso nel Veneto)

Tutte le gare di Marcia saranno controllate secondo le norme di seguito esposte:

- **Categoria Esordienti M/F:** tutte le gare di marcia (m. 1200) saranno controllate da Giudici e Tecnici in collaborazione; *al posto della squalifica, il Giudice potrà richiamare verbalmente l'atleta e momentaneamente fermarlo correggendo il gesto atletico.*
- **Categoria Ragazzi/e:** di livello **provinciale e regionale** il Giudice o la Giuria Marcia applicherà le seguenti norme:
  - ◆ **1° - 2° e 3° Richiamo:** saranno comunicati all'atleta con una paletta in uso dai Giudici di Marcia
  - ◆ **Il 3° Richiamo** comporterà una penalizzazione di **30"**
  - ◆ Gli atleti e palesemente scorretti potranno essere squalificati al termine della gara.

Sarà compito del Giudice o della Giuria Marcia annotare i richiami comminati agli atleti e comunicarli alla Giuria Corse al termine della gara, per consentire alla stessa di stilare la classifica corretta.

- **Categoria Cadetti/e:** tutte le gare di Marcia di livello **provinciale e regionale (istituzionali e non istituzionali)** saranno controllate da Giudici secondo la **Regola 230 del RTI.**

Dato che le gare di Marcia della categoria Ragazzi/e e della categoria Cadetti/e sono regolamentate in modo diverso, *non è consentita in ogni caso la partecipazione contemporanea di atleti delle due Categorie.*

1. Tutte le manifestazioni di Atletica Leggera autorizzate dalla FIDAL sono gestite e controllate dal Gruppo Giudici Gare, nell'ambito del rispetto del Regolamento Tecnico Internazionale.
2. E' compito esclusivo del Gruppo Giudici Gare garantire il rispetto del Regolamento Tecnico Internazionale, ufficializzare i risultati ed avviare le procedure per l'omologazione dei primati da parte degli Organi Federali Competenti e, attraverso essi, da parte della IAAF e della EAA.
3. Per gestione e controllo della manifestazione da parte dei Giudici, in aggiunta a quanto previsto nel precedente punto n. 2, si intende:
  - a) Verifica della regolarità e funzionalità degli impianti e delle attrezzature e dei percorsi di gara.
  - b) Rispetto dei programmi orario.
  - c) Controllo delle iscrizioni e delle partecipazioni.
  - d) Gestione completa dello svolgimento delle gare attraverso la rilevazione delle misure e degli ordini di arrivo.
  - e) Ufficializzazione dei risultati.
  - f) Gestione delle controversie tecniche relative alla partecipazione alle gare.
  - g) Assistenza al Controllo antidoping predisposto dalla Direzione Sanitaria.
4. La rilevazione dei tempi può essere effettuata dai Giudici che si avvalgono della collaborazione di personale specializzato. E' consentito l'utilizzo di attrezzature omologate previa verifica da parte dei Giudici.

§§§§§§§§§§§§§§

**E' OPPORTUNO CHE I GIUDICI INDOSSINO SEMPRE LA DIVISA** o almeno (se sprovvisti) un **abbigliamento bianco o similare** (La divisa ufficiale è composta da maglietta/camicia bianca e pantaloni/gonna blu)

**La GIURIA D'APPELLO ed i GIUDICI DI MARCIA usino sempre un bracciale di riconoscimento**

*I fogli gara devono sempre essere firmati dall'Arbitro e dal Segretario di giuria e riportare ora di inizio e di termine della gara. Devono pure essere firmati dai Giudici preposti i foglietti di arrivo*

*Il Giudice di Gara deve solo convalidare il gesto atletico secondo R.T.I., non deve farsi notare o essere protagonista, deve comportarsi in modo "naturale" nelle sue decisioni e mostrarsi sempre disponibile verso i Colleghi, gli Atleti, i Tecnici, i Dirigenti e gli Organizzatori*

*L'edizione 2011 del "QUADERNO DEL GIUDICE" viene presentato nell'ormai consueto formato di pronta utilità per i Giudici ma anche di consultazione per gli 'addetti ai lavori'.  
L'impostazione base, con gli opportuni aggiornamenti, resta quella, ormai collaudata, delle edizioni precedenti.  
Eventuali successive rettifiche vi saranno trasmesse, come al solito, tramite le pagine GGG nel sito: [gggveneto.it](http://gggveneto.it)  
l.c.*

**Norme di partecipazione:**

.... omissis

3.2 Ogni Regione può iscrivere, oltre agli atleti che compongono la rappresentativa, anche atleti "supplementari" che hanno ottenuto nell'anno in corso una prestazione uguale o migliore dei seguenti minimi di partecipazione:

Gara	Cadetti	Cadette
80	9.2 – 9.44	10.1 – 10.34
300	37.3 – 37.44	41.9 – 42.04
1000	2:40.50	3:04.00
2000	5:58.00	6:52.00
80 Hs	===	12.2 - 12.44
100 Hs	13.7 – 13.94	===
300 Hs	41.4 – 41.54	47.3 – 47.44
Alto	1.80	1.59
Asta	3.25	2.65
Lungo	6.20	5.25
Triplo	12.70	10.85
Peso	14.50	11.20
Disco	36.50	28.50
Martello	45.00	38.00
Giavellotto	47.50	35.00
Pentathlon	3.250 p.	3.450 p.
Marcia Km 3	===	16:00.00
Marcia Km 4	20:10.00	===

3.2.1 I minimi possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale

3.2.2 I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s.  
I minimi ottenuti in gare nelle quali non sia presente l'anemometro sono validi per l'ammissione ai Campionati Italiani Cadetti/e.

# MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI 2011

## UOMINI

GARA	ASSOLUTI	PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVI
<b>100 (*)</b>	<b>10.64</b>	<b>10.89</b>	<b>11.00</b>	<b>11.40</b>
<b>200 (*)</b>	<b>21.53</b>	<b>22.08</b>	<b>22.42</b>	<b>23.20</b>
<b>400 (*)</b>	48.20	<b>49.44</b>	<b>49.84</b>	<b>52.30</b>
<b>800 (**)</b>	<b>1:52.00</b>	<b>1:56.14</b>	<b>1:56.50</b>	<b>2:01.50</b>
<b>1500 (**)</b>	<b>3:49.50</b>	3:59.00	<b>4:00.50</b>	<b>4:12.44</b>
<b>3000 (**)</b>	-----	-----	-----	<b>9:17.00</b>
<b>5000 (**)</b>	14:23.00 (3000: 8:17.00; 10.000: 30:00.00)	15.00.00 (3000: 8:35.00; 10.000: 32:30.00)	15.35.00 (3000: <b>8:50.00</b> ; 10.000: 34:20.00)	-----
<b>10000 (**) (***)</b>	30:15.00 (3000: 8:14.00;5000: 14:20.00; 10 km strada 30:15; maratonina: 1h05:00; maratona: 2h20:00)	-----	-----	-----
<b>110 HS (*)</b>	<b>14.86</b>	<b>15.95</b> (h 1,06);	<b>15.65</b> (h 1,00) 15,74 (h 1,06)	<b>15.80</b> (h 0,91)
<b>400 HS (*)</b>	<b>54.10</b>	55.94	56.84	<b>59.04</b> (h 0,84)
<b>3000 ST (**)</b>	<b>9:21.60</b>	9:58.00	10:00.00	-----
<b>2000 ST (**)</b>	-----	-----	-----	6:40.00
<b>ALTO</b>	<b>2,12</b>	1,94	1,94	<b>1,85</b>
<b>ASTA</b>	4,90	<b>4,20</b>	<b>4,20</b>	<b>3,60</b>
<b>LUNGO</b>	<b>7,30</b>	<b>6,90</b>	6,75	<b>6,30</b>
<b>TRIPLO</b>	<b>15.00</b>	<b>14.10</b>	<b>13.60</b>	<b>12.90</b>
<b>PESO</b>	<b>15,30</b>	12,80 (Kg 7,260)	<b>13,20</b> (Kg 6,000) 12,30 (Kg 7,260)	13,30 (Kg 5,000)
<b>DISCO</b>	48.00	39,00 (Kg 2.000)	<b>40,00</b> (kg 1,750) 37,50 (Kg 2.000)	39,00 (Kg 1.500)
<b>MARTELLO</b>	<b>57,50</b>	<b>45,90</b> (kg 7.260)	48,50 (Kg 6.000) 42,50 (Kg 7,260)	<b>45,00</b> (Kg 5.000)
<b>GIAVELLOTTO</b>	<b>61,40</b>	<b>52,20</b>	50,00	46,00 (gr 700) 43,00 (gr 800)
<b>MARCIA KM 5 (**)</b>	-----	-----	-----	26:00.00 (3Km: 15.30.00) (10 Km 53.30.00)
<b>MARCIA KM.10 (**)</b>	43:30.00 pista-strada (Km 5 21:20.00); Km 20 pista e strada: 1h33.0; Km 35: 2h:45.00; Km 50: 4h05:00)	50:00.00 pista e strada (Km 5: 24:00:00; Km 20 pista e strada: 1h50:00); 35 km 2h:52.00; 50 Km: 4h25:00	<b>52:00.00</b> (Km 5: 25:00:00; Km 20 su pista e strada: 1h526:00); 50 km: 4h:35.00	
<b>4 x 100 (*)</b>	42.44	s.m.	s.m.	<b>45.14</b>
<b>4 x 400 (**)</b>	3:20.50	s.m.	s.m.	<b>3:39.00</b>
<b>DECATHLON (*)</b>	6100 (o); Junior 6250 (o) <b>Eptathlon (i) 4300</b>	<b>5000</b> (o); Junior 5100 (o) <b>Eptathlon (i) 4000</b>	Decathlon jun <b>4800</b> (o); <b>Eptathlon Jun 4000; Dec</b> <b>4.600</b> (o); <b>Eptathlon (i)</b> <b>4000; All 10 octath 4800</b>	-----
<b>OCTATHLON</b>	-----	-----	-----	<b>4200</b> (o); <b>Pentathlon (i) 2400;</b> <b>Pentathlon C.tti '10</b> <b>3100</b>

- (\*) I minimi dei m. 100,200,400, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico
- (\*\*) I minimi dai m. 800 in sù, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con cronometraggio automatico che con quello manuale
- (\*\*\*) Per i m. 10.000 m/f, sono valide anche le prestazioni ottenute nei m. 10.000 nel 2010.  
Per le prove multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nel 2010.

N.B. I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s.  
Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi".  
I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor.

Legenda: (o) = outdoor 2010/2011

**I minimi modificati rispetto al 2010 sono evidenziati in neretto.**

# MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI 2011

## DONNE

GARA	ASSOLUTI	PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVE
<b>100 (*)</b>	12.02	<b>12.44</b>	<b>12.60</b>	<b>12.86</b>
<b>200 (*)</b>	<b>24.50</b>	<b>25.540</b>	<b>25.94</b>	<b>26.50</b>
<b>400 (*)</b>	<b>55.50</b>	59.04	59.50	<b>1:01.44</b>
<b>800 (**)</b>	<b>2:11.10</b>	<b>2:19.10</b>	<b>2:20.50</b>	<b>2:25.00</b>
<b>1500 (**)</b>	<b>4:31.30</b>	<b>4:48.00</b>	<b>4:49.54</b>	<b>5:07.00</b>
<b>3000 (**)</b>	----	----	----	<b>11:17.00</b>
<b>5000 (**)</b>	17:00.00 (3000: 9:45.00; 10.000: 36:00.00)	18:50.00 (3000:10:25.00; 10.000: 39:00.00)	19:15.00; (3000:10:40.00; 10000: 40:00.00)	----
<b>10000 (**) (***)</b>	36:30.00 (3000: 9:40.00; 5000:16:50.00; maratona: 1h15:00; maratona: 2h45:00,	----	----	----
<b>100 HS (*)</b>	<b>14.40</b>	<b>15.74</b>	<b>15.94</b>	<b>15.94</b> (h 0,76) <b>16.34</b> (h 0,84)
<b>400 HS (*)</b>	<b>1:02.50</b>	<b>1:07.34</b>	<b>1:07.34</b>	<b>1:10.54</b>
<b>2000 st (**)</b>	----	----	----	8:20.00.
<b>3000 st (**)</b>	<b>11:19.00</b>	<b>12:21.00</b>	<b>12:45.00</b>	----
<b>ALTO</b>	<b>1,76</b>	1,61	<b>1,60</b>	<b>1,56</b>
<b>ASTA</b>	<b>3,75</b>	3,00	<b>2,90</b>	<b>2,80</b>
<b>LUNGO</b>	<b>5,95</b>	5,50	<b>5,30</b>	5,20
<b>TRIPLO</b>	12,50	<b>11,30</b>	<b>11,15</b>	10,90
<b>PESO</b>	<b>12,65</b>	<b>10,70</b>	10,20	9,60
<b>DISCO</b>	<b>43,50</b>	<b>33,20</b>	<b>31,80</b>	<b>29,00</b>
<b>MARTELLO</b>	49,00	38,00	35,00	32,50
<b>GIAVELLOTTO</b>	<b>44,40</b>	<b>34,50</b>	<b>32,70</b>	<b>30,00</b>
<b>MARCIA KM.5 (**)</b>	24:30.00; (Km. 3: 14:20.00; Km. 10 pista e strada: 51:00.00; Km 20 strada: 1h45:00)	28:00.00; (Km. 3: 16:15.00; 10 Km 58:10.00; Km 20 strada: 1h59:00)	28:20.00; (Km. 3: 16:30.00; 10Km 58:30.00; 10 Km strada: 58:30.00; km 20 strada 2h00:00)	<b>28:31.00</b> (3 Km: 16:30.00) (10Km: 58:00.00)
<b>4 x 100 (*)</b>	48.64	s.m.	s.m.	<b>51.50</b>
<b>4 x 400 (**)</b>	3:57.00	s.m.	s.m.	<b>4:22.00</b>
<b>EPTATHLON</b>	<b>4500</b> (o); <b>Pentathlon</b> (i) <b>3200</b>	<b>4000</b> (o); <b>Pentathlon</b> (i) <b>2800</b> ; Jun ,10 <b>Eptathlon</b> <b>3800</b>	<b>3500</b> (o); <b>Pentathlon</b> (i) <b>2800</b> ; All ,10 <b>Epta. 3500</b>	<b>3300</b> (o), <b>Tetrathlon</b> <b>(i) 2300</b> ; <b>Pentathlon</b> <b>C.te 10 3400</b>

(\*) I minimi dei m. 100,200,400, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico

(\*\*) I minimi dai m. 800 in sù, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con cronometraggio automatico che con quello manuale

(\*\*\*) Per i m. 10.000 m/f, sono valide anche le prestazioni ottenute nei m. 10.000 nel 2010  
Per le Prove multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nel 2010.

N.B. I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s.

Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi".

I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor.

Legenda: (o) = outdoor 2010/20111

**I minimi modificati rispetto al 2010 sono evidenziati in neretto.**

