



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

ATTIVITA' PROMOZIONALE 2021

Note preliminari

Nelle manifestazioni regionali potranno entrare in campo soltanto le figure previste dal relativo regolamento nazionale, il Gruppo Giudici Gare sospenderà le gare se non vi sarà il rispetto della normativa.
Alle gare e alle premiazioni i partecipanti dovranno indossare la divisa sociale.

ESORDIENTI

Gli Esordienti sono suddivisi in 3 fasce d'età secondo il seguente schema.

EM6 – EF6 - 6 – 7 ANNI (2015 – 2014)

EM8 – EF8 - 8 – 9 ANNI (2013 – 2012)

EM10 – EF10 - 10 – 11 ANNI (2011 – 2010)

L'attività è aperta agli atleti tesserati FIDAL, ai tesserati degli Enti di Promozione Sportiva firmatari della Convenzione FIDAL - EPS e agli alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi.

Non è consentito l'uso di scarpe chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Gli atleti appartenenti alla categoria Esordienti possono utilizzare esclusivamente scarpe con soles di gomma.

Il controllo delle gare è demandato ai C.R. e C.P. che potranno avvalersi di tecnici, insegnanti, operatori degli EPS e genitori. Ogni Provincia provvederà a regolamentare l'attività sulla base delle indicazioni fornite dalla FIDAL Nazionale e della struttura tecnica regionale.

I Fiduciari Tecnici Provinciali in base alle realtà locali devono proporre una attività che preveda percorsi didattici finalizzati all'educazione al movimento con gare tese a verificare l'acquisizione di abilità e non l'apprendimento della tecnica delle specialità.

Nelle categorie B e C le manifestazioni si svolgeranno per quanto possibile in giornate dedicate.

In ogni provincia verranno individuati 1-2 tecnici che fungeranno da referenti/responsabili (< 28 anni, Diplomato/Laureato ISEF-SUISM, Qualifica FIDAL).

Ogni società dovrà mettere a disposizione un istruttore, non vi saranno Giudici, Starter e Cronometristi.

Verranno strutturate alcune stazioni (5-6) comprendenti corsa veloce e con ostacoli, salto in alto e in lungo, lancio lungo e preciso. La classifica sarà individuale e/o a squadre a punti.

Gli Esordienti A possono partecipare a manifestazioni che prevedono lo svolgimento in forma di prova multipla scegliendo le gare come indicazione nazionale:

Proposte di Attività EM10 – EF10

Corsa campestre (da km. 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)

Alle gare di marcia si applica la PIT LANE RULE (p. 10.11 D.G)



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

Per quanto attiene l'attività su strada si raccomanda per quanto possibile di limitarne la partecipazione e, in ogni caso, si richiede l'adozione di misure di sicurezza e di controllo ai massimi livelli

RAGAZZI

L'attività è aperta con classifiche uniche agli atleti tesserati FIDAL, ai tesserati degli Enti di Promozione Sportiva firmatari della Convenzione FIDAL - EPS e agli alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi.

Non è consentito l'uso di scarpe chiodate, anche se alle stesse vengono tolti i chiodi. Gli atleti appartenenti alla categoria Ragazzi possono utilizzare esclusivamente scarpe con soles di gomma.

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai C.R. e C.P. che potranno avvalersi di tecnici, insegnanti, operatori degli EPS e genitori, che saranno coordinati dai Giudici di Gara.

Il Comitato Regionale per l'attività Ragazzi-e indica che le manifestazioni devono prevedere prioritariamente gare multiple con programmi a discrezione dei FF. TT. PP. secondo le necessità e le caratteristiche degli impianti; l'intendimento è quello di indurre i Tecnici a non specializzare i giovani.

A tal proposito si propone l'organizzazione di manifestazioni con gare dove si sommano i risultati dei componenti di giovani della stessa società (a squadre) o dove si sommano i risultati ottenuto con i due arti inferiori e superiori (ad es. getto del peso di sx. + dx.)

Nelle manifestazioni federali (cda e campionati individuali) le gare sono quelle indicate nei regolamenti nazionali

PROGRAMMA GARE

Corse: 60 – 1000 – 60 hs – staffetta 3 x 800 e 4 x 100 (partenza e passaggio del testimone entro la zona cambio, ma senza squalifica per cambio fuori zona)

Salti: alto – lungo

Lanci: peso gomma kg. 2 – vortex

Marcia: pista km. 2

Prove Multiple a scelta del Comitato Regionale Tetrathlon: 60hs - 600 - lungo peso.

Ostacoli

60 maschili : 6 ostacoli, h 0,60, distanza mt. 12-5x7,50-10,50;

60 femminili : 6 ostacoli, h 0,60, distanza mt. 12-5x7,50-10,50;

N.B. Solo in caso di mancanza degli ostacoli con queste altezze verranno inseriti ostacoli a 0,76.

Alle gare di marcia si applica la PIT LANE RULE (p. 10.11 D.G)

Nei concorsi (lungo-alto-peso-vortex), sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono 3, mentre nell'alto le prove per ogni atleta sono un massimo di 3 per ciascuna misura.

In chiave promozionale si potranno organizzare gare di giavellotto da gr. 400 per i Ragazzi e gr. 300/400 per le Ragazze su richiesta dei Comitati Regionali previa autorizzazione del Settore Tecnico Nazionale al fine di monitorare l'attività

Campionato Individuale Provinciale

Ogni Comitato potrà organizzare una eventuale manifestazione di Campionato Individuale Provinciale comprendente tutte le gare in programma con regolamenti stilati secondo le proprie esigenze.

Campionato Individuale Regionale

Il Campionato Individuale Regionale si svolgerà a **NOVARA 27 Giugno 2021** con le seguenti gare:

60 – alto – vortex – 1000 – 60 hs – lungo – peso – marcia 2 km

Le società potranno iscrivere alla manifestazione un numero illimitato di atleti.

Ogni atleta potrà prendere parte a una gara.

Per le gare di 60 mt e 60 hs saranno previste batterie e finali

Per i concorsi (escluso il salto in alto) ogni concorrente disputerà 3 salti, con finale a 8 atleti con 3 salti di finale



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

TROFEO NAZIONALE DELLE PROVINCE RAGAZZI E RAGAZZE

La FIDAL indice il Trofeo Nazionale delle Province Ragazzi e Ragazze.

1 FASI DI SVOLGIMENTO

Fase Provinciale con gare del programma tecnico indicato al punto 2.1 oppure con i Tetrathlon indicati al punto 3.1, a scelta dei Comitati Provinciali. Finale Regionale per Rappresentative Provinciali, da svolgersi nella stessa data con le gare di Tetrathlon indicate al punto 3.1. Classifiche Nazionali per Province Maschile, Femminile e Complessiva sulla base dei punteggi ottenuti nelle Finali Regionali.

2 FASE PROVINCIALE

Ogni Provincia potrà organizzare manifestazioni attingendo dal presente programma tecnico ovvero per tetrathlon o triathlon, tenendo presente che, al termine della fase provinciale, dovrà formare una Rappresentativa Provinciale di Tetrathlon costituita da atleti che, nell'arco delle manifestazioni previste, avranno conseguito risultati in almeno in 4 gare diverse del programma tecnico, di cui almeno 1 salto e almeno 1 lancio. Sono validi tutti i risultati ottenuti in manifestazioni regolarmente presenti nei rispettivi calendari regionali. La fase provinciale terminerà il 3 ottobre 2021.

2.1 PROGRAMMA TECNICO DELLE FASI PROVINCIALI

CORSE:

60 – 1000 OSTACOLI: 60 hs (0,60m) SALTI: alto – lungo LANCI: vortex, peso 2kg (in gomma) MARCIA: 2km pista STAFFETTA: 4x100

2.2 I Comitati Provinciali potranno organizzare indifferentemente gare singole o di tetrathlon o di triathlon: la scelta è libera e determinata dalle opportunità di organizzazione e di gestione delle manifestazioni territoriali, nel rispetto dei protocolli anti-covid vigenti. Sarà cura dei Comitati promuovere la multilateralità in tutte le manifestazioni previste nella fase di qualificazione, pur garantendo, per quanto possibile in relazione alla normativa emergenziale, lo svolgimento di tutte le gare del programma tecnico in almeno una manifestazione.

3 FINALI REGIONALI PER RAPPRESENTATIVE PROVINCIALI

Le Finali Regionali Ragazzi e Ragazze si svolgeranno con una manifestazione per Rappresentative Provinciali.

Le Finali Regionali del Trofeo delle Province Ragazzi e Ragazze si terranno in 10 ottobre 2021 SSD .

3.1 PROGRAMMA TECNICO DELLE FINALI REGIONALI

TETRATHLON "A": 60 + lungo + peso + 600

TETRATHLON "B": 60hs + alto + vortex + 600

3.2 NORME DI PARTECIPAZIONE ALLE FINALI REGIONALI

3.2.1 Ciascuna Provincia può partecipare con 4 atleti per ogni Tetrathlon, con minimo 6 Ragazzi e 6 Ragazze per Provincia. Gli atleti partecipanti alla Finale Regionale devono rispettare i requisiti richiesti al punto 2.

3.2.2 Ciascun atleta dovrà prendere parte a tutte le gare previste dal proprio Tetrathlon. In caso di ritiro, squalifica o mancata classificazione saranno assegnati comunque 0 punti e la gara del rispettivo Tetrathlon sarà considerata regolarmente disputata.

3.2.3 Tutte le Finali Regionali dovranno essere disputate con cronometraggio automatico.

3.3 NORME DI CLASSIFICA DELLE FINALI REGIONALI

3.3.1 Le classifiche regionali femminile, maschile e complessiva per Provincia saranno redatte sulla base delle tabelle di punteggio della rispettiva categoria.

3.3.2 Per ciascuna Finale Regionale le classifiche femminile, maschile e complessiva per Provincia saranno determinate dalla somma dei migliori 3 punteggi ottenuti da 3 atleti diversi per ogni Tetrathlon. Saranno sommati i punteggi ottenuti dai primi 3 Ragazzi e 3 Ragazze di ciascuna Provincia per ogni Tetrathlon per un totale di 6 Ragazzi e 6 Ragazze. Le Province con meno di 3 partecipanti per ciascun Tetrathlon verranno classificate dopo quelle con rappresentative complete.

3.3.3 Il titolo di Provincia Campione Regionale sarà assegnato, sia nella classifica complessiva che in quella maschile e femminile, alla Provincia che otterrà il miglior punteggio, sommando fino a 3 punteggi femminili e fino a 3 punteggi maschili



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

CADETTI

L'attività è aperta con classifiche uniche agli atleti tesserati FIDAL, ai tesserati degli Enti di Promozione Sportiva firmatari della Convenzione FIDAL - EPS ed alunni delle scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi.

Il controllo delle gare (giurie e cronometraggio) è demandato ai C.R e C.P. tramite il GGG.

Programma gare Cadetti (valide per le graduatorie nazionali)

Corse: m. 80 – 300 – 1000 – 2000 – 100 hs – 300 hs – 1200 st – 4 x 100 – 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. 5

Alle gare di marcia si applica la PIT LANE RULE (p. 10.11 D.G)

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

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

1200 st: 10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.

Prove multiple

Esathlon (100 hs - alto – giavellotto – disco – lungo – 1000)

Si possono organizzare gare di Esathlon inserendo l'asta al posto del disco, su richiesta dei C.R. previa autorizzazione del settore tecnico nazionale.

Si possono invertire nella successione il salto in alto con il salto in lungo

Programma gare Cadette (valide per le graduatorie nazionali)

Corse: m. 80 – 300 – 1000 – 2000 – 80 hs – 300 hs – 1200 st – 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

Alle gare di marcia si applica la PIT LANE RULE (p. 10.11 D.G)

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

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

1200 st: 10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.

Prove multiple

Pentathlon (80 hs - alto – giavellotto – lungo – 600)

Si possono invertire nella successione il salto in alto con il salto in lungo

Nei concorsi (lungo - triplo – peso – disco – martello – giavellotto) le prove a disposizione per ogni atleta sono 4, mentre nell'alto e nell'asta le prove per ciascun atleta sono un massimo di 3 per ogni misura.

Nei concorsi delle Prove Multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono 3 (esclusi alto e asta)



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

Campionato Individuale Provinciale

Ogni Comitato potrà organizzare una eventuale manifestazione di Campionato Individuale Provinciale comprendente tutte le gare in programma con regolamenti stilati secondo le proprie esigenze.

Campionato Individuale Regionale

Il Campionato individuale regionale si svolgerà **SDD** con le seguenti gare:

Cadetti: 80, 300, 1000, 2000, 100 hs, 300 hs, alto, asta, lungo, triplo (battuta m. 9 e m. 11), peso, disco, martello, giavellotto, marcia 5 km

Cadette 80, 300, 1000, 2000, 80 hs, 300 hs, 1200 sp, alto, asta, lungo, triplo (battuta m. 7 e m. 9), peso, disco, martello, giavellotto, marcia 3 km

Le Società potranno iscrivere alla manifestazione un numero illimitato di atleti.

Ogni atleta nel complesso delle due giornate potrà prendere parte a due gare.

Nelle gare di 80 mt m/f - 80 hs f e 100 hs m saranno previste batterie e finali

Nei concorsi , esclusi alto e asta , saranno previste tre prove di qualificazioni e tre di finale per i migliori 8.

Agli atleti primi classificati di ogni gara del programma tecnico è assegnato lo scudetto di Campione Regionale

Si precisa che le gare saranno considerate indicative per la costruzione della squadra che parteciperà ai Campionati Italiani Individuali e per Regioni.

La composizione della Rappresentativa che parteciperà ai Campionati Italiani Individuali e per Regioni sarà decisa dalla struttura tecnica regionale (FTR e referenti di settore) che potrà richiedere ai tecnici sociali verifiche tecniche agonistiche di avvicinamento all'evento.

SDD 02-03 Ottobre 2021 CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI E PER REGIONI SU PISTA CADETTI

Campionato Individuale Regionale di Prove Multiple

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale individuale Cadetti di Prove Multiple maschile e femminile

Luogo e data di svolgimento.

SDD

2. Programma tecnico

Cadetti : 100 hs; alto; giavellotto; disco; lungo; 1000.

Cadette: 80 hs; alto; giavellotto; lungo; 600

3. Norme di partecipazione

Le Società potranno iscrivere alla manifestazione un numero illimitato di atleti delle categorie Cadetti maschili e femminili.

Agli atleti primi classificati è assegnato lo scudetto di Campione Regionale .



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

CAMPIONATO DI SOCIETA' CADETTI SU PISTA

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato di Società Cadetti maschile e femminile valido per il titolo di Campione Regionale su pista.

PROGRAMMA TECNICO

Cadetti

Corse: 80, 300, 1000, 2000, 100 hs, 300 hs, 1200 st, staffetta 4 x 100

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 5 km

Cadette

Corse: 80, 300, 1000, 2000, 80 hs, 300 hs, 1200 st, staffetta 4 x 100

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 3 km

NORME DI PARTECIPAZIONE

Al Campionato possono partecipare tutte le Società regolarmente affiliate alla FIDAL Piemonte nell'anno in corso, con un numero massimo di 2 atleti per gara

Gli atleti delle società che non raggiungono il numero minimo di gare coperte saranno considerati individualisti e pertanto non saranno presi in considerazione per l'attribuzione dei punteggi.

FINALE REGIONALE:

La finale regionale si disputerà il **22-23 Maggio 2021 a Torino**

con il seguente programma:

Cadette

1^ giornata

80 – 300 hs – 1000 – alto – triplo – peso – martello – marcia km 3

2^ giornata

80 hs – 300 – 2000 – 1200 sp - lungo – asta – disco – giavellotto – staffetta 4 x 100 metri

Cadetti

1^ giornata

80 – 300 hs – 1000 — lungo – asta – disco – giavellotto – marcia km 4

2^ giornata

100 hs – 300 – 2000 – 1200 sp - alto – triplo – peso – martello – staffetta 4 x 100 metri

Per ogni gara verrà attribuito un punteggio a scalare: 30-29-28-27-26-25-24-23-22-21-20-18-16-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1. 1 punto sarà attribuito ad ogni atleta classificato (anche per la staffetta)

Ogni Società potrà schierare due atleti per gara; per stilare la classifica finale verranno presi in considerazione 14 punteggi in 14 gare diverse. L'eventuale secondo atleta di una società non porterà punteggio e non contribuirà a ridurre quello delle altre squadre, sarà per cui in classifica ma escluso dal conteggio dei punteggi

La classifica verrà stilata in ordine decrescente rispetto al numero di gare coperte, per poter essere considerati in classifica e' necessario coprire almeno 8 Gare diverse.

Ogni atleta può partecipare a 2 gare più staffetta nelle 2 giornate, con un massimo di 2 gare o 1 gara e 1 staffetta in una giornata.

Gli atleti che partecipano ad una gara superiore o uguale ai m. 1000 possono partecipare nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 400.



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

PREMIAZIONI:

Saranno premiate le prime 3 società classificate Cadetti e Cadette .

CAMPIONATO REGIONALE PROMOZIONALE

Al termine dei Campionati Regionali di Società su pista Cadetti, Ragazzi si comporrà una classifica generale che sarà calcolata in base ai piazzamenti ottenuti nei quattro Campionati assegnando per ognuno dei quattro Campionati (Ragazzi, Ragazze, Cadetti, Cadette) i seguenti punteggi:

1^	Punti 40
2^	36
3^	33
4^	30
5^	28
6^	26
7^	24
8^	22
9^	20
10^	18
11^	16
12^	14
13^	12
14^	10
15^	8
16^	6
17^	4
18^	3
19^	2
20^	1

La Società che otterrà il maggior punteggio (verranno classificate prima le società classificate in quattro C.d.S, poi in tre e così via) avrà il titolo di Campione Regionale Giovanile su pista



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

CAMPIONATO PIEMONTESE DI SOCIETA' PROMOZIONALE DI PROVE MULTIPLE

La FIDAL Comitato Regionale Piemonte indice il Campionato Regionale di Società Promozionale di Prove Multiple maschile e femminile

Luogo e data di svolgimento.

SDD

2. Programma tecnico

Cadetti : 100 hs; alto; giavellotto; disco; lungo; 1000.

Cadette: 80 hs; alto; giavellotto; lungo; 600

Ragazzi e Ragazze: 60hs, 600, lungo, peso

3. Norme di partecipazione e di classifica

1) Le Società potranno iscrivere alla manifestazione un numero illimitato di atleti delle categorie Ragazzi e Cadetti maschili e femminili.

2) La somma di un massimo di 3 punteggi determina la classifica di Società sia maschile che femminile per l'assegnazione del titolo di Campione Regionale di Società Ragazzi e Cadetti maschile e femminile. In caso di parità si tiene conto del miglior punteggio individuale. Vengono classificate anche le Società con 2 punteggi.

3) *La classifica del Campionato Regionale Giovanile di Prove Multiple sarà calcolata in base ai piazzamenti ottenuti nei quattro Campionati assegnando per ognuno dei quattro Campionati (Ragazzi, Ragazze, Cadetti, Cadette) i seguenti punteggi:*

1^	Punti 40
2^	36
3^	33
4^	30
5^	28
6^	26
7^	24
8^	22
9^	20
10^	18
11^	16
12^	14
13^	12
14^	10
15^	8
16^	6
17^	4
18^	3
19^	2
20^	1

La Società maschile e femminile che otterrà il maggior punteggio (verranno classificate prima le società classificate in quattro C.d.S, poi in tre e così via) avrà il titolo di Campione Regionale Promozionale di Prove Multiple.

A parità di punteggio si terrà conto del miglior punteggio di Categoria



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

PREMI

Verranno premiate le prime 3 Società classificate di ogni Categoria e del Campionato Regionale Giovanile.

Verranno premiati con medaglia i primi 3 atleti classificati di ogni categoria.

Anche in questo caso gli atleti facenti parte della Rappresentativa che parteciperà ai Campionati Italiani Individuali e per Regioni saranno decisi dalla struttura tecnica regionale (FTR e referente di settore)

CORSA SU STRADA E CORSA IN MONTAGNA

L'attività degli Esordienti B e C deve avere carattere esclusivamente ludico - formativo.

Per gli Esordienti A l'attività deve essere formativa e ricreativa seppur con modalità agonistico - promozionali, pertanto non verrà stilata una classifica, ma un elenco di atleti arrivati al traguardo, indipendente dal sesso e dal tempo conseguito.

Di conseguenza agli effetti di eventuali classifiche di Società verrà riconosciuto un punteggio pari al numero di Esordienti A arrivati al traguardo.

Le distanze previste per le diverse categorie sono le seguenti

STRADA

Esordienti B e C massimo 400 metri

Esordienti A da 400 a 800 metri

Ragazzi/e da 1.200 a 1.500 metri

Cadetti distanza massima 5000 metri

Cadette distanza massima 3000 metri

Allievi * da 4000 a 10.000 metri

Allieve* da 4000 a 10.000 metri

MONTAGNA

-

da 600 a 1.000 metri

da 1.200 a 1.500 metri

da 2.400 a 3.500 metri

da 1.800 a 2.500 metri

da 4.000 a 5.000 metri

da 2.500 a 3.500 metri

*La categoria Allievi per quanto attiene la corsa in montagna fa parte del settore Giovanile, mentre per la strada rientra nelle categorie Assolute.