



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **FRIULI VENEZIA GIULIA**

# REGOLAMENTI REGIONALI PISTA OUTDOOR 2026 RAGAZZI RAGAZZE

## CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ RAGAZZI e RAGAZZE

### NORME DI PARTECIPAZIONE

- Possono partecipare tutti gli Atleti tesserati nelle categorie RF e RM per Società del Friuli Venezia Giulia.
- **Ogni Atleta può disputare un massimo di due gare; nel caso partecipi a più di una gara di corsa, la somma delle distanze previste non può superare i 1100 metri.**

### PROGRAMMA TECNICO

- Il CdS si svolge in una sola prova e un'unica sessione di gara:
  - CORSE: 60m, 60mH (h60), 200mH (h60), 1000m
  - MARCIA: 2000m
  - SALTI: Salto in Alto, Salto in Lungo, Salto Quadruplo
  - LANCI: Getto del Peso 2 kg, Lancio del Vortex

### NORME TECNICHE

- **Tutte le corse si disputano in serie**
- Nella **Marcia**, gli Atleti ai quali vengono assegnate **3 red cards** sono autorizzati a concludere la gara, ma subiscono una penalità di **30 secondi aggiuntivi sul tempo finale**; la gara non prevede l'utilizzo della *Penalty Zone*.
- In tutti i **Concorsi orizzontali**, ogni concorrente avrà a disposizione **3 prove**.
- Nel Salto in **Alto**, ogni Atleta avrà a disposizione un massimo di **3 prove per ciascuna misura**; sarà possibile richiedere una misura inferiore all'inizio della progressione, possibilmente comune fra tutti coloro che ne fanno richiesta, superata la quale sarà valida la progressione stabilita dal Delegato Tecnico.
- Il **Salto Quadruplo**, di nuova introduzione in **FVG**, prevede **4 balzi alternati, con stacco da 8 oppure da 10 metri e rincorsa massima di 10 metri**.

### NORME DI CLASSIFICA

- Tutti i risultati ottenuti vengono rapportati alle **Tabelle di Punteggio FIDAL**.
- **Ai fini della classifica finale vengono presi in considerazione un massimo di 2 punteggi per ogni singola gara.**
- La **classifica** viene determinata sommando i migliori **punteggi in almeno 8 diverse gare delle 10 in programma e ulteriori 6 punteggi ma non più di 2 per gara.**
- **Gare in cui gli atleti risultino ritirati, squalificati o senza prove valide (NM) non vengono conteggiate nel computo delle gare coperte.**

### PREMIAZIONI

- Non sono previste premiazioni per le singole gare, a meno che l'Organizzazione, Società o CP FIDAL, non preveda Medaglie, premi in natura o gadget.
- Vengono assegnati Trofei alle prime 3 Società maschili e femminili.  
Da valutare se nel contesto della Manifestazione o in un evento a fine Stagione.

**p.s. Da valutare l'eventuale accorpamento della Campionato in concomitanza con il Campionato Regionale Individuale.**

## CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE RAGAZZI e RAGAZZE

### NORME DI PARTECIPAZIONE

- Possono partecipare tutti gli Atleti tesserati nelle categorie RF e RM per Società del Friuli Venezia Giulia.
- **Ogni Atleta può disputare un massimo di due gare; nel caso partecipi a più di una gara di corsa, la somma delle distanze previste non può superare i 1100 metri.**
- **Questo criterio di partecipazione viene applicato anche alle Manifestazioni Non Istituzionali, nel caso siano previste anche le Staffette potranno partecipare ad 1 gara + una staffetta.**

### PROGRAMMA TECNICO

- Il Campionato si svolge in un'unica sessione di gara:
  - CORSE: 60m, 60mH (h60), 200mH (h60), 1000m
  - MARCIA: 2000m
  - SALTI: Salto in Alto, Salto in Lungo, Salto Quadruplo
  - LANCI: Getto del Peso 2 kg, Lancio del Vortex,
  - **Lancio del Giavellotto 400 g (extra campionato opzionale)**

### NORME TECNICHE

- Tutte le corse si disputano in serie
- Nella **Marcia**, gli Atleti ai quali vengono assegnate **3 red cards**, sono autorizzati a concludere la gara, ma subiscono una penalità di **30 secondi aggiuntivi sul tempo finale**; la gara non prevede l'utilizzo della **Penalty Zone**.
- In tutti i **Concorsi orizzontali**, ogni concorrente avrà a disposizione **3 prove**.
- Nel Salto in **Alto**, ogni Atleta avrà a disposizione un massimo di **3 prove per ciascuna misura**; la progressione verrà stabilita dal Delegato Tecnico in accordo con il Fiduciario Tecnico Regionale.
- Il **Salto Quadruplo**, di nuova introduzione in FVG, prevede **4 balzi alternati, con stacco da 8 oppure da 10 metri e rincorsa massima di 10 metri**.
- Il **Lancio del Giavellotto** è considerato **gara sperimentale** e promozionale, pertanto **non fa parte del Campionato, non determina un Campione Regionale e non concorre al conteggio delle gare a cui è possibile partecipare**.

### PREMIAZIONI

- In ciascuna gara, vengono **premiati i primi 6 classificati**; maglia di Campione Regionale al vincitore.

## CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE e DI SOCIETÀ DI PROVE MULTIPLE RAGAZZI e RAGAZZE TROFEO CONI

Il Campionato coincide con la Fase Regionale del Trofeo CONI, che garantisce la partecipazione alla Fase Nazionale dei vincitori dei Tetrathlon A B e C Ragazzi e Ragazze.

### NORME DI PARTECIPAZIONE

- Possono partecipare tutti gli Atleti tesserati nelle categorie RF e RM per Società del Friuli Venezia Giulia.
- **Ogni Società può iscrivere un massimo di tre Atleti per Tetrathlon.**
- **Le Classifiche di Società maschili e femminili si ottengono sommando i punteggi del/della migliore di ogni Società in ogni Tetrathlon.**

### PROGRAMMA TECNICO

- Il Campionato si svolge in un'unica sessione di gara:
  - **TETRATHLON A: 60m – Alto – Peso 2 kg – 600m**
  - **TETRATHLON B: 60m – Lungo – Vortex – Marcia 1000m**
  - **TETRATHLON C: 60mH – Lungo – Peso 2 kg – 600m**

### NORME DI CLASSIFICA

- Tutti i risultati ottenuti vengono rapportati alle **Tabelle di Punteggio FIDAL**.

### NORME TECNICHE

- In tutti i **Concorsi orizzontali**, ogni concorrente avrà a disposizione **3 prove**.
- Nella **Marcia**, gli Atleti ai quali vengono assegnate **3 red cards**, sono autorizzati a concludere la gara, ma subiscono una penalità di **30 secondi aggiuntivi sul tempo finale**; la gara non prevede l'utilizzo della **Penalty Zone**.

## **NORME DI CLASSIFICA E PASSAGGIO ALLA FASE NAZIONALE**

- Tutti i risultati ottenuti vengono riportati alle **Tabelle di Punteggio FIDAL**.
- **Le classifiche di Società maschile e femminile vengono determinate sommando i punteggi del miglior classificato per ogni Società in ciascun Tetrathlon.**
- **Alla Finale Nazionale accedono i vincitori di ciascun Tetrathlon M F.**

## **PREMIAZIONI**

- **In ciascun Tetrathlon, vengono premiati i primi 6 classificati con maglia di Campione Regionale al vincitore.**
- **Verranno assegnati premi in natura o gadget, a discrezione dell'Organizzazione, Società o CP FIDAL, alla migliore prestazione Tecnica maschile e femminile nelle singole Gare, nonché ai primi 3 classificati di ogni Tetrathlon.**