

## **CORSA CAMPESTRE 2009**

### **TROFEO REGIONE PIEMONTE DI CROSS**

Il Comitato Regionale FIDAL Piemonte indice il Trofeo Regione Piemonte di Cross per l'anno 2009. Il trofeo si disputerà in cinque prove:

- 1) 6 gennaio – Asti
- 2) 11 gennaio - Novara
- 3) 15 febbraio - Cameri (NO)
- 4) 22 febbraio – Caselle (TO)
- 5) – cat. promozionali – 28 febbraio (sab) – Ivrea (TO)
- 5) – cat. assolute – 1 marzo – Borgo San Dalmazzo (CN)

#### **Categorie ammesse**

Ragazzi, Cadetti, Allievi, Junior e Promesse/ Senior/ Masters unica (Assoluta) maschili e femminili

#### **Norme di classifica**

Per ogni singola prova verranno assegnati 30 punti al 1° classificato di ogni categoria, 29 al 2° e così a scalare fino al 30° classificato che avrà 1 punto. Un punto verrà assegnato a tutti gli altri atleti classificati.

Per le categorie Junior e Promesse/ Senior/ Masters unica (Assoluta) maschili e femminili gli atleti stranieri possono concorrere alla formazione delle classifiche di società per massimo il 30% dei punteggi acquisiti secondo la tabella del Vademecum pagina 4

Nelle gare Assolute viene stabilito un TEMPO MASSIMO pari alla distanza prevista x 4'20" maschile e x 5'15" femminile. Gli atleti fuori tempo massimo NON vengono classificati e quindi NON portano punti e NON servono a coprire la gara.

La classifica finale di Società verrà determinata prendendo in considerazione i migliori 4 punteggi conseguiti nelle 5 prove.

La Società maschile col maggior punteggio si aggiudicherà il Trofeo di Cross maschile, la Società femminile col maggior punteggio si aggiudicherà il Trofeo di Cross femminile.

In caso di parità si terrà conto del miglior scarto, in caso di ulteriore parità del miglior punteggio conseguito nelle 5 prove disputate.

#### **2009 – MONTEPREMI CROSS**

In ogni prova del Trofeo l'organizzatore deve assicurare il seguente montepremi minimo per le categorie Assolute

1. 100,00 euro
2. 80,00 euro
3. 60,00 euro
4. 50,00 euro
5. 40,00 euro

6/15 premi in natura di valore?? - maschile

6/10 premi in natura di valore - femminile



Montepremi altre categorie

Ragazzi/e 8 premi in natura, Cadetti/e 8 premi in natura, Allievi/e 6 premi in natura, Junior 6 premi in natura.

**MONTEPREMI TROFEO PIEMONTE DI CROSS**

Al termine delle 5 prove verranno assegnati i seguenti importi:

**Classifica Trofeo Piemonte di Cross femminile (RF/CF/AF/JF/Assoluti F)**

**Classifica Trofeo Piemonte di Cross maschile (RM/CM/AM/JM/Assoluti M)**

M		F
500,00	<b>1</b>	500,00
450,00	<b>2</b>	450,00
400,00	<b>3</b>	400,00
350,00	<b>4</b>	350,00
300,00	<b>5</b>	300,00
250,00	<b>6</b>	250,00
200,00	<b>7</b>	200,00
180,00	<b>8</b>	180,00
160,00	<b>9</b>	160,00
150,00	<b>10</b>	150,00
130,00	<b>11</b>	130,00
120,00	<b>12</b>	120,00
110,00	<b>13</b>	110,00
100,00	<b>14</b>	100,00
100,00	<b>15</b>	100,00

**PREMIO INCENTIVAZIONE PROMOZIONALE**

Viene istituito un premio d'incentivazione NON cumulabile per le categorie giovanili Ragazzi/e e Cadetti/e, sulla base della classifica combinata maschile e femminile data quindi dalla somma dei punteggi ottenuti nelle 4 categorie RF/RM/CF/CM; qualora una Società dovesse essere presente sia nella classifica principale del Trofeo Piemonte di Cross che in quella del premio di incentivazione promozionale, verrà classificata in quella ad essa più favorevole

<b>PREMIO DI INCENTIVAZIONE PROMOZIONALE TROFEO DI CROSS</b>			
<b>1</b>	euro	500,00	
<b>2</b>	euro	300,00	
<b>3</b>	euro	300,00	
<b>4</b>	euro	200,00	
<b>5</b>	euro	150,00	
<b>6</b>	euro	150,00	

## **CAMPIONATI FEDERALI REGIONALI**

C.d.S Assoluti : 11 gennaio – Novara

C.d.S. Giovani: 1 febbraio Gaglianico (BI)

C.I. Cadetti: 28 febbraio Ivrea (TO)

C.I. Assoluti : 1 marzo Borgo San Dalmazzo (TO)

C.d.S e Individuale Regionale Master : 8 febbraio – Borgaretto (TO)

### Indicative selezione Rappresentativa Cadetti/e:

11 gennaio Novara

1 febbraio Gaglianico (BI)

15 febbraio Cameri (NO)

28 febbraio Ivrea (TO)

### Finali Nazionali:

8 febbraio CAMPI BISENZIO (FI) - C.d.S assoluto

22 febbraio FIUMICINO (RM) - C.I. e C.d.S Master

15 marzo PORTO POTENZA PICENA (MC) - C.I. Assoluti e Cadetti

## **ATTIVITA' GIOVANILE**

Esordienti A, B e C attività SOLO provinciale, ludica e di squadra. Non ci sono classifiche né premi di classifica individuali, ma premio uguale per tutti i partecipanti; è ammessa una Classifica di Società esclusivamente riservata alle Società della Provincia di effettuazione della manifestazione.

Ragazzi, non si disputa il Campionato Regionale ma un Criterium, il vincitore non sarà Campione Regionale, ma avrà un premio da stabilire.

Per i Cadetti nessuna novità, per gli Allievi si raccomandano distanze il più alte possibile in relazione a quanto previsto dai Regolamenti.

## **Regolamento Campionato Regionale di Società Giovanile 2009**

La Fidal Piemonte indice il CDS Giovanile di Corsa campestre riservato alle categorie **Ragazzi/e e Cadetti/e** che si svolgerà in prova unica a GAGLIANICO (BI) in data 1 febbraio 2009.

In ogni gara verranno attribuiti 1 punto al primo classificato, 2 al secondo e così di seguito per tutti gli atleti classificati.

Per ogni categoria verrà stilata una classifica di società che prenderà in considerazione i tre migliori atleti di ogni società.

La somma dei punteggi ottenuti per ogni categoria determinerà la classifica finale (vince quindi chi riesce ad ottenere il punteggio minore).

Coppa alle prime tre società di ogni categoria.

## **Regolamento Campionato Regionale di Società Assoluto 2009**

La Fidal Piemonte indice il Campionato regionale di Società di Corsa campestre riservato alle categorie **Allievi, Juniores, Promesse, Seniores, Masters** maschili e femminili che si svolgerà in prova unica a NOVARA in data 11 gennaio 2009.

Alla gara Seniores/Promesse possono partecipare gli atleti italiani e stranieri delle categorie Seniores, Promesse e Masters **tesserati per Società affiliate con adesione All/Jun/Pro/Sen/Mas**, tenuto conto che ogni squadra deve essere composta per almeno il 70% da atleti di cittadinanza italiana.

Alla gara Juniores possono partecipare gli atleti italiani e stranieri della categorie Juniores tenuto conto che ogni squadra deve essere composta per almeno il 70% da atleti di cittadinanza italiana.

Alla gara Allievi/e possono partecipare gli atleti italiani e un numero illimitato di atleti stranieri

In ogni gara del programma tecnico verranno attribuiti 1 punto al primo classificato, 2 al secondo e così di seguito per tutti gli atleti classificati.

In ogni gara del programma tecnico verrà stilata una classifica di Società. Per classificarsi una Società deve avere almeno 3 atleti classificati di cui almeno 2 di cittadinanza italiana. Nella categoria Allievi/e i 3 atleti classificati possono essere anche tutti stranieri.

Per quanto riguarda le società ammesse alla finale nazionale vedere i regolamenti attività invernale **2009** contenuti su Atletica Comunicati.

**Nota bene** - nelle prove dei CDS possono gareggiare esclusivamente atleti tesserati per società della Fidal Piemonte.

## **Regolamento Campionato regionale individuale e di società Masters**

Il C.R. Fidal Piemonte indice il Campionato Regionale Individuale e di Società per la Categoria Master Maschile e Femminile, valevole per l'assegnazione del titolo regionale per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento e valido per l'assegnazione del titolo di Campione Regionale di Società di Corsa Campestre Master maschile e femminile.

### **NORME DI PARTECIPAZIONE**

Possono partecipare gli atleti italiani tesserati alla categoria Master e, individualmente, gli atleti Seniores nelle analoghe fasce di età. Limitatamente al Campionato di Società possono partecipare atleti stranieri regolarmente tesserati per società piemontesi affiliate alla Fidal.

## **CAMPIONATO INDIVIDUALE**

Ai primi classificati di ogni fascia d'età è assegnata la maglia di Campione Regionale Master di Corsa Campestre.

## **CAMPIONATO DI SOCIETA'**

### NORME DI CLASSIFICA

Per ciascuna fascia d'età sono assegnati i seguenti punteggi:

MM35, MM40, MM45, MM50, MM55, MF35, MF40, MF45, MF50

Punti 40 al primo, 39 al secondo e così a scalare di un punto fino al 40° classificato che riceve 1 punto, così come tutti i classificati rimanenti.

MM60, MM65, MM70, MF55, MF60, MF65

Punti 30 al primo, 29 al secondo e così a scalare di un punto fino al 30° classificato che riceve 1 punto, così come tutti i classificati rimanenti.

MM75, MM80 e oltre, MF70, MF75, MF80 e oltre

Punti 15 al primo, 14 al secondo e così a scalare di un punto fino al 15° classificato che riceve 1 punto, così come tutti i classificati rimanenti.

La classifica di Società sarà determinata sommando i migliori 3 punteggi maschili e 2 femminili per ciascuna fascia d'età.

E' ammesso un solo punteggio straniero per fascia d'età.

In caso di parità nella classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio individuale, in caso di ulteriore parità si terrà conto del 2° punteggio e così di seguito fino a che la parità non venga risolta.

La Società maschile e femminile prima classificata sarà proclamata Campione Regionale Master di Corsa Campestre.

Verranno premiate le prime 8 società della classifica combinata maschile e femminile.

La prova verrà effettuata l'8 febbraio a BORGARETTO (TO).

## **LANCI INVERNALI 2009**

### **CAMPIONATI INDIVIDUALI ASSOLUTI**

La FIDAL indice i Campionati Italiani Individuali Assoluti Invernali di Lanci Maschili e Femminili valevoli per l'aggiudicazione del titolo di Campione d'Italia di Lanci Invernali.

I Campionati si articolano in tre prove di cui due Regionali il 25 gennaio e l'1 febbraio a Santhià; ogni Comitato Regionale deve obbligatoriamente organizzare almeno una prova entro l'8 febbraio.

## **Programma tecnico**

### Gare uomini

DISCO (kg.2)

MARTELLLO (kg.7,260)

GIAVELLOTTO (kg. 0,800)

### Gare donne

DISCO (kg.1)

MARTELLLO (kg.4)

GIAVELLOTTO (kg. 0,600)

## **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti/e italiani/e delle categorie Seniores, Promesse e Masters. Gli atleti delle suddette categorie devono utilizzare gli attrezzi della categoria Seniores.

Gli atleti possono gareggiare in ciascuna delle Prove Regionali anche in regioni diverse dalla propria.

Ogni atleta può prendere parte a 2 gare.

Ai lanci di finale sono ammessi 8 atleti della regione più eventuali altri atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

## **Norme di classifica**

Il titolo regionale Assoluto maschile e femminile verrà assegnato all'atleta primo/a classificato/a nella Prova Regionale in ogni singola gara del programma tecnico.

## **CAMPIONATI INDIVIDUALI GIOVANILI**

La FIDAL indice i Campionati Italiani Individuali Giovanili Invernali di Lanci Maschili e Femminili valevoli per l'aggiudicazione del titolo di Campione d'Italia Giovanile di Lanci Invernali.

I Campionati si articolano in tre prove di cui due Regionali; ogni Comitato Regionale deve obbligatoriamente organizzare almeno una prova entro l'8 febbraio.

## **Programma tecnico**

### Gare uomini

DISCO (kg.1,750)

MARTELLLO (kg.6)

GIAVELLOTTO (kg. 0,800)

### Gare donne

DISCO (kg.1)

MARTELLLO (kg.4)

GIAVELLOTTO (kg. 0,600)

## **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti/e italiani/e delle categorie Juniores e Allievi/e. Gli atleti/e della categoria Allievi/e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Juniores.

Gli atleti possono gareggiare in ciascuna delle Prove Regionali anche in regioni diverse dalla propria.

Ogni atleta può prendere parte a 2 gare.

Ai lanci di finale sono ammessi 8 atleti della regione più eventuali altri atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

## **Norme di classifica**

Il titolo regionale Assoluto maschile e femminile verrà assegnato all'atleta primo/a classificato/a nella Prova Regionale in ogni singola gara del programma tecnico.

## **CAMPIONATI INDIVIDUALI PROMESSE**

La FIDAL indice i Campionati Italiani Individuali Promesse Invernali di Lanci Maschili e Femminili valevoli per l'aggiudicazione del titolo di Campione d'Italia Promesse di Lanci Invernali.

I Campionati si articolano in tre prove di cui due Regionali; ogni Comitato Regionale deve obbligatoriamente organizzare almeno una prova entro l'8 febbraio.

## **Programma tecnico**

### Gare uomini

DISCO (kg.2)

MARTELLO (kg.7,260)

GIAVELLOTTO (kg. 0,800)

### Gare donne

DISCO (kg.1)

MARTELLO (kg.4)

GIAVELLOTTO (kg. 0,600)

## **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti/e italiani/e della categoria Promesse .

Gli atleti possono gareggiare in ciascuna delle Prove Regionali anche in regioni diverse dalla propria.

Ogni atleta può prendere parte a 2 gare.

Ai lanci di finale sono ammessi 8 atleti della regione più eventuali altri atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

## **Norme di classifica**

Il titolo regionale Promesse maschile e femminile verrà assegnato all'atleta primo/a classificato/a nella Prova Regionale in ogni singola gara del programma tecnico.

## **CAMPIONATI REGIONALI INDOOR 2009**

### **CAMPIONATI INDIVIDUALI E DI SOCIETA' INDOOR**

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice i Campionati Regionali Individuali e di Società indoor per le categorie Assolute, Promesse, Juniores, Allievi, Cadetti maschili e femminili per l'aggiudicazione del titolo di Campione Regionale 2009.

#### **Fasi di svolgimento**

Sono valide tutte le manifestazioni indoor dal 1 gennaio al 31 marzo.

### **ASSOLUTI E PROMESSE**

#### **Programma tecnico**

##### Gare uomini

Corse piane: m. 60 – 400 – 800 – 1500 – 3000

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 1,06)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg.7260)

Marcia km. 5

Staffetta 4 x 1 giro

##### Gare donne

Corse piane: m. 60 – 400 – 800 – 1500 – 3000

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 0,84)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg. 4)

Marcia km. 3

Staffetta 4 x 1 giro

#### **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti/e italiani/e delle categorie Seniores, Promesse, Juniores, Masters, Allievi/e.

#### **Norme di classifica**

Il titolo regionale Assoluto maschile e femminile verrà assegnato per ogni gara del programma tecnico all'atleta primo/a classificato/a nelle graduatorie regionali al 31 marzo.

All'atleta primo/a classificato/a della categoria Promesse verrà assegnato il titolo regionale Promesse.

### **JUNIORES**

#### **Programma tecnico**

##### Gare uomini

Corse piane: m. 60 – 400 – 800 – 1500

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 1,00)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg. 6)

Marcia km. 5

Staffetta 4 x 1 giro



### Gare donne

Corse piane: m. 60 – 400 – 800 – 1500

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 0,84)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg. 4)

Marcia km. 3

Staffetta 4 x 1 giro

### **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti/e italiani/e della categoria Juniores.

### **Norme di classifica**

Il titolo regionale Juniores maschile e femminile verrà assegnato per ogni gara del programma tecnico all'atleta primo/a classificato/a nelle graduatorie regionali al 31 marzo.

### **ALLIEVI e ALLIEVE**

#### **Programma tecnico**

##### Gare uomini

Corse piane: m. 60 – 400 – 1000

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 0,91)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg. 5)

Marcia km. 5

Staffetta 4 x 1 giro

##### Gare donne

Corse piane: m. 60 – 400 – 1000

Corsa ad ostacoli: m. 60 (m. 0,76)

Salti: alto – asta – lungo - triplo

Lanci: peso (kg. 4)

Marcia km. 3

Staffetta 4 x 1 giro

### **Norme di partecipazione**

Possono partecipare gli atleti italiani e stranieri della categoria Allievi e Allieve .

### **Norme di classifica**

Il titolo regionale Allievi e Allieve verrà assegnato per ogni gara del programma tecnico all'atleta primo/a classificato/a nelle graduatorie regionali al 31 marzo.

## CAMPIONATO DI SOCIETA'

### Norme di classifica

Per ciascuno dei quattro Campionati di categoria vengono compilate due classifiche di Società, una maschile e una femminile assegnando, per ogni gara del programma tecnico 10 punti al primo classificato, 9 al secondo e così fino al 10° al quale si attribuisce un punto.

Per ogni Campionato di Categoria alla prima Società classificata verranno assegnati 10 punti alla seconda 9 e così fino alla 10<sup>a</sup> che avrà 1 punto, 1 punto verrà assegnato anche a tutte le altre Società classificate.

La Società che ottiene il punteggio più alto, sommando almeno due punteggi conseguiti nelle quattro categorie, viene proclamata Campione Regionale indoor sia maschile che femminile.

Alle prime sei Società maschili e femminili verranno erogati i seguenti rimborsi.

RIMBORSI ATTIVITA' INDOOR 2009 SOCIETA' MASCHILI E FEMMINILI		
1	Euro	500,00
2	Euro	300,00
3	Euro	300,00
4	Euro	200,00
5	Euro	150,00
6	Euro	150,00

## CADETTI E CADETTE

### Programma tecnico

#### Cadetti

Corse piane: m. 60 – 1000

Corsa ad ostacoli: m. 60

Salti: alto – lungo

Lanci: peso

Marcia km. 3

#### Cadette

Corse piane: m. 60 – 1000

Corsa ad ostacoli: m. 60

Salti: alto – lungo

Lanci: peso

Marcia km. 3

### Norme di partecipazione

Possono partecipare gli atleti italiani e stranieri della categoria Cadetti e Cadette .

### Norme di classifica

Il titolo regionale Cadetti/e verrà assegnato per ogni gara del programma tecnico all'atleta primo/a classificato/a nelle graduatorie regionali al 31 marzo.