

FIDAL
Comitato Regionale Toscano

REGOLAMENTI

ATTIVITA' PROMOZIONALE

2012

REGOLAMENTI CATEGORIA ESORDIENTI MASCHI E FEMMINE

Gli Esordienti sono suddivisi in tre fasce di età secondo il seguente schema:

- **ESORDIENTI C** **6-7 ANNI** **(NATI 2005-2006)**
- **ESORDIENTI B** **8-9 ANNI** **(NATI 2003-2004)**
- **ESORDIENTI A** **10-11 ANNI** **(NATI 2001-2002)**

L'attività degli **Esordienti "B" e "C"** e' demandata ad ogni singolo Comitato Provinciale ed alle società affiliate che sono tenute ad organizzare per queste fasce di età attività ludico/motorie.

Per l'attività del settore **Esordienti "A"** il Comitato Regionale demanda ad ogni singolo Comitato Provinciale l'effettuazione di manifestazioni a carattere provinciale inerenti questa categoria, con regolamenti a cura degli stessi Comitati Provinciali.

Le gare suggerite per **gli Esordienti "A"** sono le seguenti:

Corsa campestre (da mt. 500 ad un massimo di mt. 800)
Mt. 50 (partenza in piedi);
Mt. 50 hs (partenza in piedi) (5hs da 50cm – distanze 12,00-7,00-7,00-7,00-10,00);
Mt. 600;
Marcia mt. 1000;
Salto in lungo (battuta libera di 1m x 1 m – distante dalla buca da m 0,50 a m 1,50);
Salto in alto (la progressione parte da cm 80 ed è decisa di volta in volta secondo le necessita' della manifestazione);

Lancio del vortex

Staffetta 4 x m 50 senza zona di cambio anche mista M/F e anche composta da atleti di diverse società

Staffetta 5 x m 80 senza zona di cambio anche mista M/F e anche composta da atleti di diverse società

Nei lanci e nei salti gli atleti hanno a disposizione due o tre prove da decidere di volta in volta secondo le necessita' della manifestazione.

Si suggerisce, inoltre, di effettuare a rotazione prove multiple di vario tipo come:

Mt. 50 – vortex -alto;

Mt. 50 hs – vortex - lungo;

Lungo –vortex - mt. 600 o marcia;

Mt. 600 –vortex;

Mt. 50 hs - lungo

Mt. 50 - alto

Marcia –vortex

N.B. PER TUTTE E TRE LE FASCE DI ETA' NON SONO PREVISTI CAMPIONATI REGIONALI NE' CAMPIONATI DI SOCIETA'.

PER GLI ESORDIENTI "A" E' POSSIBILE INVECE ORGANIZZARE I CAMPIONATI PROVINCIALI CON CONSEGUENTE ASSEGNAZIONE DEL TITOLO DI CAMPIONE PROVINCIALE 2012.

RAGAZZI/E (12-13 anni)

PROGRAMMA GARE E NORME GENERALI

Corse: 60 – 1000 – 60hs – staffetta 4 x 100 senza vincolo zona cambi – 3 x 800

Salti: alto – lungo

Lanci: peso di gomma kg. 2 (Non è consentito l'uso di pesi in metallo) – vortex

Marcia: pista e strada km. 2

Prove Multiple: tetrathlon: 60-lungo-vortex-600

Mt. 60hs M/F 6 ostacoli h. 0,60, distanze mt. 12,00 – 5 x m.7,50 – mt. 10,50

Nel salto in lungo, nel peso e nel vortex le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.

Nei concorsi (lungo-peso-vortex) sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre, mentre nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di due per ciascuna misura.

Gli atleti/e iscritti/e a gare di corsa e di marcia dai m.1000 compresi in su non possono partecipare, nello stesso giorno solare, ad altre gare di corsa o marcia superiori a 200 metri. Questa norma è adottata in tutte le manifestazioni di categoria anche quando non espressamente richiamata.

CADETTI/E (14-15 anni)

PROGRAMMA GARE E NORME GENERALI

CADETTI

Corse: 80 - 300 - 1000 – 2000 - 100hs - 300hs – 4 x 100 - 3 x 1000

Salti: alto – asta – lungo – triplo (battuta mt. 9 o mt. 11)

Lanci: peso kg. 4 – disco kg. 1,5 – martello kg. 4 – giavellotto gr. 600

Marcia: pista km. 4 – strada km 5

Prove Multiple: pentathlon 100hs-alto - giavellotto - lungo - 1000

Mt. 100 hs 10 ostacoli h. 0,84, distanze mt. 13,00 – 9 x mt. 8,50 – mt. 10,50

Mt. 300 hs 7 ostacoli h. 0,76, distanze mt. 50 – 6 x mt. 35 – mt. 40

CADETTE

Corse: 80 - 300 - 1000 – 2000 - 80hs - 300hs – 4 x 100 - 3 x 1000

Salti: alto – asta – lungo – triplo (battuta mt. 7 o 9)

Lanci: peso kg. 3 – disco kg. 1 – martello kg. 3 – giavellotto gr. 400

Marcia: pista e strada km. 3

Prove Multiple: pentathlon 80hs - alto - giavellotto – lungo – 600

Per motivi organizzativi possono essere invertiti, nella successione delle gare, il salto in alto con il salto in lungo.

Mt. 80 hs 8 ostacoli h. 0,76, distanze mt. 13,00 – 7 x mt. 8 – mt. 11

Mt. 300 hs 7 ostacoli h. 0,76, distanze mt. 50 – 6 x mt. 35 – mt. 40

Nel lungo-triplo-peso-disco-martello-giavellotto ogni atleta ha a disposizione quattro tentativi. Nell'alto e nell'asta vige la normativa generale delle tre prove per ogni singola misura della progressione.

Nei Campionati Individuali Italiani, Regionali e Provinciali nei lanci e nei salti (esclusi alto e asta dove si applica la normativa generale) sono previste tre prove eliminatorie e tre prove di finale alle quali accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie. Nel giavellotto e nel lungo del Pentathlon le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.

E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, oltre a quelle con suola di gomma.

Gli atleti che partecipano ad una gara superiore od uguale ai m.1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200.

Questa norma è adottata in tutte le manifestazioni di categoria anche quando non espressamente richiamata.

TROFEO DELLE PROVINCE SETTORE PROMOZIONALE

Al Trofeo partecipano rappresentative Provinciali composte da ragazzi/e – cadetti/e tesserati nell'anno 2012 per società delle rispettive Province.

FASE DI SVOLGIMENTO

Il Trofeo si svolge il

PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico comprende le seguenti specialità:

CADETTI

80 – 1000 – 300 hs - alto – disco – giavellotto

CADETTE

80 – 1000 – 300 hs - alto – disco – giavellotto

RAGAZZI

60 – lungo – peso – marcia km. 2

RAGAZZE

60 – lungo – peso – marcia km. 2

STAFFETTE

Femminili: staffetta 4 x 100

Maschili: staffetta 4 x 100

Le staffette 4 x 100 maschile deve essere composta obbligatoriamente da 2 ragazzi e da 2 cadetti; quella femminile da 2 ragazze e da 2 cadette. **Nelle staffette è prevista la squalifica per cambio fuori settore.**

Nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di due per ciascuna misura.

REGOLAMENTO

Ogni Provincia può partecipare con due atleti/e in ogni singola gara e due staffette, una maschile ed una femminile.

Ogni atleta può partecipare nell'arco della manifestazione ad una gara individuale ed alla staffetta.

PUNTEGGI E CLASSIFICA

Ai fini della compilazione delle classifica sia maschile che femminile vengono assegnati, in tutte le gare del programma tecnico, i seguenti punteggi: 20 punti al primo classificato, 19 punti al secondo, 18 punti al terzo, e così via fino al ventesimo al quale si attribuisce 1 punto.

La classifica per Province si ottiene sommando il miglior punteggio di ogni singola gara, 7 cadetti + 4 ragazzi + 1 staffetta per il maschile, 7 cadette + 4 ragazze + 1 staffetta per il femminile.

Sono classificate prima le Province che ottengono i 12 punteggi richiesti, quindi quelle con 11 e così via.

Le Rappresentative provinciali, una maschile ed una femminile, con il punteggio più alto sono proclamate vincitrici del Trofeo delle Province.

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati di ogni gara, le prime sei staffette e le prime sei Province Maschili e Femminili classificate.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI RAGAZZI/E

I Campionati Regionali si svolgono in un'unica giornata a programma completo, il

PROGRAMMA TECNICO :

RAGAZZI - RAGAZZE

60 - 60hs (cm. 60) – 1000 – alto – lungo – peso di gomma – vortex - marcia km. 2
Staffetta 4 x 100 non valida per il titolo regionale

Nelle gare di salto in alto sono previste le seguenti progressioni:

Alto M: 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

Alto F: 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

Nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di due per ciascuna misura e non è prevista misura d'ingresso.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e, che possono prendere parte ad un massimo di due gare individuali oppure ad una gara individuale ed alla staffetta.

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati di ogni gara indipendentemente dall'anno di nascita. Inoltre è premiato come Campione Toscano il/la primo/a classificato/a **nato/a nel 2000**.

Per il Campionato di Società di marcia sono premiate le prime tre Società Maschili e Femminili.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI/E

I Campionati Regionali si svolgono il

PROGRAMMA TECNICO:

CADETTI:

1° giornata: 80-1000-300hs-alto-triplo-asta-peso-m artello-marcia km.4

2° giornata: 300-2000-100hs-lungo-disco-giavellotto.

CADETTE:

1° giornata: 80-1000-300hs-lungo-asta-disco-giavel lotto-marcia km.3;

2° giornata: 300-2000-80hs-alto-triplo-peso-martello.

I concorrenti alla gara di marcia M/F gareggiano insieme.

I concorrenti alla gara di asta M/F gareggiano insieme con la seguente progressione:

1,80-2,00-2,10-2,20-2,30 poi di 10 cm in 10 cm fino a 2,60 quindi di 5 cm in 5 cm.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e.

Ogni atleta può partecipare in ogni singola giornata a due gare.

Le gare degli metri 80 piani, 80 e 100 Hs si disputano batterie e finali, a sei o otto a seconda delle corsie disponibili, con ammissione a tempi.

Nei concorsi, dopo la fase eliminatoria, partecipano alla finale gli atleti in possesso delle otto migliori misure.

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati in ogni gara.

Per il Campionato di Società di marcia sono premiate le prime tre Società Maschili e Femminili.

CAMPIONATI REGIONALI di SOCIETA' di MARCIA su PISTA **RAGAZZI/E - CADETTI/E**

I Campionati Regionali di Società di Marcia su Pista Ragazzi/e e Cadetti/e si svolgono **nell'ambito dell'ultima prova del Gran Prix Toscano di Marcia.**

NORME DI CLASSIFICA PER IL CDS DI MARCIA

Ai fini della classifica di Società vengono assegnati al primo arrivato tanti punti quanti sono gli atleti/e classificati, senza considerazione del tempo massimo, un punto in meno al secondo e così via fino ad assegnare un punto all'ultimo arrivato.

Ai ritirati e agli squalificati sono assegnati zero punti.

La classifica di Società viene compilata sommando fino ad un massimo di quattro punteggi individuali conseguiti dagli atleti/e della stessa Società, con un minimo di due. In detta somma possono essere conteggiati anche i punteggi degli atleti ritirati o squalificati.

La Società, sia nel settore maschile che in quello femminile, che abbia totalizzato il maggior numero di punti è proclamata vincitrice del CdS di Marcia.

I casi di parità di punteggio sono risolti a favore della Società con il miglior piazzamento individuale.

Per il Campionato di Società di marcia sono premiate le prime tre Società Maschili e Femminili delle due categorie.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI e DI SOCIETA' **DI MARCIA SU STRADA ESTIVO ed INVERNALE RAGAZZI/E – CADETTI/E**

NORME DI PARTECIPAZIONE: Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e.

PUNTEGGI E CLASSIFICA

Ai fini della classifica di Società sono assegnati al primo arrivato tanti punti quanti sono gli atleti/e classificati, un punto in meno al secondo e così via fino ad assegnare un punto all'ultimo, senza considerare il tempo massimo. Agli atleti ritirati o squalificati sono assegnati zero punti.

La classifica di Società viene calcolata sulla somma delle due prove (invernale ed estiva) compilata sommando **i migliori 4 punteggi** individuali conseguiti dagli atleti/e della stessa Società, con un minimo di due, nella fase invernale e nella fase estiva (per un max di 8 punteggi (4+4) ed un minimo di 4 punteggi (2+2). In detta somma possono figurare anche i punteggi degli atleti ritirati o squalificati.

Le Società maschile e quella femminile che ottengono il punteggio totale più alto nell'arco delle due prove, in base alle norme di cui sopra sono proclamate "Campione Regionale di Società".

In caso di parità di punteggi fra due o più Società viene considerata vincitrice quella che ha ottenuto il miglior piazzamento individuale.

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati in ogni gara.

Al termine delle due manifestazioni (invernale ed estiva) verranno premiati le prime tre Società Maschili e Femminili.

Nell'ambito della 2^ giornata saranno assegnati i Titoli di Campioni Regionali di Marcia su strada 2012 per le varie categorie. Nella categoria ragazzi/e viene, inoltre, premiato in ogni gara, come Campione Toscano il/la primo/a classificato/a nato/a nel 2000.

3^ Trofeo Toscana di Marcia 2012

Il Trofeo Toscano di Marcia 2012 si articola in 8 prove ed è riservato alle categorie Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e.

Nelle prime 7 prove, per ognuna delle categorie maschili e femminili, sono assegnati 30 punti al primo classificato, 29 punti al secondo e così via, a scalare di un punto, fino all'ultimo classificato.

Un punto è assegnato anche ai ritirati ed agli squalificati.

Nell'ultima prova, per ognuna delle categorie maschili e femminili, sono assegnati 30 punti al primo classificato, 28 punti al secondo e così via, a scalare di due punti, fino al 14^ classificato; dal 15^ classificato in poi verranno assegnati 2 punti. Un punto è assegnato anche ai ritirati ed agli squalificati.

La classifica finale individuale di ogni categoria è calcolata sommando fino ad un massimo di 6 punteggi con un minimo di 4, senza tenere conto del numero effettivo di prove alle quali gli atleti hanno partecipato. In caso di parità punti tra due o più atleti verranno considerati nell'ordine: il numero di vittorie individuali ; il valore più alto dell'eventuale punteggio scartato.

La premiazione finale è effettuata contestualmente all'ultima prova del Trofeo con premiazione dei:

- Primi 8 Ragazzi/e
- Primi 6 Cadetti/e
- Primi 3 Allievi/e

Calendario delle prove 2012

Data	Prova	Località
6 gennaio	1^prova(strada)	Agliaiana
14 e 16 febbraio	2^prova(indoor)	Firenze
4 marzo	3^prova (strada) CDS 1^giornata strada Ri/e Ci/e	Grosseto
25 marzo	4^prova(pista)	Firenze
25 aprile	5^prova(strada)	
Giugno	6^prova (strada-) CDS 2^giornata strada Ri/e Ci/e	
Luglio	7^prova (pista)	
21 Ottobre	8^prova(pista)	

CAMPIONATI REGIONALI E DI SOCIETA' DI STAFFETTE RAGAZZI/E e CADETTI/E

FASE DI SVOLGIMENTO E NORME DI PARTECIPAZIONE

I Campionati Regionali sono in programma il

Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di staffette ed ogni atleta può prendere parte ad una sola staffetta e potranno essere inseriti in un'unica formazione.

PROGRAMMA TECNICO

RAGAZZI – RAGAZZE: Staffette 4x100 - 3x800;

CADETTI – CADETTE: Staffette 4x100 - 3x1000;

NORME DI CLASSIFICA

Ai fini della compilazione delle classifiche vengono assegnati 12 punti alla prima squadra classificata, 11 punti alla seconda, e così via a scalare di un punto fino alla dodicesima classificata ed a tutte le altre classificate dopo il 12° posto; alle formazioni ritirate o squalificate sono attribuiti zero punti, che sono utilizzabili per la classifica di Società.

Per determinare la classifica di Società Maschile e Femminile (**di ogni categoria**) e l'attribuzione del Titolo Regionale si sommano **i migliori tre punteggi ottenuti nell'ambito delle due tipologie di staffette tenendo conto che dovranno essere conteggiate almeno una staffetta 4x100 ed una staffetta 3x800/3x1000.** I casi di parità sono risolti a favore della Società che abbia ottenuto il punteggio tabellare più alto in una delle due staffette.

Le Società che non realizzino i 3 punteggi previsti sono comunque classificate dopo le altre: prima quelle che hanno ottenuto 2 punteggi in almeno 2 staffette diverse, quindi quelle che hanno ottenuto 2 punteggi nella stessa staffetta.

PREMIAZIONI

Sono premiate le prime sei staffette classificate e le prime tre Società Maschili e Femminili.

CAMPIONATI REGIONALI DI CORSA IN MONTAGNA RAGAZZI/E – CADETTI/E

CAMPIONATI REGIONALI DI CORSA SU STRADA RAGAZZI/E – CADETTI/E

NORME DI PARTECIPAZIONE: Ogni Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e.

PUNTEGGI E CLASSIFICA

Ai fini della classifica di Società sono assegnati al primo arrivato tanti punti quanti sono gli atleti/e classificati, un punto in meno al secondo e così via fino ad assegnare un punto all'ultimo, senza considerare il tempo massimo. Agli atleti ritirati o squalificati sono assegnati zero punti.

La classifica di Società viene compilata sommando **i migliori 4 punteggi** individuali conseguiti dagli atleti/e della stessa Società, con un minimo di due. In detta somma possono figurare anche i punteggi degli atleti ritirati o squalificati.

Le Società maschili e quella femminile che ottengono il punteggio totale più alto, in base alle norme di cui sopra sono proclamate "Campione Regionale di Società".

In caso di parità di punteggi fra due o più Società viene considerata vincitrice quella che ha ottenuto il miglior piazzamento individuale.

Sono classificate, ma dopo le altre, anche le Società con un solo punteggio,

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati in ogni gara e le prime tre Società Maschili e Femminili.

Nella categoria ragazzi/e viene, inoltre, premiato in ogni gara, come Campione Toscano il/la primo/a classificato/a **nato/a nel 2000.**

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETA' RAGAZZI/E su PISTA E COPPA TOSCANA

Il programma tecnico della manifestazione denominata COPPA TOSCANA 2012 è suddiviso in cinque giornate di gara, mentre la Finale Regionale si disputa in giornata unica

1^ giornata

- 1° raggruppamento: Firenze - Prato
- 2° raggruppamento: Pistoia - Lucca
- 3° raggruppamento: Livorno - Pisa - Massa
- 4° raggruppamento: Grosseto - Siena - Arezzo

2^ giornata

- 1° raggruppamento: Firenze - Pistoia
- 2° raggruppamento: Lucca - Pisa - Massa
- 3° raggruppamento: Livorno - Grosseto
- 4° raggruppamento: Arezzo - Siena - Prato

3^ giornata

- 1° raggruppamento: Firenze - Siena
- 2° raggruppamento: Lucca - Massa
- 3° raggruppamento: Livorno - Grosseto - Pisa
- 4° raggruppamento: Pistoia - Prato - Arezzo

4^ giornata

- 1° raggruppamento: Firenze - Arezzo
- 2° raggruppamento: Lucca - Pisa
- 3° raggruppamento: Livorno - Grosseto - Massa
- 4° raggruppamento: Siena - Pistoia - Prato

5^ giornata

- 1° raggruppamento: Firenze - Prato
- 2° raggruppamento: Lucca - Pistoia
- 3° raggruppamento: Livorno - Pisa - Massa
- 4° raggruppamento: Siena - Grosseto - Arezzo

In ogni giornata, per ciascun raggruppamento è data la possibilità di gareggiare in giorni diversi tra maschi e femmine.

RAGAZZI Prime 5 giornate di qualificazione

- 1° giornata: 60 hs - alto - peso; **gara extra 4x100**
- 2° giornata: lungo - vortex - 1000;
- 3° giornata: 60 - peso - 1000;
- 4° giornata: 60 hs - lungo - marcia; **gara extra 4x100**
- 5° giornata: 60 - vortex - alto;

RAGAZZE Prime 5 giornate di qualificazione

- 1° giornata: lungo - vortex - 1000;
- 2° giornata: 60 hs - alto - peso; **gara extra 4x100**
- 3° giornata: 60 hs - lungo - marcia; **gara extra 4x100**
- 4° giornata: 60 - vortex - alto;
- 5° giornata: 60 - peso - 1000;

Nelle gare di salto in alto sono previste le seguenti progressioni:

Alto M: 1,00 - 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

Alto F: 1,00 - 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

NON E' PREVISTA MISURA D'ENTRATA INFERIORE A QUELLA D'INIZIO PREVISTA.

*Ogni atleta può disputare fino a 3 gare per giornata **più la staffetta** ed il suo punteggio sarà calcolato su un minimo di 2 gare fino ad un massimo di 3 gare (**staffetta esclusa**). Ai fini delle classifiche di Società sarà stilata una classifica di giornata, in cui ogni Società potrà sommare un minimo di 5 ad un massimo di 10 punteggi individuali ottenuti dai propri atleti/e. Al termine di ogni fase sarà redatta una classifica regionale integrata dai risultati delle varie giornate. La squadra in prima posizione prenderà 30 punti, la seconda 28, la terza 27 e così via a scalare fino alla 29^ che riceverà 1 punto*

Nel salto in lungo nel caso in cui siano iscritti un numero elevato di atleti, tale da comportare la divisione in due o più gruppi, il Gruppo Giudici provvederà a suddividere i gruppi inserendo nello stesso gruppo gli atleti di una stessa Società e poi sorteggerà la pedana in cui dovranno gareggiare che potrebbe avere anche condizioni di vento contrarie all'altra.

Nei concorsi (lungo, peso, vortex) saranno previste solo due prove.

Nel salto in alto saranno previste solo due prove.

La marcia si disputerà sulla distanza di 1 km.

PREMIAZIONI: sono premiati i primi 6 atleti/e di ogni gara e per i primi 3 classificati del triathlon

Alla fine delle giornate previste alla prima Società maschile e femminile sarà assegnata la COPPA TOSCANA (**premiazione prevista nel corso della Festa dell'Atletica Toscana**).

Alla Finale Regionale, dove sarà assegnato il TITOLO REGIONALE di SOCIETA', si qualificano le prime 12 Società classificate, sommando i punteggi ottenuti nelle giornate previste (a parità di risultato si terrà conto prima del miglior piazzamento di giornata e dopo del miglior punteggio realizzato dai propri atleti/e).

Sono inoltre ammessi a prendere parte alla Finale Regionale a titolo individuale in ogni gara, gli atleti/e appartenenti alle Società non ammesse, che risultano nei primi 10 posti delle graduatorie regionali al 25 Settembre.

FINALE REGIONALE CAMPIONATO DI SOCIETA' RAGAZZI/E

La Finale Regionale del CDS Ragazzi si disputa in una unica giornata, con seguente programma tecnico:

RAGAZZI-RAGAZZE:

60 - 60hs - 1000 - alto - lungo - peso di gomma - vortex - marcia km. 2 - staffetta 4 x 100

Quando il numero dei partecipanti lo consenta, i concorrenti alla gara di marcia M/F possono gareggiare insieme in un'unica serie.

Nelle gare di salto in alto sono previste le seguenti progressioni:

Alto M: 1,00 - 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

Alto F: 1,00 - 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,28 - 1,31 - 1,34 - 1,37 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - poi di 2 cm in 2 cm.

Nei concorsi (lungo, peso, vortex) saranno previste solo due prove.

Nel salto in alto saranno previste solo due prove.

Ogni atleta può richiedere una sola misura d'entrata inferiore a quella d'inizio prevista, ma dopo deve obbligatoriamente rientrare nella progressione stabilita dal regolamento.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Le Società ammesse possono iscrivere a ciascuna gara del programma tecnico fino ad un massimo di tre atleti e due staffette. Ogni atleta può prendere parte a due gare, staffetta compresa. Gli atleti/e ammessi a titolo individuale possono partecipare solo alle gare (massimo 2) in cui risultano nei primi 10 posti delle graduatorie regionali **al xx Settembre** come da comunicato di ammissione della Fidal Toscana.

NORME DI CLASSIFICA

Nelle Finale Regionale in ogni gara vengono assegnati agli atleti/e delle 12 Società ammesse, 36 punti al primo classificato, 35 al secondo e così via a scalare di un punto fino all'ultimo.

Tenuto presente il criterio del ranking applicato alle gare di corsa, In caso di parità, non risolvibile, si assegna identico punteggio medio. Agli atleti/e squalificati, non classificati o ritirati vengono assegnati zero punti e la specialità è considerata coperta.

Per determinare la classifica di Società Maschile e Femminile di questa fase si sommano **un massimo di 20** punteggi ottenuti da una Società in almeno sette gare diverse. Le Società che non ottengono i punteggi nelle sette gare previste sono classificate dopo le altre in ordine di punteggio ed in base al numero delle gare diverse coperte.

La Società maschile e quella femminile che ottengono il punteggio maggiore totale nella finale Regionale in base alle norme di cui sopra sono proclamate Campione Regionale di Società Ragazzi/e.

PREMIAZIONI

Sono premiati, i primi sei classificati in ogni singola gara, le prime tre staffette e le prime sei Società Maschili e Femminili della classifica finale.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE (Tetrathlon) RAGAZZI/E

PROGRAMMA TECNICO E NORME GENERALI

RAGAZZI 60 - LUNGO – VORTEX – 600;

RAGAZZE 60 - VORTEX – LUNGO - 600;

FINALE REGIONALE

La finale regionale è in programma **il**

Alla Fase Regionale sono ammessi **i primi 20 atleti/e di ogni triathlon della Coppa Toscana (classifica interpolata a livello regionale di ogni giornata).**

NORME DI CLASSIFICA

Per determinare la classifica di Società Maschile e Femminile si sommano un massimo di tre migliori punteggi di ogni Società.

La Società Maschile e quella Femminile che ottengono il punteggio più alto sono proclamate Società Campione Regionale di Prove Multiple.

L'atleta primo classificato sia del settore maschile che del settore femminile è proclamato Campione Toscano.

PREMIAZIONI

Alla Fase Regionale sono premiati i primi sei classificati e le prime 3 Società Maschili e Femminili.

Nella fase Regionale viene, inoltre, premiato, come Campione Toscano il/la primo/a classificato/a **nato/a nel 2000.**

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETA' CADETTI/E su PISTA

Il Cds Cadetti/e si articola in 3 fasi di qualificazione (nella prima e seconda fase sono previste 3 giornate di gare e nella terza due giornate di gare) e la finale regionale su due giornate.

PROGRAMMA TECNICO : 1^ - 2^ FASE

CADETTI

1° giornata: 80-1000-marcia km. 4-alto-peso-disco;
2° giornata: 300-2000-100hs-lungo-asta-martello-4x100;
3° giornata: 150-600-300hs-marcia km. 2-triplo-giav. ellotto;

CADETTE

1° giornata: 80-1000-marcia km. 3- **TRIPLO**-peso-martello;
2° giornata: 300-2000-80hs-alto-asta-disco-4x100;
3° giornata: 150-600-300hs-marcia km. 2- **LUNGO**-giavellotto;

3^ FASE

CADETTI

1° giornata: 80-300-1000-100hs-triplo-asta-peso-giav. ellotto-marcia km. 4;
2° giornata: 150-600-2000-300hs-alto-lungo-disco-martello-staffetta 4x100;

CADETTE

1° giornata: 80-300-1000-80hs-lungo-asta-disco-martello-marcia km. 3;
2° giornata: 150-600-2000-300hs-alto-triplo-peso-giav. ellotto-staffetta 4x100;

I concorrenti alla gara di marcia M/F gareggiano insieme in un'unica serie.

I concorrenti alla gara di asta M/F gareggiano insieme con la seguente progressione: 1,80-2,00-2,10-2,20-2,30 poi di 10 cm in 10 cm fino a 2,60 quindi di 5 cm in 5 cm.

Nel lungo-triplo-peso-disco-martello-giavellotto ogni atleta ha a disposizione tre tentativi.

FASI DI SVOLGIMENTO

Le prime 3 fasi di qualificazione sono divise in 2 raggruppamenti così strutturati:

- 1° raggruppamento: Arezzo – Firenze - Siena – Pistoia - Prato
2° raggruppamento: Livorno – Pisa – Lucca – Massa – Grosseto

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni Società può partecipare, ad ogni gara del programma tecnico, con un numero illimitato di atleti/e ed un massimo di tre staffette. Ogni atleta può prendere parte, in ogni singola giornata, a due gare staffetta compresa. Gli atleti che partecipano ad una gara superiore od uguale ai m.1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200.

In ciascuna delle tre fasi sarà possibile **iscrivere un atleta ad un solo gruppo di specialità** ed ad un'eventuale staffetta; è possibile cambiare gruppo di specialità solo da una fase all'altra, ma non da una giornata all'altra della stessa fase.

	Fondamentali	Complementari CONSIGLIATE
SPRINT	80 - 300 -150	80/100HS -300HS - Peso - Lungo - 600
OSTACOLI	80/100HS - 300HS-80	300 - 150 -Triplo - Alto - Lungo
SALTI	alto-lungo-triplo-asta	80/100HS - 80 - Giavellotto - 150
Lanci	Peso-Disco-Giavellotto-Martello	80 - Lungo – 80/100HS - Triplo
Fondo	1000 -2000-600	150 - 300 - 300HS - 80
Marcia	Marcia 3 o 4Km.-2000-Marcia 2Km	150 - 1000 –80/100HS - Lungo
P.Multiple	Alto – 80/100Hs - Giavellotto	80 - 600 - Lungo - Peso - 150

Nelle prime 2 fasi l'atleta sarà iscritto ad un solo Gruppo di Specialità (SPRINT, OSTACOLI, SALTI, LANCI, FONDO, MARCIA, PROVE MULTIPLE) **che potrà essere anche diverso tra le due fasi** e dovrà totalizzare nell'arco delle 3 giornate di ogni fase da un minimo di 1 ad un massimo di 4 punteggi; se l'atleta ottiene un solo punteggio, allora dovrà essere su una gara fondamentale, invece se ottiene 2 o più punteggi, almeno 2 dovranno essere su gare fondamentali, gli altri 2 potranno essere scelti tra gare fondamentali e complementari: **le gare complementari potranno essere scelte tra tutte le gare previste nel programma orario della giornata.**

Nella fase 3 l'atleta sarà iscritto ad un solo Gruppo di Specialità (SPRINT, OSTACOLI, SALTI, LANCI, FONDO, MARCIA, PROVE MULTIPLE) e dovrà totalizzare nell'arco delle 2 giornate di una fase da un minimo di 1 ad un massimo di 3 punteggi: se l'atleta ottiene solo 1 punteggio, allora dovrà essere su una gara fondamentale, invece se ottiene 2 o più punteggi, almeno 2 dovranno essere su gare fondamentali, l'altro punteggio potrà essere scelto tra gare fondamentali e complementari; **le gare complementari potranno essere scelte tra tutte le gare previste nel programma orario della giornata.**

Per il gruppo Marcia e Fondo, nella fase 3 con programma in 2 giornate, la gara fondamentale obbligatoria sarà 1 a cui si aggiungono fino ad un massimo di 2 ulteriori punteggi.

NORME DI CLASSIFICA DELLE FASI DI QUALIFICAZIONE

Per il calcolo delle classifiche i risultati sono rapportati alle tabelle di punteggio per le categorie Cadetti/e. Agli atleti/e squalificati, non classificati o ritirati vengono assegnati punti zero e la gara è considerata coperta.

Per determinare la classifica di Società M e F, al termine di ogni fase, le Società dovranno sommare almeno 4 punteggi-atleti in 4 diversi gruppi, più altri punteggi-atleti, liberamente scelti, da un minimo di 3 ad un massimo di 6, per un totale da 7 a 10 punteggi-atleti, più eventualmente il punteggio della staffetta 4x100.

Al termine di ogni fase sarà redatta una classifica regionale integrata dai risultati dei 2 gruppi interprovinciali. La squadra in 1^a posizione prenderà 30 punti, la 2^a 28, la 3^a 27 e così via a scalare fino alla 29^a che riceverà 1 punto.

AMMISSIONE ALLA FASE REGIONALE

Sono ammesse, sia a livello maschile che femminile, le prime 12 Società classificate al termine delle 3 fasi eliminatorie; sono inoltre ammessi a prendere parte alla Finale Regionale a titolo individuale in ogni gara, gli atleti/e appartenenti alle Società non ammesse, che risultino nei primi 10 posti delle graduatorie regionali al **18 settembre** ed i primi 3 atleti/e dei gruppi di specialità.

PREMIAZIONI FASI DI QUALIFICAZIONE

Sono premiati, nelle varie giornate delle fasi eliminatorie, i primi 3 classificati in ogni gara e le prime tre staffette.

FASE REGIONALE

La Finale Regionale si disputa in due giornate con il seguente programma tecnico:

CADETTI

1° giornata: 80-1000-300hs-alto-triplo-asta-peso-martello-marcia km. 4;

2° giornata: 300-2000-100hs-lungo-disco-giavellotto -staffetta 4x100;

CADETTE

1° giornata: 80-1000-300hs-lungo-asta-disco-giavellotto-marcia km. 3;

2° giornata: 300-2000-80hs-alto-triplo-peso-martello -staffetta 4x100;

I concorrenti alla gara di marcia M/F gareggiano insieme in un'unica serie.

I concorrenti alla gara di asta M/F gareggiano insieme con la seguente progressione:

1,80-2,00-2,10-2,20-2,30 poi di 10 cm in 10 cm fino a 2,60 quindi di 5 cm in 5 cm.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Le squadre possono essere composte, da un numero massimo di tre atleti/e per gara e da due staffette. Ogni atleta può prendere parte, in ogni singola giornata, a due gare staffetta compresa, **ma potrà portare punteggio in massimo 3 gare staffetta compresa.**

NORME DI CLASSIFICA

Nelle Finale Regionale in ogni gara vengono assegnati agli atleti/e delle 12 Società ammesse, 36 punti al primo classificato, 35 al secondo e così via a scalare di un punto fino all'ultimo.

Tenuto presente il criterio del ranking applicato alle gare di corsa, in caso di parità, non risolvibile, si assegna identico punteggio medio. Agli atleti/e squalificati, non classificati o ritirati vengono assegnati zero punti e la specialità è considerata coperta.

Per determinare la classifica di Società Maschile e Femminile di questa finale si sommano i **migliori 22** punteggi ottenuti da una Società in almeno 12 gare diverse.

Le Società che non ottengono i punteggi richiesti nelle 12 gare previste sono classificate dopo le altre in ordine di punteggio ed in base al numero delle gare diverse coperte.

La Società maschile e quella femminile che ottengono il punteggio totale più alto in base alle norme di cui sopra sono proclamate Campione Regionale di Società Cadetti/e.

PREMIAZIONI

Sono premiati i primi sei classificati in ogni singola gara, le prime tre staffette e le prime sei Società Maschili e Femminili della classifica finale.

Saranno inoltre premiati i primi 3 atleti/e di ogni gruppo di specialità risultanti dalle prime 2 fasi; il primo classificato di ogni gruppo di specialità sarà proclamato Campione Toscano.

CAMPIONATI REGIONALI DI SOCIETA' DI PROVE MULTIPLE CADETTI/E

PROGRAMMA TECNICO E NORME GENERALI

CADETTI – 1^ fase (triathlon A) 100 HS – LUNGO - 1000;

CADETTI – 2^ fase (triathlon B) GIAVELLOTTO – ALTO – 600;

CADETTI – 3^ fase (pentathlon) 100 HS – ALTO – GIAVELLOTTO – LUNGO – 1000;

CADETTE – 1^ fase (triathlon B) GIAVELLOTTO – ALTO - 600;

CADETTE – 2^ fase (triathlon A) 80 HS – LUNGO - 1000;

CADETTE – 3^ fase (pentathlon) 80 HS – ALTO – GIAVELLOTTO – LUNGO – 600;

FASI PROVINCIALI e/o INTERPROVINCIALI :

Sono organizzate a cura dei vari Comitati Provinciali **entro il**.

Nelle prime due fasi provinciali ed interprovinciali le Società possono iscrivere un numero illimitato di atleti/e.

In tutte le fasi i risultati tecnici di ogni gara componente le prove multiple sono valorizzati con le apposite tabelle di punteggio nazionali delle categorie Cadetti/e.

Nelle prime due fasi le gare di Triathlon saranno inserite in una manifestazione con gare aperte a tutti gli atleti cadetti/e così predisposte:

1^ fase Cadetti: 80 – 300 Hs - 2000 – Triplo – Alto – Disco – Giavellotto – Marcia Km. 4 – 4x100
Cadette: 80 – 300 Hs - 2000 – Lungo – Asta – Peso – Martello – Marcia Km. 3 – 4x100

2^ fase Cadetti: 300 – 100 Hs - 1000 – Lungo – Asta – Peso – Martello – 4x100
Cadette: 300 – 80 Hs - 1000 – Triplo – Alto – Disco – Giavellotto – 4x100

Al termine delle fasi Provinciali e/o Interprovinciali ogni Società è tenuta a compilare l'apposita scheda riepilogativa e ad inviarla al Comitato Regionale per i relativi controlli **tassativamente entro il 31 luglio** pena la non ammissione alla finale regionale.

La classifica di Società Maschile e Femminile prevede che ciascuna Società conteggi da un minimo di tre ad un massimo di cinque punteggi ottenuti da altrettanti atleti/e nell'arco delle due fasi **con l'obbligo di inserire almeno un punteggio della prima fase ed uno della seconda.**

Le prime 10 società Società Maschili e Femminili con i migliori punteggi dopo le due fasi Provinciali e Interprovinciali sono ammesse alla finale regionale.

FINALE REGIONALE

La finale regionale è in programma il

PARTECIPAZIONE INDIVIDUALE:

Per le Società ammesse e non ammesse alla finale, possono partecipare al Campionato Regionale Individuale di Prove Multiple tutti gli atleti/e che nelle fasi precedenti abbiano ottenuto **i migliori 30 punteggi nel Triathlon "A" e nel Triathlon "B".**

PARTECIPAZIONE DI SOCIETA'

Ogni Società può iscrivere tutti gli atleti/e in possesso del minimo individuale sopra riportato oppure atleti/e con minimo e/o senza fino ad un massimo di tre;

NORME DI CLASSIFICA

Per determinare la classifica di Società Maschile e Femminile si sommano i tre migliori punteggi di ogni Società ammessa.

La Società Maschile e quella Femminile che ottengono il punteggio più alto sono proclamate Società Campione Regionale di Prove Multiple.

L'atleta primo classificato sia del settore maschile che del settore femminile è proclamato Campione Toscano.

PREMIAZIONI NELLE VARIE FASI

Nelle prime due fasi sono premiati i primi sei classificati del triathlon ed i primi 3 delle altre gare.

Nella finale regionale sono premiati i primi sei classificati e le prime 3 Società maschili e femminili.