



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

## REGOLAMENTI SETTORE CORSA IN MONTAGNA 2019 FIDAL FRIULI VENEZIA GIULIA

### 1 – LA CORSA IN MONTAGNA – DEFINIZIONE

La corsa in montagna è una specialità dell'atletica leggera.

La gara di corsa in montagna si svolge all'aperto, su un percorso naturale, in prevalenza composto da mulattiere, sentieri e prati, con tracciati di salita e discesa, con dislivello positivo o negativo secondo quanto indicato nella successiva tabella di riferimento.

Almeno il 60% della lunghezza del percorso deve essere su sentieri, strade sterrate, pavé, ciottolato o comunque superfici non asfaltate.

### 2 – IL PERCORSO DI GARA

Distanze classiche:

Categoria	Distanza M gara individuale	Distanza F gara individuale	Distanza M gara a staffetta (per frazione)	Distanza F gara a staffetta (per frazione)	Dislivello medio			
Pro/Sen (fino a 59 anni)	Max km. 15	Max km. 15	Max km. 10	Max km. 6	da un massimo del 25% ad un minimo del 7,5% sia in salita che in discesa			
<b>Seniores Over 60</b>	<b>Max Km. 9</b>	<b>Max Km. 9</b>	<b>Max Km. 6</b>	<b>Max Km. 6</b>				
Jun	Max km. 10	Max km. 6	Max km. 10	Max km. 6				
Ai/e	Max km. 5/3		da un massimo del 15% ad un minimo del 7,5% sia in salita che in discesa					
Ci/e	Max km. 3.5/3							
Ri/e	Max km. 2/1.5							
Eso M/F	Max km. 1							

Distanze non classiche:

Gara:	Lunghezza	Dislivello medio	Categorie ammesse
Lunghe distanze	oltre 15 km, fino a 42 km	da un massimo del 25% ad un minimo del 7,5% sia in salita che in discesa	Pro/Sen (fino a 79 anni)
Chilometro Verticale	m. 2500-5000	+1000m esatti	Jun/Pro/Sen (fino a 79 anni)

*DOPO 42 KM CONSULTARE IL REGOLAMENTO IUTA*

#### 2.1 - Caratteristiche, distanze e dislivelli del percorso di gara

Le gare di corsa in montagna si svolgono su percorsi che variano nelle caratteristiche e distanze a seconda della categoria degli atleti partecipanti e del tipo di manifestazione. Sono individuate tre tipologie di gare:

- Distanze classiche
- Lunghe Distanze
- Chilometro Verticale

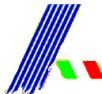
Le gare di **Chilometro Verticale** si svolgono individualmente e sono aperte alle Categorie Junior, Promesse, Senior maschile e femminile fino ai gruppi di età SM e SF 75. A seconda delle condizioni logistiche, la manifestazione potrà svolgersi con partenza in linea o con partenza a cronometro. Partenza e arrivo dovranno preferibilmente essere raggiungibili da mezzi di trasporto.

I percorsi delle gare di Corsa in Montagna dovranno svolgersi ad una quota inferiore a metri 3.000 s.l.m, salvo deroghe da parte del settore tecnico federale o del tecnico omologatore (laddove previsto).

Referente: Lucio Poletto – Cell. 3349159818 e-mail: [poletto.lucio@hotmail.it](mailto:poletto.lucio@hotmail.it)

FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972

P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail [cr.friulivg@fidal.it](mailto:cr.friulivg@fidal.it) sito internet: [www.fidalfvg.it](http://www.fidalfvg.it)



## **2.2 - Partenza e arrivo**

La partenza, l'arrivo ed i cambi di frazione devono preferibilmente trovarsi in località raggiungibili con automezzi e/o impianti funiviari e devono disporre di locali idonei ad ospitare (e riparare in caso di cattivo tempo) i concorrenti ed i servizi di gara.

L'arrivo e i cambi di frazione devono essere presegnalati ad una distanza di 500 metri ed essere ben visibili a distanza.

## **2.3 - La zona di cambio**

La zona di cambio è di m.20 ed è delimitata da due linee. Al centro sarà tracciata un'altra linea per il rilevamento cronometrico della frazione.

Il cambio tra l'atleta che conclude la propria frazione ed il successivo dovrà avvenire mediante un contatto diretto tra i due atleti.

## **2.4 - La tenuta di gara**

**E' vietato NELLA CORSA IN MONTAGNA l'uso di scarpe chiodate e di bastoncini da trekking o da sci, TRANNE LE GARE DI LUNGHE DISTANZE, TRAIL E VERTICAL DOVE SARA' CONSENTITO E RESO FACOLTATIVO L'USO CON LE MODALITA' PRESCRITTE DAL REGOLAMENTO NAZIONALE.**

## **2.5 - Cronometraggio**

Per le tutte le gare è necessario il servizio di cronometraggio, che sarà svolto nelle modalità scelte dal Comitato Organizzatore o previsto dai dispositivi federali.

Nelle gare di Lunghe Distanze sono previsti uno o più punti di controllo cronometrico intermedio, fissati in base alla distanza complessiva e alle caratteristiche logistiche del tracciato di gara in accordo con il tecnico omologatore laddove prevista l'omologazione del percorso. Gli atleti che non transiteranno al punto di controllo entro il limite temporale fissato (**VALUTAZIONE DA PARTE DELL'OMOLOGATORE**) verranno considerati fuori gara e ricondotti al punto di partenza/arrivo a cura del comitato organizzatore.

Il comitato organizzatore di gare su distanze classiche ha altresì facoltà di introdurre punti di controllo cronometrico intermedio con le stesse modalità regolamentari e operative.

## **2.6 - Rifornimenti e spugnaggi**

Lungo il percorso possono essere allestiti, a cura degli organizzatori, punti di rifornimento e spugnaggio, la cui dislocazione, concordata con il tecnico omologatore laddove previsto, va preventivamente comunicata ai concorrenti. Il servizio va concordato preventivamente con il Delegato Tecnico e svolto secondo le norme internazionali. In base alle condizioni meteo o a particolari situazioni logistiche, il Delegato Tecnico può decidere di rendere "libero" il servizio di spugnaggio, mantenendo invece nei punti prefissati il servizio di rifornimento.

Nelle gare di "Lunghe Distanze" è altresì prevista la possibilità da parte degli atleti di correre in regime di "autosufficienza" (zainetto tecnico, zainetti idrici tipo camelback, portaborracce, eccetera), fatta salva la necessità di rendere visibile al controllo il proprio pettorale di gara.

## **2.7 - Segnaletica del percorso**

Il tracciato di gara, conforme alla normativa internazionale, deve essere segnalato in modo inequivocabile. La segnaletica del percorso deve essere fatta nel pieno rispetto della natura e dunque preferibilmente con materiale rimovibile o biodegradabile. Frecce, nastri, bandierine e altra segnaletica di percorso devono essere posti l'una dall'altra a distanza tale da rendere la tracciatura del percorso inequivocabile e visibile in ogni condizione meteorologica. La segnaletica deve essere affidata alle cure di una o più persone esperte e responsabili designate dal Comitato Organizzatore. Ai crocevia, oltre alla segnaletica, deve essere operante una persona addetta al controllo.

## **2.8 - Sorpasso**

Il percorso deve consentire quanto più possibile il sorpasso tra almeno due concorrenti e in tal senso dovrà essere allestito il tracciato di gara.



### 3 – APPROVAZIONE ED OMODOGAZIONE DEL PERCORSO DI GARA

Tutte le procedure previste nelle presenti "Norme per l'organizzazione delle manifestazioni - corsa in montagna" ai successivi commi 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 dovranno ritenersi valide al solo fine Tecnico/Sportivo.

Sarà pertanto di competenza del Comitato Organizzatore la responsabilità che la scelta dell'area su cui verterà l'evento sportivo ed il relativo percorso gara garantiscano la messa in sicurezza di tutti i partecipanti. Al Comitato Organizzatore rimane sempre in carico il rispetto delle norme relative alla sicurezza dei concorrenti e degli ufficiali di gara, come dettato dal RTI emanato dalla IAAF in tema di corsa in montagna.

#### 3.1 – Approvazione

Il percorso gara, alla data dello svolgimento della manifestazione, deve risultare approvato dalla Fidal. Per ottenere l'approvazione di una gara di corsa in montagna di qualsiasi tipologia e livello, il Comitato Organizzatore deve inviare al Comitato Regionale di riferimento anche la documentazione tecnica del percorso gara secondo quanto stabilito dal successivo articolo 3.4. Ciascun Comitato Regionale, avvalendosi delle competenze dei Tecnici Omologatori operanti sul territorio o di loro responsabile, verifica la corrispondenza del percorso gara alle normative dettate dal vigente regolamento, con particolare riferimento al precedente art. 2.1.

#### 3.2 – Omologazione

Per le manifestazioni di carattere istituzionale (Campionati Italiani, Campionati Regionali nelle loro varie tipologie) è obbligatoria l'omologazione del percorso gara.

La misurazione del percorso sarà effettuata da parte del Tecnico Omologatore su incarico assegnato dalla Fidal Nazionale G.G.G. per i Campionati Italiani o dal Comitato Regionale competente per i Campionati Regionali: in entrambi i casi sarà cura della Fidal Nazionale il rilascio del certificato di omologazione finale.

L'omologazione del percorso gara avrà la validità di 5 anni e dovrà essere richiesta dal comitato organizzatore al GGG nazionale per le manifestazioni istituzionali nazionali o al Comitato Regionale di riferimento per quelle regionali. La richiesta di omologazione deve pervenire almeno 60 giorni prima dello svolgimento della gara, anche al fine di permettere la pubblicazione del certificato di omologazione sui dispositivi federali. La tassa di omologazione è stabilita dal Consiglio Federale per le manifestazioni nazionali e internazionali, mentre ciascun Comitato Regionale stabilisce quella relativa alle manifestazioni di carattere regionale.

Per qualsiasi altra manifestazione inserita nei calendari federali e rientrante nei parametri dettati dalla tabella del su indicato art. 2.1, ogni Comitato Organizzatore potrà comunque richiedere al Comitato Regionale di riferimento (gare regionali) o all'Ufficio Centrale del GGG (gare nazionali e internazionali) l'omologazione del proprio percorso gara, secondo le stesse modalità descritte in questo art. 3.2 e nei successivi artt. 3.3, 3.4, 3.5

#### 3.3 – Sopralluogo per omologazione

Laddove previsto, la Società organizzatrice deve inviare alla Fidal Nazionale - Ufficio Centrale del G.G.G. o al Comitato Regionale G.G.G. di competenza, richiesta scritta di omologazione percorso gara, unitamente a copia di avvenuto versamento della tassa di omologazione.

Il versamento della tassa dovrà essere effettuato a favore della Fidal Nazionale o del Comitato Regionale Fidal di riferimento. Il modulo di richiesta per le gare nazionali e internazionali è disponibile sul sito della Fidal "Giudici/modulistica" e dovrà essere compilato in tutte le sue parti. Sarà cura dei Comitati Regionali predisporre analoga modulistica o indicare le modalità attraverso le quali dovrà essere formulata la richiesta.

-> allegato in calce il modulo di richiesta

#### 3.4 – Documentazione cartografica

In sede di approvazione gara, il Comitato Organizzatore dovrà inviare al proprio Comitato Regionale di riferimento anche la documentazione tecnica del percorso di gara che potrà essere inviata via mail o fornita su supporto informatico (CD, DVD, pen drive, memory card...) estrapolandola dai dati e dagli elaborati grafici forniti dai principali strumenti di misurazione satellitare e in scala sovrapponibile a quella successivamente indicata (conservazione del rapporto 1:5 tra altimetria e distanza metrica).



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

In alternativa potrà essere prodotta in formato cartaceo, secondo queste indicazioni:

- 1 copia della planimetria in scala adatta alla distanza di gara, evidenziando il tracciato proposto;
- 1 copia del profilo lungi-altimetrico nelle seguenti scale:
  - Distanze classiche - Categorie Juniores, Promesse, Seniores: scala longitudinale: 1:50.000 ed altimetrica 1:10.000;
  - Km Verticale e Categorie Allievi, Cadetti, Ragazzi ed Esordienti: scala longitudinale 1:10.000 ed altimetrica 1:2.000
  - Lunghe Distanze: scala longitudinale: 1:100.000 ed altimetrica 1:20.000

Laddove previsto o laddove richiesta l'omologazione del percorso, la medesima documentazione dovrà essere fornita dal Responsabile Tecnico designato dalla Società organizzatrice al Tecnico Omologatore incaricato. Durante il sopralluogo la Società organizzatrice dovrà fornire al Tecnico Omologatore tutta l'assistenza necessaria.

### 3.5 – Competenze

Il Tecnico Omologatore dovrà firmare il rapporto di omologazione e inviarlo, unitamente alle copie cartografiche in formato digitale di cui al punto 3.4, alla Fidal Nazionale - Ufficio centrale G.G.G.

La Fidal Nazionale, sulla base della documentazione ricevuta dal Tecnico Omologatore, rilascerà il certificato di omologazione del percorso gara, che sarà inviato a:

- Società organizzatrice che dovrà pubblicarlo sul programma ufficiale della gara;
- Comitato Regionale della regione competente per territorio qualora l'omologazione venga rilasciata dalla Fidal Nazionale;
- Fiduciario Regionale del Gruppo Giudici Gare che, a sua volta, dovrà farne avere copia al Delegato Tecnico della manifestazione.

Una copia rimarrà nell'archivio dell'ufficio Centrale GGG o del Comitato Regionale competente.

### 3.6 – Variazioni di percorso

La prassi sopra descritta dovrà essere ripetuta qualora il percorso dovesse essere variato e/o modificato.

Eventuali "mutamenti dell'ultima ora", dovuti a cause di forza maggiore, dovranno essere segnalati al Delegato Tecnico competente, proponendo la variazione del tratto del percorso interessato che dovrà comunque rispettare i criteri tecnici dettati dal presente regolamento.

## 4) IL REGOLAMENTO DI GARA

Il regolamento della gara dovrà essere presentato per l'approvazione al Comitato Regionale competente per territorio e dovrà contenere le seguenti indicazioni:

- a) l'Organizzazione (Società/Ente organizzatore, sede ed indirizzo del responsabile, indirizzi mail e numeri di telefono/fax per le informazioni);
- b) il Direttore di gara;
- c) il Direttore di percorso;
- d) il Capo dei controlli;
- e) i Responsabili dei vari servizi;
- f) la tipologia di gara: individuale, a staffetta, a coppie; distanza classica, lunghe distanze, chilometro verticale;
- g) le categorie previste (Esordienti, Ragazzi, Cadetti, Allievi, Juniores, Promesse, Seniores, maschili e femminili),
- h) la qualifica della manifestazione (Regionale, Nazionale, Internazionale);
- i) le caratteristiche particolari della manifestazione (prova di un Campionato, ecc.);
- l) il profilo altimetrico e planimetrico del percorso, gli estremi del certificato di omologazione laddove previsto;
- m) le caratteristiche della premiazione;
- n) i mezzi di collegamento e trasporto tra la partenza e l'arrivo, qualora questi si trovino in località differenti;
- o) le modalità ed il termine per l'iscrizione;
- p) eventuali rimborsi spesa;
- q) informazioni di carattere logistico;
- r) il programma orario della manifestazione.

Referente: Lucio Poletto – Cell. 3349159818 e-mail: [poletto.lucio@hotmail.it](mailto:poletto.lucio@hotmail.it)

FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972

P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail [cr.friulivg@fidal.it](mailto:cr.friulivg@fidal.it) sito internet: [www.fidalfvg.it](http://www.fidalfvg.it)



## 5 – GLI OBBLIGHI DEGLI ORGANIZZATORI

### 5.1 – Servizi da garantire

Gli organizzatori si assumono tutti gli oneri relativi all'organizzazione della competizione e rispondono del buon andamento della manifestazione nei confronti della FIDAL.

Essi devono assicurare tutti i servizi prescritti dal presente regolamento e, in particolare:

- a) l'assistenza medica durante l'intero svolgimento della manifestazione;
- b) il servizio sanitario di "pronto soccorso";
- c) il servizio d'ordine;
- d) la presenza dei Giudici di gara e dei Cronometristi, secondo le norme federali;
- e) la segreteria (ivi compresi locali e materiali per la segreteria);
- f) il trasporto indumenti (se necessario);
- g) il ristoro all'arrivo ed ai cambi di frazione;
- h) gli eventuali punti di rifornimento e spugnaggio lungo il percorso;
- i) la dislocazione di idoneo personale lungo il percorso, in maniera tale da avere l'intero svolgimento della manifestazione sotto controllo;
- l) la presenza del Direttore di gara, del Direttore di percorso e del Capo dei controlli;
- m) le apparecchiature per la diffusione delle informazioni;
- n) un'adeguata cerimonia di premiazione;

### 5.2 – Il Direttore di gara.

Al Direttore di gara viene affidata la direzione della manifestazione. Egli risponde del suo operato al Delegato Tecnico. A lui fanno capo tutti i responsabili dei servizi organizzativi della gara.

### 5.3 – Il Direttore del percorso.

Il Direttore del percorso è il responsabile, oltre che della sistemazione e preparazione del percorso, anche dei seguenti servizi:

- a) segnalazione del chilometraggio;
- b) segnalazione del tracciato;
- c) dislocazione dei controlli, dei rifornimenti e degli spugnaggi, del pronto soccorso, del collegamento radio, dei servizi d'ordine e degli altri servizi previsti dal regolamento di gara.

### 5.4 – Il Capo dei controlli

Il Capo dei controlli si accerta che ogni incaricato al controllo dei passaggi in punti prefissati si rechi sul posto assegnato con un congruo margine di tempo e che sia in grado di svolgere le sue mansioni. Al termine della gara deve raccogliere le 'distinte' dei passaggi e consegnarle all'Arbitro Corse o altro incaricato del GGG, che in autonomia può predisporre altri punti di controllo.

### 5.5 – Il Servizio Sanitario e di Soccorso

Il Responsabile del servizio sanitario deve essere designato dal Comitato Organizzatore.

Un medico, incaricato dal Comitato Organizzatore, deve essere in servizio dall'orario di ritrovo alla conclusione delle gare.

**Il servizio di soccorso lungo il percorso ed all'arrivo deve essere affidato a personale qualificato e dotato di mezzi idonei e si svolge sotto la direzione del Responsabile del servizio sanitario.**

**L'organizzazione attraverso il Responsabile del servizio sanitario dovrà costituire attraverso le componenti mediche specifiche la postazione fissa con defibrillatore e meritatamente alle esigenze di gara determinate dalle discipline inserite oltre alle difficoltà logistiche del percorso la presenza di una seconda ambulanza e squadra tecnica di soccorso.**

## 6 – PUNTEGGI, CLASSIFICHE E TEMPO MASSIMO

Per le manifestazioni a carattere Nazionale/internazionale consultare il regolamento federale.

**Per i Campionati Regionali di Corsa in Montagna non è prevista l'indicazione del tempo massimo tranne determinate "situazioni gara" con problemi di natura logistica particolari di cui l'organizzazione necessita di garanzie dal punto di vista periodo-temporale. In tal caso sarà l'omologatore del percorso ad indicare l'entità del Tempo massimo.**

Referente: Lucio Poletto – Cell. 3349159818 e-mail: [poletto.lucio@hotmail.it](mailto:poletto.lucio@hotmail.it)

FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972

P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail [cr.friulivg@fidal.it](mailto:cr.friulivg@fidal.it) sito internet: [www.fidalfvg.it](http://www.fidalfvg.it)



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

## 7 - ISCRIZIONI CAMPIONATI REGIONALI

La tassa di iscrizione ai Campionati regionali Individuali ed a Staffette (Jun/Pro/Sen/Mas) di Corsa in Montagna è di € 5,00 per atleta. Quella per i Campionati Regionali Individuali di Lunghe Distanze di Corsa in Montagna e di Chilometro Verticale (Sen/Pro/Mas) è di € 15,00. Le quote sopra indicate sono riferite ai servizi essenziali. Il comitato organizzatore potrà proporre gadget integrativi per un costo aggiuntivo massimale di € 5,00 a persona. La presenza di quote superiori si deve lasciare la possibilità al concorrente di poter scegliere se acquisire il gadget/servizi integrativi oppure di iscriversi con quota massimale prevista. L'organizzazione potrà stabilire un limite di iscrizione minimo garantito per il rispetto delle quote tra i 10 e 3 giorni prima della manifestazione.

## 8 - INDENNITA' CHILOMETRICA

**L'indennizzo chilometrico nei Campionati regionali di corsa in montagna rivolto ad Atleti e Società NON è previsto.**

## 9 - CERIMONIALE DI PREMIAZIONE

**ALL'ATTO DELLE PREMIAZIONI DEL CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA IN MONTAGNA E' FATTO OBBLIGO AGLI ATLETI PREMIATI DI ESSERE PRESENTI ALLE CERIMONIE CON VESTIZIONE ADEGUATA (ALMENO MAGLIA O GIACCA DELLA TUTA DELLA SOCIETA' DI APPARTENENZA). IL DINIEGO POTRA' COMPORTARE L'ANNULLAMENTO DEL PREMIO. IN CASI ECCEZIONALI L'ATLETA POTRA' DELEGARE PER IL RITIRO ALTRA PERSONA DELLE STESSO SESSO E SOCIETA' PREVIA COMUNICAZIONE**

**N.B. DICITURA DA INSERIRE NELLE BROCHURE DI PRESENTAZIONE DELLE MANIFESTAZIONI DEDICATE A CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA IN MONTAGNA, TUTTE LE DISCIPLINE:**

## 10 - NORMA CONCLUSIVA

*Per quanto non contemplato si rimanda ai regolamenti specifici e alle norme generali per lo svolgimento dei Campionati Federali di Corsa in Montagna.*

**IN DETTA NORMA VIENE CONSIDERATA ANCHE LA FUNZIONE RECLAMI, DA EFFETTUARSI PERTANTO SECONDO LE MODALITA' PRESCRITTE DAL REGOLAMENTO NAZIONALE.**



## ATTIVITA' REGIONALE DI CORSA IN MONTAGNA 2019

Norme generali di svolgimento delle manifestazioni di Campionato Regionale Assoluto e Criterium Promozionale di Corsa in Montagna.

### Norme di partecipazione ed iscrizioni

- a) Le tasse di iscrizione ai Campionati Regionali Individuali ed a Staffette (Jun/Pro/Sen/Mas) di Corsa in Montagna e quelle per i Campionati Regionali Individuali di Lunghe Distanze di Corsa in Montagna e di Chilometro Verticale (Sen/Pro/Mas) e per le categorie giovanili sono quelli già approvati dal Comitato regionale (vedi Diritti Amministrativi e tasse 2019 **invariati**)

Il termine ultimo di iscrizioni a tutti i campionati federali è fissato alle ore 12.00 di due giorni prima dello svolgimento della manifestazione stessa.

La conferma delle iscrizioni ed il controllo della tessera federale dovrà avvenire non oltre un'ora prima dell'inizio della manifestazione.

- b) Le gare di Campionato Regionale di Corsa in Montagna si svolgono su percorsi diversi per le varie categorie, ma nella stessa località e nella stessa data, obbligatoriamente per le seguenti categorie: Promozionale Giovanile, Allievi, Juniores, Promesse e Senior del settore maschile e femminile

Ogni percorso deve essere preventivamente omologato dal C.R.C.M., salvo il caso, che non sia già stato omologato da parte del C.N.C.M. L'omologazione del percorso gara ha la validità di 5 anni. La tassa per l'omologazione del percorso è di €.300.00 per gara Nazionale ed Internazionale e di €.150.00 per gara Regionale. Il dislivello per il settore agonistico deve essere compreso - mediamente - in salita tra un massimo di 200 m/Km ed un minimo di 100 m/Km. e in discesa fra un massimo di 150 m/Km. e un minimo di 100 m/Km., mentre per il settore promozionale deve essere compreso - mediamente - sia in salita sia in discesa fra un massimo di 100m/Km. ed un minimo di 75 m/Km. Modifiche a questi limiti potranno essere concesse, con specifica autorizzazione del C.R.C.M. Di norma, non più del 40% della lunghezza del percorso può essere su strada asfaltata.

- c) Per tutti i Campionati, i Criterium ecc. di Corsa in Montagna non si terrà presente il tempo massimo **salvo casi eccezionali (vedi punto 6 dei regolamenti)**.

- d) Gli atleti stranieri residenti in Italia ed appartenenti alle categorie Cadetti, Ragazzi, Esordienti M/F e gli atleti delle categorie Allievi/Junior M/F che hanno acquisito la condizione di "Italiani Equiparati" e la conservino fino all'ottenimento della cittadinanza Italiana e così pure, per il solo anno 2018, anche gli atleti Promesse/Senior che abbiano acquisito la qualifica di "Italiani Equiparati", possono partecipare ai Campionati Regionali e Provinciali Individuali e di società concorrendo all'assegnazione del titolo individuale ed alla classifica di società in numero illimitato.

- e) Le società nei Campionati Regionali e Provinciali, Promesse, Seniores, Master M/F possono far gareggiare più atleti stranieri (che non abbiano ottenuto la qualifica di "Italiano Equiparato") tenendo conto che un solo atleta straniero per gara, porterà punti alla società.

- f) Gli atleti stranieri delle categorie Allievi/Junior/ Promesse, Seniores e Master M/F che non abbiano ottenuto la qualifica di "Italiano Equiparato", non possono vincere titoli Regionali o Provinciali, e non possono nemmeno partecipare se la gara è valida solamente per il titolo Individuale.

- g) **E' vietato l'uso di scarpe chiodate o l'uso di bastoncini o racchette da sci tranne le gare di Lunghe distanze, Trail e Vertical.**

- h) Le Società possono inserire le gare di campionato, su autorizzazione del Comitato Regionale, all'interno di una propria gara aperta a tutti. I percorsi, con il parere del Comitato Regionale, possono anche essere di sola salita.

- i) **In presenza di gare di Staffette che rientrano in manifestazioni con caratteristiche di storicità significative ed in assegnazione di Campionato regionale è possibile accettare l'eventuale implementazione del chilometraggio nella percentuale del 15% massimo.**



## L' ATTIVITA' REGIONALE DI CORSA IN MONTAGNA SI ARTICOLERA' NELLE SEGUENTI MANIFESTAZIONI

### Settore Agonistico Assoluto e Giovanile

- ✓ Campionato Regionale Individuale di Corsa in Montagna Allievi/e
- ✓ Campionato Regionale Individuale di Corsa in Montagna Junior M/F
- ✓ Campionato Regionale Individuale di Corsa in Montagna Promesse M/F
- ✓ Campionato Regionale Individuale di Corsa in Montagna Senior M/F
- ✓ Campionato Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Assoluto (J-P-S) M/F
- ✓ Campionato Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Juniores M/F
- ✓ Campionato Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Allievi/e
- ✓ Campionato Regionale di Società Assoluto di Corsa in Montagna Juniores/Promesse/Seniores M/F
- ✓ **Campionato Regionale di Società di Corsa in Montagna giovanile.**
- ✓ **Campionato Regionale di Lunga Distanza individuale e di società Senior M/F e Master M/F fino al 79° anno di età.**
- ✓ Campionato Regionale Individuale e di Società Master.
- ✓ Campionato Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Master.
- ✓ **Campionato Regionale individuale e di società Seniores M/F e Master M/F di Vertical fino al 79° anno di età.**
- **Campionato Regionale Individuale Seniores M/F e Master M/F di Trail corto e Trail lungo fino al 79° anno di età.**

### Settore Promozionale

- ✓ **Criterium Regionale Individuale di Corsa in Montagna Cadetti/e**
- ✓ **Criterium Regionale Individuale di Corsa in Montagna Ragazzi/e**
- ✓ **Criterium Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Ragazzi/e Criterium Regionale di Staffetta di Corsa in Montagna Cadetti/e**

## 1) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CORSA IN MONTAGNA ALLIEVI/E

Il Campionato si svolgerà in prova unica

Il Programma tecnico del campionato, per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:

Allievi: fino ad un massimo di 5 Km.

Allieve: fino ad un massimo di 3 Km.

Ai fini della classifica del campionato Regionale di società, nella prova ALLIEVI/ALLIEVE saranno assegnati 30 punti al primo/a classificato/a, 29 al secondo/a e così scalando di un punto fino al 30° classificato/a che otterrà 1 punto. 1 (uno) punto sarà assegnato a tutti gli atleti classificati.

## 2) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CORSA IN MONTAGNA JUNIORES M/F

Il Campionato si svolgerà in prova unica

Il Programma tecnico del Campionato, per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:

JUNIORES M: fino ad un massimo di km.10.

JUNIORES F: fino ad un massimo di km.6.

Ai fini della classifica del Campionato Regionale di Società, nella prova JUNIORES M saranno assegnati 30 punti al primo classificato, 29 al secondo e così scalando di un punto fino al 30° classificato che otterrà 1 punto. 1 (uno) punto sarà assegnato a tutti gli atleti classificati.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

Nella prova JUNIORES F saranno assegnati 20 punti alla prima classificata, 19 alla seconda e così scalando di un punto fino alla 20<sup>^</sup> classificata che otterrà 1 (uno). 1 (uno) punto sarà assegnato a tutte le atlete classificate.

**La classifica di Società sarà determinata sommando i migliori punteggi, per un massimo di 3 atleti nella categoria JUNIORES M, e per un massimo di 2 atlete nelle categorie JUNIORES F, per ogni Società.**

### **3) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CORSA IN MONTAGNA PROMESSE/SENIORES M/F**

Il Campionato si svolgerà in prova unica

Il Programma tecnico del Campionato, per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:

PROMESSE/SENIORES M: fino ad un massimo di km. 15.

PROMESSE/SENIORES F: fino ad un massimo di km. 15.

La classifica individuale PROMESSE M/F sarà fatta estrapolando i risultati della classifica integrata.

Ai fini della classifica del campionato Regionale di società, nella prova PROMESSE/SENIORES M saranno assegnati 40 punti al primo classificato, 39 al secondo e così scalando di un punto fino al 40<sup>o</sup> classificato che otterrà 1 punto. 1 (uno) punto sarà assegnato a tutti gli ulteriori atleti classificati.

Nella prova PROMESSE/SENIORES F saranno assegnati 30 punti alla prima classificata, 29 alla seconda e così scalando di un punto fino alla 30<sup>^</sup> classificata che otterrà 1 (uno). 1 (uno) punto sarà assegnato a tutte le ulteriori atlete classificate.

### **4) CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO DI SOCIETA' DI CORSA IN MONTAGNA M/F**

**IL TITOLO REGIONALE DI SOCIETA' ASSOLUTO SIA MASCHILE SIA FEMMINILE SARÀ  
ASSEGNATO ALLA SOCIETÀ CHE AVRÀ OTTENUTO IL MAGGIOR PUNTEGGIO  
SOMMANDO LA CLASSIFICA INTEGRATA PROMESSE/SENIORES + JUNIORES NEI  
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI RISPETTIVI.**

LE CLASSIFICHE DI SOCIETÀ DELLA CAT. PROMESSE/SENIORES M E F SARANNO DETERMINATE SOMMANDO I MIGLIORI PUNTEGGI DELLA CLASSIFICA GENERALE PER UN MASSIMO DI 6 ATLETI NELLA CATEGORIA PROMESSE/SENIORES M E SENIORES M FINO A SM 55 E, PER UN MASSIMO DI 4 ATLETE NELLE CATEGORIE PROMESSE/SENIORES F E SENIORES F FINO A SF55/ TUTTE NEL CASO IN CUI IL PERCORSO SIA UNICO PER CHILOMETRAGGIO E TIPOLOGIA PER OGNI SOCIETÀ.

Le Società che si classificheranno in una soltanto delle due categorie (Juniores F o Promesse/Seniores F e Juniores M. o Promesse/Seniores M) non saranno inserite in questa classifica. In caso di parità sarà classificata prima la Società che avrà ottenuto il maggior punteggio nella classifica Seniores.

### **5) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE E SOCIETA' MASTER**

LA FIDAL COMITATO REGIONALE INDICE IL CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CORSA IN MONTAGNA MASTER MASCHILE E FEMMINILE, VALEVOLE PER L'ASSEGNAZIONE DEL TITOLO REGIONALE PER CIASCUNA DELLE FASCE D'ETÀ PREVISTE DALLE NORME SUL TESSERAMENTO E VALIDO PER L'ASSEGNAZIONE DEL TITOLO DI CAMPIONE REGIONALE DI SOCIETÀ DI CORSA IN MONTAGNA MASTER CON LA SEGUENTE ASSEGNAZIONE DI PUNTEGGIO:



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

**Per ciascuna fascia d'età sono assegnati agli atleti i seguenti punteggi: M35-M40-M45-M50-M55-F35-F40-F45-F50-F55; Punti 40 al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti 39 al 2° classificato e così a scalare di 1 punto fino al 40° classificato che riceve un punto, un punto verrà assegnato a tutti i restanti atleti classificati. M60-M65 e F60-F65: Punti 30 al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti 29 al 2° e così a scalare di un punto fino al 30° classificato che riceve un punto, un punto verrà assegnato a tutti i restanti atleti classificati Esclusivamente ai fini dell'attribuzione del punteggio di società, le fasce d'età M70-M75 ed oltre e F70-F75 ed oltre, vengono considerate come un gruppo unico (over 70), assegnando: Punti 30 al 1° classificato del gruppo "over 70", punti 29 al secondo e così a scalare fino al 30° che riceve un punto.**

**LE CLASSIFICHE DI SOCIETÀ MASTER MASCHILE E FEMMINILE SARANNO DETERMINATE DALLA SOMMA DEI PUNTEGGI OTTENUTI DA TUTTI GLI ATLETI/E ENTRATI IN CLASSIFICA.**  
**LE PREMIAZIONI FINALI (ESSENDO PROVA UNICA) VEDRANNO I PODI DIVISI IN: ASSOLUTO M/F, SENIORES M/F, PROMESSE M/F, JUNIORES M/F E SENIOR MASTER M/F TUTTE LE CATEGORIE.**

## **6) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE e di SOCIETA' di LUNGHE DISTANZE di CORSA in MONTAGNA**

1. La FIDAL comitato regionale indice il Campionato Regionale Individuale di Lunghe Distanze di Corsa in Montagna maschile e femminile Assoluto, Seniores, Promesse, Master A (da 35 a 49 anni), Master B (da 50 a 64 anni) e Master C (da 65 anni in su).

1.1 La FIDAL comitato regionale indice inoltre il Campionato Regionale di Società Maschile e Femminile di Lunghe Distanze di Corsa in Montagna.

2. FASI DI SVOLGIMENTO Il Campionato si svolge in prova unica.

3. PROGRAMMA TECNICO Il programma tecnico dei Campionati prevede una gara con percorso in salita e discesa oppure in sola salita.

3.1 Per quanto concerne lo sviluppo chilometrico il percorso di gara, sia al femminile sia al maschile, avrà una lunghezza compresa tra un minimo di oltre 15 Km e un massimo di km. 42

3.2 Il tempo massimo sarà ottenuto raddoppiando il tempo del primo/a classificato/a.

3.3 Sono previsti uno o più punti di controllo cronometrico intermedio, stabiliti in accordo con il tecnico omologatore e fissati in base alla distanza complessiva e alle caratteristiche logistiche del tracciato di gara. Gli atleti che non transiteranno al punto di controllo entro il limite temporale fissato verranno considerati fuori gara e ricondotti al punto di partenza/arrivo a cura del comitato organizzatore (**REGOLA CHE A DISCREZIONE DELL'OMOLOGATORE POTRA' ESSERE ANNULLATA**).

3.4 Sono previsti punti di rifornimento e spugnaggio, preventivamente indicati dal Comitato Organizzatore. E' altresì prevista la possibilità da parte degli atleti di correre in regime di "autosufficienza" (zainetto tecnico, zainetti idrici tipo camelback, portaborracce, ecc.), fatta salva la necessità di rendere visibile al controllo il proprio pettorale di gara.

4. NORME DI PARTECIPAZIONE

4.1 Possono partecipare atleti/e italiani e stranieri appartenenti alle categorie Promesse e Seniores maschili e femminili.

4.2 Ad ogni prova ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e.

4.3 Le categorie Seniores e Promesse gareggiano insieme.

4.4 Vengono stilate due classifiche generali, femminile e maschile, comprensive di tutti gli atleti arrivati e dalle quali vengono estratte le seguenti classifiche: Assolute, Seniores, Promesse, Master A (da 35 a 49 anni), Master B (da 50 a 64 anni) e Master C (da 65 anni in su).

4.5 Ai primi classificati maschili e femminili (Assoluti, Seniores, Promesse, Master A, B e C) verrà assegnato il titolo di "Campione Regionale di Lunghe Distanze di Corsa in Montagna".

5. NORME DI CLASSIFICA VALIDE PER IL CAMPIONATO DI SOCIETÀ

5.1 Al primo della classifica generale maschile verranno assegnati 100 punti, 99 al secondo e così scalando di un punto fino al 100° classificato che otterrà un punto. Un punto verrà assegnato anche a tutti gli altri atleti arrivati in tempo massimo.

Referente: Lucio Poletto – Cell. 3349159818 e-mail: [poletto.lucio@hotmail.it](mailto:poletto.lucio@hotmail.it)

FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972

P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail [cr.friulivg@fidal.it](mailto:cr.friulivg@fidal.it) sito internet: [www.fidalfvg.it](http://www.fidalfvg.it)



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
**SETTORE CORSA IN MONTAGNA**

5.2 Alla prima della classifica generale femminile verranno assegnati 50 punti alla, 49 alla seconda e così scalando di un punto fino alla 50a classificata che otterrà un punto. Un punto verrà assegnato anche a tutte le altre atlete arrivate in tempo massimo.

5.3 Gli atleti ritirati, squalificati o fuori tempo massimo non riceveranno punteggio valido ai fini della classifica di Società.

5.4 Le classifiche di Società maschile e femminile saranno determinate dalla somma dei migliori punteggi ottenuti rispettivamente con un massimo di cinque atleti e di tre atlete appartenenti indistintamente a qualsiasi categoria o gruppo d'età ammessi a partecipare.

5.4.1 Verranno classificate solo le Società che hanno almeno 2 atleti in classifica.

5.5 In caso di parità verrà classificata prima la Società con il miglior punteggio individuale.

**7) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE e di SOCIETA'  
del CHILOMETRO VERTICALE di CORSA in MONTAGNA**

1. La FIDAL comitato regionale indice il Campionato Regionale del Chilometro Verticale Assoluto, Seniores, Promesse, Master A (da 35 a 49 anni), Master B (da 50 a 64 anni) e Master C (da 65 anni in su).

1.1 La FIDAL comitato regionale indice inoltre il Campionato Regionale di Società Maschile e Femminile del Chilometro Verticale di Corsa in Montagna.

2. PROGRAMMA TECNICO Per quanto concerne lo sviluppo chilometrico, il percorso di gara dovrà essere compreso tra i 2,5 e i 5 Km con un dislivello esatto di metri 1.000 per tutte le categorie ammesse alla partecipazione.

3. FASI DI SVOLGIMENTO

3.1 Il Campionato si svolge in prova unica, con partenza in linea o a cronometro, a seconda di quanto verrà indicato nel dispositivo federale del Campionato.

3.2 In caso di partenza a cronometro, gli atleti partiranno con distacco di 30" l'uno dall'altro, con ordine di partenza separato tra maschile e femminile. L'ordine di partenza sarà sorteggiato dal Comitato Organizzatore in accordo con il GGG.

4. NORME DI PARTECIPAZIONE

4.1 Possono partecipare atleti/e italiani e stranieri appartenenti alle categorie Promesse e Seniores maschili e femminili.

4.2 La gara è valida per l'assegnazione dei titoli individuali di "Campione Regionale di Chilometro Verticale".

4.3 Il tempo massimo sarà ottenuto raddoppiando il tempo del primo/a classificato/a.

4.4 Vengono stilate due classifiche generali, femminile e maschile, comprensive di tutti gli atleti arrivati e dalle quali vengono estramate le seguenti classifiche: Assoluti, Seniores, Promesse, Master A (da 35 a 49 anni), Master B (da 50 a 64 anni) e Master C (da 65 anni in su).

4.5 Ai primi classificati maschili e femminili (Assoluti, Promesse, Master A, Master B e Master C) verrà assegnato il titolo di "Campione Regionale di Chilometro Verticale di Corsa in Montagna".

5. NORME DI CLASSIFICA

5.1 Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di Atleti. Per la classifica di Società si sommeranno fino ad un massimo di 5 punteggi maschili e un massimo di 3 femminili, facendo riferimento alla rispettiva classifica generale assoluta.

5.2 Verranno assegnati 60 punti al primo classificato e 30 punti alla prima classificata, scalando poi di un punto fino ad assegnarne uno al 60° classificato e uno alla 30^ classificata. Un punto verrà assegnato anche agli atleti di seguito classificati entro il tempo massimo.

5.3 Verranno classificate solo le Società che hanno almeno 2 atleti in classifica.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

## 8) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE ASSOLUTO TRAIL CORTO

1. La F.I.D.A.L. comitato Regionale indice il Campionato Regionale Individuale Assoluto di Trail Corto Maschile e Femminile.
2. PROGRAMMA TECNICO  
2.1 Uomini/Donne: percorrenza complessiva tra 20 e 42 km
3. NORME DI PARTECIPAZIONE  
3.1 Possono partecipare tutti gli atleti italiani e gli atleti stranieri nella condizione di "Italiani Equiparati" ai sensi dell'art. 4.2 delle Disposizioni Generali, appartenenti alle categorie Seniores e Promesse.  
4. Il Comitato Organizzatore deve prevedere un percorso, o tratto di percorso, di emergenza, da utilizzarsi nel caso in cui quello originariamente previsto non risulti praticabile.  
5. Nel caso in cui la gara debba essere sospesa o il suo percorso debba essere abbreviato, al fine di garantire la sicurezza degli atleti, i titoli di campione Regionale verranno assegnati soltanto se saranno stati completati almeno i 2/3 del percorso prestabilito.

## 8 BIS) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI TRAIL CORTO MASTER

1. La F.I.D.A.L. comitato Regionale indice il Campionato Regionale Individuale di Trail Corto Master maschile e femminile valevole per tre gruppi di età: Master "A" (da 35 a 49 anni), Master "B" (da 50 a 64 anni) e Master "C" (da 65 anni in su).
2. PROGRAMMA TECNICO 2.1 Uomini: percorrenza complessiva tra 20 e 42 km – prova unica per tutte le fasce d'età. 2.2 Donne: percorrenza complessiva tra 20 e 42 km – prova unica per tutte le fasce d'età.
3. NORME DI PARTECIPAZIONE 3.1 Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" dai 35 anni in su. 4. Il Comitato Organizzatore deve prevedere un percorso, o tratto di percorso, di emergenza, da utilizzarsi nel caso in cui quello originariamente previsto non risulti praticabile. 5. Nel caso in cui la gara debba essere sospesa o il suo percorso debba essere abbreviato, al fine di garantire la sicurezza degli atleti, i titoli di campione Regionale verranno assegnati soltanto se saranno stati completati almeno i 2/3 del percorso prestabilito.

## 9) CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE ASSOLUTO TRAIL LUNGO

1. La F.I.D.A.L. comitato regionale indice il Campionato Regionale Individuale Assoluto di Trail Lungo Maschile e Femminile.
2. PROGRAMMA TECNICO 2.1 Uomini/Donne: percorrenza complessiva tra 42 e 70 km
3. NORME DI PARTECIPAZIONE 3.1 Possono partecipare tutti gli atleti italiani e gli atleti stranieri nella condizione di "Italiani Equiparati" ai sensi dell'art. 4.2 delle Disposizioni Generali, appartenenti alle categorie Seniores e Promesse. 4. Il Comitato Organizzatore deve prevedere un percorso, o tratto di percorso, di emergenza, da utilizzarsi nel caso in cui quello originariamente previsto non risulti praticabile. 5. Nel caso in cui la gara debba essere sospesa o il suo percorso debba essere abbreviato, al fine di garantire la sicurezza degli atleti, i titoli di campione regionale verranno assegnati soltanto se saranno stati completati almeno i 2/3 del percorso prestabilito.

## 9 BIS) CAMPIONATO ITALIANO INDIVIDUALE DI TRAIL LUNGO MASTER

1. La F.I.D.A.L. comitato regionale indice il Campionato Regionale Individuale di Trail Lungo Master maschile e femminile valevole per tre gruppi di età: Master "A" (da 35 a 49 anni), Master "B" (da 50 a 64 anni) e Master "C" (da 65 anni in su).
2. PROGRAMMA TECNICO 2.1 Uomini: percorrenza complessiva tra 42 e 70 km – prova unica per tutte le fasce d'età 2.2 Donne: percorrenza complessiva tra 42 e 70 km – prova unica per tutte le fasce d'età



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

3. NORME DI PARTECIPAZIONE 3.1 Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" dai 35 anni in su.
4. Il Comitato Organizzatore deve prevedere un percorso, o tratto di percorso, di emergenza, da utilizzarsi nel caso in cui quello originariamente previsto non risulti praticabile.
5. Nel caso in cui la gara debba essere sospesa o il suo percorso debba essere abbreviato, al fine di garantire la sicurezza degli atleti, i titoli di campione regionale verranno assegnati soltanto se saranno stati completati almeno i 2/3 del percorso prestabilito.

**10) CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTO DI STAFFETTA  
DI CORSA IN MONTAGNA M/F E (JUN/PRO/SEN)**

Il Campionato si svolgerà in prova unica

Il Programma tecnico del Campionato, per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:

ASSOLUTI M: fino ad un massimo di 10 Km per frazione.

ASSOLUTI F: fino ad un massimo di 6 Km per frazione.

Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di staffette.

Ogni Staffetta maschile è suddivisa in tre frazioni ed ogni staffetta femminile in due frazioni.

Per le gare ove le partenze siano in luoghi diversi, gli organizzatori devono provvedere a far giungere gli atleti sul luogo di partenza.

**10 BIS) CAMPIONATO REGIONALE SENIOR MASTER DI STAFFETTA  
DI CORSA IN MONTAGNA M/F**

**RELATIVAMENTE AL CAMPIONATO DI STAFFETTE MASTER TUTTE LE CATEGORIE FIDAL M E F SARANNO DESTINATARIE DI CLASSIFICA, QUALORA LA COMPOSIZIONE DELLA STAFFETTA PREVEDA LA PRESENZA DI ATLETI DI DIVERSE CATEGORIE, VERRÀ CONSIDERATA CLASSIFICA DI APPARTENENZA QUELLA DEL COMPONENTE PIÙ GIOVANE.**

**LE STAFFETTE MASTER MASCHILE SARANNO COMPOSTE DA TRE ATLETI FINO ALLE CATEGORIE 55 COMPRESE, LE SUCCESSIVE (QUINDI OVER 60) PREVEDONO LA COMPOSIZIONE A DUE ATLETI.**

**TUTTE LE CATEGORIE FEMMINILI MASTER SARANNO COMPOSTE DA DUE ATLETE**

**11) CAMPIONATO REGIONALE DI STAFFETTA  
DI CORSA IN MONTAGNA JUNIORES M/F**

Il campionato si svolgerà in prova unica in data e luogo ove si svolge il Campionato Regionale assoluto di staffetta, sullo stesso percorso e sulle stesse distanze.

Per il titolo Regionale Junior la Squadra deve essere composta da atleti juniores della stessa società. Ogni staffetta sia maschile che femminile sarà composta da due Atleti.

**12) CAMPIONATO REGIONALE DI STAFFETTA  
DI CORSA IN MONTAGNA ALLIEVI/E**

Il Campionato si svolgerà in prova unica

Il Programma tecnico del Campionato, per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:

Le distanze da percorrere per ogni staffettista dovranno essere pari a quelle indicate nel Campionato Individuale di Categoria

Ogni staffetta dovrà essere composta da due staffettisti.

Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di staffette.

Per le gare ove le partenze siano in luoghi diversi, gli organizzatori devono provvedere a far giungere gli atleti sul luogo di partenza.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA

### **13)CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETA' GIOVANILE DI CORSA IN MONTAGNA**

**Il campionato Individuale si svolgerà in prova unica**

**Il Programma tecnico del campionato , per quanto riguarda la lunghezza del percorso di gara, è il seguente:**

**RAGAZZE: fino ad un massimo di km. 1,5.**

**RAGAZZI: fino ad un massimo di km. 2,0.**

**CADETTE: fino ad un massimo di km. 3,0.**

**CADETTI: fino ad un massimo di km. 3,5.**

**ALLIEVE: fino ad un massimo di km. 3,0.**

**ALLIEVI: fino ad un massimo di km. 5,0.**

**Ai fini della classifica del CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETA' GIOVANILE, per tutte le categorie previste (Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e) saranno assegnati 30 punti al primo classificato, 29 al secondo e così scalando di un punto fino al 30° classificato che otterrà 1 punto. 1 ( uno ) punto sarà assegnato a tutti gli atleti classificati.**

**LA CLASSIFICA DI SOCIETÀ PER TUTTE LE CATEGORIE SARÀ DETERMINATA SOMMANDO TUTTI I PUNTEGGI OTTENUTI DA OGNI SOCIETÀ.**

#### **GIOVANILE MASCHILE**

**Il Campionato Regionale Giovanile di Società maschile sarà assegnato alla società che otterrà il maggior punteggio Ragazzi + Cadetti + Allievi.**

**In caso di parità sarà classificata prima la Società che avrà ottenuto il maggior punteggio nella categoria allievi, in caso di ulteriore parità nella categoria cadetti.**

**Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti e saranno classificate tutte le società anche se prendono parte ad una sola categoria.**

#### **GIOVANILE FEMMINILI**

**Il Campionato Regionale Giovanile di Società femminile sarà assegnato alla società che otterrà il maggior punteggio Ragazze + Cadette + Allieve.**

**In caso di parità sarà classificata prima la Società che avrà ottenuto il maggior punteggio nella categoria allieve, in caso di ulteriore parità nella categoria cadette.**

**Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atlete e saranno classificate tutte le società anche se prendono parte ad una sola categoria.**

### **14) CRITERIUM REGIONALE A STAFFETTA DI CORSA IN MONTAGNA RAGAZZI/E - CADETTI/E**

Il Criterium Regionale si svolgerà in prova unica.

Il programma tecnico del Criterium, per quanto riguarda il percorso di gara, è il seguente: le distanze da percorrere per ogni staffettista dovranno essere pari a quelle indicate nel Criterium Individuale di Categoria.

Ogni staffetta dovrà essere composta da due staffettisti.

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti.



**FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia  
SETTORE CORSA IN MONTAGNA**

# MODULO DI RICHIESTA OMOLOGAZIONE PERCORSO CORSE IN MONTAGNA

(per le seguenti gare inserite nel calendario regionale: Individuale, Staffetta, Lunghe Distanze, Vertical)

La Società .....  
denominazione .....  
codice Fidal .....

tel ..... fax ..... e-mail .....

richiede l' Omologazione del percorso della sequente manifestazione di corsa in montagna:

Denominazione della manifestazione: .....

**Tipo di Gara:** .....

Categorie Partecipanti .....

Distanze Indicative: .....

Sede di svolgimento: .....

Data della manifestazione: .....

Breve descrizione del percorso: .....

.....  
.....  
.....

Responsabile Tecnico organizzativo da contattare per la verifica e misurazione  
Sig. .....  
Tel. ..... Cell. ..... fax .....  
e-mail: .....  
Indirizzo: .....

Dichiara, altresì, di aver preso visione delle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni" e delle Norme per l'Organizzazione della Corsa in Montagna in particolare dell'art. 5 ("Omologazione del percorso"), e delle Norme Federali inerenti le tasse di omologazione  
Dichiara, altresì, di aver preso visione delle "Norme per l'Organizzazione delle Manifestazioni"

**LA SOCIETÀ ORGANIZZATRICE, DURANTE IL SOPRALLUOGO, S'IMPEGNA A FORNIRE AL TECNICO OMologatore TUTTA L'ASSISTENZA NECESSARIA.**

**LA STESSA SOCIETA' ORGANIZZATRICE ALL'ATTO DELL'OMOLOGAZIONE DOVRA' FORNIRE AL TECNICO OMOLOGATORE LA DOCUMENTAZIONE CARTOGRAFICA NECESSARIA RIGUARDANTE ALTIMETRIA E PLANIMETRIA**

La relativa tassa gara, di € 150,00 verrà trattenuta dal Comitato Regionale tramite il sistema on-line. (vedi Modalità di incasso norme regionali)

**Firma del Presidente della Società**

➤ **MANIFESTAZIONE NAZIONALE**

Se la richiesta è indirizzata per una manifestazione a carattere nazionale/Internazionale Fidal il modulo potrà essere scaricato dal seguente indirizzo:

<http://www.fidal.it/files/GGG MOD Ric Omol Corse Montagna.2.pdf>

## ➤ MANIFESTAZIONE REGIONALE

Il presente modulo dovrà essere inviato a [cr.friulivg@fidal.it](mailto:cr.friulivg@fidal.it). oppure via fax 040-382972 almeno 90 giorni prima dall'effettuazione della gara  
Numeri telefonici disponibili per eventuali chiarimenti: 040-829190

Referente: Lucio Poletto – Cell. 3349159818 e-mail: poletto.lucio@hotmail.it  
FIDAL C.R. F.V.G. – Via dei Macelli, 5 c/o Stadio N. Rocco – 34148 Trieste Tel. 040-829190 fax 040-382972  
P.IVA 01384571004 C.F. 05289680588 e-mail: cr.friuli@fidal.it sito internet: www.fidalfvg.it