



Calendario Gare Regionale 2009

Periodo Aprile - Dicembre

Regolamenti 2009
Gare Regionali estive

Elenco e Sede delle Manifestazioni Istituzionali Regionali 2009

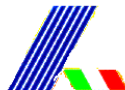
(approvato nel Consiglio Regionale del 28 gennaio 2009)

<i>Manifestazione</i>	<i>Attività</i>	<i>Anno 2009</i>	
		<i>Data</i>	<i>Luogo</i>
C.d.S. di corsa Km. 10 Fase Regionale – Campionato Regionale Metri 10.000 J/P/S M/F	Pista	19.04	Brescia
Campionati Regionali di Staffette – Categorie Giovanili ed Agonistiche su pista	Pista	19.04	Bovisio Masciago
Campionato di Società su pista Allievi/e – 1^ Fase Regionale	Pista	02.05 - 03.05	Chiari
Campionato di Società su pista Allievi/e – 2^ Fase Regionale	Pista	23.05 - 24.05	Lodi
Campionato di Società ed Individuali Regionali Prove Multiple – Categorie Agonistiche + Allievi	Pista	25.04 - 26.04	Busto Arsizio
Campionato di Società su pista Categorie Agonistiche M – 1^ Fase Regionale	Pista	16.05 - 17.05	Saronno
Campionato di Società su pista Categorie Agonistiche F – 1^ Fase Regionale	Pista	16.05 - 17.05	Lodi
Campionato di Società su pista Categorie Agonistiche M – 2^ Fase Regionale	Pista	04.07 - 05.07	Lodi
Campionato di Società su pista Categorie Agonistiche F – 2^ Fase Regionale	Pista	04.07 - 05.07	Busto Arsizio
Campionato di Società su Pista Ragazzi/e - Finale Regionale	Pista	02.06	Chiuro
Campionato di Società su Pista Master M/F – Fase Regionale	Pista	06.06 - 07.06	Gavardo
Campionato di Società di Prove Multiple Cadetti/e – Fase Regionale	Pista	31.05	Varese
Campionato di Società Ragazzi/e – Cadetti/e di Marcia in pista – Fase Regionale			
Campionato di Società su Pista Cadetti/Cadette – Finale Regionale	Pista	19.09 - 20.09	Saronno
Campionati Regionali Individuali e di Prove Multiple su pista Cadetti/Cadette	Pista	26.09 - 27.09	Busto Arsizio
Campionati Regionali Individuali su Pista Allievi/Allieve	Pista	19.09 - 20.09	Chiari
Campionati Regionali Individuali Juniores e Promesse M/F	Pista	31.05 e 02.06	Mariano Comense
Campionati Regionali Individuali su Pista – Assoluti	Pista	18.07 - 19.07	Cinisello Balsamo
Campionati Regionali Individuali e di Staffetta su Pista Master M/F	Pista	03.10 - 04.10	Mariano Comense
Trofeo delle Province su Pista Ragazzi/Ragazze	Pista	11.10	Milano Arena
Trofeo Lombardia su pista A/J/P/S M/F	Pista	18.04	Lodi
		25.04	Cremona
		26.04	Milano Saini - lanci
		24.05	Busto Arsizio
		06.06	Bovisio Masciago
		06.06	Milano Saini - lanci
		07.06	Mariano Comense
		17.06	Cantù
		20.06	Besana Brianza
		21.06	Milano Saini – lanci
27.06	Bergamo		

continua **Elenco e Sede delle Manifestazioni Istituzionali Regionali 2009**

Manifestazione	Attività	2009	
		Data	Luogo
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna Rag/Cad/All M/F - 1^ prova	Montagna	19.04	S.Pellegrino
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna Rag/Cad/All M/F - 2^ prova	Montagna	26.04	Prosto
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna Rag/Cad/All M/F - 3^ prova - vengono diramate Convocazioni Criterium	Montagna	03.05	Serle
Campionati Regionali Individuali di corsa in montagna Rag/Cad/All M/F - 4^ prova	Montagna	10.05	Sarezzo
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna J/P/S M/F - 1^ prova	Montagna	02.06	Albaredo
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna J/P/S M/F - 2^ prova	Montagna	23.08	Prata Camportaccio
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna J/P/S M/F - 3^ prova + Camp. Reg. Individuali J/P/S M/F	Montagna	04.10	Sorico
Campionato Regionale di Società di corsa in montagna J/P/S M/F - 4^ prova	Montagna	11.10	Mandello Lario

Manifestazione	Attività	2009	
		Data	Luogo
Campionato Regionale di Società di corsa su strada J/P/S M/F - 1^ prova	Strada	18.04	Morbegno
Campionato Regionale di Società di corsa su strada J/P/S M/F - 2^ prova	Strada	13.06	Chiavenna
Campionato Regionale di Società di corsa su strada J/P/S M/F - 3^ prova + Camp. Reg. Individuali J/P/S M/F	Strada	21.06	Somma L.
Campionato Regionale di Società di corsa su strada J/P/S M/F - 4^ prova	Strada	04.07	Barzanò
Campionato Regionale Individuale di Maratona P/S M/F	Strada	22.03	Seregno
Campionato Regionale Individuale di Mezza Maratona Master M/F	Strada	31.05	Cernusco s Naviglio
Trofeo Lombardia di corsa su strada Master M/F - 1^ prova	Strada	18.04	Morbegno
Trofeo Lombardia di corsa su strada Master M/F - 2^ prova	Strada	02.06	Paratico
Trofeo Lombardia di corsa su strada Master M/F - 3^ prova	Strada	04.07	Barzanò
Campionato Regionale Individuale corsa su strada 10 km Master M/F + Trofeo Lombardia Master M/F - 4^ prova	Strada	04.10	Presezzo
Trofeo Lombardia di corsa su strada Master M/F - 5^ prova	Strada	25.10	Milano
Campionato Regionale Individuale di Maratona Master M/F	Strada	22.03	Seregno
Campionato Regionale Individuale di Mezza Maratona J/P/S M/F	Strada	18.10	Cremona



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale Lombardia

Regolamenti 2009
Gare Regionali estive

Pag	Argomento
68	Attività Categorie ESORDIENTI A – B – C
69	Attività Categorie RAGAZZI/RAGAZZE
70	Campionato di Società su Pista Ragazzi/Ragazze
71	Trofeo delle Province Ragazzi/Ragazze
72	Campionato di Società di Marcia Ragazzi/Ragazze e Cadetti/Cadette
72	Trofeo Regionale "Maria Crippa" – Campionato di Società Corsa in Montagna Ragazzi/e Cadetti/e
73	Attività Categorie CADETTI/CADETTE
74	Campionato di Società su Pista Cadetti/Cadette
75	Campionato di Società di Prove Multiple Cadetti/Cadette
75	Criteri per Convocazione Cadetti/Cadette al Trofeo Nazionale di Corsa in Montagna 2009
76	Criteri per Convocazione Cadetti/Cadette al Criterium Nazionale su Pista 2009
77	Scheda riassuntiva Punteggi Campionato di Società Regionale su Pista 2009 – Categoria Ragazzi/e
78	Regolamento delle Fasi Provinciali
79	Scheda riassuntiva Punteggi Campionato di Società Regionale su Pista 2009 – Categoria Cadetti/e
80	Regolamento delle Fasi Provinciali
81	Manifestazioni Regionali per le Categorie All/Jun/Pro/Sen U/D
82	Trofeo Regionale "Lombardia" per le Categorie ALL – JUN - PRO/SEN U/D
84	Trofeo Regionale "Paolo Maggioni" – Campionato di Società Corsa su Strada per le Categorie JUN - PRO/SEN U/D
85	Trofeo Regionale "Lombardia" – Campionato di Società Corsa su Strada per la Categoria Master U/S
86	Trofei Regionali "Enrico Crema" e "Giordano Marini" – Campionato di Società Corsa in Montagna
87	Campionato Regionale Individuale Juniores e Promesse su Pista
87	Campionato Regionale Individuale Assoluto su Pista
89	Settore Tecnico Regionale 2009
90	Programma Tecnico Regionale 2009 - 2012
91	FIDAL CRL Progettualità 2009 – AIUTARE IL TALENTO
92	Incontri Tecnici e Raduni 2009

REGOLAMENTI REGIONALI 2009

CATEGORIE ESORDIENTI "C" - "B" U/D NATI 2003-2002-2001-2000

Si suggerisce di utilizzare giochi sportivi propedeutici, nella linea di quanto proposto dal progetto Game Land e IAAF – Kid's
L'attività viene strutturata dai singoli Comitati Provinciali in accordo con il Settore Tecnico Regionale nel rispetto delle normative emanate.

programma tecnico

Gara

m 50 piani	Partenza in piedi
Gioco Lanci	Lancio della pallina da tennis, lancio della palla peso (palla medica kg 1) Lancio della palla disco (palla con corda)
Staffetta 4 x 50	Cambio libero
Corri e Marcia	M 40 corsa + m 40 marcia per tre volte

In ogni manifestazione si possono disputare più gare.

CATEGORIE ESORDIENTI "A" U/D NATI 1999 -1998

All'attività possono partecipare, con classifiche uniche, atleti tesserati alla FIDAL, gli alunni delle Scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi ed ai tesserati per Enti di Promozione sportiva che abbiano sottoscritto apposite convenzioni con la Fidal Centrale.

L'attività viene strutturata dai singoli Comitati Provinciali in accordo con il Settore Tecnico Regionale nel rispetto delle normative emanate.

Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alla stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alle categorie Esordienti possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola di gomma.

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionale e Provinciali – tramite il GGG – che potrà avvalersi di tecnici (a), insegnanti (b), operatori degli Enti di Promozione e genitori (c) nonché persone segnalate dalle Società (d), che saranno coordinati dai Giudici di gara. Le persone a), b), c) e d) dovranno essere regolarmente tesserati FIDAL come Assistenti GGG.

PROGRAMMA GARE (Proposte di Attività Esordienti "A")

Corsa Campestre (da kn. 0,500 a km. 0,800)

m. 50 piani (con partenza in piedi)

m. 40 ostacoli (con partenza in piedi) (4 hs da cm. 50 – distanze:11,00-6,00-6,00-6,00-11,00)

m. 50 ostacoli (con partenza in piedi) (5 hs da cm. 50 – distanze:12,00-7,00-7,00-7,00-7,00-10,00)

m. 600

marcia m.1000/1200

salto in alto

salto in lungo (con battuta libera di 1 m. x 1 m., distante dalla buca da m. 0,50 a m. 1,50)

lancio del Vortex

staffette 4x50 – 5x80 (le staffette 4x50 e 5x80 devono essere disputate in corsia rispettivamente con partenza dai m. 200 e dai m. 400 – senza zona di cambio)

Prove Multiple: biathlon e triathlon (la scelta delle gare è demandata ai rispettivi Comitati Provinciali, privilegiando le specialità di più facile apprendimento)

Nei concorsi (lungo-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 tre per ciascuna misura.

CATEGORIE RAGAZZI/E

L'attività è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati alla FIDAL, gli alunni delle Scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi ed ai tesserati per Enti di Promozione sportiva.

L'attività viene strutturata dai singoli Comitati Provinciali in accordo con il Settore Tecnico Regionale nel rispetto delle normative emanate.

Non è consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, anche se alla stesse vengono tolti i chiodi. Pertanto gli atleti appartenenti alle categorie Ragazzi possono utilizzare esclusivamente le scarpe con suola di gomma.

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionale e Provinciali – tramite il GGG – che potrà avvalersi di tecnici (a), insegnanti (b), operatori degli Enti di Promozione e genitori (c) nonché persone segnalate dalle Società (d), che saranno coordinati dai Giudici di gara. Le persone a), b), c) e d) dovranno essere regolarmente tesserati FIDAL come Assistenti GGG.

Programma Gare

Corse: 60 - 1000 - 60hs - staffetta 3 x 800 e 4 x 100 (senza vincolo zona cambio)

Salti: alto - lungo

Lanci: peso gomma Kg. 2 - vortex

Marcia: pista Km. 2

Prove Multiple: triathlon con le seguenti combinazioni: A (60hs - alto - vortex) - B (60 - lungo - peso) **

** solo la combinazione A delle Prove Multiple entrerà a formare la Graduatoria Regionale della Specialità. I Comitati Provinciali potranno organizzare gare di prove multiple anche con diverse combinazioni, ma i punteggi ottenuti non entreranno comunque a far parte delle graduatorie regionali delle prove multiple

m. 60hs M. e F.: 6 ostacoli, h.0,60, distanze m.12,00 - 5 x m.7,50 - m. 10,50

Nei Concorsi (Lungo – Peso - Vortex) sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple si effettuano 3 tentativi, mentre nell'alto le prove – per ogni atleta - sono un massimo di tre per ciascuna misura

In ogni manifestazione programmata ciascun atleta potrà partecipare sino ad un massimo di tre gare (salvo diverso regolamento predisposto dagli Organizzatori che dovrà essere approvato dal Comitato Provinciale competente per territorio).

NOTA: SARA' POSSIBILE ORGANIZZARE – NELLE MANIFESTAZIONI – GARE SULLA DISTANZA DEI METRI 600 PIANI. TALE DISTANZA – PER IL 2009 – NON AVRA' COMUNQUE GRADUATORIE REGIONALI UFFICIALI.

CAMPIONATI DI SOCIETÀ SU PISTA RAGAZZI/E

Il C.R.L. FIDAL indice i Campionati di Società su pista Ragazzi e Ragazze

FASI DI SVOLGIMENTO

I Campionati si svolgono in 2 fasi:

Provinciale : entro il 24 maggio 2009

Regionale : 2 giugno 2009 a Chiuro (SO)

PROGRAMMA TECNICO

60 hs (cm 60), 60, 1.000, marcia km 2, alto, lungo, peso gomma kg 2, Vortex, staffetta 4 x 100

FASE PROVINCIALE

La fase Provinciale si svolge dal 28 marzo al 24 maggio 2009. In questo periodo la società può far gareggiare tutti i propri atleti in un numero illimitato.

Al termine del periodo ogni società raccogliendo i propri risultati ottenuti, formulerà la squadra sull'apposito modulo considerando il seguente regolamento:

Ciascun atleta può essere inserito in una sola gara individuale + staffetta (Vademecum 2009 – pag. 105 punto 1.7: Gli atleti/e iscritti/e a gare di corsa e marcia dai metri 1.000 compresi in su non possono partecipare ad altre gare superiori ai m. 200 che si effettuano nel corso dello stesso giorno solare)

La classifica sia maschile che femminile verrà determinata sommando i migliori (8) punteggi ottenuti riportando alla tabella Fidal i risultati conseguiti dagli atleti della stessa società in almeno 6 gare diverse.

Non possono comunque essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara.

Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti ma la loro partecipazione consente alla propria società di considerare coperta la gara.

Le società che non propongono il numero di gare indicato non verranno classificate.

Le Manifestazioni dalle quali sarà possibile raccogliere i risultati utili SARANNO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLE FIDAL OMOLOGATE (si escludono quindi tutte le manifestazioni dei Campionati Sportivi Studenteschi di qualsiasi livello).

Modalità inoltro punteggi

Il modulo debitamente compilato dovrà essere consegnato a cura delle Società al Comitato Provinciale di competenza entro il 25 maggio 2009. Il Comitato Provinciale lo inoltrerà al Comitato Regionale entro il 26 maggio 2009 con l'avvallo dei risultati.

FASE REGIONALE

L'ammissione alla Fase Regionale è riservata alle migliori 18 Società (Maschili e Femminili) e sarà stilata interpolando i risultati di tutte le Fasi Provinciali.

Ogni Società può iscrivere 2 atleti in ogni gara ed una sola staffetta.

Ciascun atleta può prendere parte ad una gara individuale e alla staffetta (Vademecum 2009 – pag. 105 punto 1.7: Gli atleti/e iscritti/e a gare di corsa e marcia dai metri 1.000 compresi in su non possono partecipare ad altre gare superiori ai m. 200 che si effettuano nel corso dello stesso giorno solare). Per le gare di corsa sarà adottato il sistema delle "serie".

NORME DI CLASSIFICA

A ciascun atleta sarà assegnato un punteggio sulla base della classifica di ogni singola gara inclusa nel programma tecnico: 36 punti al 1° classificato, 35 al 2° e così a scalare di un punto per ogni atleta classificato.

Per le staffette saranno assegnati 36 punti alla prima, 34 alla seconda e così a scalare di 2 punti per ogni staffetta classificata.

Nelle gare di corsa le classifiche saranno compilate sulla base dei tempi conseguiti nelle singole "serie".

In caso di parità di tempi sarà attribuito il punteggio medio per i pari tempo; non si tiene conto della parità di tempo nel caso essa si verifichi nella stessa serie.

Agli atleti che risultino non classificati, non verrà attribuito alcun punteggio anche se la gara risulta coperta.

Ai fini della classifica finale vengono considerate le sole Società che hanno ottenuto 8 punteggi in almeno 6 diverse gare.

PREMIAZIONI

A cura della Società organizzatrice saranno premiati i primi 6 atleti classificati di ogni singola gara e le prime 3 Società maschili e femminili.

TROFEO DELLE PROVINCE RAGAZZI – RAGAZZE

Il C.R.L. FIDAL indice il “TROFEO DELLE PROVINCE RAGAZZI/E 2009”

La manifestazione si effettuerà il giorno domenica 11 ottobre 2009 a Milano – Arena Civica (MI)

Oltre alle Rappresentative delle Province Lombarde possono essere invitate anche altre Rappresentative di Fuori Regione che non parteciperanno alla classifica finale.

PROGRAMMA TECNICO

60 hs, 60, 1.000, peso, alto, lungo, Vortex, marcia km 2, staffetta 4 x 100, staffetta 3 x 800

Prove Multiple (60hs, lungo, vortex).

ISCRIZIONI

Dovrebbero essere inviate da parte dei singoli Comitati Provinciali FIDAL al Comitato Organizzatore entro le ore 24 di MERCOLEDI' 07 OTTOBRE 2009.

Ogni atleta potrà disputare una sola gara più la staffetta (Vademecum 2009 – pag. 105 punto 1.7: Gli atleti/e iscritti/e a gare di corsa e marcia dai metri 1.000 compresi in su non possono partecipare ad altre gare superiori ai m. 200 che si effettuano nel corso dello stesso giorno solare), ed in ogni gara potranno essere iscritti un massimo di 2 atleti per ogni Provincia.

CLASSIFICHE

Per ogni gara prevista verranno assegnati 19 punti al 1° classificato 17 al 2° e via via a scalare di un punto fino ad assegnare punti 1 al 18° classificato.

Ai fini della classifica, in ogni gara, porterà punteggio il miglior classificato.

A parità di classifica verrà attribuito il punteggio medio.

La classifica finale sarà unica (maschile + femminile) e verrà redatta sommando i risultati ottenuti in 9 gare maschili e 9 gare femminili.

La classifica delle Prove Multiple (U e D) fa parte della classifica del Trofeo.

FINALI

Nelle gare 60 piani e 60 hs si disputeranno batterie e finale (dal 1° al 6°/8° posto); i criteri di ammissione alle finali saranno decisi in funzione del numero dei iscritti e delle relative batterie. Non partecipano alle finali eventuali Atleti/e di Province extra Regione.

PREMI

A cura degli Organizzatori verranno premiati i primi 6 Atleti/e di ogni gara e le Province partecipanti.

PROGRAMMA ORARIO (di massima)

Ore 09:30 Ritrovo – 10:00 Chiusura iscrizioni – 10:30 Inizio gare

Ora	Gara	Ora	Gara	Ora	Gara
10:30	60 hs D batterie + PM	11:30	1.000 U	13:20	60 U finale
	Alto D/U	11:40	1.000 D	13:30	Marcia km 2 D + U
	Vortex U	11:50	Vortex D	13:50	Staffetta D 3 x 800
10:45	60 hs U batterie + PM	12:05	Lungo D	14:00	Staffetta U 3 x 800
11:00	60 D batterie	12:10	Peso gomma kg 2 U	14:10	Staffetta D 4 x 100
	Lungo U/D PM a seguire				
	Vortex PM				
11:10	60 U batterie	13:00	60 hs D finale	14:20	Staffetta U 4 x 100
	Lungo U	13:05	60 hs U finale	14:50	Premiazioni
	Peso gomma kg 2 D	13:15	60 D finale		

CATEGORIE CADETTI/E

L'attività è aperta, con classifiche uniche, agli atleti tesserati alla FIDAL, agli alunni delle Scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi ed ai tesserati per Enti di Promozione sportiva che abbiano sottoscritto apposite convenzioni con la Fidal Centrale.

L'attività viene strutturata dai singoli Comitati Provinciali in accordo con il Settore Tecnico Regionale nel rispetto delle normative emanate.

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai Comitati Regionale e Provinciali, tramite il GGG. (da prevedere cronometraggi elettrici e presenza di anemometro)

Programma gare

CADETTI (Gare valide per le graduatorie nazionali 2009)

Gare

Corse: m. 80 - 300 - 1000 - 2000 - 100hs - 300hs - 4x100 - 3 x 1000

Salti: alto - asta - lungo - triplo (battuta m.9 e m. 11)

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

Marcia: pista Km. 4

Prove Multiple: Pentathlon (100hs - alto - giavellotto - lungo - 1000). Il Pentathlon può essere disputato anche in due giornate

N.B:Per motivi organizzativi i CC.RR hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.

m. 100hs: 10 ostacoli, h.0,84, distanze m.13 - 9 x m.8,50 - m.10,50

m. 300hs: 7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 - m.40

CADETTE (Gare valide per le graduatorie nazionali 2009)

Gare

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

Salti: alto - asta- lungo - triplo (battuta m.7 e m.9)

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

Marcia: pista Km. 3

Prove Multiple: Pentathlon (80hs - alto - giavellotto - lungo - 600). Il Pentathlon può essere disputato anche in due giornate

N.B:Per motivi organizzativi i CC.RR hanno la facoltà di invertire nella successione delle gare del Pentathlon, il salto in alto con il salto in lungo.

m. 80hs: 8 ostacoli, h. 0,76, distanze m.13,00 - 7 x m.8 - m.11,00

m. 300hs: 7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 - 6 x m.35 - m.40

Nei concorsi (lungo-triplo-peso-disco-martello-giavellotto) le prove a disposizione per ogni atleta sono QUATTRO mentre nell'alto e nell'asta le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura. Nei Campionati Individuali Regionali e Provinciali nei concorsi (esclusi alto ed asta dove si applica la norma su indicata) sono previste tre prove eliminatorie e tre di finale alle quali accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie. Nei concorsi delle Prove Multiple le prove a disposizione di ogni atleta sono tre (esclusi alto ed asta dove si applica la norma su indicata). E' consentito l'uso delle scarpe specialistiche chiodate, oltre a quelle con suola di gomma.

In ogni manifestazione programmata ciascun atleta potrà partecipare sino ad un massimo di DUE gare.

CAMPIONATI DI SOCIETÀ SU PISTA CADETTI/E

Il C.R.L. FIDAL indice i Campionati di Società su pista Cadetti e Cadette

FASI DI SVOLGIMENTO

I Campionati si svolgono in 2 fasi:

Provinciale: entro il 19 luglio Regionale: il 19/20 settembre a Saronno (VA)

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti: 100hs - 300hs - 80 - 300 - 1.000 - 2.000 - Asta - Alto - Lungo - Triplo - Peso (kg. 4) - Martello (kg. 4) - Disco (kg. 1,5) - Giavellotto (gr. 600) Staffetta 4 x 100 - Marcia km. 4

Cadette: 100hs - 300hs - 80 - 300 - 1.000 - 2.000 - Asta - Alto - Lungo - Triplo - Peso (kg. 3) - Martello (kg. 3) - Disco (kg. 1) - Giavellotto (gr. 400) Staffetta 4 x 100 - Marcia km. 3

FASE PROVINCIALE

La fase Provinciale si svolge dal 28 marzo al 19 luglio 2009. In questo periodo la società può far gareggiare tutti i propri atleti in un numero illimitato.

Al termine del periodo ogni società raccogliendo i propri risultati ottenuti, formulerà la squadra sull'apposito modulo considerando il seguente regolamento:

Ciascun atleta può essere inserito in due gare individuali, staffetta compresa.

La classifica sia maschile che femminile verrà determinata sommando i migliori tredici (13) punteggi ottenuti rapportando alla tabella Fidal i risultati conseguiti dagli atleti della stessa società in almeno 10 gare diverse. Non possono comunque essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara.

Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti ma la loro partecipazione consente alla propria società di considerare coperta la gara.

Le società che non propongono il numero di gare indicato non verranno classificate.

Le Manifestazioni dalle quali sarà possibile raccogliere i risultati utili SARANNO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLE FIDAL OMOLOGATE (si escludono quindi tutte le manifestazioni dei Campionati Sportivi Studenteschi di qualsiasi livello).

Modalità inoltro punteggi

Il modulo debitamente compilato dovrà essere consegnato a cura delle Società al Comitato Provinciale di competenza entro il 23 luglio 2009

Il Comitato Provinciale lo inoltrerà al Comitato Regionale entro il 25 luglio 2009 con l'avvallo dei risultati

FASE REGIONALE

Saranno ammesse le prime 18 Società secondo le classifiche delle Fasi Provinciali interpolate.

Ogni Società può iscrivere 2 atleti in ogni gara ed una staffetta. Ogni atleta può partecipare a 2 gare staffetta compresa. Per le gare di corsa sarà adottato con il sistema delle "serie".

CADETTI	
1a giornata	2a giornata
100 hs, 300, 1000, asta, lungo, peso kg. 4, giavellotto g. 600 marcia km. 4	300 hs, 80, 2000, alto triplo (battuta 9/11 mt) martello kg 4, disco kg 1,5 staffetta 4 x 100

CADETTE	
1a giornata	2a giornata
80 hs, 300, 1000, alto triplo (battuta 7/9 mt) peso kg 3, disco kg 1 marcia km 3	300 hs, 80, 2000, asta, lungo, giavellotto g 400 martello kg 3, staffetta 4 x 100

NORME DI CLASSIFICA

A ciascun atleta sarà assegnato un punteggio sulla base della classifica di ogni singola gara inclusa nel programma tecnico: 36 punti al 1° classificato, e così a scalare di 1 punto, per le staffette si decreta di 2 punti. Nelle gare di corsa le classifiche verranno determinate sulla base dei tempi conseguiti nelle "serie".

In caso di parità di tempi sarà attribuito il punteggio medio per i pari-tempo. Non si terrà conto della parità di tempo nel caso in cui si verifichi nella stessa serie.

Agli Atleti/e non classificati per un qualsiasi motivo non viene attribuito alcun punteggio, anche se la gara risulta coperta.

Ai fini della classifica finale verranno considerate le sole Società che hanno ottenuto 13 punteggi in 11 diverse gare, sia maschili che femminili.

PREMIAZIONI

A cura della Società organizzatrice saranno premiati i primi 6 atleti/e di ogni gara e le prime 3 Società maschili e femminili.

CAMPIONATO DI SOCIETÀ DI PROVE MULTIPLE CADETTI/E

Il C.R.L. FIDAL indice i Campionati di Società di Prove Multiple su pista Cadetti e Cadette

DATA DI SVOLGIMENTO

Il Campionato di Società si svolgerà a **Varese (Calcinate degli Orrigoni) Domenica 31 Maggio 2009.**

PROGRAMMA TECNICO

CADETTI	CADETTE
100 hs, alto, giavellotto, lungo, 1.000	80 hs, alto, giavellotto, lungo, 600

PARTECIPAZIONE

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

NORME DI CLASSIFICA

La classifica di Società sarà determinata dai migliori 3 risultati ottenuti dagli atleti della stessa Società .

PREMIAZIONI

A cura della Società organizzatrice saranno premiati i primi 6 atleti/e per categoria e le prime 3 Società maschili e femminili.

CRITERI PER LA CONVOCAZIONE DEGLI ATLETI CADETTI/CADETTE AL TROFEO NAZIONALE INDIVIDUALE E PER REGIONI CADETTI/CADETTE DI CORSA IN MONTAGNA 2009

Il "Trofeo Nazionale Individuale e per Regioni Cadetti/e di Corsa in Montagna 2009" si svolgerà il 17 maggio 2009 a Valtorta (BG)

Si comunica che:

- il criterio unico di convocazione degli atleti per far parte della Rappresentativa Regionale che parteciperà al Trofeo Nazionale Individuale e per Regioni di Corsa in Montagna sarà il seguente:

le gare di corsa in montagna che si disputeranno in data 19 aprile a S.Pellegrino Terme (BG), 26 aprile a Prosto di Piuro (SO) e 03 maggio a Serle (BS) - tutte le prove del Campionato Regionale di Società di Corsa in Montagna" saranno valide come prove di selezione degli Atleti che parteciperanno al Trofeo Nazionale Individuale e per Regioni Cadetti/e di Corsa in Montagna. I primi due cadetti e le prime due cadette classificati in funzione dei migliori piazzamenti ottenuti nelle pre prove, saranno i convocati per la Rappresentativa Lombarda al Trofeo Nazionale Cadetti/e. Il terzo componente, maschile e femminile, della squadra sarà scelto dal Fiduciario Tecnico Regionale sentito il Responsabile Tecnico di settore.

**CRITERI PER LA CONVOCAZIONE DEGLI ATLETI CADETTI/CADETTE
AL CAMPIONATO ITALIANO INDIVIDUALE E PER REGIONI CADETTI/CADETTE SU PISTA 2009**

Il "Campionato Italiano Individuale e per Regioni - Criterium Nazionale Cadetti/e su pista 2009" si svolgerà dal 09 al 11 ottobre 2009 (sede da destinare)

Si comunica che:

1 - il criterio unico di convocazione degli atleti per far parte della Rappresentativa Regionale che parteciperà al Criterium Nazionale Cadetti/e su pista sarà il seguente:

sono convocati i vincitori di ogni singola gara valida per l'assegnazione del Titolo Regionale Individuale e di Prove Multiple (il risultato conseguito dovrà essere pari o migliore dei Minimi di partecipazione per gli atleti "supplementari") in programma a Busto Arsizio (VA) il 26 e 27 settembre 2009: i convocati, quindi, potranno essere tutti i Campioni Regionali 2009 a cui andranno aggiunti altri 2 Atleti Maschi e altre 2 Atlete Femmine a disposizione per le Staffette, i quali saranno scelti dal Settore Tecnico Regionale;

2 - il Regolamento del Criterium Nazionale Cadetti/e 2009 al comma 3.2, prevede anche che (si riporta testualmente): " Ogni Regione può iscrivere, oltre agli atleti che compongono la Rappresentativa, anche atleti "supplementari" che hanno ottenuto nell'anno in corso una prestazione uguale o migliore dei seguenti minimi di partecipazione .

Gara	Cadetti	Cadette
m. 80	9.2- 9.44	10.1- 10.34
m. 300	37.3 - 37.44	42.2- 42.34
m. 1000 (*)	2:42.50	3:06.00
m. 2000 (*)	6:00.00	7:00.00
m. 80 hs	-----	12.2- 12.44
m. 100 hs	14.2- 14.44	-----
m. 300 hs	42.0- 42.14	47.6- 47.74
Alto	1,78	1,60
Asta	3,20	2,65
Lungo	6,10	5,20
Triplo	12,10	10,70
Peso	13,50	10,60
Disco	34,00	28,00
Martello	41,50	36,50
Giavellotto	44,00	34,00
Pentathlon	3.000 Punti	3.400 Punti
Marcia Km 3 (*)	-----	16:36.00
Marcia Km 4 (*)	21:30.00	-----

Pertanto le Società che avranno atleti con tali caratteristiche potranno - ENTRO E NON OLTRE il 2 ottobre 2009 segnalare al Fiduciario Tecnico Regionale la volontà di far partecipare l'atleta alla Manifestazione in oggetto.

Si ricorda che per la partecipazione di questi atleti al Criterium Nazionale, le Società si dovranno far carico delle spese di alloggio e vitto, mentre il Comitato Regionale Lombardia si farà carico di parte delle spese relative al viaggio (garantendo l'utilizzo del mezzo di trasporto fino al raggiungimento del numero di posti massimo disponibili sul pullman).

Agli atleti "supplementari" il Comitato Regionale Lombardia fornirà inoltre la maglietta della Rappresentativa Regionale.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale Lombardia

CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA 2009 - CATEGORIA RAGAZZI/RAGAZZE

SCHEDA RIASSUNTIVA DEI PUNTEGGI – FASE PROVINCIALE

(dopo la Fase Provinciale – periodo 28 marzo – 24 maggio 2009)

Società _____ Cod. _____
denominazione esatta numero codice

RAGAZZI

RAGAZZE

(BARRARE CON X LA CATEGORIA CHE INTERESSA)

Gara	N°Tessera	ATLETA		An	Prestaz	Luogo	Data	Puntegg	Migliori 8 punt
		Cognome	Nome						
60									
60hs									
1.000									
Marcia									
Alto									
Lungo									
Peso									
Vortex									
4x100									
								Totale punti	

REGOLAMENTO DELLE FASI PROVINCIALI

1 - La FASE PROVINCIALE del Campionato di Società Ragazzi/Ragazze avrà durata dal 28 marzo al 24 maggio 2009.

In tale periodo le Società possono far gareggiare tutti i propri atleti in numero illimitato (Attenzione - Importante: Gli Atleti/e devono essere regolarmente tesserati).

2 -La Scheda sopra riportata va compilata in ogni sua parte a cura della Società e consegnata al competente Comitato Provinciale tenendo presente che:

a - la Società potrà inserire nell'elenco un atleta PER UNA SOLA GARA INIVIDIVUALE + PER L'EVENTUALE PUNTEGGIO DELLA STAFFETTA 4 x 100.

b - la composizione della staffetta non potrà vedere la presenza di Atleti/e che figurino già nell'elenco come partecipanti alla gara dei metri 1.000 o della marcia;

c - la Società dovrà sommare i migliori otto (8) punteggi ottenuti in almeno sei (6) diverse gare. Non possono essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara (staffetta esclusa).

d - Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti, ma la loro partecipazione consente alla Società di considerare coperta la gara.

e - Le Manifestazioni dalle quali sarà possibile raccogliere i risultati utili SARANNO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLE FIDAL OMOLOGATE (si escludono quindi tutte le manifestazioni dei Campionati Sportivi Studenteschi di qualsiasi livello)

LA SCHEDA DI PUNTEGGIO

DEVE ESSERE CONSEGNATA DALLA SOCIETA' INTERESSATA
AL COMITATO PROVINCIALE DI COMPETENZA
TASSATIVAMENTE ENTRO IL 26 MAGGIO 2009



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Lombardia

CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA 2009 - CATEGORIA CADETTI/CADETTE

SCHEDA RIASSUNTIVA DEI PUNTEGGI – FASE PROVINCIALE
(dopo la Fase Provinciale - periodo 28 marzo – 19 luglio 2009)

Società _____ Cod. _____
denominazione esatta numero codice

CADETTI

CADETTE

(BARRARE CON X LA CATEGORIA CHE INTERESSA)

Gara	N° Tessera	ATLETA		An	Prestazione	Luogo	Data	Punteggio	Migliori 13 punt
		Cognome	Nome						
80									
300									
1.000									
2.000									
80hs/ 100hs									
300hs									
Asta									
Alto									
Lungo									
Triplo									

Continua Modulo Punteggi Cadetti/Cadette

Peso									
Martello									
Disco									
Giavell.									
Marcia									
4x100									
								Totale punti	

REGOLAMENTO DELLE FASI PROVINCIALI

1 - La FASE PROVINCIALE del Campionato di Società Cadetti/Cadette avrà durata dal 28 marzo al 19 luglio 2009.

In tale periodo le Società possono far gareggiare tutti i propri atleti in numero illimitato (Attenzione - Importante: Gli Atleti/e devono essere regolarmente tesserati).

2 -La Scheda sopra riportata va compilata in ogni sua parte a cura della Società e consegnata al competente Comitato Provinciale tenendo presente che:

- a - la Società potrà inserire nell'elenco un atleta PER UN MASSIMO DI DUE VOLTE (IN DUE GARE INDIVIDUALI OPPURE IN UNA GARA INDIVIDUALE E NELLA STAFFETTA).
- b - la composizione della staffetta non potrà vedere la presenza di Atleti/e che figurino già nell'elenco come partecipanti a gare superiori ai metri 300 od alla marcia;
- c - la Società dovrà sommare i migliori tredici (13) punteggi ottenuti in almeno dieci (10) diverse gare. Non possono essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara (staffetta esclusa).
- d - Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti, ma la loro partecipazione consente alla Società di considerare coperta la gara.

LA SCHEDA DI PUNTEGGIO
 DEVE ESSERE CONSEGNATA DALLA SOCIETA' INTERESSATA
 AL COMITATO PROVINCIALE DI COMPETENZA
 TASSATIVAMENTE ENTRO IL 23 luglio 2009

MANIFESTAZIONI REGIONALI SU PISTA PER LE CATEGORIE ALL-JUN-PRO-SEN U/D

REGOLAMENTO

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice ed organizza con la collaborazione delle Società Lombarde "Meeting Regionali su Pista" riservati agli atleti delle categorie Allievi – Juniores – Promesse – Seniores U/D tesserati nel 2009 per Società Lombarde.

Queste Manifestazioni sono riportate nel Calendario Regionale Estivo 2009 ed hanno le seguenti caratteristiche:

- Ogni atleta potrà, a propria scelta, partecipare sino ad un massimo di due gare (staffetta compresa) in ogni manifestazione, ferme restando le limitazioni per coloro che svolgono una gara di marcia o di corsa superiore ai m 800.
- Gli Allievi/e, ad eccezione delle gare di seguito specificate, parteciperanno alle gare INSIEME agli Atleti delle Categorie J/P/S U/D.
- Nei concorsi (salti in estensione U/D e lanci D) dove non è prevista la gara specifica per la categoria Allievi, vengono ammessi alle prove finali le 8 migliori prestazioni con un minimo di 4 atleti della categoria allievi/e. Se fra i finalisti di diritto non fossero presenti atleti della categoria allievi, essi saranno aggiunti agli 8 finalisti in base alla loro posizione in classifica dopo le prime 3 prove eliminatorie.
- In tali Manifestazioni verrà disputata una Gara solo per Allievi/e e Junior nelle seguenti specialità (che hanno altezze e pesi diversi):
110hs Allievi – 100hs Allieve – 110 hs Jun - 400hs Allievi – Peso Allievi – Peso Jun U - Disco Allievi – disco Jun U– Giavellotto Allievi - Martello Allievi – Martello Jun U
- Nei concorsi (lanci U) saranno ammessi alle prove finali gli 8 migliori classificati dopo le 3 prove eliminatorie di ciascuna gara.
- Nel salto triplo maschile anche gli Allievi dovranno gareggiare, con battuta non inf. a 11 mt. le Allieve da 9 mt. – salto in alto e asta Allievi/e avranno la progressione Assoluta ad eccezione delle misure d'ingresso di seguito riportate:
progressione asta Allieve: 2,10-2,20- poi come Assoluto F - Allievi: 2,30-2,40,2,60 poi come Assoluto M
progressione alto Allieve: 1,30-1,40,1,45 poi come Assoluto F - Allievi: 1,40-1,50,1,60 poi come Assoluto M
- Si fa inoltre presente che tutte le suddette manifestazioni, che si svolgono entro la data del 31 luglio 2009, sono valide per la 1^ Fase del Campionato Italiano di Società Under 23 (Juniores/Promesse) su pista 2009 (vedi Regolamento su Atletica Comunicati n. 13/24 del 31/12/2008 Vademecum attività 2009 pag. 177).
- Pertanto, in considerazione di quanto sopra, le Società possono richiedere l'autorizzazione a far gareggiare i propri atleti della categoria Promesse con gli attrezzi della categoria Juniores. In tal caso solamente questi atleti della categoria Promesse parteciperanno alla gara specifica prevista per la categoria Juniores anziché a quella specifica della loro categoria.
- Si segnala inoltre che, al fine di poter acquisire punteggi nelle staffette utilizzabili come punteggi per il CDS Under23 le società interessate potranno iscrivere e quindi far partecipare "fuori classifica" nei Campionati Regionali Individuali e di Staffette Juniores e Promesse in programma a Mariano Comense (CO) nei giorni 23 maggio e 24 maggio 2009, proprie formazioni di staffette composte sia da atleti della categoria juniores che della categoria promesse.

6° TROFEO REGIONALE "LOMBARDIA" PER LE CATEGORIE ALL-JUN-PRO-SEN U/D

REGOLAMENTO

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice ed organizza con la collaborazione delle Società Lombarde il "Trofeo Regionale Lombardia" riservato agli atleti delle cat. Allievi-Juniores-Promesse-Seniores U/D tesserati nel 2009 per Società Lombarde.

Il Trofeo si articola nelle seguenti Manifestazioni:

Categoria A/J/P/S U/D:

Data	Località
Sabato 18 aprile	Lodi (LO)
Sabato 25 aprile	Cremona
Domenica 26 aprile	Milano Saini
Domenica 24 maggio	Busto Arsizio (VA)
Sabato 06 giugno	Bovisio Masciago (MI)
Sabato 06 giugno	Milano Saini
Domenica 07 giugno	Mariano Comense (CO)
Domenica 07 giugno solo Allievi/e	Bergamo
Mercoledì 17 giugno	Cantù (CO)
Sabato 20 giugno	Besana Brianza (MI)
Domenica 21 giugno	Milano Saini
Sabato 27 giugno	Bergamo

Categoria JUN/PRO/SEN U/D:

Data	Località
Sabato 18 luglio	Milano Arena
Domenica 19 luglio	Milano Arena

Categoria ALLIEVI U/D:

Data	Località
Sabato 19 settembre	Chiari (BS)
Domenica 20 settembre	Chiari (BS)

MODALITA' DI PUNTEGGIO

- In tutte le Manifestazioni del Trofeo, ogni singola prestazione tecnica sarà rapportata al punteggio di tabella.
- Ogni punteggio entrerà a far parte della Classifica di Specialità di competenza
- Qualora l'Atleta ottenesse nella stessa Manifestazione due prestazioni nello stesso gruppo di specialità si terrà conto del migliore punteggio
- Ogni Atleta della Categoria Allievi/Allieve – per poter entrare nella classifica finale – dovrà AVER OTTENUTO in ogni Gruppo di Specialità ALMENO QUATTRO PUNTEGGI in Manifestazioni diverse; UNO DI QUESTI PUNTEGGI DOVRA' ESSERE OTTENUTO OBBLIGATORIAMENTE NEI CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ALLIEVI/E.
- Ogni Atleta della Categoria Jun U/D – per poter entrare nella classifica finale – dovrà AVER OTTENUTO – in ogni Gruppo di Specialità ALMENO QUATTRO PUNTEGGI in Manifestazioni diverse; UNO DI QUESTI PUNTEGGI DOVRA' ESSERE OTTENUTO OBBLIGATORIAMENTE NEI CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI.
- Ogni Atleta della Categoria Pro/Sen U/D – per poter entrare nella classifica finale – dovrà AVER OTTENUTO – in ogni Gruppo di Specialità ALMENO QUATTRO PUNTEGGI in Manifestazioni diverse; UNO DI QUESTI PUNTEGGI DOVRA' ESSERE OTTENUTO OBBLIGATORIAMENTE NEI CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI.

CLASSIFICHE GRUPPO DI SPECIALITA'

- Verranno stilate le seguenti Classifiche per Gruppo di Specialità:

Categoria	Gruppo
Categoria Allievi	Gruppo Corse
	Gruppo Salti
	Gruppo Lanci
	Gruppo Ostacoli e Siepi e Marcia

Categoria Allieve	Gruppo Corse
	Gruppo Salti
	Gruppo Lanci
	Gruppo Ostacoli e Siepi e Marcia

Categoria	Gruppo
Categoria Jun e Pro/Sen U	Gruppo Corse
	Gruppo Salti
	Gruppo Lanci
	Gruppo Ostacoli e Siepi e Marcia

Categoria Jun e Pro/Sen D	Gruppo Corse
	Gruppo Salti
	Gruppo Lanci
	Gruppo Ostacoli e Siepi e Marcia

PREMIAZIONI INDIVIDUALI

Riceveranno il riconoscimento del Trofeo Lombardia i PRIMI TRE ATLETI/E DI OGNI GRUPPO DI SPECIALITA' con buoni valore nel seguente modo:

Categoria ALLIEVI/ALLIEVE

1° Classificato/a: Euro 100 2° Classificato/a: Euro 75 3° Classificato/a: Euro 50

Categoria JUNIORES U/D

1° Classificato/a: Euro 150 2° Classificato/a: Euro 100 3° Classificato/a: Euro 75

Categoria PRO/SEN U/D

1° Classificato/a: Euro 200 2° Classificato/a: Euro 150 3° Classificato/a: Euro 100

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ CORSA SU STRADA J/P/S U/D

Trofeo "PAOLO MAGGIONI"

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice il Campionato Regionale di Società di Corsa su Strada.

Alle manifestazioni possono partecipare atleti/e delle categorie Jun/Pro/Sen U/D.

Le manifestazioni valide sono le seguenti:

1a Prova	sabato	18 aprile	Morbegno (SO)
2a Prova	sabato	13 giugno	Chiavenna (SO)
3a Prova	domenica	21 giugno	Somma Lombardo (VA) - Campionato Regionale Individuale
4a Prova	sabato	04 luglio	Barzanò (LC)

PUNTEGGI

In tutte le gare previste verranno assegnati i seguenti punteggi individuali:

- Sen/Pro U.	50 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 50° posto.	- Sen/Pro D.	30 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto.
- Junior U.	40 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 40° posto.	- Junior D.	20 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto.

In ogni categoria verrà assegnato un punto a tutti coloro che si classificheranno entro il tempo massimo.

CLASSIFICA PER SOCIETÀ

Le classifiche verranno stilate sommando i punteggi ottenuti dagli atleti delle categorie J/P/S U/D conseguiti da ogni Società **in tre delle quattro manifestazioni previste.**

PREMI

A cura del C.R.L. verranno premiate le prime 3 (tre) Società (Senior/Promesse + Junior) Uomini e le prime 3 (tre) Società (Senior/Promesse + Junior) Donne.

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ CORSA SU STRADA MASTER U/D

Trofeo "LOMBARDIA 2009"

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice il Campionato Regionale di Società di Corsa su Strada.

Alle manifestazioni possono partecipare atleti/e delle categorie Master U/D.

Le manifestazioni valide sono le seguenti:

1a Prova	sabato	18 aprile	Morbegno (SO)
2a Prova	martedì	02 giugno	Paratico (BS)
3a Prova	sabato	04 luglio	Barzanò (LC)
4a Prova	domenica	04 ottobre	Presezzo (BG) Campionato Regionale Individuale U/D
5° Prova	domenica	25 ottobre	Milano

PUNTEGGI

In tutte le gare previste verranno assegnati i seguenti punteggi individuali:

- M35-M40-M45-M50-M55	50 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 50° posto.	F35-F40-F45-F50-F55	50 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto
- M60-M65-	30 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto.	F60-F65	30 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 30° posto
- M70-M75-M80 e oltre	15 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 15° posto.	F70-F75-F80 e oltre	15 punti al 1° class. ed a scalare di un punto sino al 15° posto

In ogni categoria verrà assegnato un punto a tutti coloro che si classificheranno al termine della gara.

CLASSIFICA PER SOCIETÀ

Le classifiche verranno stilate sommando i punteggi ottenuti dai migliori 4 atleti/e di Società per ognuna delle Categorie di età fino ad un massimo di 20 punteggi e conseguiti da ogni Società **in quattro delle cinque manifestazioni previste**. Esiste l'obbligo di partecipare alla prova di Campionato Regionale Individuale U/D prevista per il 4 ottobre 2009 a Presezzo (BG).

In caso di parità, la Classifica di Società sarà determinata tenendo conto del miglior piazzamento ottenuto dalla Società (somma dei punti di una prova). In caso di ulteriore parità varrà il miglior piazzamento del singolo atleta in almeno due manifestazioni.

PREMI

A cura del C.R.L. verranno premiate le prime 3 (tre) Società Uomini e le prime 3 (tre) Società Donne.

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ DI CORSA IN MONTAGNA

Trofeo "ENRICO CREMA" (Uomini)

Trofeo "GIORDANO MARINI" (Donne)

Il Comitato Regionale Lombardia della F.I.D.A.L. indice il Campionato Regionale di Società di Corsa in Montagna.

Alla manifestazione possono partecipare atleti/e delle categorie Allievi/Juniores/Promesse/Seniores U/D.

Le manifestazioni valide sono:

Cat. Allievi/e

1a Prova	Domenica	19 aprile	San Pellegrino Terme (BG)
2a Prova	Domenica	26 aprile	Prosto di Piuro (SO)
3a Prova	Domenica	03 maggio	Serle (BS)
4^ Prova	Domenica	10 maggio	Sarezzo (BS)

Cat. Juniores/Promesse/Seniores U/D

1a Prova	Domenica	02 giugno	Albaredo San Marco (SO)
2a Prova	Domenica	23 agosto	Prata Campportaccio (SO)
3a Prova	Domenica	04 ottobre	Sorico (CO)
3a Prova	Domenica	11 ottobre	Mandello Lario (CO)

PUNTEGGI

In tutte le gare previste verranno assegnati i seguenti punteggi :

Pro/Senior U. 50 punti al 1° classificato ed a scalare di un punto sino al 50° posto

Allievi/Jun. U. 30 punti al 1° classificato ed a scalare di un punto sino al 30° posto.

Allieve./Jun. D. 20 punti alla 1a classificata ed a scalare di un punto sino al 20° posto.

Pro/Sen. D. 30 punti alla 1a classificata ed a scalare di un punto sino al 30° posto.

CLASSIFICA PER SOCIETÀ

Le classifiche (uomini e donne) verranno stilate sommando i punteggi delle categorie A/J/P/S conseguiti da ogni Società nelle diverse prove.

PREMI

A cura del C.R.L. verranno premiate le prime 3 (tre) Società (Senior/Promesse + Junior) Uomini e le prime 3 (tre) Società (Senior/Promesse + Junior) Donne.

NOTE: Per quanto riguarda distanze e pendenze dei percorsi valgono le norme dei regolamenti nazionali.

Il Campionato Regionale Individuale di Corsa in Montagna per le categorie J/P/S si svolgerà nella seguente manifestazione: **domenica 04 ottobre 2009 a Sorico (CO)**

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI PROMESSE SU PISTA U/D CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI JUNIORES SU PISTA U/D

La manifestazione si svolgerà, il 31 maggio 2009 (1^ giornata) ed il 02 giugno 2009 (2^ giornata) a Mariano Comense (CO)

Il Comitato Regionale Lombardia della FIDAL indice il Campionato Regionale Individuale Juniores e Promesse su Pista U/D riservato agli atleti delle categorie Jun/Pro U/D tesserati per l'anno 2009 a Società lombarde.

Partecipazione alle Gare

- Gli Atleti stranieri appartenenti alle Categorie Juniores e Promesse tesserati per Società Lombarde possono partecipare, ma non concorrono all'assegnazione del titolo e dei premi (Atletica Comunicati n. 13/24 del 31.12.2008 – Vademecum Attività 2009 – Norme Attività 2009 – punto 4.1 – pag. 107)

Le modalità di svolgimento delle FINALI saranno le seguenti:

Nelle gare dei metri 100 piani U/D, dei 100hs D e dei 110hs U, se gli Atleti/e saranno più di otto si disputeranno batterie e finale; alla finale accederanno otto/sei atleti per la categoria Juniores e otto/sei per la categoria Promesse.

Nelle gare di corsa dai metri 200 in poi, si correranno le serie composte da Atleti in base ai tempi di iscrizione, INDIPENDENTEMENTE DALLA CATEGORIA.

Nei Concorsi, alla finale accederanno gli otto atleti con le migliori misure di qualificazione, per la categoria Juniores e gli otto atleti con le migliori misure di qualificazione, per la categoria Promesse.

Quindi tutte le finali si svolgeranno per categoria.

Premiazioni

Verranno premiati i primi 6 classificati per Categoria con medaglie ed il 1° Classificato per Categoria anche con maglia di Campione Regionale.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA U/D

La manifestazione si svolgerà, il 18 e 19 luglio 2009 a Cinisello Balsamo (MI)

Il Comitato Regionale Lombardia della FIDAL indice il Campionato Regionale Individuale Assoluto su Pista U/D riservato agli atleti delle categorie Jun/Pro/Sen/Mas U/D tesserati per l'anno 2009 a Società lombarde.

Partecipazione alle Gare

- Gli Atleti stranieri appartenenti tesserati per Società Lombarde possono partecipare, ma non concorrono all'assegnazione del titolo e dei premi (Atletica Comunicati n. 13/24 del 31.12.2008 – Vademecum Attività 2009 – Norme Attività 2009 – punto 4.1 – pag. 107)
- Possono partecipare gli Allievi/e alle gare di cui sono in possesso del minimo dei Campionati Italiani Assoluti.

Le modalità di svolgimento delle FINALI saranno le seguenti:

Nelle gare dei metri 100 piani U/D, dei 100hs D e dei 110hs U, se gli Atleti/e saranno più di sei si disputeranno batterie e finale; alla finale accederanno sei atleti.

Nelle gare di corsa dai metri 200 in poi, si correranno con il sistema delle serie.

Nei Concorsi, alla finale accederanno gli otto atleti con le migliori misure di qualificazione.

Verranno introdotti dei minimi di partecipazione per la Categoria Master U/D

Premiazioni

Verranno premiati i primi 6 classificati con medaglie e il 1° Classificato anche con maglia di Campione Regionale.

Simile premiazione è prevista per i Campionati Individuali Assoluti U/D di Prove Multiple in programma a Busto Arsizio il 25 e 26 aprile 2009 e dei metri 10.000 U/D su pista in programma a Brescia il 19 aprile 2009.

MINIMI MASTER U/D PER LA PARTECIPAZIONE AI CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA

Potranno partecipare ai Campionati Regionali Individuali Assoluti previsti il 18 e 19 luglio 2009 a Cinisello Balsamo, gli Atleti e le Atlete della Categoria Master in possesso dei seguenti minimi – ottenuti nella stagione agonistica 2009:

GARA	MASTER UOMINI	MASTER DONNE
100	12.10	14.00
200	24.50	30.00
400	58.00	1.07.00
800	2.11.00	2.50.00
1.500	4.35.00	5.15.00
5.000	17.10.00	19.20.00
Lungo	5.80	4.65

Per le altre gare non sono previsti minimi.

Si rammenta che gli Atleti/e della Categoria Master U/D in tale manifestazione dovranno gareggiare con le norme, attrezzi, misure ostacoli, progressioni salti, battute salti, ecc. ecc. previste per la Categoria Seniores.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regione Lombardia

SETTORE TECNICO 2009

FIDUCIARIO TECNICO REGIONALE

GRAZIA VANNI (Tecnico ASA)
Tel. 02.9232023 – cell. 3357092136 – vannigrazia@fastwebnet.it – grazia.vanni@unimi.it

RESPONSABILI DI SETTORE

VELOCITA'

Luciano Bagoli (Tecnico ASA) – Tel 02.8267326 – cell. 3384798759 – luciano.bagoli@virgilio.it

OSTACOLI

Bruno Pinzin (Tecnico ASA) – Tel 0332.220166 – cell. 3397027851 – bruno.pinzin@libero.it

PROVE MULTIPLE

Graziano Camellini (Tecnico ASA) – Tel. 0362.931136 – cell. 3356231307 – acamellini@alice.it

MEZZOFONDO - MONTAGNA - STRADA

Rosario Naso (Tecnico ASA) – Tel 035.312316 – cell. 338.2451393 – saronaso@alice.it

SALTI

Claudio Botton (Tecnico ASA) – Tel 02.4238989 – cell. 335.6775843 – claudio.botton@unicatt.it

LANCI

Sergio Previtali (Tecnico ASA) – tel.039.491939 - cell. 3453354222 – spre@libero.it

MARCIA

Pietro Pastorini (Tecnico ASA) – tel 02.3558236 – cell. 335.5858251 – pietropastorini@virgilio.it

SCUOLA

Grazia Vanni

“PROGRAMMA TECNICO CRL 2009-2012”

Il Comitato Regionale Lombardo nella sua politica Tecnica per il prossimo quadriennio vuol fornire un supporto tecnico, attraverso la sua struttura tecnica, a tutto il territorio della Regione. Per favorire una rete migliore di informazione, ed una più proficua collaborazione con le società e i tecnici sociali, il Fiduciario Tecnico Regionale, attraverso il suo staff tecnico, si pone *l'obiettivo di sviluppare i seguenti progetti:*

a – Sviluppo della rete tecnica regionale

- Migliorare il coinvolgimento dei tecnici sociali nelle iniziative tecniche della Regione attraverso il supporto dei FTP che diventeranno parte integrante dello staff Tecnico Regionale.

b – Progetto formazione

La formazione assumerà un ruolo fondamentale per la formazione culturale dei tecnici di qualunque livello. In particolare ci si prefigge di:

- Istituire un “Progetto Formazione Giovani Tecnici” *successivo al corso Istruttori di primo livello. Al corso di perfezionamento potranno partecipare gli istruttori interessati che operano in ambito societario.*
- Rivisitare i Corsi Istruttori (fermo restando il monte ore obbligatorio) di primo livello per mezzo di una migliore proposta culturale e tecnica.
- Favorire la formazione permanente per i Tecnici sociali per mezzo di un maggior coinvolgimento nei Raduni ai vari livelli. I raduni saranno sempre “open” per i tecnici, e potranno anche essere mirati, su richiesta dei FTP, sul territorio.
- Formazione e aggiornamento a varie fasce di livelli.
- Formazione, per ogni settore, di gruppi di lavoro che potranno essere ampliati a seconda delle esigenze.

c – Progetto di sviluppo tecnico degli atleti

- *Sviluppo ulteriore di iniziative mirate al perfezionamento tecnico degli atleti regionali ed in particolare per gli atleti che fanno parte del gruppo “Talento Regionale”. A tale scopo potranno essere creati Progetti specifici di settore.*

d – Miglioramento del calendario e dell'organizzazione gare

- In collaborazione con i Comitati Provinciali, fornire una programmazione agonistica più completa per il calendario gare Regionale.
- Offrire una collaborazione Tecnica al Gruppo Giudici Gare per lo svolgimento al meglio delle Manifestazioni Agonistiche Regionali e Provinciali.

Per il conseguimento di questi obiettivi si potrà disporre Delle strutture del CRL, del Coni e dei Comitati Provinciali.

Questi obiettivi potranno essere perseguiti con:

- Incontri periodici di settore per condividere il percorso attuato dal settore.
- Formazione e aggiornamento mirato con *Convegni, incontri tecnici di aggiornamento, per ogni livello.*
- *Stesura dell'elenco di atleti del Progetto “Talento Regionale” al quale saranno dedicate maggiormente le attenzioni dei settori.*
- *Ampliamento dell'attività tecnica regionale anche alla Categoria Promesse, con Progetti mirati, a quei settori che ne sentano l'esigenza.*
- Raduni ed incontri Tecnici di tipo Provinciale ed Interprovinciale, su richiesta del territorio.
- Raduni stanziali con l'obiettivo primario, oltre a quello tecnico, di tipo motivazionale dei giovani al proseguimento dell'attività alle categorie superiori.
- Rappresentative Regionali, Interregionali, Nazionali ed Internazionali per favorire la crescita agonistica degli atleti attraverso il confronto con realtà diverse da quelle offerte dal Territorio.
- Partecipazione alla stesura dei Calendari Regionali e Provinciali.
- Collaborazione, attraverso incontri periodici, con il Gruppo Giudici Gare.

I **metodi** per arrivare a tutto questo saranno di tipo collegiale. Ci si prefigge pertanto di operare come segue:

- All'inizio dell'attività tecnica autunnale sarà svolta una riunione di programmazione del Settore Tecnico Regionale, *nella quale sarà stilata una bozza del Progetto Tecnico dell'anno.*
- *Seguirà la Conferenza Tecnica regionale aperta alla partecipazione di tutti i tecnici regionali nella quale saranno esposte ed analizzate la relazione dell'attività svolta e la proposta di programmazione dell'attività futura elaborata dal settore tecnico regionale, che potrà essere arricchita dalle proposte dei partecipanti.*
- *L'attività del settore tecnico regionale sarà programmata senza intralciare l'attività agonistica dei tecnici, degli atleti e delle Società, quindi sarà svolta principalmente nel periodo primaverile e autunnale della stagione. La stagione agonistica sarà motivo di incontro e scambi durante le gare.*
- *Si svolgeranno tre raduni stanziali all'anno di uno o più giorni (primaverile, estivo, autunnale) con tecnici ed atleti, di cui il più lungo sarà quello estivo.*
- *Un incontro tecnico stanziale all'anno (un fine settimana) con i tecnici collaboratori di staff.*
- *Miniraduni per specialità o per gruppi di specialità.*
- *Il raduno estivo sarà l'appuntamento intermedio dell'attività, dove sarà importante ritagliare una giornata da dedicare ai tecnici che vorranno intervenire, per fare il punto della situazione a metà anno.*
- *Il sito dovrà essere uno strumento puntuale di informazione per l'attività svolta e da svolgere, che servirà anche come punto di incontro per i Tecnici, gli Atleti e le Società della Regione.*

PROGETTO TECNICO "TALENTO LOMBARDIA 2009"

Il Comitato Regionale Lombardia della Fidal, per la stagione su pista 2009, ha deciso di erogare N° 10 borse di studio per gli Atleti, e per i loro Tecnici, appartenenti alle categorie Allievi e Juniores, maschili e femminili.

Il Fiduciario Tecnico Regionale, dopo aver consultato i responsabili di settore, proporrà una prima rosa di nominativi degli Atleti con i relativi Tecnici, tenendo conto di quanto segue:

- > gli Atleti non devono fare parte del progetto Talento della Fidal Nazionale,
- > devono essere classificati nei primi cinque delle graduatorie Nazionali, oppure aver vinto il Campionato Italiano individuale di categoria, e partecipare all'attività Tecnica Regionale (Raduni e Rappresentative).
- > avere un risultato individuale di almeno 850 punti secondo le tabelle punteggi in uso per i CdS.
I tempi e le misure devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s.

Verrà premiato almeno un Atleta per specialità.

Le specialità sono sei, così suddivise:

Velocità, Mezzofondo-Fondo, Ostacoli e prove Multiple, Marcia, Salti, Lanci.

Sulla base di questi elementi oggettivi la Commissione Talento del CRL individuerà entro il 30 ottobre del 2009 i 10 nominativi dei possibili premiati e ne proporrà l'approvazione nella prima riunione utile del Consiglio Regionale del CRL.

La borsa di studio di 1.500 Euro è da suddividere al 50% tra atleta ed il suo Tecnico, anche se non è tesserato con la stessa Società dell'Atleta. Il Tecnico deve essere regolarmente tesserato FIDAL, nel quadro Tecnico, per l'anno di competenza.

La borsa di studio non potrà essere erogata per due anni consecutivamente.

Incontri Tecnici e Raduni 2009

Sabato 7 Marzo	MONZA	Ore 15.00	Raduno Convocati Criterium Cadetti/e CROSS	S. Naso e coll.
Domenica 22 Marzo	SAINI	10.00-12.00	Club Regionale Lanci TOP : peso-martello . Categoria cad-all	Previtali e coll.
Sabato 14 Marzo	SARONNO	9.30-12,30 14,30-17.00	"Presente e futuro del salto in alto: esperienze, aspetti tecnici e metodologici." Pomeriggio pratica	A.Zamperin E.Dal Forno
Domenica 15 Marzo	SARONNO	10.00-12.30	Progetto "Brixen 2009"	Staff Tecnico e collaboratori
Giovedì 09 Aprile	<u>Bergamo</u> lanci-mezz-marcia S. Donato vel-salti-Hs-pm	Tutta la giornata	Raduno Regionale "Pasquale" CADETTI/E	Staff Tecnico Regionale
Venerdì 10 Aprile	<u>Bergamo</u> lanci-mezz-marcia S. Donato vel-salti-Hs-pm	Tutta la giornata	Raduno Regionale "Pasquale" ALLIEVI/E e Juniores	Staff Tecnico Regionale
29 giugno 03 luglio	Ponte/Chiuro		Raduno Estivo: salti, ostacoli, Prove multiple, velocità(Allievi-cadetti)	Staff Tecnico Regionale
06 luglio 10 Luglio	Ponte/Chiuro		Raduno Estivo: marcia, mezzofondo, lanci (Allievi-Cadetti)	Staff Tecnico Regionale
31-01 Novembre	Ponte/Chiuro		Raduno Autunnale: tutte le specialità Allievi-Juniores (2010)	Staff Tecnico Regionale
Sabato 07 Novembre	Saronno Saini Lanci	Ore 15.00	Raduno Autunnale: categoria Cadetti/e (2010)	Staff Tecnico Regionale
Domenica 29 Novembre	SAINI		Raduno Autunnale peso e martello . Cad-All-Jun	Previtali e coll.
Domenica 13 dicembre	SAINI		Raduno Autunnale Giavellotto e disco. Cad-All.Jun	Previtali e coll.
<i>Domenica 13 Dicembre</i>	Saranno	Ore 9.45 Ore 15.00	Categoria Cadetti/e tutte le specialità meno lanci Categoria Allievi/e-Juniores tutte le specialità meno lanci	Staff Tecnico Regionale

