



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

**Regolamenti Regionali attività estiva
2024**

Sommario

Regolamenti Fidal Lazio	pag. 3
C.d. S. Cadetti/e	pag. 5
C.d.S. Ragazzi/e	pag. 8
Criterium Regionale outdoor Ragazzi/e	pag. 10
C.d.S. di Prove Multiple Cadetti/e	pag. 11
Trofeo Regionale Salti Cadetti/e	pag. 12
Trofeo Regionale Lanci Cadetti/e	pag. 13
Trofeo Regionale Velocità/Hs Cadetti/e	pag. 14
Campionato Regionale di Corsa su Strada R/C/A	pag. 15
Campionati Regionali Individuali Cadetti/e	pag. 16
Campionati Regionali Individuali Ragazzi/e 1° e 2° anno	pag. 17
Trofeo Lazio (Fulvio Villa) di Marcia	pag. 18
DNA Cadetti/e	pag. 20

REGOLAMENTI COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO

NORME TECNICO-ORGANIZZATIVE

1. I Comitati Provinciali, le Società Affiliate o gli Enti di promozione Sportiva possono far richiesta di organizzare manifestazioni del calendario regionale presentando entro i termini stabiliti domanda sull'apposito modulo.
2. I Comitati Provinciali devono far pervenire al Comitato Regionale i rispettivi calendari agonistici entro il termine stabilito. La pubblicazione congiunta dei calendari provinciali e del il calendario regionale ne costituirà l'approvazione.
3. I Comitati Provinciali che intendono inserire in calendario una manifestazione extra devono, almeno 10 giorni prima della data stabilita per lo svolgimento della manifestazione, e 5 giorni prima per le competizioni che si disputano all'interno delle manifestazioni provinciali già inserite:
 - a) dare comunicazione via e-mail al FTR che ne rilascia autorizzazione:
 - b) pubblicizzare la manifestazione sul sito internet del CP di appartenenza:
 - c) dare comunicazione via e-mail a:
 - Fiduciario Regionale dei Giudici
 - Addetto Stampa del CRL
 - Tutti i Comitati Provinciali del Lazio. dovranno comunicare ogni eventuale variazione e/o inserimento del rispettivo calendario agonistico almeno 30 giorni prima lo svolgimento della manifestazione.
4. Tutti i regolamenti e i programmi tecnici di ogni singola manifestazione dovranno essere inviati al Settore Tecnico del Comitato Regionale entro e non oltre i 10 giorni precedenti la manifestazione. Il settore tecnico del CR provvederà alla pubblicazione on-line.
5. Tutti i risultati delle manifestazioni devono pervenire al Comitato Regionale entro i le 24 ore successive al termine della manifestazione. Il CR provvederà alla loro pubblicazione ufficiale entro i 3 giorni successivi la manifestazione.
6. La non osservanza dei punti 2, 3, 4, 5 comporterà la non validità dei risultati agonistici ottenuti nella/e manifestazione/i in oggetto.

ISCRIZIONI DEGLI ATLETI

Si ricorda, infine, che per tutte le manifestazioni in calendario:

1. le iscrizioni si effettuano preventivamente con procedura on-line; è sempre possibile effettuare iscrizioni sul posto entro 1h dall'inizio della gara.
2. eventuali sostituzioni di atleti già iscritti sono ammesse fino al termine ultimo previsto per la conferma iscrizioni, entro i 60 minuti dall'effettuazione della competizione;
3. il dispositivo tecnico di ogni manifestazione indica i termini delle iscrizioni oltre alle informazioni relative la manifestazione stessa;
4. le tasse di iscrizione, quando è previsto il pagamento, si pagano in base agli iscritti per le categorie C/A/J/P/S/Mas; per le categorie Esordienti e Ragazzi/e si pagano in base ai confermati; il pagamento avverrà in sede di conferma iscrizioni, a cura di un dirigente della società; in caso di mancato pagamento, l'importo potrà essere saldato presso la sede del Comitato Regionale entro 7 giorni, trascorsi i quali verrà scalato direttamente dal

conto on-line; per gli atleti fuori regione il pagamento potrà essere effettuato esclusivamente sul posto;

TASSE ISCRIZIONI GARE PREVISTE PER L'ANNO 2024

ESORDIENTI/RAGAZZI			
	ISCRIZIONE ONLINE	ISCRIZIONE SUL POSTO	FUORI REGIONE
Pista/Strada/Cross	2 €	2 €	2 €
Multiple	4 €	4 €	4 €
CADETTI/E			
Pista/Strada	2 €	2 €	2 €
Multiple	5 €	5 €	5 €
Cross	3 €	3 €	3 €
ALLIEVI/E			
Pista/Strada	3 €	5 €	10 €
Multiple	6 €	10 €	10 €
Cross	4 €	6 €	10 €
JUNIOR/PROMESSE/SENIOR			
Pista/Strada	3 €	5 €	10 €
Multiple	10 €	15 €	15 €
Cross	4 €	6 €	10 €
STAFFETTE			
RAGAZZI/CADETTI/ALLIEVI		JUNIOR-PROMESSE/SENIOR/MASTER	
6 €		10 €	

NORME DI PARTECIPAZIONE ALLE MANIFESTAZIONI LAZIALI PER GLI ATLETI DI FUORI REGIONE

Il Settore Tecnico del CRL consente la partecipazione di atleti di fuori regione a tutta l'attività estiva 2024 (outdoor/marcia). Si ricorda comunque che:

- gli atleti di fuori regione sono tenuti ad osservare le stesse norme degli atleti laziali per quanto riguarda tempi e modalità di iscrizione in gare provinciali e regionali;

C.d.S. REGIONALE CADETTI/E

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice il Campionato di Società su pista 2024, riservato agli atleti della categoria Cadetti/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASI DI SVOLGIMENTO

Il Campionato si svolgerà nella seguente modalità:

- **Fase Regionale: 2 giornate**
- **Risultati ottenuti in tutte le altre manifestazioni regionali o nazionali svolte dal 17 marzo al 12 maggio**
- **Fase finale: 2 giornate**

FASE REGIONALE: RIETI 4 e 5 maggio

FASE FINALE: RIETI 23 e 24 maggio

PROGRAMMA TECNICO FASE DI QUALIFICAZIONE

GARE MASCHILI

1 a giornata:

CORSE: m.80-300-1000-1200 siepi-100hs(m.0,84)

SALTI: asta-triplo

LANCI: disco (kg. 1,5)-giavellotto (gr.600)

MARCIA: km.5 (pista)

2 a giornata:

CORSE: m.150-600-2000-300hs(m.0,76)-4x100

SALTI: alto- lungo

LANCI: peso (kg. 4) - martello (kg. 4)

GARE FEMMINILI

1 a giornata:

CORSE: m.80-300-1000-1200 siepi-80hs(m.0,76)

SALTI: alto-lungo

LANCI: peso (kg. 3)-martello (kg. 3)

MARCIA: km. 3 (pista)

2 a giornata:

CORSE: m.150-600-2000-300hs(m.0,76)-4x100

SALTI: asta-triplo

LANCI: disco (kg.1)-giavellotto (gr.400)

NORME DI PARTECIPAZIONE E DI CLASSIFICA

• FASI DI QUALIFICAZIONE:

1. Nella Fase Regionale ogni atleta potrà partecipare a 2 gare per giornata o a una gara + staffetta e a non più di 3 gare nelle due giornate (due gare individuali e una staffetta), **purché la somma dei metri previsti non superi i 1100 metri nella stessa giornata.**
2. Per ogni gara del programma tecnico verranno attribuiti i punteggi secondo le tabelle punteggio 2007 e seguenti.
3. **Ai fini della qualificazione alla fase finale saranno ritenuti validi sia i risultati ottenuti nella fase regionale, sia tutti i risultati ottenuti in manifestazioni regionali o nazionali a partire dal 17 marzo fino al 12 maggio.**
4. Le Società maschili e femminili, per essere classificate, devono sommare da un minimo di 12 punteggi ad un massimo di 14 punteggi in almeno 12 diverse gare, ottenuti nella fase regionale o in altre manifestazioni regionali o nazionali dal 23 marzo al 2 giugno: **non è obbligatorio partecipare alla fase regionale.** Pertanto ogni Società può sommare complessivamente un massimo di 2 punteggi aggiuntivi, staffetta esclusa. Nell'ambito della stessa gara possono essere recuperati un massimo di 2 punteggi aggiuntivi.
5. Ai fini della classifica di Società, ogni atleta può essere preso in considerazione per un massimo di 2 (due) gare e 1 (una) staffetta.
6. Ogni Società dovrà inviare i propri punteggi al Comitato Regionale tramite autocertificazione, **entro le ore 24.00 di martedì 14 maggio.** La mancata presentazione dell'autocertificazione comporterà l'esclusione dalla fase Finale. Sarà cura del Comitato Regionale verificare la veridicità dei punteggi.
7. Le prime 12 Società classificate dopo le fasi di qualificazione accederanno alla FINALE REGIONALE.
8. Le premiazioni individuali sono a discrezione dei comitati organizzatori.

• FINALE REGIONALE:

- **PROGRAMMA TECNICO FINALE**
- **GARE MASCHILI**
- 1 a giornata:
- CORSE: m.80-300-1000-*1200 siepi-100hs(m.0,84)- 4x100
- SALTI: asta-triplo
- LANCI: disco (kg. 1,5)-giavellotto (gr.600)
- MARCIA: km.5 (pista)
- 2 a giornata:
- CORSE: m.600-2000-300hs(m.0,76)- Staffetta Svedese (100,200,300,400)
- SALTI: alto- lungo
- LANCI: peso (kg. 4) - martello (kg. 4)

- **GARE FEMMINILI**

- 1 a giornata:
- CORSE: m.80-300-1000-*1200 siepi-80hs(m.0,76) – 4x100
- SALTI: alto-lungo
- LANCI: peso (kg. 3)-martello (kg. 3)
- MARCIA: km. 3 (pista)
- 2 a giornata:
- CORSE: m.600-2000-300hs(m.0,76)- Staffetta Svedese (100,200,300,400)
- SALTI: asta-triplo
- LANCI: disco (kg.1)-giavellotto (gr.400)

- Ogni Società classificata potrà iscrivere massimo due atleti per ogni gara del programma tecnico, ed una sola staffetta 4x100 e Svedese (100,200,300,400)
- Ogni atleta potrà partecipare nell'arco delle due giornate a 2 gare individuali e 2 staffette.
- Per ogni gara del programma tecnico verranno attribuiti i punteggi in base all'ordine di classifica secondo lo schema seguente:

1° classificato	10 punti	8°-9°classificato	5 punti
2° classificato	9 punti	10°-11°classificato	4 punti
3° classificato	8 punti	12°-14°classificato	3 punti
4°-5°classificato	7 punti	15°-18°classificato	2 punti
6°-7°classificato	6 punti	19°-24°classificato	1 punto

- La classifica delle Società partecipanti alla Finale scaturirà dalla somma dei migliori 14 punteggi ottenuti in almeno 12 diverse gare.
- In caso di parità verranno presi in considerazione i migliori piazzamenti individuali.
- Sia per la classifica Maschile che per quella Femminile, verranno premiate le prime sei Società classificate .
- Verranno premiati i primi 6 atleti individuali di ogni gara.

C.d.S. REGIONALE RAGAZZI/E

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice il Campionato di Società su pista 2024, riservato agli atleti della categoria Ragazzi/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati Fidal per il 2024.

FASI DI SVOLGIMENTO

Il Campionato si svolgerà nella seguente modalità:

- Fase Regionale: 2 giornate
- **Risultati ottenuti in tutte le altre manifestazioni regionali o nazionali svolte dal 17 marzo al 2 giugno**
- Finale regionale che si disputerà in una giornata unica

Fase Regionale: 6 e 7 aprile LANUVIO – LATINA

Finale Regionale: 16 Giugno ROMA – Stadio Nando Martellini

- PROGRAMMA TECNICO
- **Fase regionale:**
 - 1^ giornata: 60hs/300/1000/marcia km 2 + vortex/lungo
 - 2^ giornata: 60/600/200hs + alto/quadruplo*/peso – staffetta 4x100
- **Fase finale:**
 - Giornata unica: 60m – 60hs – 300m – 1000m – Lungo – Alto – Peso – Vortex – Marcia 2km – 4x100m

NORME DI PARTECIPAZIONE E DI CLASSIFICA

- **FASE DI QUALIFICAZIONE REGIONALE**
 - Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti.
 - Nella prima e seconda giornata ogni atleta potrà partecipare a 2 gare + la staffetta.
 - **Non è obbligatorio partecipare alla fase regionale.**
 - Per ogni gara del programma tecnico verranno attribuiti i punteggi secondo le tabelle federali di punteggio (ed. 2007); * per la gara del quadruplo il punteggio verrà attribuito utilizzando le nuove tabelle: la rincorsa sarà entro i 12 mt.: la battuta verrà decisa dal Delegato Tecnico, in base alle misure degli iscritti.
 - Nelle gare fino ai 300mt compresi la partenza avverrà dai blocchi.
 - Le Società maschili e femminili per essere classificate, devono sommare da un minimo di 10 punteggi ad un massimo di 12 punteggi da ottenere costruendo combinazioni secondo il seguente schema: 60hs/300/1000/marcia km 2 + vortex/lungo oppure 60/600/200hs + alto/quadruplo*/peso (con 9 combinazioni differenti, 5 atleti diversi ed un massimo di 2 combinazioni per atleta), con la possibilità di inserire una sola staffetta che avrà il

punteggio tabellare raddoppiato. I risultati da utilizzare nelle combinazioni potranno essere ottenuti anche in giornate diverse. Si specifica che un singolo risultato può essere utilizzato in una sola combinazione.

- Ogni Società dovrà inviare i propri punteggi al Comitato Regionale tramite autocertificazione, **entro le ore 24.00 di martedì 4 giugno**. La mancata presentazione dell'autocertificazione comporterà l'esclusione dalla fase Finale. Sarà cura del Comitato Regionale verificare la veridicità dei punteggi.
 - Le prime 15 Società classificate dopo le fasi di qualificazione interprovinciali accederanno alla Finale Regionale; nel caso in cui non si raggiunga il numero di 15, verranno ripescate le Società che raggiungeranno il numero di 9 punteggi in 8 diverse combinazioni , e di seguito 8 p. in 7 diverse combinazioni, ecc.
 - Le premiazioni individuali sono a discrezione dei comitati organizzatori.
- **FINALE REGIONALE:**
1. Ogni Società classificata potrà iscrivere due atleti per ogni gara del programma tecnico.
 2. Nella finale ogni atleta potrà partecipare a 2 gare individuali più la staffetta.
 3. Nella finale ogni società potrà schierare una sola staffetta.
 4. Per ogni gara del programma tecnico verranno attribuiti i punteggi secondo lo schema seguente:

1° classificato	12 punti	10°-11°classificato	5 punti
2° classificato	10 punti	12°-14°classificato	4 punti
3° classificato	9 punti	15°-18°classificato	3 punti
4°-5°classificato	8 punti	19°-24°classificato	2punto
6°-7°classificato	7 punti	25°-30°classificato	1 punto
8°-9°classificato	6 punti		

5. Le Società partecipanti alla Finale dovranno ottenere 11 punteggi in 8 diverse gare.
6. In caso di parità verranno presi in considerazione i migliori piazzamenti individuali.
7. Verranno premiate le prime sei Società maschili e sei femminili.
8. Verranno premiati i primi sei atleti individuali di ogni gara senza distinzione di anno di nascita.

CRITERIUM REGIONALE RAGAZZI/E

Il Comitato Regionale FIDAL del Lazio indice il Criterium Regionale 2024, riservato agli atleti/e della categoria Ragazzi appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati Fidal per il 2024.

FASE DI SVOLGIMENTO

PROVA UNICA 24 Marzo ROMA

PROGRAMMA TECNICO M/F

60, 60hs, 600, Alto, Lungo, Quadruplo rincorsa entro 12mt, Vortex, Staffetta 4x100*

***il cambio andrà effettuato entro i 30mt; nel caso di cambio fuori settore la squadra sarà penalizzata di un punto nella classifica, se utilizzerà il punteggio della staffetta.**

Norme di partecipazione e di classifica

- Ogni Società potrà iscrivere nei concorsi un massimo di 3 atleti/e.
- Ogni Società potrà iscrivere una sola staffetta.
- Gli atleti iscritti al salto in lungo non potranno partecipare al salto quadruplo e viceversa.
- Per le gare di corsa la partecipazione è illimitata.
- Nelle gare fino ai 300mt compresi la partenza avverrà dai blocchi.
- Ogni atleta potrà prendere parte a due gare individuali più la staffetta.
- Per ciascuna gara verranno assegnati 14 punti al primo classificato, 12 al secondo, 11 al terzo e così di seguito fino al dodicesimo che otterrà 2 punti. A tutti gli altri regolarmente classificati verrà assegnato 1 punto.
- La somma dei migliori 8 punteggi, ottenuti in almeno 5 delle 8 gare del programma tecnico e con un minimo di 5 atleti diversi, determinerà le classifiche per Società (maschile e femminile); il punteggio della staffetta non sarà obbligatorio. Le Società che si avvarranno del punteggio della staffetta dovranno in ogni caso aver usufruito, nei 7 punteggi individuali, di 5 atleti diversi. Le società con meno di 8 punteggi saranno classificate dopo le società con 8 punteggi.

Premiazioni

Saranno premiati i primi 8 atleti/e di ogni gara. Saranno premiate le prime 3 Società classificate maschili e femminili

C.D.S. DI PROVE MULTIPLE CADETTI/E

Il CRL indice il C.D.S. DI PROVE MULTIPLE 2024, Campionato di Società riservato alla categoria Cadetti/e e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati Fidal per il 2024. Il Trofeo si articola nelle seguenti prove:

1°. PROVA	MANIFESTAZIONE REGIONALE	13 e14 Aprile
2°. PROVA	MANIFESTAZIONE REGIONALE	25 e 26 Giugno
3°. PROVA	CAMPIONATO REGIONALE	14 e 15 settembre ROMA

PROGRAMMA TECNICO COMUNE A TUTTE LE PROVE

CADETTI: ESATHLON: 100hs-Alto-Giavellotto-Lungo-Disco-1000

CADETTE: PENTATHLON: 80hs- Alto-Giavellotto-Lungo-600

Norme di classifica

- **INDIVIDUALI.** Per ciascun atleta verranno sommati i migliori DUE punteggi.
- **PER SOCIETA'.** La classifica sarà stilata sommando da un minimo di 4 ad un massimo di 6 punteggi ottenuti con almeno 3 atleti diversi.

Premiazioni

In occasione di ogni singola prova verranno premiati i primi 8 classificati; al termine della quarta prova verranno premiate le prime 3 Società classificate maschile e femminile.

TROFEO REGIONALE DI SALTI CADETTI/E

Il CRL indice il Trofeo Regionale di Salti, riservato agli atleti/e della categoria Cadetti/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASE DI SVOLGIMENTO

PROVA UNICA 30 giugno LATINA

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti/e: Lungo, Triplo, Asta, Alto

NORME DI PARTECIPAZIONE E DI CLASSIFICA

- Ogni atleta per essere classificato/a dovrà partecipare ad una gara di salti in elevazione (scegliendo al momento dell'iscrizione tra Asta o Alto) e ad una gara di salti in estensione (scegliendo al momento dell'iscrizione tra Triplo e Lungo).
- Nel salto triplo e nel salto in lungo verranno effettuati 3 salti; nel salto in alto ci saranno **tre** tentativi a disposizione per ogni misura
- Le classifiche individuali del Trofeo verranno stilate sommando i punteggi ottenuti nei due salti scelti dagli atleti, in base alle apposite tabelle di punteggio (Ed. 2007 ed aggiornamenti).
- Le classifiche di squadra verranno stilate sommando i punteggi totali dei due migliori atleti (classifica maschile) e delle due migliori atlete (classifica femminile).
- **PREMIAZIONI**

Verranno premiati con medaglia i primi 6 atleti e le prime 6 atlete.

Verranno premiate le prime 3 Società maschili e le prime 3 Società femminili.

TROFEO REGIONALE DI LANCI CADETTI/E

Il CRL indice il Trofeo Regionale di Lanci, riservato agli atleti/e categoria Cadetti/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASE DI SVOLGIMENTO

PROVA UNICA 30 giugno LATINA

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti/e: Martello, Disco, Giavellotto, Peso

NORME DI PARTECIPAZIONE E DI CLASSIFICA

- Ogni atleta per essere classificato/a dovrà partecipare ad una gara scegliendo tra peso e giavellotto, e ad una gara scegliendo tra disco e martello.
- Ogni atleta effettuerà 3 lanci per gara.
- Le classifiche individuali del Trofeo verranno stilate sommando i punteggi ottenuti nei due lanci scelti dagli atleti, in base alle apposite tabelle di punteggio (Ed. 2007 ed aggiornamenti).
- Le classifiche di squadra verranno stilate sommando i punteggi totali dei due migliori atleti (classifica maschile) e delle due migliori atlete (classifica femminile).
- **PREMIAZIONI**
Verranno premiati con medaglia i primi 6 atleti e le prime 6 atlete.

Verranno premiate le prime 3 Società maschili e le prime 3 Società femminili.

TROFEO REGIONALE VELOCITA'– OSTACOLI CADETTI/E

Il CRL indice il Trofeo Regionale Velocità – Ostacoli, riservato agli atleti/e della categoria Cadetti/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASE DI SVOLGIMENTO

PROVA UNICA 30 giugno LATINA

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti/e: 80m, 100/80 hs, 300m, 300 hs

NORME DI PARTECIPAZIONE E DI CLASSIFICA

- Ogni atleta per essere classificato/a dovrà partecipare ad una gara scelta tra 80m e 100/80hs e ad una gara scelta tra 300m e 300hs.
- Le classifiche individuali del Trofeo verranno stilate sommando i punteggi ottenuti nelle due gare scelte dagli atleti, in base alle apposite tabelle di punteggio (Ed. 2007 ed aggiornamenti).
- Le classifiche di squadra del Trofeo verranno stilate sommando i punteggi totali dei due migliori atleti (classifica maschile) e delle due migliori atlete (classifica femminile).

- **PREMIAZIONI**

Verranno premiati con medaglia i primi 6 atleti e le prime 6 atlete.

Verranno premiate le prime 3 Società maschili e le prime 3 Società femminili.

CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA SU STRADA R, C, A

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice il Campionato Regionale individuale di Corsa su strada 2024, riservato agli atleti della categoria Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASI DI SVOLGIMENTO

PROVA UNICA Novembre FRASCATI

PROGRAMMA TECNICO

Allievi: 5000m
Allieve: 4000m
Cadetti: 3000m
Cadette: 2000m
Ragazzi: 2000m
Ragazze: 1500m

Norme di partecipazione e di classifica

- Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti
- La classifica per ogni categoria verrà stilata attribuendo 40 punti al primo, 39 al secondo e così via fino ad assegnare 1 punto al 40° e a tutti gli altri oltre tale piazzamento.
- Le classifiche di Società, maschili e femminili, per ogni categoria scaturiranno dalla somma dei migliori 3 punteggi. Le Società con un numero di punteggi inferiore a due non verranno classificate.
- Le Società, maschili e femminili, che avranno ottenuto il punteggio più alto nella somma delle classifiche di categoria saranno proclamate Campione Regionale di corsa su strada 2024.

Premiazioni

Verranno premiati i primi 6 atleti/e classificati di ogni categoria.

Ai vincitori di ogni categoria maschile e femminile andrà la maglia di Campione Regionale 2024.

Verranno premiate le prime 3 Società, maschili e femminili di ogni categoria.

Verranno premiate le Società, maschile e femminile, Campione Regionale su strada 2024.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI/E SU PISTA

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice i Campionati Regionali individuali Cadetti/e 2024 su pista, riservato agli atleti della categoria Cadetti/e appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

FASI DI SVOLGIMENTO

21 e 22 Settembre RIETI

PROGRAMMA TECNICO

- *GARE MASCHILI CADETTI*
 - Corse piane: m. 80 – 300 – 1000 – 2000
 - Corse ad ostacoli: m. 100 – 300
 - Corse con siepi: m. 1200
 - Salti: alto – asta – lungo – triplo
 - Lanci: peso – disco – martello – giavellotto
 - Marcia: km. 5
 - Staffette: 4x100
- *GARE FEMMINILI CADETTE*
 - Corse piane: m. 80 – 300 – 1000 – 2000
 - Corse ad ostacoli: m. 80 – 300
 - Corse con siepi: m. 1200
 - Salti: alto – asta – lungo – triplo
 - Lanci: peso – disco – martello – giavellotto
 - Marcia: km. 3
 - Staffette: 4x100

Norme di Partecipazione

Gli atleti possono partecipare, nel complesso dei Campionati, ad un massimo di due gare individuali più una staffetta.

Le gare di marcia sono valide ai fini della classifica del Trofeo "Fulvio Villa" di marcia (vedi Regolamento del Trofeo).

Premiazioni

Sono premiati con medaglia i primi 8 atleti/e classificati di ciascuna gara e le prime 3 staffette.

Agli atleti/e primi classificati di ciascuna gara è assegnata la maglia di Campione Regionale 2024.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA 1° E 2° ANNO RAGAZZI

Il Comitato Regionale FIDAL del Lazio indice il Campionato Regionale individuale su pista 2024, riservato agli atleti/e della categoria 1° e 2° Anno Ragazzi appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati Fidal per il 2024.

FASI DI SVOLGIMENTO

12 e 13 ottobre s.d.d.

PROGRAMMA TECNICO

- 60m – 60hs – 200hs – 300m – 1000m – Lungo – Quadruplo – Alto – Peso – Vortex – Marcia 2km – 4x100m

Norme di Partecipazione

Gli atleti/e possono partecipare, nel complesso dei Campionati, ad un massimo di due gare individuali più la staffetta.

Chi partecipa alla gara di salto in lungo non potrà prendere parte a quella di salto quadruplo e viceversa; la rincorsa sarà entro i 12 mt.: la battuta verrà decisa dal Delegato Tecnico, in base alle misure di accredito degli iscritti.

Nelle gare di corsa fino ai 300 mt compresi si utilizzeranno i blocchi di partenza.

Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, nemmeno se alle stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alla categoria Ragazzi possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola di gomma.

Le gare di marcia sono valide ai fini della classifica del Trofeo "Fulvio Villa" di marcia (vedi Regolamento del Trofeo).

Premiazioni

Verranno premiati i primi 8 atleti/e classificati di ogni gara, maschile e femminile, sia per i nati nel 2011 che per i nati nel 2012. Al primo classificato (2011 e 2012) di ogni gara verrà consegnata la maglia di "Campione Regionale 2024". Saranno premiate le prime 3 staffette maschili e femminili senza distinzione di anno di nascita.

TROFEO "FULVIO VILLA" DI MARCIA

Il Comitato Regionale FIDAL del Lazio indice per l'anno 2024 la XVIII edizione del TROFEO FULVIO VILLA DI MARCIA (XXXXII TROFEO LAZIO DI MARCIA), riservato agli atleti/e di tutte le categorie, appartenenti a Società della regione e regolarmente tesserati **Fidal** per il 2024.

CALENDARIO DELLE GARE

1 ^a prova – 14 gennaio – strada	Lanuvio (RM) Tutte le categorie
2 ^a prova – 18 febbraio – strada	Valmontone (RM) Tutte le categorie
3 ^a prova 17 marzo – pista	Ceprano (FR) Tutte le categorie
4 ^a prova – 28 aprile – strada	Fiumicino (RM) Tutte le categorie
5 ^a prova – d.d.d. – pista	Sedi dei Campionati Regionali Individuali di categoria Categorie R/C/A/J/P-S/MAS
6 ^a prova – 8 settembre – pista	Tarquinia (VT) Tutte le categorie
7 ^a prova – 27 ottobre – pista	Ladispoli Tutte le categorie
8 ^a prova – 15 Dicembre – staffette	Roma – "STAFFETTE DI NATALE" Tutte le categorie

PROGRAMMA TECNICO

Prove su strada

Gare Uomini

Esordienti A: km 1

Esordienti B/C: km 0,500

Ragazzi: km 2

Cadetti: km 3/5

Allievi: km 5

Juniors: km 5/8

Seniores/Promesse: km 5/8

Master: km 5

Gare Donne

Esordienti A: km 1

Esordienti B/C: km 0,500

Ragazze: km 2

Cadette: km 3

Allieve: km 5

Juniors: km 5

Seniores/Promesse: km 5

Master: km 5

Prove su pista

Gare Uomini

Esordienti A: km 1**Esordienti B/C:** km 0,400**Ragazzi:** km 2**Cadetti:** km 5**Allievi:** km 10/5**Juniore:** km 10/5**Seniores/Promesse:** km 10/5**Master:** Km 5/3

Gare Donne

Esordienti A: km 1**Esordienti B/C:** km 0,400**Ragazze:** km 2**Cadette:** km 3**Allieve:** km 5**Juniore:** km 5**Seniores/Promesse:** km 5**Master:** Km 5/3**Campionati Regionali Individuali su pista**

Gare Uomini

Ragazzi: km 2**Cadetti:** km 5**Allievi:** km 5**Juniore:** km 10**Seniores/Promesse:** km 10**Master:** Km 5

Gare Donne

Ragazze: km 2**Cadette:** km 3**Allieve:** km 5**Juniore:** km 10**Seniores/Promesse:** km 5/10**Master:** Km 5**7^ PROVA:**

PROVA A STAFFETTE MISTE (i criteri di composizione delle staffette e delle distanze delle frazioni sono da definire)

DNA CADETTI/E

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice la Prima Edizione del DNA su Pista 2024, riservato alle Rappresentative delle sei province del Lazio.

FASE DI SVOLGIMENTO

20 Ottobre ROMA

REGOLAMENTO da definire