

Campionati Italiani Individuali su pista Master

1. La FIDAL indice i Campionati Italiani Individuali su Pista riservati alla categoria Masters Maschile e Femminile valevoli per l'assegnazione del titolo italiano per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento.

2. Programma Tecnico

2.1 GARE UOMINI

100-200-400-800-1500-5000-10000-3000 Siepi (35/59)-2000 St (60 ed oltre)-110 Hs (35/49)-100 hs (50/69)-80 hs (70 ed oltre)-400 hs (35/59)-300 hs (60 /79)-200hs (80ed oltre) - alto-asta-lungo-triplo- peso-disco-martello-giavellotto-marcia km.5, martello con maniglia corta - 4x100 - 4x400.

Decathlon (100-lungo-peso-alto-400/ostacoli(110-100-80)-disco-asta-giavellotto-1500)

2.2 GARE DONNE

100-200-400-800-1500-5000-2000 siepi (35 ed oltre)-100 hs (35/39) - 80 hs (40 ed oltre) - 400 hs (35/49)-300 hs (50/69) - **200 hs (70 ed oltre)**-alto-asta-lungo-triplo-peso-disco-martello-giavellotto-marcia km.5, martello con maniglia corta - 4x100 - 4x400.

Eptathlon (ostacoli (80-100) – alto – peso – 200/lungo – giavellotto –800)

Per gli attrezzi, gli ostacoli, le progressioni dei salti in elevazione e le distanze di battuta nei salti in estensione si fa riferimento alle relative tabelle mentre per l'alto e l'asta delle Prove Multiple saranno adottate le progressioni della WMA.

3. Norme Tecniche e di Partecipazione

3.1 Possono partecipare gli atleti tesserati alla categoria Masters e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età.

3.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti/e e di staffette.

3.3 Ogni atleta nel complesso delle giornate previste può prendere parte ad un massimo di quattro gare individuali più una staffetta o di tre gare individuali più due staffette, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di due gare per giornata.

3.4 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.

3.5 I partecipanti alle Prove Multiple possono prendere parte nella stessa giornata anche ad una staffetta, mentre in giornate diverse possono partecipare anche ad altre due gare individuali.

3.6 Le gare di corsa si effettuano a serie composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente da ciascun atleta. Saranno controllati i tempi d'iscrizione con le graduatorie on line FIDAL del 2010.

3.7 I concorsi si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni, per ciascuna fascia d'età.

3.8 Ciascuna staffetta deve essere composta da soli atleti della categoria Masters che possono appartenere a diverse fasce d'età. La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma delle iscrizioni.

3.8.1 La staffetta è collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti la staffetta stessa (vedi esempio riportato nelle "Norme di Partecipazione all'Attività Masters").

3.9 I punteggi delle prove multiple sono attribuiti utilizzando le tabelle IAAF paramtrate con i coefficienti WMA.

4. Premi

4.1 Sono premiati con medaglia per ogni specialità i primi tre atleti/e e le prime 3 staffette classificate di ciascuna fascia d'età.

4.2 Agli atleti/e primi classificati di ogni gara e di ciascuna staffetta per ciascuna fascia d'età è assegnata la maglia di "Campione Italiano Masters".