FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale MARCHE

Incontro aggiornamento GGG

Camerino 24/08/2013

I perché di questo incontro

- Formazione continua significa migliorarsi
- La conoscenza del RTI
- Confronto ed interpretazione di casistiche

Gli attori in atletica leggera

Federazione

Organizzatori

Giudici

Atleta



Media

Tecnici

Dirigenti



Cerimoniale

Sponsor

Personale di servizio

Cosa pensa il tecnico del giudice?

Il Tecnico è il primo ***consigliere ed amico*** *dell'atleta*

Identifica i propri interessi ed i propri successi con quelli dell'atleta

A volte i regolamenti vengono interpretati a modo proprio o vengono tenuti comportamenti in contrasto con il RTI, particolarmente in materia di assistenza agli atleti

Spesso i tecnici respingono l'intervento dei giudici ritenendolo generato da scarsa comprensione dei giudici verso gli atleti.

Il Giudice: un garante ma anche una risorsa

La sua presenza conferisce regolarità alla gara

- E' la "*condicio sine qua non*" per l'ufficialità della gara
- E' garanzia di uguale trattamento per tutti > ***ricordiamocelo***

ma anche…

può essere una risorsa in pedana o in pista per atleti e tecnici

(supporto regolamentare, indicazioni tecniche spicciole, conforto agli atleti, etc)

Cosa pensa il Giudice del Tecnico?

- Sente la pressione di qualcuno pronto ad **enfatizzare** ogni suo errore;
- Ritiene (non certo sempre a ragione) che il Tecnico non abbia corrette basi di conoscenza regolamentare;
- Si **arrocca** in un atteggiamento intransigente quando si sente “attaccato”, mentre auspica un confronto sereno e senza eccessi

Il rispetto delle norme

Il giudice deve tenere conto della **categoria** degli atleti partecipanti alla manifestazione e della diversità di esperienza tra atleta assoluto, master e del settore giovanile







R.T.I.

In ogni caso le norme RTI devono essere rispettate e fatte rispettare **da qualsiasi atleta**

Il rispetto delle norme

Nel gesto atletico (e sportivo in generale), il **PROTAGONISTA** è

l' ***Atleta***

Il **GIUDICE**
- verifica la regolarità del gesto atletico
- applica le regole e le fa rispettare

Regolamenti Tecnici:

R.T.I. - Regolamento Tecnico Internazionale
Disposizioni Applicative RTI
Regolamento della manifestazione
Vademecum Attività 2012

La loro conoscenza è fondamentale

E allora…



Per migliorare questi rapporti **sterili e improduttivi** occorre:

- **dialogo e professionalità**, con educazione e rispetto
- compiere **passi avanti** da entrambe le parti
- che i giudici si sforzino di fornire **pacati e precisi chiarimenti** sulle decisioni prese
- che il tecnico a sua volta **fornisca spiegazioni** ed i necessari chiarimenti regolamentari all'atleta
- che il giudice abbia l'umiltà di **ammettere eventuali errori** e non venga per questo "crocifisso"

Il tutto a salvaguardia dell'atleta

Che non assorbe la **tensione** di chi gli sta vicino

Che riesce a mantenere la **concentrazione**

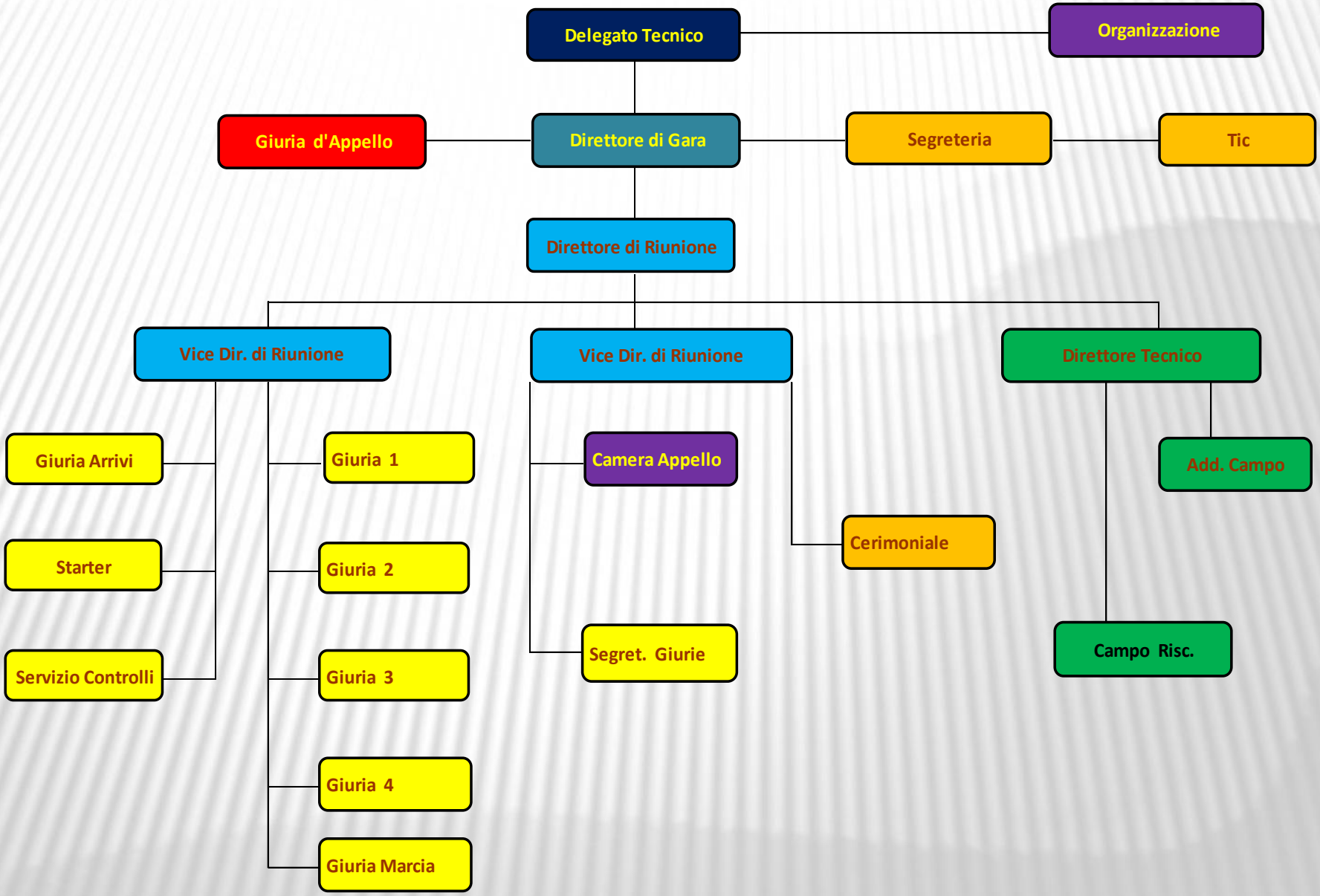
Che trova un **ambito ottimale** per esprimersi

Che mantiene o crea rapporti di amicizia o conoscenza

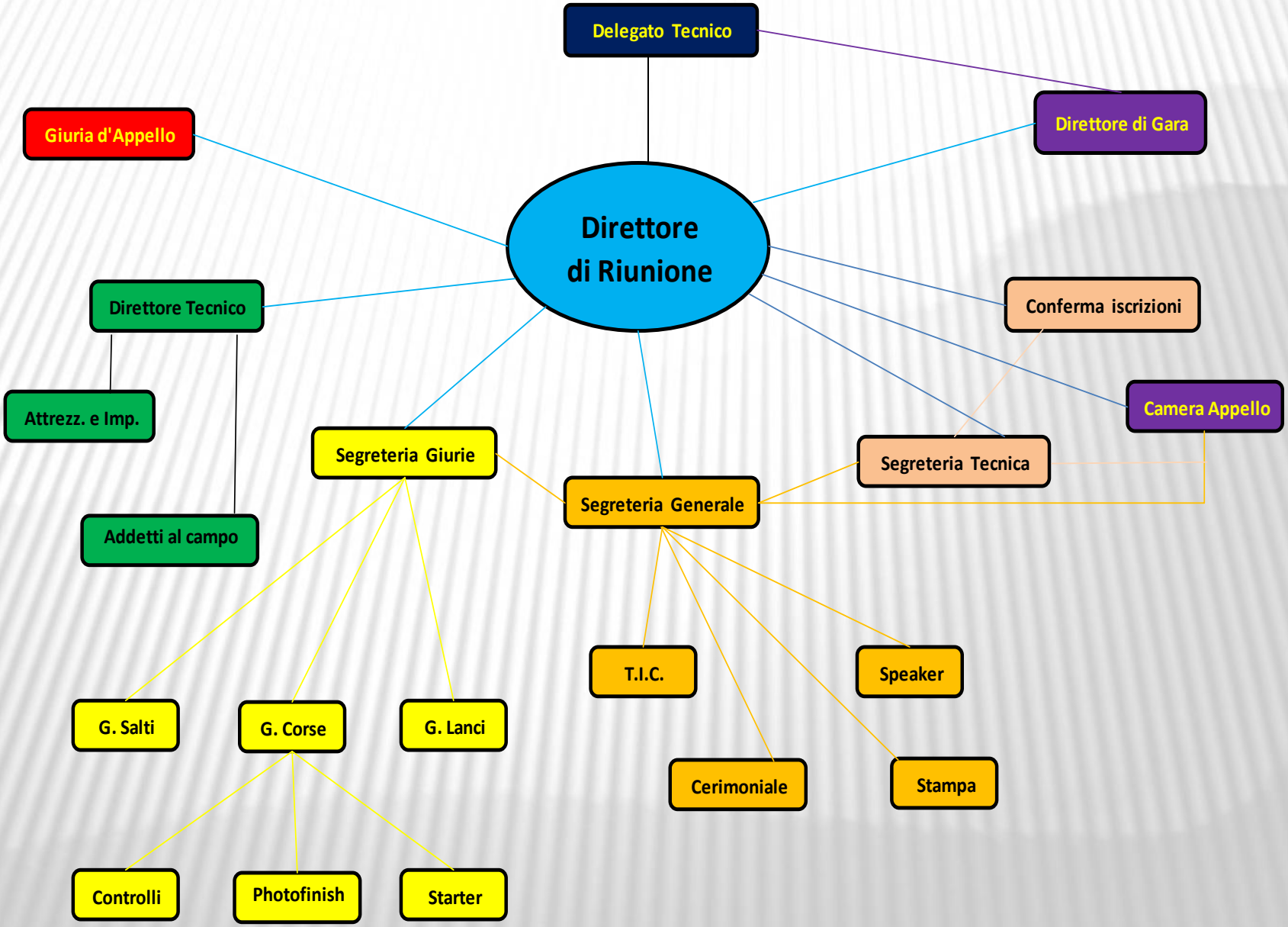
Schema Organizzativo/gestionale di una manifestazione di Atletica Leggera


Organizzativo
• Delegato Tecnico
• Direttore di Gara
• Direzione di Riunione
• Direzione Tecnica
• Camera d'Appello
• TIC
• Servizi Ausiliari
Decisionale
• Giuria d'Appello
Tecnico operativo
• Arbitri
• Cronometristi
• 1° giudice
• Giudici alle misurazioni
• Giudici per le varie giurie
• Giudici del servizio partenze
• Giudici di marcia
• Giudici per i controlli

Organigramma


Delegato Tecnico
Organizzazione
Giuria d'Appello
Direttore di Gara
Segreteria
Tic
Direttore di Riunione
Vice Dir. di Riunione
Vice Dir. di Riunione
Direttore Tecnico
Giuria Arrivi
Starter
Servizio Controlli
Giuria 1
Giuria 2
Giuria 3
Giuria 4
Giuria Marcia
Camera Appello
Segret. Giurie
Cerimoniale
Add. Campo
Campo Risc.

I rapporti in campo


Delegato Tecnico
Giuria d'Appello
Direttore di Gara
Direttore di Riunione
Direttore Tecnico
Conferma iscrizioni
Attrezz. e Imp.
Camera Appello
Segreteria Giurie
Segreteria Tecnica
Segreteria Generale
Addetti al campo
T.I.C.
Speaker
G. Salti
G. Corse
G. Lanci
Cerimoniale
Stampa
Controlli
Photofinish
Starter

I ruoli: chi fa cosa

Preparazione della Manifestazione

Delegato Tecnico > Aspetti tecnico-organizzativi

Direttore di Riunione > Aspetti gestionali

Direttore Tecnico > Verifica strutture e attrezzatura

Il Delegato Tecnico

- Ha la responsabilità di garantire che tutte le disposizioni tecniche siano pienamente conformi alle regole del RTI

- E' la **massima autorità** sotto il profilo tecnico

Se il Delegato Tecnico è assente o non nominato
tutti i suoi compiti sono assolti dal ***Direttore di Riunione***

Delegato Tecnico (R.T.I. 112)

- Stila, valuta o modifica il **programma orario** delle gare, suggerendo eventuali modifiche all'orario.
- Predispone **serie e batterie** e forma i gruppi per i concorsi
- Predispone il **dispositivo tecnico** valido per la manifestazione
- Stabilisce le **progressioni** nei salti in elevazione e gli **assi di battuta** nei salti in estensione
- Fornisce supporto tecnico a tutti coloro che ne avessero bisogno
- Redige un rapporto sulla manifestazione da inviare agli organi competenti

Direttore di Riunione

- Responsabile regolare svolgimento manifestazione
- Piena gestione delle giurie e di tutti i giudici presenti
- Stabilisce il piano di produzione e gestione dei fogli gara
- Controlla l'adempimento tempestivo delle incombenze affidate ai singoli servizi (camera appello antidoping, arbitri, segreteria, direzione tecnica, etc.)
- In assenza del Delegato Tecnico, assume tutte le sue funzioni tecnico-organizzative e svolge i medesimi compiti, opportunamente adeguati al livello della manifestazione
- E' il regista della manifestazione

Direttore Tecnico (R.T.I. 123)

Il Direttore Tecnico sarà responsabile di:

- **assicurare che la pista, le pedane di rincorsa, le pedane circolari, gli archi**, i settori le zone di caduta dei concorsi e tutte le attrezzature e gli attrezzi siano conformi alle Regole;
- il posizionamento e la rimozione delle attrezzature e degli attrezzi in conformità al piano tecnico-organizzativo della competizione, come approvato dal Delegato Tecnico;
- assicurare che la configurazione tecnica delle aree della competizione sia conforme a tale piano;
- controllare e marcare ogni attrezzo personale consentito per la competizione in conformità alla Regola 187.2;

Giudice (Giuria) di Appello

Si occupa di tutti i reclami e di ogni questione le venga sottoposta durante la manifestazione

Funzione di controllo per evitare ogni contestazione

L'Arbitro

- Responsabile **rispetto regole** e deve decidere in merito a qualunque problema sorga durante la gara
- Controlla tutti i risultati finali e prende una decisione su eventuali controversie
- **Decide su ogni reclamo** o obiezione riguardante la conduzione della gara
- Egli deve avere l'autorità di **ammonire o escludere** dalla competizione ogni atleta responsabile di comportamento antisportivo o improprio. Le ammonizioni devono essere comunicate mostrando all'atleta un cartellino giallo, le esclusioni mostrando un cartellino rosso. Le ammonizioni e le esclusioni devono essere riportate sui risultati della relativa gara
- Nei casi in cui si verifichino circostanze tali da imporre di ripetere una gara ha facoltà di annullare la stessa o parte di essa decidendo sulla eventuale ripetizione.
- L' Arbitro nominato per sorvegliare le partenze ha la qualifica di Arbitro alle partenze.

Arbitro alla Camera d'Appello

- Assicurare che i concorrenti indossino la maglia sociale
- Controllare che i pettorali siano indossati correttamente
- Verificare che le scarpe, il numero e le dimensioni dei chiodi, la pubblicità siano conformi alle Regole
- Accertare che non venga portato min campo materiale non autorizzato
- Controllare il transito tra la zona di riscaldamento ed il campo di gara
- Ha giurisdizione dalla prima chiamata in Camera d'Appello sino al luogo di svolgimento della gara.

Caposervizio al T.I.C.

- Assicurare un'agevole comunicazione tra le squadre, i Delegati Tecnici e gli Organizzatori
- Fornire chiarimenti per qualsiasi questione tecnica presentata
- Accogliere i reclami di II^ istanza

Altre figure

Segretario generale > Raccoglie i risultati completi dalle varie componenti; dopo i necessari controlli procede alla loro ufficializzazione tramite lettura degli stessi o affissione ad apposito tabellone.

Responsabile dell'ordine > Ha il controllo del campo e non deve permettere ai non autorizzati l'accesso in campo

Annunciatore > E' responsabile della trasmissione di tutte le informazioni ai presenti. I risultati andranno annunciati nel minor tempo possibile.

Direttore per la Presentazione della Competizione > Nelle grandi manifestazioni è denominato Event Presentation manager e cura l'aspetto spettacolare della manifestazione stessa.

Cenni sulle regole tecniche

R.141-Categorie degli atleti

- Allievi (16-17 anni)
- Juniores (18-19 anni)
- Masters (35 anni gare stadia-40 anni gare no-stadia)

R. 142-Iscrizioni

Iscrizioni contemporanee







- ✓Autorizzazione
- ✓Modalità
- ✓E se non è presente?
- ✓Alla fine…



R. 142-Iscrizioni

Iscrizioni

- ✓ In base al Regolamento della manifestazione:
  - * inviate in anticipo
  - * possibilità di iscrizioni entro 60’ dalla gara
  - * effettuate sul campo
  - * accompagnate dalla relativa tassa
- ✓ Obbligo di tesseramento
- ✓ 2 gare individuali per giornata
  oppure 1 individuale ed 1 staffetta
- ✓ Possibilità per allievi/masters di partecipare alle gare del Settore Assoluto

R. 142-Iscrizioni

Mancata partecipazione

Le iscrizioni devono essere confermate entro 60’ dall’inizio della gara

- ✓ **Escluso da gare successive**
- ✓ **Quando e perchè?**
- ✓ **Certificati medici**
- ✓ **Altre motivazioni plausibili**



R. 143-Indumenti, Scarpe e Pettorali

Indumenti

- ✓ **Puliti ed irreprensibili**
- ✓ **Non trasparenti**
- ✓ **Fronte-retro**
- ✓ **Uniformi ufficiali**

R. 143-Indumenti, Scarpe e Pettorali

Scarpe

Nessun vantaggio sleale

Suola e Tacco



Max 11 chiodi e alloggiamenti

Solette e altre aggiunte

Dimensioni dei chiodi

E se corressimo a piedi nudi???



R. 143-Indumenti, Scarpe e Pettorali

Scarpe
Attività promozionale

Esordienti - Ragazzi

- ✓ **Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate**
- ✓ **Uso esclusivo di scarpe con suola di gomma**

Cadetti

- ✓ **E' consentito l'uso di scarpe chiodate oltre a quelle con suolo di gomma**

R. 143-Indumenti, Scarpe e Pettorali

Pettorali



- ✓Quanti e dove
- ✓Solo numeri?
- ✓Niente tagli e pochi buchi
- ✓Cosciali

Il pettorale è obbligatorio

R. 144-Assistenza agli Atleti

Fornire assistenza

E' assistenza:

- ✓ **Fare l'andatura**
- ✓ **Il possesso di apparecchi vietati**
- ✓ **L'uso di espedienti sleali**

Non è assistenza:

- ✓ **Comunicazioni tra atleti e allenatori posti fuori dalla zona di gara;**
- ✓ **Trattamento medico effettuato da personale autorizzato**
- ✓ **Qualsiasi forma di protezione personale**

R. 144-Assistenza agli Atleti

Fornire assistenza

Conseguenze:

- ✓ **Ammonizione ed eventuale squalifica**



- ✓ **Annullamento prestazioni in quel turno di gara**

Forme ammesse di assistenza fornite dall'organizzazione:

- ✓ **Manica a vento**



- ✓ **Rifornimenti/spugnaggi**

R. 145 - Squalifiche

Squalifica Tecnica

- Prestazioni in quel turno non sono valide
- Prestazioni realizzate in un turno precedente sono valide
- Non impedisce di prendere parte ad altra gara

R. 145 - Squalifiche

Squalifica Disciplinare

- Due ammonizioni portano a squalifica
- Prestazioni realizzate in un turno precedente sono valide
- Impedisce di prendere parte ad altra gara

- R. 147-Gare Miste
- R. 148-Misurazioni
- R. 149-Validità delle prestazioni
- R. 150-Videoregistrazione
- R. 151-Punteggio

Le corse



LA PARTENZA

In tutte le competizioni i comandi del Giudice di Partenza debbono essere, nelle corse fino a 400 metri inclusi, come pure per le staffette 4 x 200 m e 4 x 400 m, "***Ai vostri posti***" e "***Pronti***" e quando tutti i concorrenti sono pronti, deve essere sparato il colpo di pistola. Un atleta, quando è in posizione di partenza, **non deve toccare la linea di partenza** né il terreno al di là della stessa con le mani o con i piedi.

Nelle corse oltre i 400 metri le parole debbono essere: "***Ai vostri posti***" e, quando tutti i concorrenti sono immobili, deve essere sparato il colpo di pistola. Un concorrente, quando è in posizione di partenza, non deve toccare il terreno con una mano o con le mani durante la partenza.

LA PARTENZA

Dopo il comando “Ai vostri posti” il concorrente deve avvicinarsi alla linea di partenza ed assumere una posizione completamente all’interno della corsia che gli è stata assegnata e dietro alla linea di partenza. **Entrambe le mani ed almeno un ginocchio** devono essere a contatto con il terreno ed entrambi i piedi in contatto con i blocchi di partenza. Al comando “Pronti” il concorrente deve alzarsi immediatamente, sino alla sua posizione finale di partenza, mantenendo il contatto delle mani con il terreno e dei piedi con ł le piastre dei blocchi di partenza.

LA PARTENZA

Al comandi "***Ai vostri posti***" o "***Pronti***", a seconda del caso, tutti i concorrenti debbono immediatamente e senza indugio assumere la loro completa e finale posizione di pronti.

Nel caso in cui un atleta, a giudizio del Giudice di Partenza,

(a) dopo il comando "***ai vostri posti***" o "***pronti***", e prima dello sparo della pistola, **non esegue la procedura di partenza**, per esempio alzando una mano e/o alzandosi in piedi o sedendosi in posizione eretta in caso di partenza dai blocchi, senza una valida ragione (tale ragione deve essere valutata dall'Arbitro competente); o

(b) **non esegue i comandi** "***Ai vostri posti***" o "***Pronti***" nelle modalità previste, o non si colloca nella posizione finale di partenza in un lasso di tempo ragionevole; o

(c) dopo il comando "***Ai vostri posti***" **disturba** gli altri atleti in gara con rumori o in altro modo,

il Giudice di Partenza interromperà la procedura di partenza.

L'**Arbitro** può ammonire l'atleta per **condotta impropria** (squalificare nel caso di seconda infrazione della Regola durante la stessa competizione), in base alle Regole 125.5 e 145.2. Nei casi ove una ragione estranea è considerata la causa della mancata partenza, o l'Arbitro non è d'accordo con la decisione dei Giudici di Partenza, un cartellino verde deve essere mostrato a tutti gli atleti per indicare che nessun atleta ha commesso una falsa partenza.

FALSA PARTENZA

Un atleta, dopo aver assunto la completa e finale posizione di pronti, non potrà iniziare la sua partenza fino a quando non viene sparato il colpo di pistola. Se, a giudizio del Giudice di Partenza o del Giudice di Partenza di richiamo, **si muove in anticipo**, ciò sarà considerata falsa partenza.

Eccetto che nelle Prove Multiple ogni atleta responsabile di **una** falsa partenza sarà squalificato.

Nelle prove multiple, qualsiasi atleta responsabile di una falsa partenza sarà ammonito. Solo una falsa partenza per gara deve essere consentita senza la squalifica dell'atleta/i responsabile della falsa partenza. Qualsiasi atleta, che effettui un'ulteriore falsa partenza nella gara, sarà squalificato

FALSA PARTENZA

ATTENZIONE !

Per le categorie Promozionali e per i Masters (nelle gare riservate alla propria categoria) non viene applicata la regola sopra indicata, ma quella in vigore al 31/12/02:

Un atleta verrà squalificato solo se commette, lui stesso, due false partenze

Vademecum Attività . Norme Generali 13.2.2

FALSA PARTENZA

Eccetto nelle prove multiple, ogni atleta responsabile di falsa partenza deve essere squalificato e un **cartellino rosso** deve essergli mostrato frontalmente e posto sulla rispettiva postazione di partenza. Nelle prove multiple, ogni atleta responsabile di falsa partenza deve essere ammonito e un **cartellino giallo** deve essergli mostrato frontalmente e posto sulla rispettiva postazione di partenza. Allo stesso tempo, tutti gli altri atleti, partecipanti a quella serie o batteria, devono essere ammoniti con un **cartellino giallo** mostrato a ciascuno di loro, da uno o più assistenti del Giudice di Partenza, al fine di notificare che chiunque commetta una ulteriore falsa partenza sarà squalificato. In caso di ulteriore falsa partenza, gli atleti responsabili di falsa partenza saranno squalificati ed un **cartellino rosso** sarà mostrato a ciascuno di loro e posto sulle rispettive postazioni di partenza.

*In pratica, quando uno o più atleti compiono una falsa partenza, gli altri atleti sono portati a seguirli e, in senso letterale, anche ognuno di questi commette falsa partenza. Il Giudice di partenza dovrà ammonire o squalificare solo quell'atleta che, a suo parere, sia stato il responsabile della falsa partenza. Questo potrebbe portare all'ammonizione o squalifica di più di un atleta. Se la falsa partenza non è da attribuirsi ad alcun atleta, non verrà assegnata alcuna ammonizione e un **cartellino verde** sarà mostrato a tutti gli atleti.*

LA PARTENZA

Quando vi sono più di 12 concorrenti in una gara, essi possono essere divisi in due gruppi; con un gruppo, comprendente il 65% circa dei concorrenti, sulla normale linea di partenza curva, e l'altro gruppo su una linea di partenza curva separata, tracciata attraverso la metà esterna della pista.

L'altro gruppo dovrà correre nella metà esterna della pista sino alla fine della prima curva, che sarà indicata da coni o bandiere come descritto nella Regola 160.1.

La linea di **tangente** per gli 800 metri, indica il punto ove gli atleti dei gruppi esterni sui 2000 m e sui 10.000 m possono riunirsi ai concorrenti che hanno utilizzato le partenze normali. La pista sarà segnata all'inizio del rettilineo di arrivo, per le partenze in gruppi dei 1000 m, 3000 m e 5000 m, per indicare agli atleti, partenti nel gruppo esterno, dove potranno inserirsi con i concorrenti che utilizzano la partenza normale. Questo segno di 5 cm x 5 cm, immediatamente prima del quale sarà sistemato un cono o una bandiera sino a quando i due gruppi si siano congiunti, sarà tracciato sulla linea tra le corsie 4 e 5 (corsie 3 e 4 per una pista a 6 corsie).

DANNEGGIAMENTI

Qualsiasi concorrente che, in una gara, si faccia strada a gomitate od ostacoli un avversario, impedendogli così di avanzare, è passibile di **squalifica** da quella gara. L'Arbitro ha la facoltà di ordinare la ripetizione della gara escludendo il concorrente squalificato o, se si tratta di un turno preliminare, potrà permettere ad ogni concorrente seriamente danneggiato per una spinta od ostruzione (ad eccezione del concorrente squalificato) di partecipare al turno successivo della gara. Normalmente ciò è possibile se l'atleta avrà terminato la prova in buona fede.

Senza tenere conto se vi sia o no una squalifica, l'Arbitro, in circostanze eccezionali, ha ugualmente la possibilità di ordinare la ripetizione di una gara, se lo considera giusto e corretto.

GARE IN CORSIA

In tutte le gare disputate in corsia, ciascun concorrente **deve rimanere nella corsia** assegnatagli dalla partenza al termine. Questa Regola deve essere applicata ad ogni frazione di una gara di corsa in corsia

In ogni gara (o parte di gara) di corsa non in corsia, quando un atleta corre in una curva, nella metà esterna della pista in applicazione della Regola 162.10 o nella zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi, non dovrà correre sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista.

Ad eccezione di quanto previsto dalla Regola 163.4, se un Arbitro è convinto, su rapporto di un Giudice, di un Giudice di Controllo od in altro modo, che un concorrente ha violato questa norma, questi deve essere squalificato.

Un atleta **non deve** essere squalificato se:

(a) è spinto o costretto da un'altra persona a correre fuori dalla propria corsia o sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista

(b) corre fuori dalla propria corsia in rettilineo senza trarne vantaggio materiale o corre fuori dalla linea esterna della propria corsia in curva, senza trarne vantaggio materiale e senza che altri concorrenti vengano danneggiati.

L'ARRIVO

I concorrenti devono essere classificati nell'ordine in cui qualunque parte del loro corpo (cioè il **torso**, con esclusione di testa, collo, braccia, gambe, mani e piedi) raggiunga il piano verticale del bordo più vicino della linea d'arrivo, come sopra definito.

CRONOMETRAGGIO

Vengono ufficialmente riconosciuti tre metodi di cronometraggio:

- il **cronometraggio manuale**;
- il **cronometraggio elettrico completamente automatico**.
- un **sistema di rilevamento dei tempi con transponder**, solo per le competizioni indicate alle regole 230 (gare non completamente svolte nello stadio), 240 e 250.

LE BATTERIE

Per il primo turno di gara, gli atleti saranno suddivisi nelle batterie con una distribuzione a zig-zag sulla base di una graduatoria determinata dalla lista delle prestazioni valide realizzate durante un determinato periodo.

- *Sono previsti più turni di gara*
- *Gli atleti migliori gareggiano in batterie diverse*

I TURNI PRELIMINARI

Dopo il primo turno di gara, i concorrenti saranno suddivisi nelle batterie dei turni successivi conformemente alle seguenti procedure:

a) **per le gare dai 100m ai 400m compresi e per le staffette sino alla 4 x 400**m compresa, la suddivisione degli atleti sarà basata sui piazzamenti e sui tempi conseguiti in ciascun turno di gara precedente. A tal fine, i concorrenti verranno classificati nel seguente modo:

- il vincitore di batteria più veloce
- il secondo vincitore di batteria più veloce
- il terzo vincitore di batteria più veloce, etc.
- il piazzato al secondo posto più veloce
- il secondo più veloce tra i piazzati al secondo posto
- il terzo più veloce tra i piazzati al secondo posto,

e così via concludendo con

- il più veloce dei qualificati in base al tempo
- il secondo più veloce dei qualificati in base al tempo
- il terzo più veloce dei qualificati in base al tempo, etc.

b) **per le altre gare di corsa** le liste originali delle prestazioni continueranno ad essere usate per la suddivisione degli atleti, modificandole solamente in base ai miglioramenti di prestazioni ottenute durante il o i turni precedenti.

I TURNI PRELIMINARI

I concorrenti saranno quindi suddivisi nelle batterie con una distribuzione a zig-zag nell'ambito della suddetta classificazione per cui, ad esempio, nel caso di tre semifinali, gli atleti saranno suddivisi nel seguente modo:

Semifinale A	1	6	7	12	13	18	19	24
Semifinale B	2	5	8	11	14	17	20	23
Semifinale C	3	4	9	10	15	16	21	22

L'ordine di gara delle batterie sarà sempre sorteggiato dopo che ne è stata definita la composizione.

SORTEGGIO DELLE CORSIE

Per le gare dai 100 m agli 800 m compresi e per le staffette fino alla 4 x 400 m compresa, quando sono previsti diversi turni di una singola gara di corsa, le corsie verranno assegnate nel seguente modo:

a) **nel primo turno l'ordine di corsia avverrà per sorteggio**;

b) per i turni successivi, i concorrenti saranno classificati dopo ciascun turno di gara conformemente alla procedura stabilita dalla Regola 166.3 (a) o nel caso degli 800 metri dalla Regola 166.3 (b).

Verranno quindi effettuati **tre** sorteggi:

(i) uno per i quattro atleti o squadre meglio classificati per determinare l'assegnazione delle corsie 3, 4, 5 e 6;

(ii) uno per gli atleti o squadre quinte e seste classificate, per l'assegnazione delle corsie 7 e 8;

(iii) uno per gli atleti o squadre settime ed ottave classificate, per l'assegnazione delle corsie 1 e 2.

Nota (i): Quando vi sono meno di 8 corsie il suddetto metodo dovrebbe essere applicato con le necessarie modifiche.

LE SERIE

Gli atleti gareggiano una sola volta e saranno suddivisi nelle serie sulla base di una graduatoria determinata dalla lista delle prestazioni valide realizzate durante un determinato periodo.

- *E' previsto un turno unico*
- *Gli atleti migliori gareggiano insieme*
- *Le corsie sono sorteggiate*

LE CORSE

Un concorrente non deve essere autorizzato a gareggiare in una batteria o corsia diversa da quella alla quale è stato assegnato, salvo il caso di circostanze che, a giudizio dell'Arbitro, giustifichino una variazione.

Fra l'ultima eliminatoria di ogni turno e la prima del turno successivo o la finale, debbono essere concessi, quando possibile, i seguenti **intervalli minimi**:

- fino a 200 m inclusi 45 minuti;
- oltre i 200 m e fino a 1000 m inclusi 90 minuti;
- oltre i 1000 m non nello stesso giorno.

CORSE AD OSTACOLI

Ogni atleta deve **saltare ciascun ostacolo**. La non osservanza di questa regola comporta la squalifica.

In aggiunta, un atleta deve essere squalificato se:

a) **trascina un piede od una gamba al di sotto** del piano orizzontale della parte superiore di ciascun ostacolo, al momento del passaggio; o

b) a giudizio dell'Arbitro, **abbatte deliberatamente** un ostacolo.

Salvo quanto previsto nel paragrafo 168.7 (b), l'abbattimento di ostacoli non comporta la squalifica né impedisce che venga stabilito un primato.

LE STAFFETTE

Il testimone deve essere **portato a mano per tutta la gara**. Agli atleti non è consentito di indossare guanti o di mettere sostanze sulle mani al fine di avere una presa migliore. Se il testimone cade, **deve essere raccolto dall'atleta al quale è caduto**. Per recuperarlo, egli può uscire dalla propria corsia, purchè non diminuisca la distanza da percorrere.

A condizione che sia adottata questa procedura e che nessun altro atleta sia stato ostacolato, **la caduta del testimone non causerà la squalifica**.

In tutte le corse a staffetta, il testimone deve essere **passato entro la zona di cambio**. Il passaggio inizia quando esso è toccato una prima volta dal frazionista ricevente ed è completato soltanto quando è in possesso esclusivo della mano dell'atleta ricevente. All'interno della zona di cambio, è determinante, unicamente, **la posizione del testimone** e non quella dei corpi dei concorrenti. Il passaggio del testimone al di fuori della zona di cambio comporta la squalifica.

Gli atleti, prima di ricevere e/o dopo aver trasmesso il testimone, dovrebbero rimanere nella propria corsia o zona; fino a che la pista risulti chiaramente sgombra per non ostacolare gli altri atleti. La regola 163.3 e 163.4 non si applica a questi atleti. Se un atleta ostacola volontariamente un componente di un'altra squadra, uscendo fuori dalla sua posizione o corsia alla fine della sua frazione, la sua squadra verrà squalificata.

L'assistenza ad un compagno di squadra tramite spinta o in altro modo causerà la squalifica.

I CONCORSI



DISPOSIZIONI GENERALI

Preparazione pedane > Controllo settori e zone di caduta (compito Direzione Tecnica)

Prove > Se c'è poco tempo a disposizione vanno concesse in ordine di chiamata; dopo l'inizio della competizione non è più consentito l'utilizzo della pedana

LA GARA

Numero prove > In tutti i concorsi, ad eccezione del Salto in Alto e del Salto con l'Asta, quando vi sono più di otto concorrenti, a ciascun concorrente saranno concesse **tre prove** e agli otto concorrenti con le migliori misure saranno concesse **ulteriori tre prove**. Se ci sono otto o meno atleti, ogni atleta dovrà avere sei prove. **Gli atleti che non realizzano una misura nelle prime tre prove, dovranno precedere gli altri atleti (nel loro ordine originale) nelle prove successive**.

In caso di parità dopo le prime tre prove… > Ad eccezione del Salto in Alto e del Salto con l'Asta, la seconda migliore prestazione di un concorrente risolve la parità. Se la parità permane si ricorre alla terza migliore prestazione. In caso di ulteriore parità vengono ammessi tutti gli atleti in parità.

Ordine di gara > **L'ordine di competizione per le prove di finale è l'ordine inverso della classifica dopo tre prove eliminatorie.**

LA GARA

ATTENZIONE ! CONCORSI

RAGAZZI > 3 prove a disposizione

> 2 prove per ciascuna misura (salto in alto)

CADETTI > 4 prove a disposizione

MASTERS > 4 prove a disposizione

Vademecum Attività, salvo norme specifiche nei singoli campionati

I TEMPI

Il tempo a disposizione per ogni tentativo è di **1 minuto**

Il tempo decorre dal momento in cui il giudice dà il segnale di pedana libera

Ad un concorrente, che in una gara di concorso ritardi irragionevolmente l'esecuzione di una prova, potrà non essere consentita l'effettuazione della prova che verrà registrata come fallita.

Se un atleta decide, successivamente, di non effettuare il tentativo, ciò sarà considerato fallo solo dopo che è trascorso il periodo concesso per quel tentativo.

Una prova non deve essere interrotta, se il tempo concesso scade quando il concorrente ha già iniziato il suo tentativo.

Per il Salto con l'Asta il tempo inizia quando i ritti sono stati sistemati secondo quanto precedentemente richiesto dall'atleta. Non sarà concesso altro tempo per ulteriori sistemazioni.

I TEMPI

Normalmente non devono venire superati i seguenti tempi:

a) un minuto per tutte le gare.

b) nelle fasi finali delle gare di Salto in Alto e Salto con l'Asta, quando solo 2/3 atleti sono in gara alla fine di un turno, i suddetti tempi devono essere aumentati a un minuto e mezzo per il Salto in Alto e 2 minuti per il Salto con l'Asta. Se è rimasto in gara un solo atleta, questi tempi saranno aumentati a 3 minuti per il Salto in Alto e 5 minuti per il Salto con l'Asta., ad eccezione delle prove multiple.

c) nel caso di due prove consecutive dello stesso atleta, quando rimane in gara più di un atleta (Salto con l'Asta e Salto in Alto) o, qualunque sia il numero degli atleti, nelle prove multiple, i tempi saranno di 3 minuti per il Salto con l'Asta e di 2 minuti per il Salto in Alto e per gli altri concorsi.

Nota: Nei salti in elevazione, ogni variazione del tempo permesso per una prova non sarà applicato fino al momento in cui l'asticella sarà alzata ad una nuova altezza; eccetto che per il motivo specificato, per le prove successive sarà applicato ogni volta che l'atleta ha due o più prove consecutive

I TEMPI

	Gare individuali			Prove multiple		
In gara	Alto	Asta	Altre	Alto	Asta	Altre
Più di tre	1	1	1	1	1	1
2/3	1,5	2	1	1,5	2	1
1	3	5	-	2	3	-
Prove consecutive	2	3	2	2	3	2

PARITA'

Nei concorsi, ad eccezione del Salto in Alto e del Salto con l'Asta, la **seconda** migliore prestazione di un concorrente risolve la parità. Se la parità permane si ricorre alla terza migliore prestazione e cosi via.

Se la parità permane e riguarda anche il **primo posto** la parità sarà **confermata**.

Per i salti in elevazione si rimanda alla trattazione specifica

I SALTI IN ELEVAZIONE



PRIMA DELLA GARA

Prima dell'inizio della gara, il Primo Giudice deve annunciare ai concorrenti l'altezza iniziale e le diverse altezze alle quali sarà posta l'asticella alla fine di ogni turno

Un concorrente può cominciare a saltare a **qualunque** altezza precedentemente annunciata dal Primo Giudice e può saltare a sua discrezione a qualsiasi altezza successiva.

A meno che non sia rimasto in gara un solo concorrente ed egli abbia vinto la gara:

- l'asticella non dovrebbe mai essere alzata di meno di 2 cm nel Salto in Alto e di meno di 5 cm nel Salto con l'Asta dopo ogni turno;
- l'incremento nell'alzare l'asticella non deve mai essere aumentato

Tutte le misurazioni devono essere fatte, in centimetri interi, perpendicolarmente dal terreno alla parte più bassa del lato superiore dell'asticella

Ogni misurazione di una nuova altezza deve venire eseguita prima che i concorrenti tentino quell'altezza

PRIMA DELLA GARA (SALTO CON L'ASTA)

I concorrenti possono far spostare i ritti per non più di 80 cm verso la zona di caduta (avanti).

Prima dell'inizio della gara, il concorrente **deve comunicare** all'Arbitro quale posizione dei ritti o dei supporti egli desidera per il suo primo tentativo e tale posizione deve essere registrata.

Se il concorrente desidera effettuare successivamente qualsiasi cambiamento, dovrà informare l'Arbitro, prima che i ritti siano stati sistemati conformemente alle istruzioni da lui date all'inizio. In mancanza di tale comunicazione, si darà inizio al tempo limite che gli spetta

I concorrenti possono usare aste proprie. Nessun concorrente può essere autorizzato ad usare aste altrui se non con il consenso del proprietario

LE PROVE

Tre falli consecutivi, indipendentemente dall'altezza in cui ciascun fallo è avvenuto, escludono da ulteriori tentativi, salvo nel caso di una parità per il primo posto.

L'effetto di questa Regola è che un concorrente può rinunciare al suo secondo o terzo tentativo ad una certa altezza (dopo aver fallito una prima o una seconda volta) e tentare invece una successiva altezza.

Se un concorrente rinuncia ad una prova ad una certa altezza, non può fare nessun susseguente tentativo a quell'altezza, tranne che nel caso di parità per il primo posto

Anche dopo che tutti gli altri concorrenti sono stati eliminati, un concorrente è autorizzato a saltare fino a che abbia egli stesso perduto il diritto di gareggiare ancora

Una volta che il concorrente ha vinto la gara, l'altezza o le altezze alle quali viene posta l'asticella verranno decise dal concorrente, interpellato dal Primo Giudice o dall'Arbitro.

In una gara di prove multiple, ciascun incremento deve essere, per tutta la gara, uniformemente di 3 cm per il Salto in Alto e di 10 cm per il salto con l'Asta.

NORME GENERALI E FALLI

Il concorrente deve **staccare con un solo piede**

Un concorrente **commette fallo** se:

a) dopo il salto, l'asticella non rimane sui supporti a causa dell'azione del concorrente durante il salto;

b) tocca il terreno, compresa la zona di caduta **attraverso il bordo più vicino dell'asticella**, sia all'interno che al di fuori dei ritti, con qualsiasi parte del corpo, senza aver prima superato l'asticella. Tuttavia, se, mentre salta, un atleta tocca con il piede la zona di caduta e a giudizio del Giudice, non ne trae vantaggio, il salto non deve essere considerato, per questa ragione, nullo.

NORME GENERALI (ASTA)

Al fine di ottenere una migliore presa, i concorrenti sono autorizzati a spalmare le mani o l'asta con qualsiasi sostanza.

Non è consentito l'uso di nastro adesivo o di cerotto sulle mani o sulle dita, a meno che ciò sia necessario per coprire una ferita aperta.

Nessuno è autorizzato a **toccare l'asta** a meno che essa non cada allontanandosi dall'asticella o dai ritti. Se, tuttavia, essa viene toccata e l'Arbitro è dell'opinione che, senza l'intervento, l'asticella avrebbe potuto essere abbattuta, il salto è da considerarsi fallito.

Se nell'eseguire un tentativo l'asta si spezza, ciò non deve essere considerato un fallo ed all'atleta deve essere concesso un nuovo tentativo.

FALLI (ASTA)

Un concorrente **commette fallo** se:

a) dopo il salto l'asticella non rimane sui pioli a causa dell'azione del concorrente durante il salto;

b) tocca il terreno, compresa la zona di caduta, al di là del piano verticale della parte superiore della tavola di arresto, con qualsiasi parte del corpo o con l'asta, senza aver prima superato l'asticella;

c) dopo aver abbandonato il terreno, porta la mano inferiore al di sopra di quella superiore o sposta quella superiore più in alto sull'asta.

d) durante il salto, un atleta fissa o rimette con le mani l'asticella sui supporti.

Nota - Non è fallo se l'atleta corre all'esterno della linea bianca che delimita la corsia di rincorsa in qualsiasi punto.

- Non è da considerarsi fallo se l'asta tocca i materassi, nel corso di un tentativo, dopo lo stacco dalla cassetta di imbucata

PARITA'

Nel caso di due o più atleti con la stessa misura finale, la parità verrà risolta come segue:

- verrà assegnato il miglior piazzamento al concorrente con il **minor numero di salti** alla sua miglior misura nella gara;
- se la parità persiste a seguito dell'applicazione di cui sopra, verrà assegnato il miglior piazzamento al concorrente che ha il **minor numero di falli** durante l'intera gara;
- se la parità persiste a seguito dell'applicazione di cui sopra verrà assegnata la medesima posizione in classifica, a meno che non si tratti del primo posto.
- se concerne il primo posto, uno spareggio tra questi atleti sarà effettuato secondo la Reg. 181.9, a meno che non si decida diversamente, sia in anticipo, in osservanza delle disposizioni regolamentari applicabili alla competizione, o durante la competizione stessa su decisione del Delegato Tecnico o dell'Arbitro. Se lo spareggio **non** viene effettuato, incluso il caso in cui gli atleti decidano di non saltare ulteriormente, **la parità per il primo posto sarà confermata**.

Nota: Quest'ultima norma non si applica alle gare di Prove Multiple

SPAREGGIO

Gli atleti interessati devono saltare ad ogni altezza finché si giunge ad una decisione.

Ogni atleta avrà un salto a ciascuna altezza.

Lo spareggio inizierà alla successiva altezza determinata in conformità con la Regola 181.1 dopo l'ultima altezza superata dagli atleti interessati.

Se non si addiviene ad una decisione l'asticella sarà alzata se più di un atleta ha superato l'altezza o abbassata se tutti falliscono, di 2 cm per il Salto in Alto e 5 cm per il Salto con l'Asta.

Se un atleta non salta ad una altezza egli automaticamente rinuncia ad ogni diritto sul primo posto. Se rimane in gara solo un altro atleta, questi sarà dichiarato vincitore indipendentemente dal fatto che superi o meno l'asticella.

High Jump - Example

Heights announced by the Chief Judge at the beginning of competition:
1.75m; 1.80m; 1.84m; 1.88m; 1.91m; 1.94m; 1.97m; 1.99m...

Athlete	Heights							Failures	Jump Off			Pos
	1.75m	1.80m	1.84m	1.88m	1.91m	1.94m	1.97m		1.91m	1.89m	1.91m	
A	O	XO	O	XO	X-	XX		2	X	O	X	2
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	2	X	O	O	1
C	-	O	XO	XO	-	XXX		2	X	X		3
D	-	XO	XO	XO	XXX			3				4

O = Cleared X = Failed – = Did not Jump

A, B, C and D all cleared 1.88m.

I SALTI IN ESTENSIONE



PRIMA DELLA GARA

La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa deve essere di 40 m

La **velocità del vento** viene misurata per un periodo di 5 secondi dal momento in cui il concorrente supera un segnale posto lungo la pedana di rincorsa, a 40 metri dalla linea di stacco nel Salto in Lungo ed a 35 metri dalla linea di stacco nel Salto Triplo. Se il concorrente percorre meno di 40 o 35 metri, secondo il caso, la velocità del vento sarà misurata dal momento in cui egli inizia la sua rincorsa.

L'anemometro deve essere piazzato a 20 metri dalla tavola di stacco.

Tutti i salti debbono essere misurati dal **segno più vicino** alla linea di stacco (od al suo prolungamento), fatto da qualsiasi parte del corpo o degli arti dell'atleta nella zona di caduta. La **misurazione** deve essere fatta perpendicolarmente alla linea di stacco o al suo prolungamento

PRIMA DELLA GARA (LA PEDANA)

La distanza tra la **linea di stacco e la fine della zona di caduta** deve essere di **almeno 10 metri nel lungo e 21 metri per il salto triplo.**

La **linea di stacco** deve essere ad una distanza compresa tra **1 e 3** metri dall'inizio della zona di caduta (lungo) e **11 e 13** salto triplo.

La **zona di caduta** deve avere una larghezza compresa tra **2.75 e 3** metri.

La **tavola di stacco** deve essere rettangolare, di legno o di altro materiale rigido adatto e deve misurare **122** cm di lunghezza, larga 20 cm (+/-2 mm) e profonda 10 cm. Essa deve essere dipinta in bianco.

L'asse per la plastilina consiste in una tavola rigida, fatta di legno o di altro materiale rigido, sistemata in una nicchia o incavo della pedana dalla parte della tavola di stacco più vicina alla zona di caduta. La superficie superiore sarà più alta della tavola di stacco di 7 mm.

I bordi saranno inclinati ad un angolo di 45° con il bordo più vicino alla pedana di rincorsa ricoperto su tutta la sua lunghezza da uno strato di plastilina dello spessore di un millimetro oppure saranno tagliati in modo che l'incavo che ne deriva, una volta riempito di plastilina, sia inclinato ad un angolo di 45°

La parte superiore dell'asse di battuta deve essere anch'essa coperta, approssimativamente, per i primi 10 millimetri e lungo la sua intera lunghezza da uno strato di plastilina

FALLI

Un concorrente **commette fallo** se:

a) mentre stacca, tocca il terreno **al di là** della linea di stacco con qualsiasi parte del corpo, sia correndovi sopra senza saltare che nell'azione di salto;

b) stacca **al di fuori** di una delle due estremità della tavola di stacco, sia davanti che dietro il prolungamento della linea di stacco;

c) **tocca il terreno** tra la linea di stacco e la zona di caduta;

d) usa una qualsiasi forma di **salto mortale**;

e) nel corso della fase di caduta, **tocca il terreno all'esterno** della zona di caduta in un punto più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella zona di caduta;

f) quando, abbandonando la zona di caduta, il suo **primo contatto** con il terreno al di fuori della zona di caduta è più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella sabbia nella fase di atterraggio, inclusa ogni impronta fatta a causa di sbilanciamento nell'atterrare che sia completamente all'interno della fossa, ma più vicina alla linea di stacco dell'iniziale impronta sulla sabbia.

FALLI

Nota 1 : **Non è fallo** se un concorrente corre all'esterno delle linee bianche che delimitano la corsia di rincorsa in qualsiasi punto.

Nota 2 : **Non è fallo** se una parte della scarpa/piede del concorrente tocca il terreno all'esterno dei due lati della tavola di stacco, ma prima della linea di stacco.

Nota 3 : **Non è fallo** se un concorrente torna indietro camminando sulla zona di caduta dopo aver lasciato la stessa in modo corretto

Nota 4: **Non è un fallo** se nella fase di caduta, un atleta tocca, con qualsiasi parte del suo corpo, il terreno fuori della zona di caduta, a meno che tale contatto sia il primo contatto o contravvenga al paragrafo e)

NORME GENERALI E FALLI (TRIPLO)

Le Regole del Salto in Lungo devono applicarsi anche al Salto Triplo, con le seguenti eccezioni:

Il salto triplo consiste di un **balzo, un passo, ed un salto eseguiti nell'ordine.**

Il **balzo** deve essere compiuto in modo che il concorrente tocchi il terreno con lo stesso piede con il quale ha staccato; nel **passo** deve prendere terra con l'altro piede, dal quale successivamente il **salto** viene portato a termine.

Non sarà considerato un fallo se, mentre salta, il concorrente tocca il terreno con la gamba "inerte".

I LANCI



PRIMA DELLA GARA

Non deve essere permesso alcun espediente di qualsiasi natura (ad es.: l'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme) che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio. Se viene usato nastro adesivo sulle mani e sulle dita, questo deve essere utilizzato in modo continuo e a condizione che il risultato sia di non aver due o più dita legate assieme in modo che non possano muoversi singolarmente .

Tale copertura deve essere mostrata all'Arbitro prima dell'inizio della gara

Non è permesso l'uso di **guanti**, ad eccezione della gara di Lancio del Martello. In questo caso, i guanti debbono essere morbidi sul dorso e sul palmo e le punte delle dita, ad eccezione del pollice, debbono essere tagliate

I concorrenti sono autorizzati, al fine di ottenere una migliore presa, a spalmarsi le sole mani con una sostanza adatta. In aggiunta, i lanciatori di martello possono usare tali sostanze sui loro guanti ed i lanciatori di peso sul collo.

ATTREZZI E PESI

Attrezzo	**Donne**	**Donne**	**Uomini**	**Uomini**	**Uomini**
	Allieve	All/Jun/Sen	Allievi	Junior	Senior
	Novità Iaaf				
Peso	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Disco	1 kg	1 kg	1,5 kg	1,750 kg	2 kg
Martello	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Giavellotto	0,500 kg	0,600 kg	0,700 kg	0,800 kg	0,800 kg

ATTREZZI E PESI

Attrezzo	**Esordienti**	**Ragazze**	**Cadette**	**Ragazzi**	**Cadetti**
Peso		2 kg	3 kg	2 kg	4 kg
Disco			1 kg		1,5 kg
Martello			3 kg		4 kg
Giavellotto	*Vortex*	*Vortex*	0,400 kg	*Vortex*	0,600 kg

PEDANE CIRCOLARI

La pedana circolare è costituita da una lamiera di ferro, acciaio od altro materiale adatto, la cui parte superiore deve essere a **livello con il terreno circostante**.

La parte interna della pedana può essere costruita in calcestruzzo, asfalto o in qualsiasi altro materiale solido e non scivoloso.

Il diametro interno della pedana deve misurare **2.135** m nelle gare di **Lancio del Peso e del Martello** e **2.50** m nella gara di **Lancio del Disco.**

Il martello può essere lanciato da una pedana costruita per il Lancio del Disco, a patto che il diametro della stessa sia ridotto da 2.50 m a 2.135 m mediante l'installazione al suo interno di un anello **riduttore** circolare.

Una **linea bianca** larga 5 cm deve essere tracciata dal bordo superiore del cerchio metallico per una lunghezza di almeno 75 cm da ciascun lato all'esterno della pedana

Viene consentito l'uso di un solo segnale anche per i lanci da pedana circolare, ma solo se posto sul terreno dietro o nelle immediate vicinanze della pedana e rimosso subito dopo il lancio

LA GABBIA

Tutti i lanci del **disco e del martello** debbono essere effettuati da una **gabbia** che assicuri l'incolumità degli spettatori, degli ufficiali di gara e dei concorrenti.

La gabbia per il lancio del **disco** dovrebbe avere una pianta a forma di U. L'altezza dei pannelli di rete o della rete drappeggiata dovrebbe essere di almeno 4 m nel punto più basso.

La gabbia per il lancio del **martello** dovrebbe avere la larghezza dell'apertura di 6 m. L'altezza dei pannelli di rete o della rete drappeggiata deve essere di almeno 7 m nel punto più basso per i pannelli posti nel retro della gabbia e di almeno 10m per l'ultimo pannello fino ai perni della gabbia.

Due pannelli mobili larghi 2 m debbono essere posti sul davanti della gabbia e ogni volta soltanto uno di essi viene utilizzato. L'altezza minima dei pannelli mobili deve essere di 10 m

I lati della gabbia possono essere allungati e/o aumentati in altezza per aumentare la sicurezza. I punti estremi dell'apertura (larga 6 mt) dovranno essere i bordi interni della rete della gabbia

LA PEDANA PER IL GIAVELLOTTO

La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere 30 metri. Quando le condizioni lo consentono, la lunghezza minima deve essere 33.5 m.

Essa deve essere delimitata da due linee parallele larghe 5 cm e distanti 4 m fra loro. Il lancio deve essere eseguito da dietro un **arco di circonferenza** tracciato con un raggio di 8 m. L'arco deve consistere in una striscia dipinta o fatta di legno o metallo larga 7 cm. Tale striscia deve essere dipinta in bianco e posta a livello del terreno.

Due linee debbono essere tracciate dalle estremità dell'arco ad angolo retto con le linee parallele che delimitano la pedana di rincorsa. Dette linee debbono essere lunghe 75 cm e larghe 7 cm.

I SETTORI DI CADUTA

Ad eccezione del Lancio del Giavellotto, il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 5 cm tracciate, con un **angolo di 34.92°,** in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passi per il centro della pedana.

Nel **Lancio del Giavellotto** il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 5 cm, tracciate in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passino attraverso le due intersezioni dell'arco con le due linee parallele delimitanti la pedana di rincorsa. In tal modo il settore avrà **un angolo di circa 29°**

MISURAZIONI

Le distanze, in tutte le gare di lancio, debbono essere registrate al **centimetro intero immediatamente inferiore** se la distanza misurata non è già essa un centimetro intero.

La misurazione di ciascun lancio deve essere fatta immediatamente dopo il lancio:

a) **dal più vicino punto di contatto** del peso, disco e testa del martello con il terreno **al bordo interno del cerchio metallico** della pedana lungo una linea che passa per il centro della pedana;

b) nelle gare di Lancio del Giavellotto, **dal punto più vicino dove la punta** della testa di metallo ha toccato per prima il terreno **al bordo interno dell'arco** della pedana, seguendo la linea retta che va dal suddetto punto al centro del cerchio da cui l'arco parte.

NORME GENERALI: PESO

Il peso deve essere lanciato dalla spalla con una sola mano. Nel momento in cui il concorrente prende posizione in pedana per iniziare un lancio, il peso deve toccare o essere in stretta prossimità del collo o del mento e la mano non deve essere abbassata da questa posizione durante l'azione di lancio.

Il peso non deve essere portato dietro la linea delle spalle

Le tecniche di lancio a ruota (ad esempio come una qualsiasi forma di salto mortale), dove le braccia passano sopra la testa, non sono autorizzate (cartwheeling)

NORME GENERALI: MARTELLO

Il concorrente può, quando si trova nella sua posizione di partenza prima delle oscillazioni o rotazioni preliminari, posare la testa del martello sul terreno all'interno o all'esterno della pedana.

Non è da considerare fallo sa la testa del martello tocca il terreno all'interno o all'esterno della pedana o la parte superiore del cerchio. L'atleta può fermarsi ed iniziare ancora il lancio a condizione che altre regole non sono state infrante.

Il lancio non è da considerarsi nullo se il martello si rompe durante il lancio o mentre è in aria, purché sia stato effettuato in conformità a questa regola. Se il concorrente, a causa di quanto sopra, perde l'equilibrio e viola una qualunque disposizione di questa regola, ciò non deve essere considerato come lancio nullo ed all'atleta deve essere concessa una nuova prova.

NORME GENERALI: GIAVELLOTTO

Il giavellotto deve essere **lanciato al di sopra della spalla** o della parte superiore del braccio che lancia e non deve essere lanciato a fionda e neppure roteando.

Un lancio sarà valido solo se l'estremità della testa metallica **tocca il terreno prima di ogni altra parte** del giavellotto.

Il concorrente, in nessun momento durante il lancio e finché il giavellotto non è stato scagliato in aria, può fare un giro completo su se stesso, così che il suo dorso si venga a trovare in direzione dell'arco di lancio.

Se il giavellotto si rompe durante il lancio o mentre è in aria, il lancio non sarà considerato come un lancio nullo, purché sia stato effettuato in conformità a questa regola. Se il concorrente, a causa di quanto sopra, perde l'equilibrio e contravviene a qualunque disposizione di questa regola, ciò non deve essere considerato un lancio nullo ed al concorrente sarà concessa un'altra prova.

Una volta che l'attrezzo ha toccato il terreno, l'atleta sarà considerato uscito dalla pedana, se tocca o supera una linea (verniciata, o teorica) attraverso la pedana, 4 m dietro l'arco di lancio. E' da considerarsi ugualmente uscito dalla pedana l'atleta che, nel momento in cui l'attrezzo tocca il terreno, si trova dietro questa linea e all'interno della pedana.

NORME GENERALI E FALLI (1)

Nel Lancio da **pedana circolare** (Peso, Disco, Martello) il concorrente deve cominciare la sua prova da una posizione di immobilità all'interno della pedana. Ad un concorrente è permesso toccare l'interno del bordo di ferro della pedana. Nel Lancio del Peso è anche permesso toccare l'interno del **fermapiedi** descritto alla Regola 188.2

Un **lancio è nullo** se un concorrente :

a) si **libera scorrettamente** del peso o del giavellotto;

b) dopo che è entrato in pedana ed ha cominciato ad eseguire un lancio, tocca con qualsiasi parte del corpo il **terreno al di fuori della pedana** o la parte superiore del cerchio metallico;

c) nel Lancio del Peso tocca con qualsiasi parte del suo corpo la **parte superiore del fermapiedi**;

d) nel Lancio del Giavellotto tocca con qualsiasi parte del corpo le **linee demarcanti la pedana o il terreno al di fuori di essa.**

NORME GENERALI E FALLI (2)

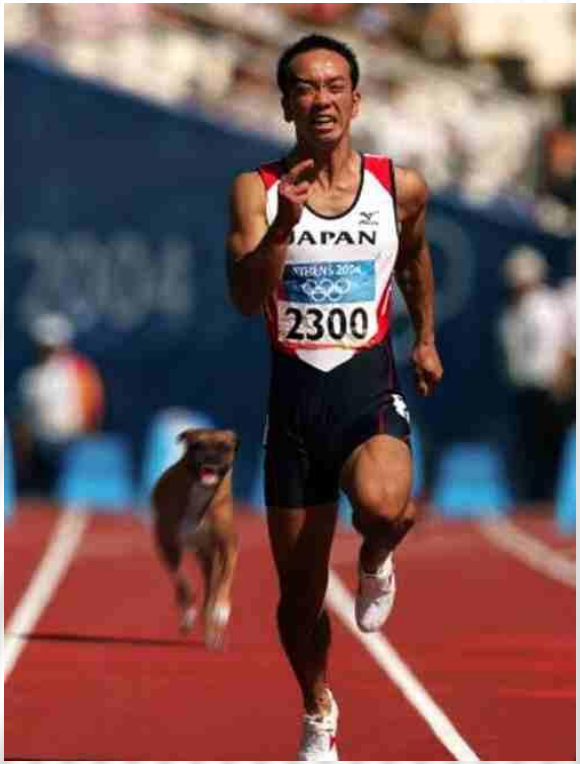
A condizione che, nel corso della prova, le regole relative a ciascuna gara di lancio non siano state infrante, un concorrente può **interrompere una prova** già iniziata, può mettere a terra l'attrezzo tanto all'interno che all'esterno della pedana (sia circolare che di rincorsa) e cominciare una nuova prova. Quando lascia la pedana circolare o di rincorsa, il concorrente deve uscire come richiesto.

Nota : Tutti i movimenti consentiti da questo paragrafo debbano essere effettuati nel tempo massimo per l'esecuzione di una prova indicato nella Regola 180.17

Perché un lancio sia valido, il peso, il disco, la testa del martello o la punta del giavellotto deve **cadere completamente entro i margini interni** delle linee bianche delimitanti il settore di caduta. **E' altresì nullo se il primo contatto dell'attrezzo con il terreno è sulla linea del settore o nella parte esterna di esso**

Un concorrente non deve lasciare la pedana circolare o di rincorsa fino a che l'attrezzo non ha toccato il terreno. Per i lanci da pedana circolare, quando lascia la stessa, il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana deve avvenire completamente dietro la linea bianca tracciata all'esterno della pedana. Nel Lancio del Giavellotto, il primo contatto con le linee parallele o con il terreno all'esterno della pedana deve avvenire completamente dietro l'arco e le linee agli estremi dell'arco stesso.

LE PROVE MULTIPLE



NORME GENERALI

A discrezione dell'Arbitro per le prove multiple, deve esservi, quando possibile, un **intervallo di almeno 30 minuti** tra la fine di una gara e l'inizio della gara successiva, per ciascun atleta. Se possibile, tra la fine dell'ultima gara del primo giorno e l'inizio della prima gara del secondo giorno dovrebbe esservi un intervallo di almeno 10 ore.

In ciascuna gara, ad eccezione dell'ultima, le serie ed i gruppi verranno formati dal/dai Delegato/i Tecnico/i o dall'Arbitro delle prove multiple, se possibile, al fine di consentire agli atleti con **prestazioni simili** in ciascuna gara individuale, di poter gareggiare nella stessa serie o nello stesso gruppo. Ogni serie o gruppo deve preferibilmente essere composto da 5 o più atleti, e, comunque, mai meno di tre.

NORME GENERALI

Un atleta, che si astenga dal tentare di partire o dal tentare almeno una prova in una delle gare, non deve essere autorizzato a partecipare alla gara successiva e si deve considerare che abbia **abbandonato la competizione**. Egli non deve, pertanto, figurare nella classifica finale.

Un concorrente che decida di ritirarsi da una competizione di prove multiple dovrà immediatamente **informare** l'Arbitro per le prove multiple della sua decisione.

LA MARCIA

NORME GENERALI

La marcia è una progressione di passi eseguiti in modo tale che l'atleta mantenga il **contatto con il terreno**, senza che si verifichi una perdita di contatto visibile (all'occhio umano). La gamba avanzante deve essere tesa (cioè non piegata al ginocchio) dal momento del primo contatto con il terreno sino alla posizione verticale.

RICHIAMI E AMMONIZIONI

Richiami

I concorrenti possono essere richiamati quando, per il loro modo di procedere, sono in procinto di cessare di rispettare la regola 230 paragrafo 1 di cui sopra, mostrando loro una **paletta gialla** con il simbolo dell'infrazione su ogni lato.

Tuttavia, essi non possono ricevere un secondo richiamo da parte dello stesso Giudice per la stessa infrazione. Dopo aver richiamato un atleta, il Giudice informerà il Giudice Capo di questo suo provvedimento al termine della gara.

Ammonizioni

Quando un Giudice osserva che un atleta non rispetta la regola 230 paragrafo 1 di cui sopra, ponendo in essere una visibile perdita di contatto e/o uno sbloccaggio del ginocchio durante una qualsiasi parte della gara, dovrà segnalare l'**ammonizione** trasmettendola al Giudice Capo.

SQUALIFICHE

a) Quando, relativamente allo stesso atleta, **tre Ammonizioni** vengono inviate al Giudice Capo da tre Giudici diversi, **l'atleta è squalificato** e gli sarà data notifica della sua squalifica dal Giudice Capo o dall'Assistente mostrandogli una paletta rossa. La mancanza della notifica della squalifica non può essere motivo di reinserimento dell'atleta squalificato.

b) Nelle gare su pista, un atleta squalificato **dovrà immediatamente lasciare la pista** e, nelle gare su strada, dovrà immediatamente togliersi i pettorali che indossa e **lasciare il percorso**. Ogni atleta squalificato che si astiene dal lasciare il percorso o la pista può essere passibile di ulteriori provvedimenti disciplinari.

d) Uno o più **Tabelloni delle Ammonizioni** devono essere piazzati sul percorso e vicino alla linea di arrivo per tenere gli atleti informati circa il numero delle Ammonizioni che sono state inviate al Giudice Capo per ciascun atleta, con il simbolo di ciascuna infrazione.