

# **FIDAL TOSCANA**

## **Regolamento Amatori e Master 2010**

### **NORME GENERALI.**

1. Partecipazione alle gare.
- 1.1 Gli atleti/e sia italiani che stranieri per partecipare alle gare devono essere in possesso della tessera Fidal o della ricevuta di avvenuto tesseramento (anche in fotocopia) rilasciata dalla procedura informatica on-line.
- 1.2 La partecipazione ai Campionati Italiani è riservata solo agli atleti della categoria Master.
- 1.3 Gli atleti Masters possono partecipare, oltre che alle gare riservate alla propria categoria, anche all'Attività Assoluta Individuale e di Società, purché tesserati per società affiliate con adesione All/Jun/Pro/Sen/Mas concorrendo all'assegnazione dei vari titoli nazionali, regionali e provinciali nel rispetto degli specifici regolamenti delle varie manifestazioni.  
Gli atleti Masters tesserati per Società affiliate con sola adesione alla cat. Masters o Masters/Amatori possono prendere parte anche all'Attività Assoluta ad esclusione dei Campionati Individuali e di Società Assoluti ai quali i suindicati atleti non possono gareggiare.  
Pertanto nelle manifestazioni Assolute (All/Jun/Pro/Sen/Mas), i Masters devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamentari in vigore per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Seniores.  
Alle tre prove di finale dei concorsi delle suddette manifestazioni accedono i primi 8 atleti/e della classifica dopo le tre prove eliminatorie, indipendentemente dalla categoria di appartenenza.
- 1.4 Gli atleti della categoria Seniores possono partecipare ai Campionati Italiani Regionali e Provinciali. Gli atleti della categoria Seniores possono partecipare all'Attività Masters nelle analoghe fasce d'età, esclusivamente ai Campionati Individuali Italiani, Regionali e Provinciali, concorrendo all'assegnazione del titolo, ma non alla classifica di Società.
- 1.5 Gli atleti Amatori possono partecipare all'attività federale individuale (esclusi i Campionati Individuali e di Società) quando negli specifici regolamenti ne sia prevista la partecipazione. Gli atleti della categoria Amatori, qualora non inseriti nella classifica della categoria Senior, non potranno godere, di rimborsi, bonus o montepremi previsti dagli Organizzatori.

**Per quanto non contemplato nelle "Norme Generali" e negli specifici regolamenti dei campionati si rimanda alle norme emanate dalla F.I.D.A.L.**

- N.B. Qualora nel corso della stagione dovessero essere necessarie delle variazioni ai presenti regolamenti, esse saranno inserite nel programma di ogni singolo campionato.**

# ATTIVITA' REGIONALE 2010

## CAMPIONATI.

1.1 Il Comitato Regionale FIDAL indice i seguenti Campionati Regionali:

### **Individuali:**

Campestre, Strada 10 Km., Montagna, Pista, Maratonina.

### **di Società:**

Campestre, Strada 10 Km., Montagna, Maratonina e Pista

1.2. I Campionati Regionali di Pista Individuale e Pista Società si svolgeranno in due manifestazioni diverse.

1.3 **Categorie.**

Le categorie sono suddivise in base all'età secondo il seguente schema:

<u>Amatori:</u>	<u>Anni</u>	<u>Anni</u>
Maschili	23-34	Femminili 23-34
<u>Master:</u>	Maschili	Femminili
	35-39	35-39
	40-44	40-44
	45-49	45-49
	50-54	50-54
	55-59	55-59
	60-64	60-64
	65-69	65-69
	70-74	70-74
	75-79	75-79
	80-84	80-84
	85-89	85-89
	90-94	90-94
	95 ed oltre	95 ed oltre

1.4 **Programma Tecnico attività in pista.**

### Amatori:

Uomini 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 10.000 - Alto - Lungo  
Peso - Giavellotto - Disco - Staffette 4 x 100 - 4 x 400

Donne 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - Alto - Lungo - Peso  
Disco - Giavellotto - Staffette 4 x 100 - 4 x 400

### Master:

Uomini 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 10.000 - 110 Hs (35/49)  
100 hs (50/69) - 80 hs (70 e oltre) - 400 hs (35/59) - 300 hs (60 e oltre) - 200 hs (35 ed oltre) - 3000 sp (35/59) - 2000 sp (60 e oltre) - Marcia Km. 5 - Alto - Asta - Lungo  
Triplo - Peso - Giavellotto - Disco - Martello - Martello con maniglia corta - Staffette  
4x100 - 4x400 - 4x1500.

Decathlon (100-lungo-peso-alto-400-110/100/80 Hs - disco - asta - giavellotto-1500)  
Pentathlon lanci (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta).

Donne 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 3.000 - 5.000 - 10.000 - 100 hs (35/39)  
80 hs (40 e oltre) - 400 hs - (35/49) - 300 hs (50 e oltre) - 200 hs (35 ed oltre) - 2000 sp  
(35 e oltre) - Marcia Km. 5 - Alto - Asta - Lungo - Triplo - Peso - Giavellotto - Disco  
Martello - Martello con maniglia corta - Staffette 4x100 - 4x400 - 4x800 .  
Eptathlon (100/80 Hs - alto - peso - 200 - lungo - giavellotto - 800)  
Pentathlon lanci (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta).

# CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE SU PISTA AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice i Campionati Regionali individuali su Pista Amatori Master maschili e femminili valevoliper l'assegnazione di titoli regionali per le fasce di età previste.

## 2. Programma Tecnico

### 2.1 GARE UOMINI

Amatori: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 5.000 - 10.000 - Alto - Lungo - Peso - Giavellotto - Disco

Master: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 5.000 - 10.000 - 110 Hs (35/49) - 100 hs (50/69) - 80 hs (70 e oltre) - 400 hs (35/59) - 300 hs (60 ed oltre) - 3000 sp (35/59) - 2000 sp (60 e oltre) - Marcia Km. 5 - Staffette 4x100 - 4x400 - Alto - Asta - Lungo - Triplo - Peso - Giavellotto - Disco - Martello

### 2.2 GARE DONNE

Amatori: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 5.000 - Alto - Lungo - Peso - Giavellotto - Disco

Master: 100 - 200 - 400 - 800 - 1.500 - 5.000 - 100 hs (35/39) - 80 hs (40 e oltre) - 400 hs (35/49) - **300 hs (50/69) - 200 hs (70 ed oltre)** - Marcia Km. 5 - Staffette 4x100 - 4x400 - Alto - Asta - Lungo - Triplo - Peso - Giavellotto - Disco - Martello

**N.B.:** per gli attrezzi, gli ostacoli, le progressioni dei salti in elevazione e le distanze di battuta nei salti in estensione si fa riferimento alle relative tabelle.

## 3. Norme Tecniche e di Partecipazione

3.1 Possono partecipare gli atleti tesserati alle categorie Amatori e Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età. Gli atleti della categoria Seniores concorrono esclusivamente al titolo individuale.

3.2 Ogni atleta può prendere parte nel complesso delle giornate previste ad un massimo di **quattro gare (staffette comprese)**, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di 2 gare per giornata. **Gli iscritti che partecipano ad una gara superiore o uguale ai metri 1000, possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai metri 200.**

3.3 Le gare di corsa si effettuano a serie composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente da ciascun atleta.

3.4 I concorsi si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni, per ciascuna fascia di età.

3.5 **Ciascuna staffetta deve essere composta da soli atleti della categoria Masters che possono appartenere a diverse fasce d'età. La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma delle iscrizioni. Può partecipare anche una staffetta di soli atleti amatori m/f.**

3.6 **Se una staffetta è composta da atleti Masters appartenenti a più fasce d'età, la staffetta stessa è collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti la staffetta, calcolata sulla base del solo anno di nascita (millesimo) senza tenere conto del giorno e del mese (vedi esempio riportato nelle "Norme di Partecipazione all'Attività Masters").**

# CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice il Campionato di Società su Pista riservato alle categorie Master maschili e femminili.
2. **Fasi di svolgimento**
  - 2.1 FASE REGIONALE  
(data unica regionale con partecipazione obbligatoria per essere ammessi alla Finale Nazionale)
  - 2.2 FINALE NAZIONALE
3. **Programma Tecnico**
  - 3.1 UOMINI:  
1<sup>a</sup> giornata: 100 - 400 - 1500 - Alto – Triplo - Peso - Giavellotto – **4x100**  
2<sup>a</sup> giornata: 200 – 800 – 3000 – 200 Hs (cm. 76,2) – Lungo - Disco – **4x400**
  - 3.2 DONNE:  
1<sup>a</sup> giornata: 100 - 400 - 1500 - Lungo - Peso – Giavellotto – **4x100**  
2<sup>a</sup> giornata: 200 – 800 – 3000 – 200 Hs (cm. 76,2) – Alto – Triplo - Disco – **4x400**
4. **Norme di Partecipazione alla Fase Regionale**
  - 4.1 Ciascuna Società' può partecipare alla Fase Regionale con un numero illimitato di atleti/e della categoria Master e con due squadre a staffetta per ogni gara inclusa nel programma tecnico. Possono partecipare alla manifestazione solo atleti/e tesserati alla categoria Master 35 anni e oltre.
  - 4.2 In deroga al Regolamento Nazionale, ciascuna Società' può partecipare alla Fase Regionale con un numero illimitato di atleti/e della categoria Amatori fermo restando che la classifica verrà fatta in base al regolamento nazionale e quindi solo con i Master anni 35 e oltre.
  - 4.3 Ogni atleta nel complesso delle giornate previste, può partecipare ad un massimo di due gare individuali più una staffetta, oppure ad una gara individuale più due staffette.
  - 4.4 Ogni atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di due gare, staffette comprese.
  - 4.5 **gli atleti che partecipano ad una gara superiore o uguale ai metri 1000, possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai metri 200.**
5. **Norme di classifica della Fase Regionale.**
  - 5.1 La classifica di Società, sia maschile che femminile, viene stilata sommando 13 punteggi ottenuti in 13 gare diverse, delle 15 gare in programma con la copertura obbligatoria di una staffetta. Seguono le società con 12 punteggi in altrettante gare e così di seguito.
  - 5.2 Agli atleti squalificati, ritirati o "non classificati non viene assegnato alcun punteggio e quindi non concorrono alla formazione della classifica finale di Società.
  - 5.3 Ogni società dovrà inviare al termine della Fase Regionale, al proprio Comitato Regionale, il modulo di autocertificazione (pena l'esclusione dalla Classifica Nazionale)
6. **Norme tecniche comuni alla Fase Regionale ed alla Finale Nazionale.**
  - 6.1 Le gare di corsa sono disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente da ciascun atleta. Saranno controllati i tempi d'iscrizione con le graduatorie on line FIDAL del 2009.
  - 6.2 **Nei lanci, nel lungo e nel triplo le prove a disposizione per ciascun atleta sono quattro.**
  - 6.3 I punteggi sono attribuiti utilizzando le tabelle FIDAL Masters 2007, realizzate sulla base delle Tabelle Italiane rapportate ai coefficienti WMA.
  - 6.4 Per gli attrezzi e le progressioni dei salti in elevazione si fa riferimento alle specifiche tabelle. Nei salti in elevazione ogni atleta può chiedere una misura di ingresso inferiore alla minima prevista, purché ad essa corrisponda un punteggio e sia consentita dall'attrezzatura tecnica del campo di gara.
  - 6.5 La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma iscrizioni. La staffetta è collocata nella fascia d'età risultante dalla media d'età dei componenti della staffetta stessa (calcolata sulla base del solo anno di nascita(millesimo) senza tenere conto del giorno e mese). (vedi esempio riportato nelle "Norme di Partecipazione all'Attività Masters").
  - 6.6 Un atleta che venga iscritto a più di due gare individuali, è obbligato a disputare soltanto le prime due gare, in ordine di orario, per le quali è stata richiesta la partecipazione.
  - 6.7 All'atleta che prende parte a più di due specialità individuali più una staffetta oppure a più di una gara individuale e alle staffette vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati tecnici eccedenti quelli delle

gare indicate dalla propria Società al momento dell'iscrizione alla manifestazione o quelli ultimi in ordine d'orario.

## 7. **Norme di partecipazione alla Finale Nazionale**

7.1 Sono ammesse a partecipare alla Finale Nazionale le prime 26 Società maschili e femminili della classifica nazionale stilata al termine della Fase Regionale in base ai moduli di autocertificazione, purché le suddette Società abbiano ottenuto nella Fase Regionale 13 punteggi su 13 gare diverse.

7.2 E' inoltre ammessa per ogni regione la Società prima classificata nella fase regionale, purché nella fase regionale stessa, abbia realizzato 13 punteggi su 13 gare diverse e non sia già presente tra le Società finaliste.

7.3 Ogni società può iscrivere due atleti per ciascuna gara e una squadra per ogni staffetta..

7.4 Ogni atleta, nel complesso delle giornate previste può partecipare ad un massimo di due gare individuali più una staffetta oppure ad una gara individuale più due staffette, fermo restando che ciascun atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di due gare.

7.5 **gli atleti che partecipano ad una gara superiore o uguale ai metri 1000, possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai metri 200.**

7.6 Nei lanci, nel lungo e nel triplo le prove a disposizione per ciascun atleta sono **quattro**.

## 8. **Norme di classifica della Finale Nazionale**

8.1 Per ogni gara viene stilata una classifica ottenuta sulla base delle tabelle di punteggio Masters..

8.2 Vengono assegnati 100 punti al primo classificato di ogni gara e così a scalare di un punto fino all'ultimo classificato. Agli atleti squalificati, ritirati o "non classificati" non viene assegnato alcun punteggio e quindi non concorrono alla formazione della classifica finale di Società.

8.3 La classifica di Società, sia maschile che femminile, viene stilata sommando 13 punteggi ottenuti in 13 gare diverse delle 15 gare in programma. Dopo le società con 13 punteggi sono classificate le Società con 12 punteggi ottenuti in altrettante gare diverse e così di seguito..

8.4 La Società maschile e femminile 1<sup>a</sup> classificata sarà proclamata Società Campione d'Italia Masters su Pista..

8.5 In caso di parità si tiene conto del maggior numero di primi posti conseguiti nella Finale, poi dei secondi posti e così di seguito fino alla risoluzione della parità.

## 9. **Premi**

9.1 Sono premiati i primi tre atleti ed atlete classificati di ogni specialità in base al punteggio acquisito a prescindere dalla categoria e dalla fascia di età. In caso di parità di punteggio si tiene conto del migliore risultato tecnico (cronometrico o misura).

9.2 Sono premiati, a cura degli organizzatori, le prime sei società maschili e femminili.

9.3 **La Fidal erogherà premi alle prime 16 società maschili e femminili della classifica finale.**

# CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA SU STRADA km 10 INDIVIDUALE e DI SOCIETA' AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice il Campionato Regionale di Corsa su Strada per le Categorie Amatori e Master maschili e femminili valevole per l'assegnazione dei titoli regionali per le fasce di età previste e per Il Campionato di Società.
2. Programma Tecnico.
  - 2.1 DONNE: Km 10 - prova unica per tutte le fasce d'età.
  - 2.2 UOMINI: Km 10 - prova unica per tutte le fasce d'età.
3. **Norme di partecipazione.**
  - 3.1 Possono partecipare gli atleti/e regolarmente tesserati per le categorie Amatori e Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età. Gli atleti della categoria Seniores concorrono esclusivamente al titolo individuale.
4. **Norme di classifica valide per il Campionato di Società.**
  - 4.1 Viene compilata una classifica per ogni fascia di età.  
I punteggi saranno:  
  
**MASCHILI:**  
*Amatori:*  
40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
*Master:*  
da MM35 a MM50 compresa: 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
da MM55 e MM60 compresa: 30 punti al primo a scalare di un punto fino al 30°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
MM65 e oltre: 15 punti al primo a scalare di un punto fino al 15°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
**FEMMINILI:**  
*Amatori:*  
30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
  
*Master:*  
da MF35 a MF40 compresa: 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
da MF45 a MF50 compresa: 20 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 20ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
MF55 e oltre: 10 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 10ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.
  - 4.2 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente, in tutte le fasce d'età, da atleti/e della stessa Società determina la classifica di Società valida per l'assegnazione del titolo regionale sia maschile che femminile.
  - 4.3 Per la classifica di Società saranno prese in considerazione prima le Società che hanno minimo tre atleti arrivati tra tutte le fasce d'età e successivamente quelle con meno di tre atleti.
  - 4.4 In caso di parità della classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio a livello individuale.

# CAMPIONATO REGIONALE DI MARATONINA INDIVIDUALE e DI SOCIETA' AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice il Campionato Regionale di Maratonina per le Categorie Amatori e Master maschili e femminili valevole per l'assegnazione dei titoli regionali per le fasce di età previste e per il Campionato di Società.
2. **Programma Tecnico.**
  - 2.1 DONNE: Km 21.097 - prova unica per tutte le fasce d'età.
  - 2.2 UOMINI: Km 21.097 - prova unica per tutte le fasce d'età.
3. **Norme di partecipazione.**
  - 3.1 Possono partecipare gli atleti/e regolarmente tesserati per le categorie Amatori e Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età. Gli atleti della categoria Seniores concorrono esclusivamente al titolo individuale.
4. **Norme di classifica valide per il Campionato di Società.**
  - 4.1 Viene compilata una classifica per ogni fascia di età. I punteggi saranno:  
**MASCHILI:**  
*Amatori:* 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
*Master:* da MM35 a MM50 compresa: 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
da MM55 e MM60 compresa: 30 punti al primo a scalare di un punto fino al 30°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
MM65 e oltre: 15 punti al primo a scalare di un punto fino al 15°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
**FEMMINILI:**  
*Amatori:* 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
*Master:*  
da MF35 a MF40 compresa: 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
da MF45 a MF50 compresa: 20 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 20ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
MF55 e oltre: 10 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 10ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.
  - 4.2 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente, in tutte le fasce d'età, da atleti/e della stessa Società determina la classifica di Società valida per l'assegnazione del titolo regionale sia maschile che femminile.
  - 4.3 Per la classifica di Società saranno prese in considerazione prima le Società che hanno minimo tre atleti arrivati tra tutte le fasce d'età e successivamente quelle con meno di tre atleti.
  - 4.4 In caso di parità della classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio a livello individuale.

# CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA IN MONTAGNA INDIVIDUALE e DI SOCIETA' AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice il Campionato Regionale di Corsa in Montagna per le Categorie Amatori e Master maschili e femminili valevole per l'assegnazione dei titoli regionali per le fasce di età previste e per Il Campionato di Società.
2. **Programma Tecnico**
  - 2.1 Il programma tecnico dei Campionati, per quanto riguarda la lunghezza dei percorsi di gara, è il seguente:
    - 2.1.1 Uomini  
da un minimo di Km. 8 ad un massimo di Km. 13 per le fasce d'età 35-40-45-50-55-60;  
da un minimo di Km. 6 ad un massimo di Km. 9 per le fasce d'età 65 ed oltre;
    - 2.2 Donne  
da un minimo di Km. 6 ad un massimo di Km. 9 per tutte le fasce d'età.

Ricordiamo che la lunghezza del percorso è rapportata alla difficoltà dello stesso e che comunque deve essere approvato preventivamente dal Responsabile Regionale della Corsa in Montagna.
3. **Norme di partecipazione.**
  - 3.1 Possono partecipare gli atleti/e regolarmente tesserati per le categorie Amatori e Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età. Gli atleti della categoria Seniores concorrono esclusivamente al titolo individuale.
4. **Norme di classifica valide per il Campionato di Società.**
  - 4.1 Viene compilata una classifica per ogni fascia di età.  
I punteggi saranno:  
**MASCHILI:**  
Amatori:  
40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
Master:  
da MM35 a MM50 compresa: 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
da MM55 e MM60 compresa: 30 punti al primo a scalare di un punto fino al 30°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
MM65 e oltre: 15 punti al primo a scalare di un punto fino al 15°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
  
**FEMMINILI:**  
Amatori:  
30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
Master:  
da MF35 a MF40 compresa: 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
da MF45 a MF50 compresa: 20 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 20ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
MF55 e oltre: 10 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 10ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.
  - 4.2 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente, in tutte le fasce d'età, da atleti/e della stessa Società determina la classifica di Società valida per l'assegnazione del titolo regionale sia maschile che femminile.
  - 4.3 Per la classifica di Società saranno prese in considerazione prima le Società che hanno minimo tre atleti arrivati tra tutte le fasce d'età e successivamente quelle con meno di tre atleti.
  - 4.4 In caso di parità della classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio a livello individuale.

# CAMPIONATO REGIONALE DI CORSA CAMPESTRE INDIVIDUALE e DI SOCIETA' AMATORI e MASTER

1. La FIDAL indice il Campionato Regionale di Corsa Campestre per le Categorie Amatori e Master maschili e femminili valevole per l'assegnazione dei titoli regionali per le fasce di età previste e per il Campionato di Società.
2. Programma Tecnico.
  - 2.1 DONNE: Km 4 - prova unica per tutte le fasce d'età.
  - 2.2 UOMINI: Km 6 - prova unica per tutte le fasce d'età.
3. **Norme di partecipazione.**
  - 3.1 Possono partecipare gli atleti/e regolarmente tesserati per le categorie Amatori e Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età. Gli atleti della categoria Seniores concorrono esclusivamente al titolo individuale.
4. **Norme di classifica valide per il Campionato di Società.**
  - 4.1 Viene compilata una classifica per ogni fascia di età.

I punteggi saranno:  
MASCILI:  
Amatori:  
40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
Master:  
da MM35 a MM50 compresa: 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
da MM55 e MM60 compresa: 30 punti al primo a scalare di un punto fino al 30°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
MM65 e oltre: 15 punti al primo a scalare di un punto fino al 15°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.

FEMMINILI:  
Amatori:  
30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30<sup>a</sup>, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
Master:  
da MF35 a MF40 compresa: 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30<sup>a</sup>, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
da MF45 a MF50 compresa: 20 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 20<sup>a</sup>, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
MF55 e oltre: 10 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 10<sup>a</sup>, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.
  - 4.2 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente, in tutte le fasce d'età, da atleti/e della stessa Società determina la classifica di Società valida per l'assegnazione del titolo regionale sia maschile che femminile.
  - 4.3 Per la classifica di Società saranno prese in considerazione prima le Società che hanno minimo tre atleti arrivati tra tutte le fasce d'età e successivamente quelle con meno di tre atleti.
  - 4.4 In caso di parità della classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio a livello individuale.

# GRAN PRIX REGIONALE di SOCIETA' 2010

## FIDAL - AMATORI e MASTER

### maschili e femminili

#### Regolamento

1. Possono partecipare tutte le Società Toscane affiliate FIDAL Amatori e Master per l'anno 2010 con atleti tesserati 2010.
2. Ai fini del Gran Prix verrà presa in considerazione la partecipazione ai:  
Campionati Regionali di Cross, Strada Km.10, Montagna, Maratonina, Pista Individuale, Pista Società, Campionati Nazionali Cross, Pista Individuale, Pista Società, Strada Km 10 e Maratonina.
3. **Attribuzione dei punteggi:**
  - 3.1 Per i Campionati Regionali di Cross, Corsa su Strada Km. 10, Corsa in Montagna, Maratonina, Pista Individuale e Pista Società verranno dati 30 punti alla prima società classificata, 29 punti alla seconda, 28 punti alla terza e così a scalare di un punto fino alla trentesima che prenderà un punto come tutte le altre classificate.
  - 3.2 Per i Campionati nazionali di Cross, Pista Individuale, Corsa su Strada Km 10 e Maratonina il punteggio sarà il seguente: 40 alla prima Società, 39 alla seconda e così via fino alla quarantesima che prenderà un punto come tutte le altre classificate. Tali punteggi verranno attribuiti alle Società con almeno **tre Atleti diversi** classificati.  
Le Società con **due Atleti diversi** classificati avranno diritto ad un punteggio massimo di 20 punti a scalare di un punto in base alla classifica, anche se il punteggio totalizzato risulta superiore.  
Le Società con **un solo Atleta** classificato avranno diritto ad un punteggio massimo di 10 punti a scalare di un punto in base alla classifica, anche se il punteggio totalizzato risulta superiore.
  - 3.3 Alle società che prenderanno parte alla Finale Nazionale del Campionato di Società sarà invece dato un bonus di **20 punti**.
4. **Modalità per ottenere la classifica di società nei vari campionati:**
  - 4.1 Campionati Regionali di Cross, Strada Km. 10, Montagna e Maratonina saranno assegnati punteggi secondo il seguente criterio:  
**MASCHILI:**  
*Amatori:*  
40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
*Master:*  
da MM35 a MM50 compresa: 40 punti al primo a scalare di un punto fino al 40°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
da MM55 e MM60 compresa: 30 punti al primo a scalare di un punto fino al 30°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
MM65 e oltre: 15 punti al primo a scalare di un punto fino al 15°, i successivi prenderanno 1 punto ciascuno.  
  
**FEMMINILI:**  
*Amatori:*  
30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
*Master:*  
da MF35 a MF40 compresa: 30 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 30ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
da MF45 a MF50 compresa: 20 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 20ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.  
MF55 e oltre: 10 punti alla prima a scalare di un punto fino alla 10ª, le successive prenderanno 1 punto ciascuna.
  - 4.2 La somma di tutti i punti ottenuti complessivamente, in tutte le categorie, da atleti della stessa Società determina la classifica di Società valida per l'assegnazione dei punteggi stabiliti al paragrafo precedente.
  - 4.3 Per la Pista Società sarà valida la classifica di società secondo lo specifico regolamento.

- 4.4 Per la Pista Individuale, sia dei Campionati Regionali che Italiani, verranno attribuiti 10 punti al primo di ogni categoria e gara, 9 al secondo e così a scalare fino al decimo che prenderà un punto come tutti gli atleti che si classificheranno dopo.
- 4.5 Per i Campionati Nazionali di Cross, Corsa su Strada Km. 10 e Maratonina verranno attribuito il seguente punteggio:  
 Da MM35 aMM 60: 15 punti al primo di ogni categoria, 14 al secondo e così a scalare fino al quindicesimo che prenderà un punto come tutti gli atleti che si classificheranno dopo.  
 Da MM65 e oltre: 10 punti al primo e a scalare di un punto fino al 10° e successivi che prenderanno 1 punto.  
 Da MF35 a MF50: 15 punti alla prima di ogni categoria, 14 alla seconda e così a scalare fino alla quindicesima che prenderà un punto come tutte le altre atlete che si classificheranno dopo.  
 Da MF55 ed oltre: 10 punti alla prima e a scalare di un punto fino alla decima che prenderà un punto come tutte le altre atlete che si classificheranno dopo.

4.6 Per le prove dei Campionati Nazionali saranno considerati solamente gli atleti tesserati per Società Toscane.

5. **Premi:**

5.1 Le Società maschile e femminile vincitrici del Gran Prix saranno premiate con una coppa in occasione della festa dell'Atletica organizzata dal Comitato Regionale FIDAL.

6. **Contributi:**

6.1 Contributi a parziale copertura per le spese sostenute per la partecipazione:

			<b>Maschile</b>		<b>Femminile</b>
1	Società classificata:	€	400,00	€	400,00
2	" "	€	300,00	€	300,00
3	" "	€	200,00	€	200,00
4	" "	€	150,00	€	150,00
5	" "	€	100,00	€	100,00
6-10	" "	€	50,00		