



La Fidal Umbria indice il **14° TROFEO ARCOBALENO**

Il TROFEO ARCOBALENO è riservato alle categorie ESORDIENTI e si articola in 5 tappe. In ogni tappa alcune gare sono valedoli come **Campionato Regionale Individuale Esordienti**.

REGOLAMENTO:

1. Le tappe in programma sono:

- 1^ Tappa 1 maggio Foligno
- 2^ Tappa 9 maggio Strozze
- 3^ Tappa 7 giugno Umbertide
- 4^ Tappa 27 settembre Sede da definire

2. Programma tecnico:

- 2.1** ESORDIENTI 6 m/f - 2019-2020: 50mt; 40 hs (4 ostacoli h30) ; 200mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; lancio della pallina
- ESORDIENTI 8 m/f - 2017-2018: 50mt ; 50 hs (5 ostacoli h30) ; 300 mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; salto in alto ; vortex ; marcia 400mt
- ESORDIENTI 10 m/f - 2015-2016: 50mt ; 50hs (5 ostacoli h50) ; 600 mt (partenza in linea) ; salto in lungo ; salto in alto; vortex; marcia 600mt

3. Norme tecniche:

- 3.1 Nel salto in lungo e nel lancio del vortex le prove a disposizione saranno 3 la battuta nel salto in lungo sarà libera (1 mt x 1,22 mt partendo dal bordo sabbia);
- 3.2 Nel salto in alto Esordienti 8 m/f le prove a disposizione saranno 2, la misura d'ingresso e la progressione sarà: 0,80 – 0,85 – 0,90 – 0,95 – 0,98 – 1,01 – 1,04 – 1,06 – 1,08 –.....
- 3.3 Nel salto in alto Esordienti 10 m/f le prove a disposizione saranno 2, la misura d'ingresso e la progressione sarà: 0,95 – 1,00 – 1,05 – 1,10 – 1,13 – 1,16 – 1,18 –1,20 – 1,22..
- 3.4 Ogni atleta può scegliere la misura di inizio gara comunicandolo al giudice di gara durante l'appello, non saranno accettate misure inferiori a quelle stabilite dalla progressione.
- 3.5 Nella gara di marcia per la categoria Esordienti 10/8 verranno posizionati dei coni a forma di ovale lungo la pista dove gli atleti ammoniti o richiamati dai giudici di gara dovranno fare, continuando a marciare, un giro intorno all'ovale per poi riprendere il senso di marcia.
- 3.6 nelle gare di velocità e ostacoli la partenza sarà da in piedi.

4. Norme di partecipazione:

- 4.1** La partecipazione è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati FIDAL e ai tesserati EPS.
- 4.2** Ogni società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

- 4.3** Ai **CAMPIONATI REGIONALE INDIVIDUALI** concorrono esclusivamente gli atleti tesserati FIDAL.
- 4.4** Il titolo di **CAMPIONE REGIONALE INDIVIDUALE** verrà assegnato nelle diverse specialità secondo la tabella riassuntiva in calce al presente regolamento.

5. Premiazione:

- 5.1** In ogni gara di ogni tappa, verranno premiati i primi SEI (6) classificati di ogni gara. Medaglia a tutti gli altri atleti classificati.
- 5.2** Nelle gare di CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE agli atleti primi classificati di ciascuna categoria (Esordienti 6, 8, 10) verrà assegnata la Maglia di “Campione Regionale Umbro 2026”.
- 5.3** PREMIAZIONE FINALE: Al termine del TROFEO ARCOBALENO, verranno premiati con MAGLIETTA CELEBRATIVA tutti gli Esordienti 10 e 8 m/f che nel corso del Trofeo avranno partecipato ad almeno 5 specialità diverse e tutti gli Esordienti 6 m/f che nel corso del Trofeo avranno partecipato ad almeno 4 specialità diverse.

6. Iscrizione:

- 6.1** Le iscrizioni si effettueranno con il sistema online del sito federale fino a due giorni prima delle rispettive manifestazioni.
- 6.2** La tassa di iscrizione è di 5 (cinque) euro ad atleta e l’atleta potrà prendere parte a n° 2 gare.

TABELLA RIASSUNTIVA DELLE GARE DEL TROFEO ARCOBALENO 2026

N.B.: Le gare evidenziate in **giallo** sono valevoli come “Campionato Regionale Esordienti 2026”

Manifestazione	ESORDIENTI 10	ESORDIENTI 8	ESORDIENTI 6
01/05 FOLIGNO	600 – ALTO – 50HS	300 – 50 HS - LUNGO	40 HS - 200
09/05 STROZZACAPPONI	50 – VORTEX - LUNGO	VORTEX – 50 HS- 50	50 – PALLINA
07/06 UMBERTIDE	50 – ALTO – MARCIA	MARCIA – VORTEX – 50	200 – LUNGO
20/09 SDD	VORTEX- 50 HS – LUNGO	300 – LUNGO - ALTO	50- LUNGO