

NORME ATTIVITA' 2026 SETTORE PROMOZIONALE

ESORDIENTI M/F - NORME GENERALI	4
TROFEO ESORDIENTI DI CORSA CAMPESTRE	5
PROGRAMMA TECNICO	5
PREMIAZIONI	5
TROFEO ESORDIENTI DI CORSA SU STRADA	5
PROGRAMMA TECNICO	5
PREMIAZIONI	5
TROFEO DI MARCIA ESORDIENTI	6
PROGRAMMA TECNICO	6
PREMIAZIONI	6
TROFEO ATLETICA KIDS PLUS	6
PROGRAMMA TECNICO	6
PREMIAZIONI	7
RAGAZZI/E - NORME GENERALI	7
PROGRAMMA GARE	8
ATTIVITA' INVERNALE	8
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE	8
PROGRAMMA TECNICO	8
NORME DI PARTECIPAZIONE	8
NORME DI CLASSIFICA	9
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE	9
ATTIVITA' ESTIVA	9
CAMPIONATI REGIONALI DI SOCIETÀ SU PISTA	9
PROGRAMMA TECNICO	9
NORME DI PARTECIPAZIONE	9
NORME DI CLASSIFICA	9
PREMIAZIONE	10
CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETÀ SU PISTA	10
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA	10
PROGRAMMA TECNICO	10
NORME DI PARTECIPAZIONE	10
PREMIAZIONI	11
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI SU PISTA	11
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI PROVE MULTIPLE	11
PROGRAMMA TECNICO	11

NORME DI PARTECIPAZIONE	11
NORME DI CLASSIFICA	11
PREMIAZIONI	11
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE	11
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA	11
PROGRAMMA TECNICO	12
NORME DI PARTECIPAZIONE	12
NORME DI CLASSIFICA	12
PREMIAZIONI	12
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA	12
CAMPIONATI REGIONALI DI STAFFETTA	12
PROGRAMMA TECNICO	13
NORME DI PARTECIPAZIONE	13
NORME DI CLASSIFICA	13
PREMIAZIONE	13
CAMPIONATI PROVINCIALI DI STAFFETTA	13
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA	13
PROGRAMMA TECNICO	13
NORME DI PARTECIPAZIONE	13
NORME DI CLASSIFICA	13
PREMIAZIONI	14
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA	14
CADETTI/E - NORME GENERALI	14
PROGRAMMA GARE	15
ATTIVITA' INVERNALE	16
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA CAMPESTRE	16
PROGRAMMA TECNICO	16
NORME DI PARTECIPAZIONE	16
NORME DI CLASSIFICA	17
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA CAMPESTRE	17
ATTIVITA' ESTIVA	17
CAMPIONATI REGIONALI DI SOCIETA' SU PISTA	17
PROGRAMMA TECNICO	17
FASI DI SVOLGIMENTO	18
NORME DI PARTECIPAZIONE	18
NORME DI CLASSIFICA	18
PREMIAZIONE	19
CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETA' SU PISTA	19
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA	20
PROGRAMMA TECNICO	20
NORME DI PARTECIPAZIONE	20
PREMIAZIONE	20
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI SU PISTA	21

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE	21
ESATHLON CADETTI - PENTATHLON CADETTE	21
PROGRAMMA TECNICO	21
NORME DI PARTECIPAZIONE	21
NORME DI CLASSIFICA	21
PREMIAZIONI	22
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE	22
OCTATHLON CADETTI - ESATHLON CADETTE	22
PROGRAMMA TECNICO	22
NORME DI PARTECIPAZIONE	22
NORME DI CLASSIFICA	22
PREMIAZIONE	22
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE	23
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA	23
PROGRAMMA TECNICO	23
NORME DI PARTECIPAZIONE	23
NORME DI CLASSIFICA	23
PREMIAZIONE	23
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA	23
CAMPIONATI REGIONALI DI STAFFETTA	24
PROGRAMMA TECNICO	24
NORME DI PARTECIPAZIONE	24
NORME DI CLASSIFICA	24
PREMIAZIONE	24
CAMPIONATI PROVINCIALI DI STAFFETTA	24
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA	24
PROGRAMMA TECNICO	24
NORME DI PARTECIPAZIONE	24
NORME DI CLASSIFICA	25
PREMIAZIONI	25
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA	25

Nota: tutte le modifiche apportate rispetto alle *Norme Attività 2025* sono riportate in *corsivo*, sottolineate ed evidenziate in grigio.

Per eventuali segnalazioni o richieste di chiarimento, è possibile contattare il Comitato Regionale Sicilia oppure scrivere all'indirizzo e-mail: areatecnicacrsicilia@fidal.it.

ESORDIENTI M/F - NORME GENERALI

Gli Esordienti sono suddivisi in tre fasce d'età:

- **Esordienti 4** → 4-5 anni (nati nel 2021-2022)
 - **Esordienti 6** → 6-7 anni (nati nel 2019-2020)
 - **Esordienti 8** → 8-9 anni (nati nel 2017-2018)
 - **Esordienti 10** → 10-11 anni (nati nel 2015-2016)
-
- L'attività destinata a queste fasce d'età è organizzata dai Comitati Provinciali FIDAL, che provvedono alla realizzazione di attività ludiche e di progetti di educazione motoria, sviluppati in collaborazione con le scuole del territorio e con gli Enti Locali. È auspicabile che i Comitati, d'intesa tra loro, organizzino – oltre all'attività provinciale – almeno due incontri interprovinciali, da svolgere su pista o in piazza.
 - Non è consentito l'utilizzo delle scarpe chiodate, neppure se private dei chiodi. Gli atleti delle categorie Esordienti devono usare esclusivamente scarpe con suola e tacco in gomma.
 - Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è affidato ai Comitati Provinciali, che possono avvalersi della collaborazione di tecnici, insegnanti, operatori degli Enti di Promozione e genitori.
 - La programmazione dell'attività invernale dovrà includere proposte finalizzate al rilancio della corsa campestre, soprattutto a livello provinciale, e allo sviluppo dell'attività indoor, anche in strutture minime. Si intende promuovere inoltre anche la disciplina della marcia e le prove multiple, proposte in forma di gioco e di attività multidisciplinare, con l'obiettivo di avvicinare i bambini a queste specialità in modo naturale, divertente e formativo.

Proposte di attività - Esordienti 10

- Corsa campestre da 500 a 600 metri
- 50 m piani (partenza in piedi)
- 50 m ostacoli (partenza in piedi; 5 ostacoli da 50 cm; distanze: 12,00 – 7,00 – 7,00 – 7,00 – 7,00 – 10,00)
- 600 m
- Marcia 1.000 m
- Salto in alto
- Salto in lungo (battuta libera in un'area delimitata 1 m × 1 m)
- Lancio del vortex (con eventuali prove di precisione per sviluppare la capacità di lanciare)

- Staffette 4×50 m e 5×80 m
 - Le staffette devono essere disputate in corsia, con partenza rispettivamente dai 200 m e dai 400 m, senza zona cambio.

Si consiglia di proporre prove multiple sotto forma di biathlon o triathlon, nelle varie combinazioni possibili.

Per i concorsi (salto in lungo e lancio del vortex) ogni atleta dispone di almeno due prove, fino a un massimo di tre. Nel salto in alto ogni atleta può effettuare massimo due tentativi per ciascuna misura.

L'attività regionale si articola nelle seguenti manifestazioni:

- **Trofeo Esordienti di corsa campestre;**
- **Trofeo Esordienti di corsa su strada;**
- **Trofeo di Marcia Esordienti;**
- **Trofeo Atletica Kids Plus.**

TROFEO ESORDIENTI DI CORSA CAMPESTRE

PROGRAMMA TECNICO

Il Trofeo Esordienti di Corsa Campestre è riservato agli Esordienti 10, maschili e femminili, sulla distanza di 500 metri. L'attività si svolgerà in due prove, organizzate nelle stesse date e sedi delle manifestazioni dei CDS di Cross Promozionali.

La seconda prova sarà disputata sotto forma di staffetta 2×500 metri.

Ogni società potrà partecipare con un numero illimitato di staffette, costituite liberamente nelle seguenti combinazioni: mista (M+F), maschile (M+M), femminile (F+F).

Non è prevista nessuna classifica di società.

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi sei Esordienti classificati maschili e femminili.

TROFEO ESORDIENTI DI CORSA SU STRADA

PROGRAMMA TECNICO

Il Trofeo di Corsa su Strada è riservato agli Esordienti 10, maschili e femminili, sulla distanza di 600 metri. L'attività si svolgerà in occasione del CDS e Individuale di Corsa su Strada Promozionale. Non è prevista nessuna classifica di società.

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi sei Esordienti classificati maschili e femminili.

TROFEO DI MARCIA ESORDIENTI

PROGRAMMA TECNICO

Il Trofeo Trinacria di Marcia è riservato agli Esordienti 6-8-10, maschili e femminili, sulle distanze:

- Esordienti 6: 200 m
- Esordienti 8: 400 m
- Esordienti 10: 1.000 m

L'attività si svolgerà in una delle tre prove, organizzate del Trofeo Trinacria di Marcia. Ogni società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti. Non è prevista nessuna classifica di società.

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi sei Esordienti classificati maschili e femminili.

TROFEO ATLETICA KIDS PLUS

PROGRAMMA TECNICO

Il Trofeo Atletica Kids Plus è riservato agli Esordienti 8-10, maschili e femminili. L'attività articolata su due prove, prede lo svolgimento delle seguenti prove multiple:

- Esordienti 8: Biathlon
- Esordienti 10: Triathlon

Ogni società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti. In ciascuna prova, per ciascuna categoria e per ciascuna gara sono attribuiti, 1 punto al primo classificato, 2 al secondo, 3 al terzo, e così via sino all'ultimo classificato. Agli atleti che non prenderanno parte ad una delle specialità previste nel Biathlon/Triathlon, non potrà essere attribuito alcun punteggio.

Classifica Singola Prova

Per ogni prova sarà stilata una classifica sommando:

- Esordienti 8: Biathlon 2 punteggi
- Esordienti 10: Triathlon 3 punteggi

Si classifica prima l'atleta che ottiene il totale minore nel computo della somma dei punteggi.

Classifica Finale

Per la classifica finale, saranno sommati i punti ottenuti nelle due prove.

Si classifica prima l'atleta che ottiene il totale minore nel computo della somma dei punteggi.

In caso di parità nel punteggio totale, si terrà conto del miglior piazzamento individuale ottenuto nelle due prove. Qualora la parità persista, si considera il secondo miglior piazzamento, e così via, fino alla risoluzione della parità.
Non è prevista nessuna classifica di società.

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi sei Esordienti classificati maschili e femminili.

RAGAZZIE - NORME GENERALI

Appartengono alla categoria Ragazzi gli atleti di 12 e 13 anni, nati negli anni 2013 e 2014.

- Il programma dell'attività provinciale è integrato all'interno del Calendario Territoriale.
- Non è consentito l'utilizzo delle scarpe chiodate, neppure se private dei chiodi. Gli atleti delle categorie Ragazzi devono usare esclusivamente scarpe con suola e tacco in gomma.
- Gli atleti che partecipano a una gara di corsa o marcia (stadia e no stadia) di distanza pari o superiore a 1.000 metri, possono prendere parte, nello stesso giorno, anche a un'altra gara, con l'esclusione delle prove di corsa, marcia o frazioni di staffetta superiori ai 400 metri.
- Per la categoria Ragazzi, nelle gare di velocità, la posizione di partenza è libera.
- Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è affidato ai Comitati Provinciali, che possono avvalersi della collaborazione di tecnici, insegnanti, operatori degli Enti di Promozione e genitori, che saranno coordinati dai Giudici di Gara.
- Risoluzione delle parità – (cronometraggio manuale)
 - Gare di corsa: In caso di parità di tempo rilevato con cronometraggio manuale, la classifica sarà determinata secondo i seguenti criteri:
 - Prevarrà l'atleta che ha ottenuto il miglior piazzamento (ordine di arrivo) nella propria serie;
 - Qualora la parità permanga, sarà classificato davanti l'atleta di età anagrafica inferiore.
 - Concorsi (salti e lanci): In caso di parità tra due o più atleti, la classifica sarà determinata come segue:
 - Si confronteranno le successive migliori prestazioni (seconda misura e, se necessario, terza misura);

- Qualora la parità permanga, sarà classificato davanti l'atleta di età anagrafica inferiore.

PROGRAMMA GARE

Corse	60 m - 1.000 m - 60 hs
Salti	Salto in lungo - Salto in alto
Lanci	Getto del peso di gomma 2 kg - Lancio del vortex o giavellottino
Staffette	4x100 m (partenza e passaggio del testimone entro la zona cambio, ma senza squalifica per cambio fuori zona) - 3x800 m
Marcia	2 km (in pista)
Prove Multiple	Tetrathlon (60 hs - salto in lungo - lancio del vortex - 600 m)

Distanze ostacoli:

- **Ragazze** 60 hs: 6 ostacoli, h. 0,60, distanze 12,00 m - 5x7,50 m - 10,50 m
- **Ragazzi** 60 hs: 6 ostacoli, h. 0,60, distanze 12,00 m - 5x7,50 m - 10,50 m

Nei concorsi (salto in lungo, salto in alto, lancio del vortex o giavellottino), sia nelle gare individuali sia nelle Prove Multiple, ogni atleta dispone di **TRE PROVE**. Nel salto in alto ogni atleta può effettuare massimo due tentativi per ciascuna misura.

ATTIVITA' INVERNALE

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE

Il Campionato di Società si articola su due prove di cui una valevole ai fini dell'assegnazione del titolo di Campione Regionale Individuale.

PROGRAMMA TECNICO

Ragazze: 1.000 metri

Ragazzi: 1.500 metri

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

Si vedano le Norme Regionali 2026 dell'Attività di Crosa Campestre 2026, disponibili sul sito Sicilia.fidal.it

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Cross per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

ATTIVITA' ESTIVA

CAMPIONATI REGIONALI DI SOCIETÀ SU PISTA

PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico, sia maschile che femminile, è il seguente:

60 m - 1.000 m - 60 hs (h. 0,60) - marcia 2 km - salto in alto - salto in lungo - peso gomma 2 kg - lancio del vortex - staffetta 4×100 metri.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero massimo di 3 atleti/e per gara, appartenenti alla categoria Ragazzi/e regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

- Ogni società deve ottenere 8 risultati nelle 9 gare previste dal programma tecnico;
- Ai fini della classifica, ogni società può inserire un solo risultato per ciascuna gara;
- Ogni atleta può partecipare a una gara individuale più la staffetta, oppure a due gare individuali;
- Gli atleti che prendono parte a una gara di corsa o marcia (stadia o non stadia) di distanza pari o superiore a 1.000 metri possono partecipare, nello stesso giorno solare, anche a un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia o frazioni di staffetta superiori ai 400 metri;
- Le gare di corsa si disputano con il sistema delle serie;

- Nei concorsi (salto in lungo - peso - vortex) ogni atleta ha a disposizione tre prove. Nel salto in alto, ogni atleta ha a disposizione un massimo di tre tentativi per ciascuna misura;
- Saranno stilate due classifiche di società, una maschile e una femminile. Al primo classificato di ogni specialità verranno assegnati 15 punti, al secondo 14, al terzo 13, e così via fino all'ultimo classificato, che riceverà 1 punto. A tutti gli atleti classificati oltre il 15° posto verrà comunque assegnato 1 punto. **Per ciascuna classifica, ogni società sommerà i punteggi dei migliori 8 risultati ottenuti nelle 9 gare previste. Saranno classificate a seguire solo le società che avranno ottenuto 8 o 7 risultati in gare diverse. Gli atleti/e delle società che non completano il CDS non acquisiranno punteggio.**
- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà ottenuto il punteggio totale più alto. In caso di parità, prevarrà la squadra con il miglior piazzamento individuale.

PREMIAZIONE

Verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETÀ SU PISTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale di Società per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA

PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico, sia maschile che femminile, è il seguente:

60 m - 1.000 m - 60 hs (h. 0,60) - marcia 2 km - salto in alto - salto in lungo - peso gomma 2 kg - lancio del vortex.

La partenza può avvenire dai blocchi, ove ne sia previsto l'utilizzo, oppure senza blocchi, con partenza libera.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Ciascun atleta può prendere parte a due gare, compatibilmente con il programma orario stabilito. Per ogni specialità prevista dal programma tecnico verrà decretato il Campione Regionale.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale 2026.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI SU PISTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà un Campionato Provinciale Individuale per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE

PROGRAMMA TECNICO

Tetrathlon: 60 hs - salto in lungo - lancio del vortex - 600 m

NORME DI PARTECIPAZIONE

Alla manifestazione ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026. Al termine della manifestazione verranno assegnati il titolo di Campione Regionale di Prove Multiple e il titolo regionale di Società.

NORME DI CLASSIFICA

- Ogni società sommerà i punteggi (secondo la tabella punteggi) dei suoi migliori 3 atleti classificati;
- La società che totalizza il punteggio più alto sarà proclamata Campione Regionale;
- Saranno classificate a seguire solo le società che avranno ottenuto 2 risultati.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Prove Multiple 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE

Ogni Comitato Provinciale organizzerà un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Prove Multiple per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA

PROGRAMMA TECNICO

Ragazze: dai 1.000 metri ai 1.200 metri

Ragazzi: dai 1.500 metri ai 1.800 metri

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026. Per ciascuna società, maschile e femminile, acquisiscono punteggio i migliori 3 atleti/e. Il Campionato Individuale e il Campionato di Società (C.d.S.) si svolgeranno in un'unica manifestazione.

NORME DI CLASSIFICA

- Al primo classificato di ogni prova verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti, e così via fino all'ultimo classificato, che riceverà un numero di punti pari al numero totale dei partecipanti alla gara;
- La somma dei migliori 3 punteggi ottenuti dagli atleti di ciascuna società determinerà la classifica finale di società;
- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più basso. In caso di parità, prevarrà la società che avrà ottenuto il miglior piazzamento individuale;
- Saranno classificate a seguire solo le società che avranno conseguito almeno 2 punteggi.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Corsa su Strada 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Corsa su Strada per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI DI STAFFETTA

PROGRAMMA TECNICO

Ragazzi/e: staffetta 4×100 m - staffetta 3×800 m

Gli atleti che partecipano alla staffetta 4×100 metri non possono prendere parte alla staffetta 3×800 metri.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di staffette, composte da atleti/e appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

Le società prime classificate in ciascuna gara saranno proclamate Campioni Regionali 2026.

PREMIAZIONE

Verranno premiate le prime 3 staffette classificate, la prima staffetta classificata verrà proclamata Campione Regionale di Staffette 2026.

CAMPIONATI PROVINCIALI DI STAFFETTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale di Staffette per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA

PROGRAMMA TECNICO

Ragazze/i: 2 km

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

- Il Campionato si articola su un'unica prova regionale;
- Al primo classificato verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti, e così via fino all'ultimo classificato, che riceverà un numero di punti pari al numero

totale dei partecipanti alla gara. La somma dei migliori tre punteggi ottenuti dagli atleti di ciascuna società determinerà la classifica finale di società;

- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più basso. In caso di parità, prevarrà la società che avrà ottenuto il miglior piazzamento individuale;
- Saranno classificate a seguire solo le società che avranno conseguito almeno due punteggi.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Marcia su Strada 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Marcia su Strada per la categoria Ragazzi/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CADETTI/E - NORME GENERALI

Appartengono alla categoria Ragazzi gli atleti di 14 e 15 anni, nati negli anni 2011 e 2012.

- L'attività della categoria è organizzata in manifestazioni individuali e di Società, inserite nel Calendario Territoriale. Possono partecipare: atleti tesserati FIDAL per l'anno in corso; alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi, secondo quanto previsto dalla normativa federale; atleti tesserati per Enti di Promozione Sportiva, in conformità alle convenzioni FIDAL/EE.PP.SS. vigenti;
- La partecipazione all'attività è subordinata al possesso della certificazione di idoneità agonistica per l'atletica leggera;
- L'attività della categoria Cadetti/e si svolge a livello Provinciale, Regionale, Nazionale e per Rappresentative;
- Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionale e Provinciale, tramite il Gruppo Giudici Gare (GGG).
Per il cronometraggio manuale ed elettrico delle gare su pista è obbligatorio l'impiego di cronometristi F.I.C.R. o G.G.G. FIDAL Cronometristi.
*Per le gare **no stadia**, ove possibile e previsto, è consigliato l'utilizzo di sistemi di cronometraggio con transponder, anche affidati a società terze.*
- Gli atleti che partecipano a una gara di corsa o marcia, (stadia o no stadia) di distanza pari o superiore a 1.000 metri, possono prendere parte, nello stesso

giorno solare, anche a un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia o delle frazioni di staffetta superiori ai 400 metri;

- E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, oltre a quelle con suola e tacco di gomma;
- E' obbligatoria la partenza dai blocchi di partenza nelle gare in cui ne è previsto l'utilizzo.

PROGRAMMA GARE

CADETTI	
Corse	80 m - 300 m - 1.000 m - 2.000 m - 1.200 st - 100 hs - 300 hs
Salti	Salto in lungo - Salto in alto - Salto triplo (battuta a 9 m o 11 m) - Salto con l'asta
Lanci	Peso 4 kg - Giavellotto 600 gr - Disco 1,5 kg - Martello 4 kg
Staffette	4x100 m - 3x1.000 m
Marcia	In pista 5 km - Su strada dai 5 ai 6 km
Corsa su Strada	Dai 2,5 km ai 3 km
Prove Multiple	Esathlon (100 hs - salto in alto - giavellotto - salto in lungo - disco - 1.000) Octathlon (100 hs - disco - asta - giavellotto/salto in lungo - peso - salto in alto - 1.000 m)

Distanze ostacoli:

- **100 hs:** 10 ostacoli, h. 0,84, distanze 13,00 m - 9x8,50 m - 10,50 m
- **300 hs:** 7 ostacoli, h. 0,76, distanze 50 m - 6x35 m - 40 m

I Campionati Italiani e Regionali Individuali di Esathlon ed Octathlon si devono effettuare in due giornate, mentre tutte le altre manifestazioni di Esathlon, a discrezione dei Comitati Regionali, si possono svolgere anche in una sola giornata.

N.B.: Per motivi organizzativi sarà possibile invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.

CADETTE	
Corse	80 m - 300 m - 1.000 m - 2.000 m - 1.200 st - 80 hs - 300 hs
Salti	Salto in lungo - Salto in alto - Salto triplo (battuta a 7 m o 9 m) - Salto con l'asta

Lanci	Peso 3 kg - Giavellotto 400 gr - Disco 1 kg - Martello 3 kg
Staffette	4x100 m - 3x1.000 m
Marcia	In pista 3 km - Su strada dai 3 ai 4 km
Corsa su Strada	Dai 2 km ai 2,5 km
Prove Multiple	Pentathlon (80 hs - salto in alto - giavellotto - salto in lungo -600 m) Esathlon (80 hs - salto in lungo – giavellotto/salto in alto - peso - 600 m)

Distanze ostacoli:

- **80 hs:** 8 ostacoli, h. 0,76, distanze 13,00 m - 7x8 m - 11 m
- **300 hs:** 7 ostacoli, h. 0,76, distanze 50 m - 6x35 m - 40 m

Nei concorsi (lungo - triplo - peso - disco - martello - giavellotto) le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, mentre nell'alto e nell'asta le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura. Nei Campionati Individuali Italiani, Regionali e Provinciali nei concorsi (esclusi alto e asta dove si applica la norma suindicata) sono previste tre prove eliminatorie e tre prove di finale, alle quali accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie.

Nei concorsi delle Prove Multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre (esclusi alto e asta dove si applica la norma indicata precedentemente).

ATTIVITA' INVERNALE

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE

Il Campionato di Società si articola su due prove di cui una valevole ai fini dell'assegnazione del titolo di Campione Regionale Individuale.

PROGRAMMA TECNICO

Cadette: 2.000 metri

Cadetti: 2.500 metri

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

Si vedano le Norme Regionali dell'Attività di Corsa Campestre disponibili sul sito Scilia.fidal.it

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETÀ DI CORSA CAMPESTRE

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Cross per la categoria Cadetti/e, **previa autorizzazione.**

ATTIVITA' ESTIVA

CAMPIONATI REGIONALI DI SOCIETÀ SU PISTA

PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico dovrà obbligatoriamente prevedere nelle due giornate la seguente suddivisione delle gare:

CADETTI	
1^a giornata	80 m - 1.000 m - 300 hs - salto in alto - salto triplo - <u>peso 4 kg</u> - <u>martello 4 kg</u> - marcia 5 km
2^a giornata	300 m - 2.000 m - 1.200 St - 100 hs - salto con l'asta - salto in lungo - <u>disco 1,5 kg</u> - <u>giavellotto 600 gr</u> - 4x100 m

CADETTE

1^a giornata	80 m - 1.000 m - 300 hs - salto con l'asta - salto in lungo - <u>disco 1 kg - giavellotto 400 gr</u> - marcia 3 km
2^a giornata	300 m - 2.000 m - 1.200 st - 80 hs - salto in alto - salto triplo - <u>peso 3 kg - martello 3 kg</u> - 4x100 m

FASI DI SVOLGIMENTO

Il C.d.S. Cadetti/e si svolge in tre manifestazioni (1^a fase C.d.S., Campionato Regionale Individuale e 2^a fase C.d.S.).

Ciascuna fase si articola in due giornate; ai fini della classifica verranno considerati i migliori punteggi ottenuti, tenendo conto di tutte e tre le fasi.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti, appartenenti alla categoria Cadetti/e regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Ogni atleta può prendere parte, nell'arco della manifestazione, a due gare individuali più la staffetta, fermo restando il limite massimo di due gare nella stessa giornata. Ogni società potrà iscrivere una sola staffetta.

Gli atleti che partecipano a una gara di corsa o marcia (stadia o no stadia) di distanza pari o superiore a 1.000 metri, possono prendere parte, nello stesso giorno solare, anche a un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia o delle frazioni di staffetta superiori ai 400 metri. Le gare di corsa si disputano con il sistema delle serie.

NORME DI CLASSIFICA

- Saranno stilate due classifiche di Società, una maschile e una femminile.
- Ogni società deve ottenere 11 risultati in almeno 11 gare diverse, comprendendo obbligatoriamente:
 - almeno due gare di lanci (Peso – Disco – Martello – Giavellotto);
 - almeno due gare di salti (Alto – Lungo – Triplo – Asta);
 - almeno una gara di velocità (80 m – 300 m – 4×100 m);
 - almeno una gara di ostacoli (80 hs – 300 hs);
 - almeno due gare di mezzofondo o marcia (1.000 m – 2.000 m – 1.200 siepi – Marcia);
 - obbligatoria la staffetta 4×100 m;
 - due gare a scelta per completare le 11 gare diverse previste.
- Il punteggio di ogni singola prestazione sarà assegnato in base alle tabelle FIDAL;
- Ai fini della classifica finale, ogni società compilerà un modulo riepilogativo, utilizzando i migliori punteggi ottenuti nelle tre fasi;
- Nel modulo di autocertificazione finale, per ogni atleta potranno essere inseriti al massimo due punteggi individuali, oltre alla staffetta;

- La classifica finale sarà stilata sommando 11 punteggi relativi a 11 gare diverse, nel rispetto dei vincoli sopra indicati. **N.B. Non è obbligatorio coprire tutte le 11 gare in ciascuna fase;**
- Ogni atleta può disputare gare diverse nelle tre fasi, ma nel modulo finale potranno essere considerati solo due risultati individuali + la staffetta.
In caso di parità nel punteggio complessivo, prevarrà la società che avrà ottenuto i migliori piazzamenti individuali nelle singole specialità;
- Saranno classificate, a seguire, le società con 10 e successivamente con 9 punteggi, ottenuti sempre in gare diverse. Non saranno classificate le società con meno di 9 punteggi;
- Non saranno presi in considerazione ritiri, squalifiche o prestazioni con zero punti. In caso di ritiro o squalifica, la gara non sarà considerata coperta;
- Verranno sommati i migliori punteggi ottenuti nelle tre fasi, secondo le modalità indicate;
- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà ottenuto il punteggio complessivo più alto;
- Al termine di ogni fase verrà pubblicata una classifica provvisoria; al termine della terza fase sarà redatta la classifica finale, con premiazione in campo.

Bonus Campionati Regionali Individuali

Gli atleti che, in occasione dei Campionati Regionali Individuali, prenderanno parte alle gare di:

- salto con l'asta;
- giavellotto;
- marcia.

Beneficeranno di un bonus di 100 punti per ciascuna gara disputata, in aggiunta ai punti ottenuti con la prestazione realizzata, a condizione che venga totalizzato almeno 1 punto. Le tre discipline sopra indicate percepiscono il BONUS solo per i campionati regionali individuali (valida come seconda fase), non sarà dato bonus nella prima e terza fase dei cds cadetti/e.

Esempio: una società che, ai C.R. Individuali, schiera un atleta nell'asta, uno nel giavellotto e uno nella marcia, beneficerà di 300 punti di bonus, se in ciascuna gara è stato ottenuto almeno 1 punto.

PREMIAZIONE

Verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI DI SOCIETÀ SU PISTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà un Campionato Provinciale di Società per la categoria Cadetti/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA

PROGRAMMA TECNICO

CADETTI	
1^ giornata	80 m - 1.000 m - 300 hs - salto in alto - salto triplo - peso 4 kg - giavellotto 600 g - marcia 5 km
2^ giornata	300 m - 2.000 m - 1.200 St - 100 hs - salto con l'asta - salto in lungo - martello 4 kg - disco 1,5 kg

CADETTE	
1^ giornata	80 m - 1.000 m - 300 hs - salto con l'asta - salto in lungo - disco 1 kg - martello 3 kg - marcia 3 km
2^ giornata	300 m - 2.000 m - 1.200 st - 80 hs - salto in alto - salto triplo - peso 3 kg - giavellotto 400 g

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Ciascun atleta può prendere parte a due gare nell'arco delle due giornate.

Gli atleti che partecipano a una gara di corsa o marcia (stadia o no stadia) di distanza pari o superiore a 1.000 metri, possono prendere parte, nello stesso giorno solare, anche a un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia o delle frazioni di staffetta superiori ai 400 metri

Nei concorsi sono previste **tre prove eliminatorie e tre prove di finale**, alle quali **accedono i primi 8 atleti classificati al termine delle prove eliminatorie.**

Per ogni specialità prevista dal programma tecnico verrà decretato il Campione Regionale.

PREMIAZIONE

Verranno premiati i primi 6 classificati di ogni specialità. il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale Cadetti su pista 2026.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI SU PISTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà un Campionato Provinciale Individuale per la categoria Cadetti/e, previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE ESATHLON CADETTI - PENTATHLON CADETTE

PROGRAMMA TECNICO

ESATHLON CADETTI	
1^ giornata	100 hs - salto in alto - giavellotto
2^ giornata	Salto in lungo - disco - 1.000 m

PENTATHLON CADETTE	
1^ giornata	80 hs - salto in alto - giavellotto
2^ giornata	Salto in lungo - 600 m

NORME DI PARTECIPAZIONE

Alla manifestazione ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Al termine della manifestazione verranno assegnati il titolo di Campione Regionale di Prove Multiple e il titolo regionale di Società.

NORME DI CLASSIFICA

- Ai fini delle classifiche, i risultati saranno rapportati alle apposite tabelle di punteggio previste per le categorie Cadetti/e;
- Le classifiche del C.d.S. Regionale, maschile e femminile, saranno determinate sommando un minimo di 2 e un massimo di 3 punteggi, calcolati secondo tabella, ottenuti da atleti/e della stessa società;
- Sarà proclamata Campione Regionale la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più alto;
- Ai fini della classifica, saranno considerate prioritarie le società con 3 punteggi, seguite da quelle con 2 punteggi.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 3 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Prove Multiple 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE OCTATHLON CADETTI - ESATHLON CADETTE

PROGRAMMA TECNICO

OCTATHLON CADETTI	
1^a giornata	100 hs - disco - salto con l'asta - giavellotto
2^a giornata	Salto in lungo - peso - salto in alto - 1.000 m

ESATHLON CADETTE	
1^a giornata	80 hs - salto in lungo - giavellotto
2^a giornata	Peso - salto in alto - 600 m

NORME DI PARTECIPAZIONE

Alla manifestazione ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026. Al termine della manifestazione verranno assegnati il titolo di Campione Regionale di Prove Multiple e il titolo regionale di Società.

NORME DI CLASSIFICA

- Ai fini delle classifiche, i risultati saranno rapportati alle apposite tabelle di punteggio previste per le categorie Cadetti/e;
- Sarà proclamata Campione Regionale la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più alto;

PREMIAZIONE

- Verranno premiati i primi 3 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Prove Multiple 2026.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Prove Multiple per la categoria Cadetti/e, previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA

PROGRAMMA TECNICO

Cadette: 2.500 metri

Cadetti: 3.000 metri

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Il Campionato Individuale e il Campionato di Società (C.d.S.) si svolgeranno in un'unica manifestazione.

NORME DI CLASSIFICA

- Per ciascuna società, maschile e femminile, acquisiscono punteggio i migliori 3 atleti/e;
- Al primo classificato di ogni prova verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti, e così via fino all'ultimo classificato, che riceverà un numero di punti pari al numero dei partecipanti alla gara. La somma dei migliori 3 punteggi ottenuti dagli atleti di ciascuna società determinerà la classifica finale di società;
- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più basso. In caso di parità, prevarrà la società che avrà ottenuto il miglior piazzamento individuale;
- Saranno classificate a seguire solo le società che avranno conseguito almeno 2 punteggi.

PREMIAZIONE

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Corsa su Strada 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI CORSA SU STRADA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Corsa su Strada per la categoria Cadetti/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI DI STAFFETTA

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti/e: staffetta 4×100 m - staffetta 3×1000 m

Gli atleti che partecipano alla staffetta 4×100 metri non possono prendere parte alla staffetta 3×1.000 metri.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di staffette, composte da atleti/e appartenenti alla categoria Cadetti/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

NORME DI CLASSIFICA

Le società prime classificate in ciascuna gara saranno proclamate Campioni Regionali 2026.

PREMIAZIONE

Verranno premiate le prime 3 staffette classificate, la prima staffetta classificata verrà proclamata Campione Regionale di Staffette 2026.

CAMPIONATI PROVINCIALI DI STAFFETTA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale di Staffette per la categoria Cadetti/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale.**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA

PROGRAMMA TECNICO

Cadette: 3 km

Cadetti: 5 km

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni società può partecipare al Campionato con un numero illimitato di atleti/e appartenenti alla categoria Ragazzi/e, regolarmente tesserati per l'anno 2026.

Per ogni società maschile e femminile e per ciascuna prova, portano punteggio i migliori 3 atleti/e.

NORME DI CLASSIFICA

- Il Campionato si articola su un'unica prova regionale;
- Al primo classificato verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti, e così via fino all'ultimo classificato, che riceverà un numero di punti pari al numero totale dei partecipanti alla gara;
- La somma dei migliori tre punteggi conseguiti dagli atleti di ciascuna società determinerà la classifica finale di società. In caso di parità, si terrà conto del miglior piazzamento individuale ottenuto; qualora la parità persista, si considera il secondo miglior piazzamento, e così via fino alla risoluzione della parità;
- Sarà proclamata Campione Regionale (maschile e femminile) la società che avrà totalizzato il punteggio complessivo più basso;
- Saranno classificate a seguire solo le società che avranno conseguito almeno due punteggi.

PREMIAZIONI

- Per il titolo individuale verranno premiati i primi 6 classificati; il primo classificato sarà proclamato Campione Regionale di Marcia su Strada 2026;
- Per il CDS verranno premiate le prime 3 società classificate.

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI MARCIA SU STRADA

Ogni Comitato Provinciale organizzerà, eventualmente con un proprio regolamento, un Campionato Provinciale Individuale e di Società di Marcia su Strada per la categoria Cadetti/e, **previa autorizzazione della Struttura Tecnica Regionale della Struttura Tecnica Regionale.**