



**Riccione – 22/23 ottobre 2011**

*Dario Giombelli*

# **TITOLO 1**

## **DISPOSIZIONI GENERALI**

### **- DEFINIZIONI**

- 1. Le manifestazioni di atletica leggera sono costituite da gare su pista, su strada, di **corsa campestre**, di marcia e di corsa in montagna, che si svolgono sia all'aperto che al coperto sul territorio**



# **REGOLA 250**

## **Corse campestri**

- ***Regole generali***

1. A causa delle circostanze estremamente variabili in cui la corsa campestre è praticata nel mondo e delle difficoltà per una normativa internazionale standardizzata di questo sport, deve essere accettato che le differenze, tra gare disputatesi con successo o meno, spesso dipendono dalle caratteristiche naturali del luogo di svolgimento e dall'abilità del tracciatore del percorso.



## ***Il percorso***

3. a) Il percorso deve essere tracciato su di un'area aperta e boschiva, coperta il più possibile da prato, con ostacoli naturali che possono essere usati dal tracciatore del percorso per ottenere una gara competitiva e interessante

.....

4. a) deve essere tracciato un circuito, con **un giro che misuri da 1750 m a 2000 m**. Se necessario, può essere aggiunto un piccolo giro per aggiustare le distanze richieste nelle varie gare; in questi casi **il giro più piccolo deve essere corso nelle prime fasi della gara**. Si raccomanda che ogni giro lungo abbia un pendio (salita) totale di almeno 10 metri;

- b) devono essere usati, se possibile, ostacoli naturali preesistenti. Comunque, dovrebbero essere evitati ostacoli molto alti, come fosse profonde, salite/discese pericolose, sottoboschi fitti ed, in generale, ogni ostacolo che possa costituire una difficoltà in contrasto con i caratteri della competizione. È preferibile che non vengano usati ostacoli artificiali, ma, .....

Nelle gare dove c'è un gran numero di concorrenti devono essere evitati per i primi 1500 m spazi ristretti

- c) deve essere **evitato o ridotto al minimo l'attraversamento di strade** o di ogni genere di pavimentazione. Quando è impossibile evitare ciò in una o due zone del percorso, le zone interessate devono essere **coperte da prato, terra o stuoia**;

**5. a)** Il percorso deve essere chiaramente marcato con nastro su entrambi i lati.... Le zone critiche devono essere recintate; in particolare le zone di partenza (inclusa la Camera d'Appello e la zona di riscaldamento) e la zona di arrivo (compresa la zona mista). Solo le persone accreditate possono accedere a queste aree.

**b)** Al pubblico deve essere consentito di attraversare il percorso a mezzo di impalcature prossime al percorso in punti di attraversamento bene organizzati, controllati da addetti.

**c)** Si raccomanda che, tranne le zone di partenza e di arrivo, il percorso **sia largo 5 metri, incluse le zone con ostacoli.**

## ***La partenza***



7. Le corse debbono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare superiori a 400 m (Regola 162.3).

Nelle gare internazionali devono essere dati successivi avvertimenti 5, 3 ed 1 minuto prima della partenza.

Debbono essere predisposte postazioni di partenza (boxes) dove i componenti di ogni singola squadra si allineeranno uno dietro l'altro.

- ***Posti di spugnaggio e distribuzione di acqua potabile e punti di rifornimento***

8. Alla partenza ed all'arrivo di tutte le gare saranno messe a disposizione acqua ed altre bevande adatte. Per tutte le gare devono essere predisposti ogni giro, se le condizioni atmosferiche lo richiedono, punti di spugnaggio e di distribuzione di acqua.



## ***Condotta di gara***



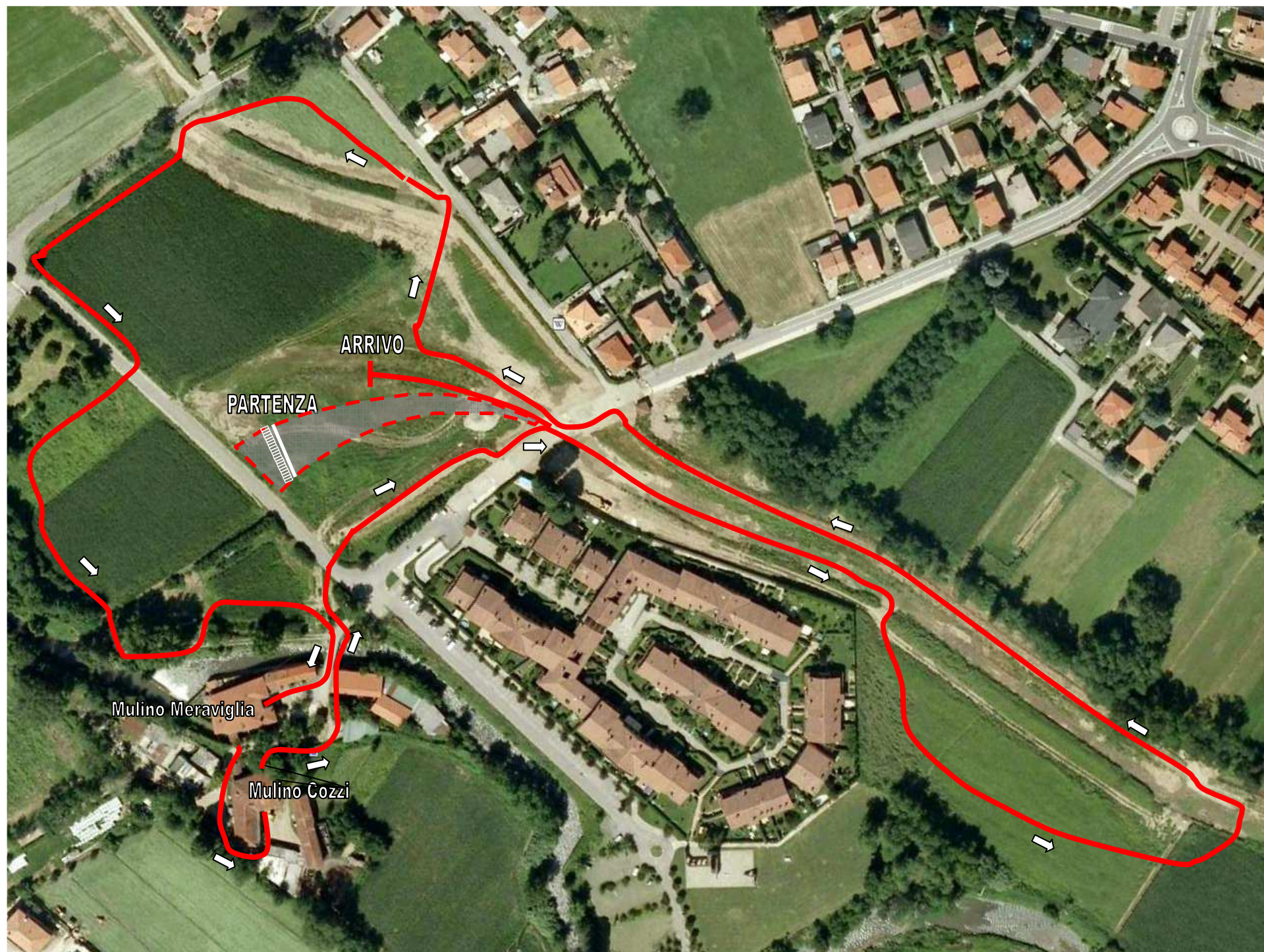
9. Se l'Arbitro è convinto, dal rapporto di un giudice o di un giudice ai controlli o in qualche altra maniera, che un atleta ha abbandonato il percorso, percorrendo una distanza più breve, deve squalificarlo.





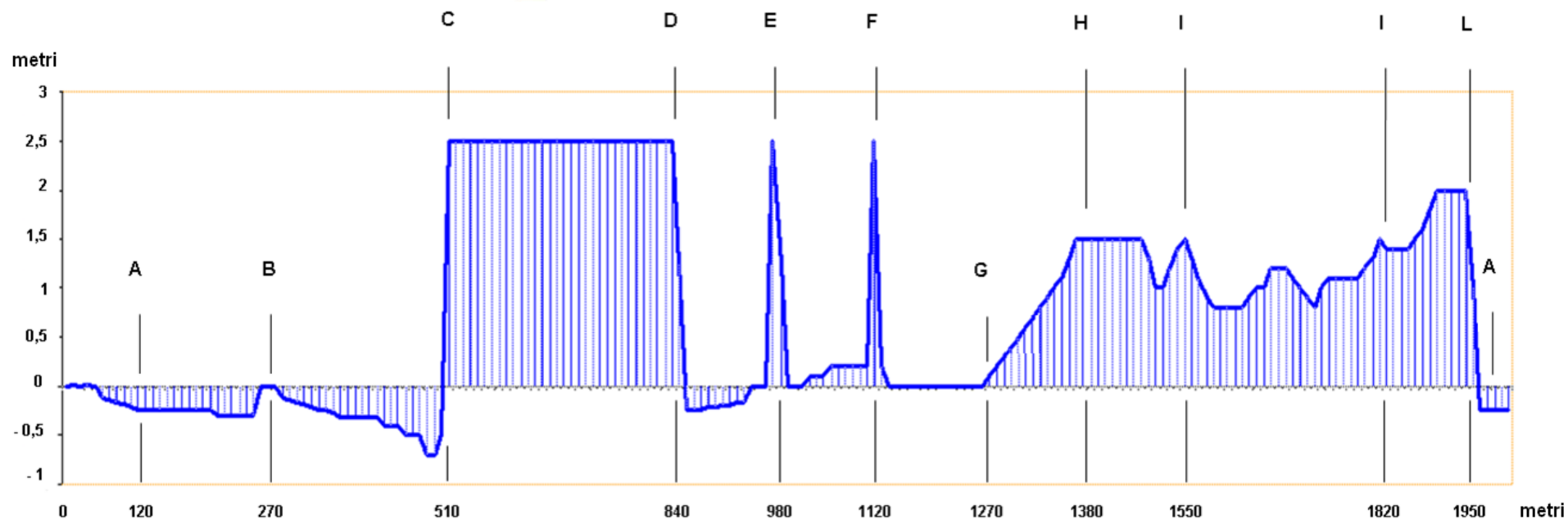


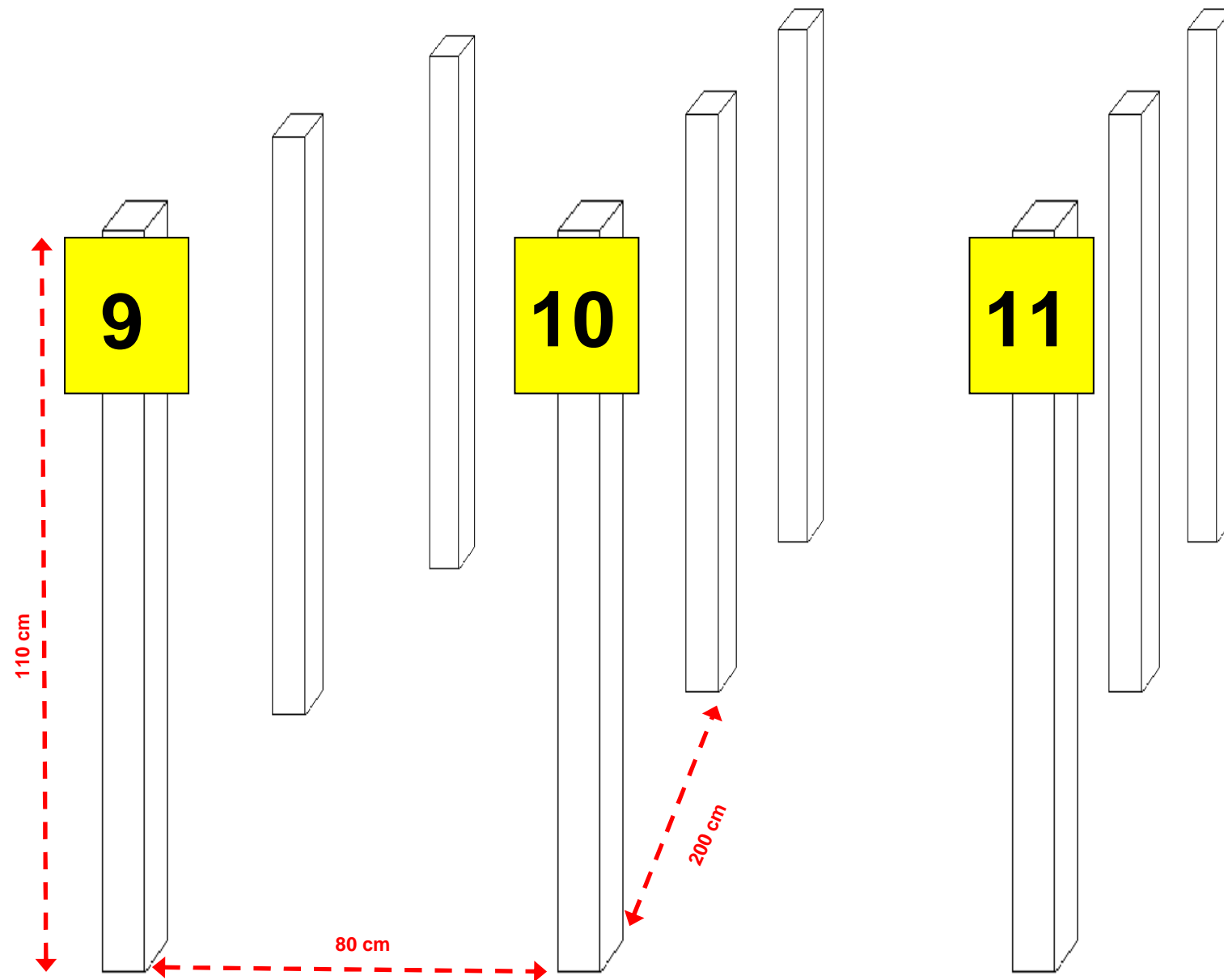






# Variazioni altimetriche percorso 2011





BOX NUMBER	JUNIOR MEN	JUNIOR WOMEN	UNDER 23 MEN	UNDER 23 WOMEN	SENIOR MEN	SENIOR WOMEN
1						
2						
3	POL					
4	NOR	SVK				
5	LUX	HUN	SLO			
6	CZE	CZE	LTU	CZE		
7	NED	AUT	BLR	BLR	CZE	UKR
8	CRO	POR	BEL	RUS	NED	SLO
9	BLR	NOR	POR	SRB	SUI	AUT
10	SUI	NED	RUS	BEL	BEL	FIN
11	AUT	BEL	HUN	POR	SWE	RUS
12	ITA	GER	ITA	POL	POR	HUN
13	HUN	ESP	IRL	TUR	GBR	POR
14	FRA	GBR	FRA	ROM	ESP	IRL
15	GER	ROM	GBR	FRA	UKR	ESP
16	GBR	IRL	ESP	ITA	FRA	GBR
17	ESP	ITA	GER	IRL	ITA	FRA
18	IRL	FRA	POL	GBR	IRL	ITA
19	POR	SLO	ROM	ESP	TUR	GER
20	SLO	TUR	NED	GER	FIN	BEL
21	ROM	RUS	TUR	NED	GER	SRB
22	RUS	CRO	SUI	UKR	SER	CZE
23	TUR	FIN	CZE	SUI		LIE
24	UKR	UKR	FIN	FIN		SWE
25	BEL	SUI	SRB			
26	SWE	DEN				
27	FIN	SRB				
28	SRB	POL				
29						
30						