

## **REGOLAMENTI ATTIVITA' ESTIVA 2010 AREA AGONISTICA**

### **CAMPIONATI INDIVIDUALI REGIONALI SU PISTA**

La Fidal Marche istituisce i campionati individuali regionali su pista delle categorie S/P/J/A.

#### **Programma Tecnico:**

Tutte le specialità previste negli specifici programmi delle singole categorie

#### **Norme di partecipazione:**

- Ogni atleta potrà partecipare a due gare individuali più una staffetta o una gara individuale più due staffette nell'arco delle due giornate di gara.
- In ogni giornata ciascun atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali o ad una gara individuale più una staffetta.
- 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.

### **C.d.S. DI STAFFETTE ASSOLUTE e ALLIEVI**

#### **Programma Tecnico:**

Assoluti	M/F	4X100	4X400
Allievi	M/F	4x100	4x400

#### **Norme di Partecipazione e Classifica:**

- Ai Campionati regionali assoluti e allievi di staffette possono partecipare società con atleti tesserati per l'anno agonistico 2010 appartenenti alle categorie S/P/J/A.
- Le staffette 4x100 e 4x400 si disputano in serie.
- Ai fini della classifica di società tutte le prestazioni vengono rapportate alle tabelle di punteggio Fidal (ed. 2007).
- La somma dei punteggi ottenuti dalla medesima società nelle quattro staffette del programma tecnico determinerà la vincitrice del C.d.S. regionale di staffette 2010.
- Seguiranno le società con 3, 2 e 1 staffetta.
- In caso di parità sarà classificata prima la società con la migliore prestazione in termini di punteggio.

### **C.d.S. DI CORSA ASSOLUTO**

**Per Programma Tecnico e Norme di partecipazione e classifica si fa riferimento all'apposita sezione nel regolamento nazionale.**



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Marche

## CADETTI/E (14-15 anni)

### NORME GENERALI

- L'attività è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati FIDAL, agli alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi e ai tesserati per Enti di Promozione Sportiva.
- Il controllo delle gare delle categorie promozionali, giurie e cronometraggio, è demandato, in sintonia con la determinazione di uniformare l'attività promozionale giovanile con quella scolastica, ai Comitati Regionali e Provinciali, tramite il GGG.

### PROGRAMMA GARE CADETTI (Gare valide per le graduatorie nazionali 2010)

Corse: m. 80 - 300 - 1000 - 2000 - 100hs - 300hs - 4x100 - 3 x 1000

Salti: alto - asta - lungo - triplo (battuta m.9 e m.11)

Lanci: peso Kg. 4 - disco kg. 1,5 - martello Kg. 4 - giavellotto gr. 600

Marcia: pista Km. 4

Prove Multiple: Pentathlon (100hs - alto - giavellotto - lungo - 1000) **(Il Pentathlon può essere effettuato anche in due giornate)**

*N.B. Per motivi organizzativi i CC.RR. hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.*

m. 100hs: 10 ostacoli, h. 0,84, distanze m.13 - 9 x m.8,50 - m.10,50

m. 300hs: 7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 - m.40

### PROGRAMMA GARE CADETTE (Gare valide per le graduatorie nazionali 2010)

Corse: m. 80 - 300 - 1000 - 2000 - 80hs - 300hs - 4 x 100 - 3 x 1000

Salti: alto - asta - lungo - triplo (battuta m.7 e m.9)

Lanci: peso Kg. 3 - disco kg. 1 - martello Kg. 3 - giavellotto gr. 400

Marcia: pista Km. 3

Prove Multiple: Pentathlon (80hs - alto - giavellotto - lungo - 600) **(Il Pentathlon può essere effettuato anche in due giornate)**

*N.B. Per motivi organizzativi i CC.RR. hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.*

m. 80hs: 8 ostacoli, h. 0,76, distanze m.13,00 - 7 x m.8 - m.11,00

m. 300hs: 7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 - m.40

Nel corso della stagione prevedere, a livello Provinciale e Regionale la disputa di gare di mt. 150-600-200Hs e gare di corsa su strada da Km. 3-4 per i Cadetti e 2-3 per le Cadette.

Nei concorsi le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, mentre nell'alto e nell'asta le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura.

Nei Campionati Regionali Individuali nei concorsi (esclusi alto ed asta dove si applica la norma sopra esposta) sono previste tre prove di qualificazione e 3 prove di finale alle quali sono ammessi i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie.

Nel salto triplo la battuta potrà essere posta a 11-10-9-8 e 7 metri, da stabilirsi prima dell'inizio della gara, in accordo con i Giudici sulla base delle prestazioni dei partecipanti.

Nei Campionati Regionali individuali prove finali si disputano con battuta unica.

E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, oltre a quelle con suola di gomma.

## REGOLAMENTI ATTIVITA' ESTIVA 2010 CADETTI/E

Il Comitato Regionale Marche indice i seguenti Campionati :

1. Campionato individuale su Pista
2. C.d.S su Pista
3. C.d.S. ed individuale di Staffette
4. C.d.S. ed individuale di Prove Multiple (Pentathlon)
5. Trofeo di specialità
6. Trofeo Marche di Marcia 2010
7. Coppa Marche



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Marche

## **1) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE CADETTI/E.**

### **Programma Tecnico:**

1° giornata mt.80-1000-300hs-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto-4x100 (Maschile/Femminile)  
2° giornata mt.300-2000-80/100hs-Alto-Triplo-Peso-Martello- Marcia (Maschile/Femminile)

- I titoli per le gare M/F del m. 150-600-200hs e della corsa su strada verranno assegnati durante altre manifestazioni.
- Solo nel corso dei Campionati Individuali, nei concorsi, devono essere previste tre prove di finali, alle quali sono ammessi otto atleti/e.

### **Norme di partecipazione.**

1. Ogni Atleta può partecipare a due gare individuali e la staffetta nell'arco delle due giornate di Campionato, ma non più di due nella stessa giornata.
2. All'Atleta che prende parte a più di due specialità nella stessa giornata vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati tecnici ottenuti nelle gare successive alle prime due in ordine di orario.
3. Gli iscritti alle gare di corsa superiore ai mt. 600 e alla marcia non possono partecipare ad altra gara nel corso della stessa giornata.

## **2) CAMPIONATI DI SOCIETÀ REGIONALE SU PISTA CADETTI/E**

### ***Fasi di svolgimento Due Prove***

### **Programma Tecnico:**

1° giornata Cadetti mt.80-1000-300hs—4x100-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto  
1° giornata Cadette mt. 80-1000-300hs-4x100-Alto-Triplo-Peso-Martello  
2° giornata Cadetti mt.300-2000-100hs-Alto-Triplo-Peso-Martello- Marcia Km. 4  
2° giornata Cadette Mt. 300-2000-80hs-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto Marcia Km. 3

### **Norme di partecipazione.**

1. Ogni Società può iscrivere in ciascuna specialità un numero illimitato di atleti ed al massimo due staffette.
2. Ogni atleta può partecipare a due gare individuali più una staffetta in ogni fase del Campionato anche diverse nelle due fasi; tranne i partecipanti alle gare di corsa superiore a mt. 600 ed alla marcia, che non possono prendere parte ad altra gara nella stessa giornata.
3. All'atleta che prende parte a più di due specialità individuali, vengono annullati i risultati tecnici ottenuti nelle gare successive alle prime due in ordine di orario.
4. Le gare di corsa si corrono con il sistema delle "serie" e le corsie vengono sorteggiate.

### **Norme di classifica.**

1. Tutti i risultati devono essere rapportati alle apposite tabelle di punteggi Fidal (edizione 2007)
2. Per la copertura delle gare devono essere considerate anche quelle che gli atleti/e non hanno portato a termine per eliminazione, per quattro prove nulle nei concorsi, per il ritiro da una gara dopo la partenza, o squalifica per qualsiasi motivo. In tal caso gli atleti/e vengono accreditati di punti "zero" ma la loro partecipazione consente alla propria Società di considerare coperta la gara.
3. Ai fini della classifica finale di Società, sia della categoria maschile che della categoria femminile, vengono presi in considerazione le società che avranno totalizzato 14 punteggi in 12 specialità diverse; a seguire le società con 13-12-11-10 sino ad 2 specialità diverse.
4. Ogni Società, al termine delle due fasi dovrà auto certificare i risultati ottenuti nel Campionato sull'apposito prospetto fornito dal Comitato Regionale, ogni atleta potrà concorrere per la classifica di società per un massimo di due gare individuali più la staffetta.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Marche

### **3) CAMPIONATO REGIONALE DI STAFFETTE CADETTI/E**

#### **Fasi di svolgimento:**

- 1° Prova valida per il C.d.S. Regionale
- 2° Prova valida per il Titolo Regionale Individuale

#### **Programma Tecnico:**

- 1° Prova 4 x 100 – svedese (200+400+600+800)
- 2° Prova 4x100-3x1000-svedese (200+400+600+800)

#### Norme di partecipazione

1. Ogni Società può iscrivere più di una staffetta per specialità.
2. Ogni atleta può partecipare a due staffette tranne quelli che disputeranno la staffetta 3x1000 e l'atleta che disputa la frazione dei Mt. 800 della staffetta svedese.

#### ***Norme di classifica***

1. Le gare vengono disputate " in serie " e le corsie devono essere sorteggiate.
2. I risultati ottenuti dalle staffette vengono rapportati alle apposite tabelle di punteggio Fidal. (edizione 2007).
3. Per il C.d.S (1° Prova) vengono sommati i migliori punteggi ottenuti nelle due staffette previste dal programma tecnico.
4. La Società con il maggior punteggio viene proclamata Campione Regionale 2010.
5. Il titolo Regionale (2° Prova) per le tre specialità (Maschile/Femminile) viene assegnato alla Società con la migliore prestazione.

### **4) PROVE MULTIPLE CADETTI/E**

#### **Fasi di svolgimento:**

- 1° Prova valida per il C.d.S. Regionale
- 2° Prova valida per il titolo individuale.

#### **Programma Tecnico:**

- |             |   |
|-------------|---|
| Cadetti:    | 100 Hs - Alto - Giavellotto – Lungo - 1000 (Pentathlon) |
| Cadette:    | 80 Hs - Alto - Giavellotto – Lungo - 600 ( Pentathlon)  |
| 1° Giornata | 80hs-100hs/Alto/Giavellotto                             |
| 2° Giornata | Lungo/1000/600  |

#### **Norme di partecipazione.**

Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di Atleti/e.

#### Norme di classifica.

1. I risultati ottenuti da ogni atleta vengono rapportati alle apposite tabelle di punteggio Fidal.
2. Al termine di ciascuna delle due prove previste nelle fasi di svolgimento vengono stilate le classifiche individuali (maschili e femminili) sommando i punteggi ottenuti da ogni singolo atleta nelle cinque specialità.
3. Agli Atleti in testa alle due classifiche individuali maschile e femminile nella 2° prova vengono assegnati i titoli Regionali delle Prove Multiple.
4. Al termine della prima prova la somma dei punteggi ottenuti da tre atleti della stessa Società determina la classifica per l'assegnazione del titolo Regionale alla Società. Seguiranno le società con due punteggi ed infine quelle con solo un punteggio.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Marche

## **5) TROFEO DI SPECIALITÀ REGIONALE CADETTI/E**

### **Fase di svolgimento.**

Tutte le manifestazioni Federali e/o Meeting che si svolgono in regione per le categorie Cadetti/e.

### **Programma Tecnico**

1. <u>Gruppo Velocità ed Ostacoli</u> 80-300-80hs/100hs-300hs	3. <u>Gruppo salti</u> alto -lungo -triplo -asta
2. <u>Gruppo Lanci</u> peso -disco -martello- giavellotto	4. <u>Gruppo Mezzofondo e Marcia</u> 1000-2000-Marcia

### **Norme di partecipazione**

Nessun limite di partecipazione sia per le Società (numero illimitato di atleti) sia per gli atleti (possono gareggiare in tutte le specialità)

Norme di classifica.

1. Le classifiche verranno stilate sulla base delle Graduatorie Regionali 2009.
2. Tutte le prestazioni vengono rapportate alle apposite tabelle di punteggio Fidal (edizione 2007).
3. Un/a atleta può essere preso/a in considerazione solo in due specialità sia dello stesso gruppo di specialità che di gruppi diversi.
4. Per fare classifica nel gruppo di specialità la Società dovrà sommare il miglior punteggio in ognuna delle quattro/tre specialità del gruppo ottenuto da almeno tre diversi atleti, a seguire le Società con punteggi in almeno tre specialità del gruppo, sempre con tre atleti diversi .
5. La classifica regionale si ottiene sommando per ogni Società i punteggi ottenuti in ogni singolo gruppo (migliore di ogni gara). Le Società possono entrare in classifica sia con punteggi nei 4 gruppi che, al limite, in un solo gruppo.
6. Per la classifica regionale di Società è obbligo di ogni Società inviare al Comitato Regionale la scheda con i risultati dei propri atleti/e entro il 31 Ottobre 2009.

## **RAGAZZI/E (12-13 anni)**

### **PROGRAMMA GARE:**

Corse: 60-1000 - 60hs - staffetta 3 x 800 e 4x100 (senza vincolo zona cambio)

Salto: alto - lungo

Lanci: peso gomma Kg. 2 - vortex

Marcia: pista Km. 2

Prove Multiple: triathlon

m. 60hs M.: 6 ostacoli, h.0,60, distanze m.12,00 - 5 x m.7,50 - m. 10,50

m. 60hs F.: 6 ostacoli, h.0,60, distanze m.12,00 - 5 x m.7,50 - m. 10,50

Nel salto in lungo, nel peso e nel vortex le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.

Nel corso della stagione prevedere, a livello Provinciale e Regionale la disputa dei Mt. 150-300-600

### **NORME GENERALI**

- L'attività è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati FIDAL, agli alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi, agli iscritti dei Centri di Avviamento allo Sport tesserati FIDAL e ai tesserati per Enti di Promozione Sportiva.
- Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alle categorie Ragazzi possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola di gomma.
- Da prevedere nel corso della programmazione annuale, l'inserimento del progetto sperimentale "Giochi in Atletica - Gioco, Divertimento, Atletica", specie nel periodo invernale.
- Il controllo delle gare delle categorie promozionali, giurie e cronometraggio, è demandato, ai Comitati Regionali e Provinciali, tramite il GGG che potrà avvalersi di tecnici, insegnanti, operatori degli Enti di Promozione e genitori, che saranno coordinati dai Giudici di gara.

## **REGOLAMENTO ATTIVITA' ESTIVA 2010 RAGAZZI/E**

Il Comitato Regionale Marche indice i seguenti Campionati :

1. Campionato individuale su pista
2. C.d.S. su Pista
3. C.d.S. ed individuale di Staffette
4. C.d.S. ed individuale di Prove Multiple (Triathlon)
5. Trofeo Marche di Marcia 2010
6. Coppa Marche
7. Trofeo delle Province

### **1) CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI RAGAZZI/E**

#### ***Programma Tecnico in una giornata***

mt. 60-1000-60hs-Alto-Lungo-Peso-Vortex-Marcia Km. 2.

#### ***Programma Tecnico in due giornate***

1° giornata mt. 60-Alto-Peso-Marcia Km. 2

2° giornata mt. 60hs-1000-Lungo-Vortex.

#### **Norme di partecipazione**

Ogni atleta può prendere parte a due gare nell'arco del Campionato, tranne i partecipanti ai mt. 1000 e alla marcia che non potranno partecipare ad altra gara nella stessa giornata.

### **2) C.D.S. SU PISTA REGIONALI RAGAZZI/E**

#### **Programma Tecnico:**

mt. 60-1000-60hs-Alto-Lungo-Peso-Vortex-Marcia Km. 2-4X100.

#### **Norme di partecipazione:**

1. Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti per ogni gara individuale e due staffette.
2. Ogni atleta può partecipare a due gare individuali più una staffetta, ma non più di due gare nella stessa giornata. Gli iscritti al mt. 1000 ed alla marcia non possono prendere parte ad altra gara nella stessa giornata.
3. All'Atleta che prende parte a più di due specialità nella stessa giornata vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati tecnici ottenuti nelle gare successive alle prime due in ordine di orario.
4. Le gare di corsa si svolgono in "serie" e le corsie vengono sorteggiate.

#### **Norme di classifica**

1. Tutti i risultati devono essere rapportati alle apposite tabelle di punteggio Fidal (edizione 2007).
2. Agli Atleti non classificati per un qualsiasi motivo squalificati e/o ritirati verrà attribuito punti zero e la gara risulterà coperta.
3. Ai fini della classifica finale di Società, sia della categoria maschile che femminile, vengono prese in considerazione tutte le Società che avranno ottenuto 10 punteggi in 8 specialità diverse; a seguire le Società con 7-6-5-4-3-2 punteggi.
4. Tutte le Società potranno sommare un secondo punteggio in due specialità scelte indistintamente tra le 9 del programma tecnico.
5. Ogni Società, al termine delle due fasi dovrà auto certificare i risultati ottenuti nel Campionato sull'apposito prospetto fornito dal Comitato Regionale, ogni atleta potrà concorrere per la classifica di società per un massimo di due gare individuali più la staffetta.



## **ESORDIENTI M/F (6-11 anni)**

### ***NORME GENERALI***

- Gli Esordienti sono suddivisi in tre fasce d'età secondo il seguente schema:
  - **Esordienti C** **6-7 anni** (nati negli anni **2003-2004**)
  - **Esordienti B** **8-9 anni** (nati negli anni **2001-2002**)
  - **Esordienti A** **10-11 anni** (nati negli anni **1999-2000**)
- L'attività degli Esordienti B e C è demandata ai Comitati Regionali, ai Comitati Provinciali ed alle Società affiliate alla Fidal che organizzeranno per queste fasce d'età attività ludiche, nonché i programmi previsti dal progetto "Game Land" che potranno essere attivati d'intesa con le scuole del territorio e gli Enti Locali.
- I regolamenti e il programma di attività degli Esordienti "A" sono stabiliti dai rispettivi Comitati Regionali. Notevole dovrà essere l'impulso verso l'attività territoriale in accordo con i rispettivi Comitati Provinciali, che dovranno mantenere costantemente un vivo dialogo con il mondo della scuola.
- L'attività è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati FIDAL, agli alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi e ai tesserati per Enti di Promozione Sportiva.
- Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alle categorie Esordienti possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola di gomma.
- Da prevedere nel corso della programmazione annuale, l'inserimento del progetto sperimentale "Giochi in Atletica – Gioco, Divertimento, Atletica".
- Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionali e Provinciali, tramite il GGG che potrà avvalersi di tecnici, insegnanti, operatori degli Enti di Promozione e genitori, che saranno coordinati dai Giudici di gara.

## **ATTIVITA' REGIONALE ESORDIENTI**

Le attività sono programmate autonomamente in ogni provincia e possibilmente concordate con gli organismi scolastici locali e prendono maggiormente in considerazione gli atleti nati negli anni **1999-00** (esordienti A.)

### **Proposte di attività:**

- Corsa Campestre (da Km. 0,500 a Km. 0,800)
- mt. 50 con partenza in piedi.
- 40hs - partenza in piedi 4 ost. h.cm. 50 (mt.11 - 6. - 6 - 6 - 11)
- 50hs - partenza in piedi 5 ost. h. cm 50 (mt.12 - 7. - 7 - 7 - 7 - 10)
- mt. 600.
- Marcia mt. 1000/1200
- Salto in alto
- Salto in lungo con battuta libera di 1 m. x 1 mt. distante dalla buca da 50 cm a 150 cm.
- Lancio del Vortex
- Staffetta 4 x 50 - 5 x 80 (le staffette 4x50 e 5x80 devono essere disputate in corsia rispettivamente con partenza dai mt. 200 e dai mt. 400 - senza zona di cambio.
- Prove Multiple: biathlon e triathlon ( la scelta delle gare è demandata ai rispettivi Comitati Provinciali, privilegiando le specialità di più facile apprendimento.
- Nel salto in lungo e nel lancio del Vortex le prove a disposizione di ogni atleta sono tre.

## **COPPA MARCHE 2010-TROFEO DELLE PROVINCE**

**I regolamenti saranno pubblicati a breve secondo le decisioni prese dal settore tecnico.**