

# RTI 2021 - Sezione V

## Competizioni Indoor



## 40. applicabilità alle Gare al Coperto delle regole per le Gare all'aperto (regola 210)

- Le Regole dalla Sezione I alla Sezione IV per le competizioni all'aperto (outdoor), ad eccezione di quanto stabilito nelle seguenti Regole di questa Sezione V e dell'obbligo della misurazione del vento di cui alle Regole 17 e 29 delle Regole Tecniche, si applicano anche alle competizioni al coperto (indoor).

# 41. Lo Stadio per le Gare al Coperto (regola 211)



## 41.1

- Lo stadio sarà completamente chiuso tutto intorno e coperto.
- Sarà dotato di illuminazione, riscaldamento e ventilazione, tali da fornire condizioni di gara soddisfacenti.

## 41.2

- L'impianto comprenderà una pista ovale, una pista rettilinea per le gare di corsa e corse ad ostacoli, pedane di rincorsa e zone di caduta per il Salto in Lungo e Triplo.
- Oltre a ciò, dovrebbe essere predisposta una pedana circolare con relativo settore di caduta per il Lancio del Peso, sia essa fissa o mobile.

## 41.3

- Tutte le piste, le pedane di rincorsa e le superfici delle zone di stacco saranno ricoperte con materiale sintetico che dovrebbe preferibilmente essere tale da consentire scarpette da gara con chiodi da 6mm.
- La Direzione dell'impianto può chiedere spessori diversi e, in tal caso, informerà gli atleti della lunghezza dei chiodi consentita (vedi la Regola 5.4 delle Regole Tecniche).

## 41.4

- Le basi su cui la superficie sintetica delle piste, delle pedane e delle zone di stacco sono collocate dovranno essere solide (es. calcestruzzo) o, se di costruzione sospesa (quali pannelli di legno montati sui travetti), senza alcuna specifica sezione elastica

- **la pista rettilinea (regola 212)**
- [Vedi le Regole per le competizioni all'aperto e il WA Track and Field Facilities Manual]

## 42. la pista rettilinea (regola 212)

- Vedi le Regole per le competizioni all'aperto e il WA Track and Field Facilities Manual

43

## La pista ovale e le corsie (regola 213)

## 43.1

## 43.2 corsie

- La lunghezza nominale dovrebbe essere preferibilmente di 200m. Deve essere formata da due rettilinei e da due curve, che possono essere inclinate e di raggio uguale.
- L'interno della pista deve essere delimitato o da un cordolo in materiale adatto, alto e largo approssimativamente 50mm, o da una linea bianca di 50mm di larghezza.
- Il bordo esterno di questo cordolo o di questa linea fa parte della prima corsia. Il bordo interno del cordolo o della linea deve essere orizzontale per tutta la lunghezza della pista con una pendenza massima di 1:1000 (0,1%). Il cordolo dei due rettilinei può essere omesso e sostituito con una linea bianca larga 50mm.
- La pista dovrebbe avere un minimo di 4 ed un massimo di 6 corsie.
- La larghezza nominale delle corsie deve essere compresa tra 0,90m e 1,10m inclusa la linea di demarcazione sulla destra. Tutte le corsie saranno della stessa larghezza.
- Le corsie devono essere separate da linee bianche larghe 50mm.

## 43.3 sopraelevazione

- L'angolo di inclinazione, in tutte le corsie in curva e, separatamente, nel rettilineo, dovrebbe essere lo stesso in ogni sezione trasversale della pista.
- Il rettilineo dovrà essere piatto o con una inclinazione laterale massima di 1:100 (1%) verso l'interno.
- Al fine di facilitare il passaggio dal rettilineo alla curva sopraelevata, tale passaggio può essere predisposto con una transizione liscia e graduale che si può estendere fino a 5m in rettilineo.
- In aggiunta, ci può anche essere una transizione verticale.

## 43.4 Marcatura delle curve

- Nei casi in cui il bordo interno della pista è delimitato da una linea bianca, esso deve essere delimitato anche da bandierine o coni sulle curve e facoltativamente nei rettilinei.
- I coni saranno alti almeno 0,20m. Le bandierine saranno di circa 0,25mx0,20m di lato, alte almeno 0,45m e poste ad un angolo di 60° rispetto alla superficie della pista. Le bandierine ed i coni dovrebbero essere posti sulla pista in modo che il bordo della base del cono o della bandierina coincida con il bordo della linea bianca più vicino alla pista. I coni o le bandierine saranno posti ad intervalli non superiori a 1,5m nelle curve e, se usati, a 10m nei rettilinei.
- Nota: Per tutte le competizioni indoor, direttamente sotto il controllo della WA, si raccomanda fortemente l'uso di un cordolo interno.

44

44.1

- **partenza e arrivo sulla pista ovale (regola 214)**
- **Informazioni tecniche sulla costruzione e segnatura di una pista indoor di zoom sono dettagliate nel WA Track and Field Facilities Manual.**

## 44.2 requisiti base

- La partenza e l'arrivo di una gara di corsa debbono essere indicati da linee bianche di 50mm di larghezza, poste, per le parti rettilinee della pista, ad angolo retto con le linee delle corsie e, per le parti curve della pista, lungo una linea radiale.

## 44.3

- I requisiti per la linea d'arrivo sono che, ogni qualvolta ciò sia possibile, dovrebbe esserci una sola linea d'arrivo per tutte le diverse lunghezze di gara.
- La linea d'arrivo deve essere su una parte rettilinea della pista e la maggior parte possibile, di tale rettilineo, dovrebbe essere prima dell'arrivo.

44.4

- Requisito essenziale per tutte le linee di partenza, siano esse diritte, a scalare o curve, è che la distanza per ogni singolo atleta, che segua il percorso più breve che gli sia consentito, sia esattamente la stessa.

44.5

- Le linee di partenza (e le linee delle zone di cambio per le gare di Staffetta), per quanto possibile, non dovrebbero essere nella parte più elevata della sopraelevazione.

# 44.6

- **svolgimento delle gare di corsa**
  - Specifiche per lo Svolgimento delle Corse, come segue:

44.6.1

- Le gare fino a 300m comprese saranno corse interamente in corsia.

44.6.2

- Le gare oltre i 300m ed inferiori agli 800m partiranno e continueranno in corsia sino alla linea di rientro segnata al termine della seconda curva.

## 44.6.3

- Per la partenza delle corse di 800m, ciascun atleta può avere una propria corsia, o massimo due atleti potranno essere inseriti nella stessa corsia, o si può ricorrere ad una partenza in linea, come da Regola 17.5.2 delle Regole Tecniche usando, preferibilmente, le corsie 1 e 4 come punto di partenza. In questi casi, gli atleti possono lasciare la propria corsia, o quelli che gareggiano nel gruppo esterno possono unirsi al gruppo interno, solo dopo la linea di rientro segnata alla fine della prima curva o, se la corsa si svolge con due curve in corsia, alla fine della seconda curva. Può essere usata anche una singola linea di partenza curva.

## 44.6.4

- Le gare superiori agli 800m saranno corse senza usare le corsie, ricorrendo ad una linea di partenza ad arco o a partenze per gruppi. Se viene utilizzata una partenza per gruppi, la linea di rientro sarà sia al termine della prima che della seconda curva.
- Se un atleta non rispetta questa Regola, sarà squalificato. La linea di rientro deve essere indicata da una linea ad arco segnata dopo ogni curva, larga 50mm, che attraversi tutte le corsie tranne la prima. Piccoli coni, prismi o altri segnalatori adatti, 50mmx50mm e non più alti di 0,15m, preferibilmente di colore diverso rispetto alle linee di rientro e delle corsie, devono essere posizionati, per aiutare gli atleti ad individuare la linea di rientro, immediatamente prima dell'intersezione delle linee delle corsie con la linea di rientro stessa.

## 44.6.4

- Nota (i): Nelle competizioni diverse da quelle indicate ai paragrafi 1.1, 1.2, 1.3 e 1.6 della definizione di Competizione Internazionale, le squadre partecipanti possono accordarsi per non usare le corsie nella gara degli 800m.
- Nota (ii): Su una pista con meno di 6 corsie, può essere usata una partenza in gruppo, per permettere la partecipazione di 6 atleti.

## Linea di partenza e di arrivo per la pista di lunghezza nominale di 200m

44.7

- La linea di partenza nella prima corsia dovrebbe trovarsi sul rettilineo principale. La sua posizione sarà determinata in modo tale che lo scalare di partenza più avanzato nella corsia esterna (gare dei 400m) sia in una posizione nella quale l'angolo della sopraelevazione della curva non risulti superiore a 12 gradi.
- La linea di arrivo per tutte le gare di corsa, disputate sulla pista ovale, è il prolungamento della linea di partenza nella prima corsia, tracciato attraverso tutta la pista ad angolo retto con le linee che delimitano le corsie.
- **Interpretazione Wa** - I colori da utilizzare per tracciare la pista sono indicati nel "Track Marking Plan" incluso nel WA Field Facilities Manual.

45

45.1

## Turni e Batterie, sorteggi e qualificazioni nelle Corse (regola 215)

- La distribuzione e la composizione dei turni sarà fatta ai sensi della Regola 20.3 delle Regole Tecniche.

45.2

- Per tutti i turni di tutte le gare, corse interamente o parzialmente in corsia sulla pista circolare, quando ci sono turni successivi, devono essere effettuati quindi tre sorteggi:
- 45.2.1 uno per le due corsie esterne tra i due atleti o squadre meglio classificati;
- 45.2.2 un altro per le due corsie successive tra gli atleti o squadre classificati terzi e quarti;
- 45.2.3 un altro per le rimanenti corsie interne tra i rimanenti atleti o squadre.

  

- Per tutte le altre gare l'assegnazione delle corsie verrà fatta per sorteggio, come indicato dalle Regole 20.4.1, 20.4.2 e 20.5 delle Regole Tecniche.

45.3

**Interpretazione Wa** - Laddove la pista ha una diversa configurazione di corsie, le tavelle da utilizzare dovrebbero essere adattate nello specifico Regolamento Tecnico della manifestazione o, in alternativa, dai Delegati Tecnici o dagli Organizzatori.

46

47

- La parte di ciascun chiodo che sporge dalla suola e/o dal tacco non deve superare la lunghezza di 6mm (o essere conforme a quanto richiesto dagli Organizzatori e in ogni caso sempre conforme alle prescrizioni della Regola 5.4 delle Regole Tecniche).

## Corse ad ostacoli (regola 217)

- 47.1 Le distanze standard su pista rettilinea saranno di 50m o 60m.
- 47.2 Posizionamento degli ostacoli per le gare:

	U18 Uomini	U20 Uomini	U18 Uomini	U20 Donne	U20 Donne
Altezza ostacoli	0,914 m	0,991 m	1,067 m	0,762 m	0,838 m
Distanza gara	50m / 60m				
Numero ostacoli	4 / 5				
Dalla partenza al 1° ostacolo	13,72 m		13,00 m		
Distanza tra gli ostacoli	9,14 m		8,50 m		
Dall'ultimo ostacolo all'arrivo	8,86 m / 9,72 m		11,50 m / 13,00 m		

# 48

## 48.1

### Corse a Staffetta (regola 218)

svolgimento delle corse :

- Nella 4x200m tutta la prima frazione e la prima curva della seconda frazione, fino al bordo più vicino della linea di tangente descritta nella Regola 44.6 delle Regole Tecniche, debbono essere corse in corsia.
- Ogni zona di cambio sarà lunga 20m e il secondo, terzo e quarto atleta dovranno partire all'interno della zona stessa.

48.2

48.3

48.4

- La Staffetta 4x400m sarà corsa conformemente alla Regola 44.6.2 delle Regole Tecniche.
- La Staffetta 4x800m sarà corsa conformemente alla Regola 44.6.3 delle Regole Tecniche.
- I concorrenti della terza e quarta frazione della 4x200m, e della seconda, terza e quarta frazione delle 4x400m e 4x800m, si disporranno, sotto la direzione di un Giudice appositamente designato, nella loro posizione d'attesa (dall'interno all'esterno) nello stesso ordine che i rispettivi compagni di squadra hanno quando entrano nell'ultima curva. Una volta che i concorrenti in arrivo hanno superato questo punto, i concorrenti in attesa manterranno il loro ordine e non cambieranno le posizioni all'inizio della zona di cambio. Un atleta che non rispetta questa Regola provoca la squalifica della sua squadra.
- Nota: A causa delle corsie più strette, le gare a Staffetta indoor sono più soggette a collisioni o a ostruzioni involontarie. Si raccomanda, perciò, che, quando possibile, ci sia una corsia vuota tra una squadra e l'altra.

49

49.1

49.2

## Salto in alto (regola 219)

### Pedana di rincorsa e Zona di stacco

- Se viene usato un assito mobile, tutti i riferimenti al livello della zona di stacco, contenuti nelle Regole, debbono essere intesi con riferimento al livello della superficie dell'assito.
- Un atleta può iniziare la sua rincorsa sulla sopraelevazione della pista ovale a condizione che negli ultimi 15m della sua rincorsa la pedana sia in accordo con le Regole 27.3, 27.4 e 27.5 delle Regole Tecniche.

## Salto con l'asta (regola 220)

### Pedana di rincorsa

L'atleta può iniziare la sua rincorsa sulla sopraelevazione della pista ovale, a condizione che negli ultimi 40m della sua rincorsa la pedana sia in accordo con le Regole 28.6 e 28.7 delle Regole Tecniche.

51

## **Salti in estensione (regola 221)**

### **Pedana di rincorsa**

L'atleta può iniziare la sua rincorsa sulla sopraelevazione della pista ovale, a condizione che negli ultimi 40m della sua rincorsa la pedana sia in accordo con le Regole 29.1 e 29.2 delle Regole Tecniche.

## **Lancio del peso (regola 222)**

### **Settore di caduta**

- Il settore di caduta deve essere costruito con un qualunque materiale adatto sul quale il peso lasci un'impronta, ma tale da ridurre al minimo qualunque rimbalzo.

52.1

## 52.2

- Ove sia necessario assicurare la sicurezza degli spettatori, giudici ed atleti, il settore di caduta deve essere circondato, alla sua estremità e sui due lati, da una barriera d'arresto e/o da un reticolato protettivo, posizionato se necessario vicino alla pedana. La minima altezza raccomandata del reticolato dovrebbe essere di 4m e dare sufficienti garanzie di poter arrestare un peso, tanto in volo che mentre rimbalza sulla superficie di caduta.

## 52.3

- L'area circoscritta dalla barriera d'arresto, in considerazione dello spazio ristretto all'interno di uno stadio al coperto, può non essere abbastanza larga da contenere un intero settore di  $34.92^\circ$ . In simili casi, si debbono applicare le seguenti condizioni:
  - 52.3.1 La barriera d'arresto, all'estremità, deve essere posta ad almeno 0,50m al di là dell'attuale Primato del Mondo maschile e femminile del Lancio del Peso;
  - 52.3.2 Le linee di settore su entrambi i lati debbono essere simmetriche rispetto alla linea mediana del settore di  $34.92^\circ$ ;
  - 52.3.3 Le linee di settore laterali possono essere tracciate sia radialmente dal centro della pedana circolare del Lancio del Peso, allo stesso modo delle linee di un settore di  $34.92^\circ$ , oppure possono essere parallele tra loro e la linea mediana del settore di  $34.92^\circ$ . Quando le linee di settore sono tracciate parallele, la distanza minima tra le due linee laterali deve essere di 9m.

52.4

52.5

**Interpretazione Wa** La barriera di arresto/rete di protezione su entrambi i lati dovrebbe essere estesa verso la pedana circolare in modo che inizi entro 8m da essa e, per la lunghezza di questa estensione, la rete dovrebbe avere un'altezza di almeno 5m.

#### Costruzione peso

- In relazione al tipo di zona di caduta (vedi Regola 52.1 delle Regole Tecniche), il peso può essere di metallo pieno, di metallo ricoperto o, in alternativa, di plastica o gomma ricoperta, con un adeguato riempimento. Nella stessa gara non possono essere usati entrambi i tipi di peso.

#### Peso di metallo o di metallo ricoperto

- Questi attrezzi debbono essere esattamente conformi al disposto delle Regole 33.4 e 33.5 delle Regole Tecniche relative al Lancio del Peso all'aperto.

52.6

52.7

### Peso di plastica o gomma ricoperto

- Il peso deve avere un involucro di plastica o gomma riempito con materiale adatto, tale da non arrecare danno nella caduta al pavimento di una normale palestra. Deve essere di forma sferica e la sua superficie deve essere liscia. Informazione per i produttori: per essere considerata liscia, l'altezza media della superficie deve essere inferiore a 1,6 micron, ad esempio una ruvidità numero 7 o meno.
- Il peso deve essere conforme alle seguenti caratteristiche:

Peso minimo per essere accettato in gara e per l'omologazione di un Primato:					
	3,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
Diametro					
Minimo	85 mm	95 mm	100 mm	105 mm	110 mm
Massimo	120 mm	130 mm	135 mm	140 mm	145 mm

- Grazie per l'attenzione

