

**Esordienti C
Maschili e Femminili
(2003 - 2004)
Esordienti B
Maschili e Femminili
(2001 - 2002)**

Non è consentito l'uso di scarpe chiodate

CORSE

50 m	Con partenza in piedi
200 m	Con partenza in piedi
50 hs	Con partenza in piedi. 5 ostacoli; altezza 0,50; distanze 12,00 - 4x7,00 - 10,00
Staffetta 4x50 m	Da disputare in corsia con partenza dai 200 m, partenza in piedi e senza zona cambio. Anche mista per sesso e società

SALTI

Lungo	Battuta libera di 1 m x 1 m, distanza dalla buca da 0,50 m a 1,50m. Sia individuale che inserito nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta possono essere due o tre
-------	--

LANCI

Vortex	Sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta possono essere due o tre
--------	---

PROVE MULTIPLE

Biathlon	50 m - Lungo 50 m - Vortex 200 m - Lungo 200 m - Vortex 50 hs - Lungo 50 hs - Vortex
----------	---

PROVE DI PERCORSO

Vedi allegato percorsi

Esordienti A Maschili e Femminili (2000 - 1999) Non è consentito l'uso di scarpe chiodate	
CORSE	
50 m	Con partenza in piedi
200 m	Con partenza in piedi
400 m	Con partenza in piedi
600 m	
50 hs	Con partenza in piedi. 5 ostacoli; altezza 0,50 ; distanze 12,00 - 4x7,00 - 10,00
Staffetta 4x50 m	Da disputare in corsia con partenza dai 200 m, partenza in piedi e senza zona cambio. Anche mista per sesso e società
Staffetta 5x80 m	Da disputare in corsia con partenza dai 400 m, partenza in piedi e senza zona cambio. Anche mista per sesso e società
SALTI	
Alto	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura Progressione: Misura d'ingresso 0.80 poi si decide secondo necessità
Lungo	Battuta libera di 1 m x 1 m, distanza dalla buca da 0,50 m a 1,50m. Sia individuale che inserito nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta possono essere due o tre
LANCI	
Vortex	Sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta possono essere due o tre
MARCIA	
Pista 1000 m	
PROVE MULTIPLE	
Biathlon	600 m - Vortex; 50 hs - lungo; 50 m - alto; Marcia - Vortex
Triathlon	50 m - Vortex - alto; 50 hs - Vortex - Lungo; Lungo - Vortex - 600 m; Lungo - Vortex - Marcia
PROVE DI PERCORSO	
Vedi allegato percorsi	

RAGAZZI/E (1998 - 1997) Non è consentito l'uso di scarpe chiodate	
CORSE	
60 m	
1000 m	
60 hs	6 ostacoli; altezza 0,60 ; distanze 12,00 - 5x7,50 - 12,00
Staffetta 4x100 m	Partenza e passaggio del testimone entro la zona cambio, ma senza squalifica per cambio fuori zona
Staffetta 3x800 m	
SALTI	
Alto	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura; progressione: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46 quindi di 2 cm in 2 cm
Lungo	Sia individuale che inserito nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre
LANCI	
Peso gomma 2 kg	Sia individuali che inseriti nelle Prove Multiple, le prove a disposizione per ogni atleta sono tre
Vortex	
MARCIA	
Pista 2000 m	
PROVE MULTIPLE	
Tetrathlon	60 m - Lungo - Vortex - 600 m
NOTE	Gli atleti iscritti alle gare di corsa o di marcia con distanza uguale o superiore a 1000 m, nello stesso giorno solare, non potranno prendere parte ad altre gare di corsa o marcia superiori alla distanza di 200m

CADETTE (1996 - 1995)	
CORSE	
80 m	
300 m	
1000 m	
2000 m	
80 hs	8 ostacoli; altezza 0,76; distanze 13,00 - 7x8,00 - 11,00
300 hs	7 ostacoli; altezza 0,76; distanze 50,00 - 6x35,00 - 40,00
Staffetta 4x100 m	
Staffetta 3x1000 m	
SALTI	
Alto	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura; progressione: 1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49-1.51 quindi di 2 cm. in 2 cm
Asta	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura; progressione: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25 quindi di 5 cm in 5 cm. Progressione CDS: 1.80-2.00-2.10-2.20 poi di 10 cm in 10 cm fino a 2.60 quindi di 5 cm in 5 cm
Lungo	Le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, ad eccezione dei Campionati Individuali dove sono tre eliminatorie e tre di finale (ad 8). Nelle prove multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.
Triplo	
LANCI	
Peso 3 kg	Le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, ad eccezione dei Campionati Individuali dove sono tre eliminatorie e tre di finale (ad 8).. Nelle prove multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.
Disco 1 kg	
Martello 3 kg	
Giavellotto 400g	
MARCIA	
Pista 3000 m	
PROVE MULTIPLE	
Pentathlon	80hs - alto - giavellotto 400 g - lungo - 600m La gara può essere svolta anche in due giornate; i salti possono essere invertiti. Nel salto in alto non si applica la regola 181,1 del RTI

CADETTI (1996 - 1995)	
CORSE	
80 m	
300 m	
1000 m	
2000 m	
100 hs	10 ostacoli; altezza 0,84; distanze 13,00 - 9x8,50 - 10,50
300 hs	7 ostacoli; altezza 0,76; distanze 50,00 - 6x35,00 - 40,00
Staffetta 4x100 m	
Staffetta 3x1000 m	
SALTI	
Alto	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura; progressione: 1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.58 quindi di 2 cm in 2cm
Asta	Le prove per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura; progressione: 1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50-2.55 quindi di 5 cm. in 5 cm. Progressione CDS:1.80-2.00-2.10-2.20 poi di 10 cm in 10 cm fino a 2.60 quindi di 5 cm in 5 cm
Lungo	Le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, ad eccezione dei Campionati Individuali dove sono tre eliminatorie e tre di finale (ad 8). Nelle prove multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.
Triplo	
LANCI	
Peso 4 kg	Le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro, ad eccezione dei Campionati Individuali dove sono tre eliminatorie e tre di finale (ad 8). Nelle prove multiple le prove a disposizione per ogni atleta sono tre.
Disco 1,500 g	
Martello 4 kg	
Giavellotto 600 g	
MARCIA	
Pista 4000 m	
PROVE MULTIPLE	
Pentathlon	100hs - alto - giavellotto 600 g - lungo - 1000m La gara può essere svolta anche in due giornate; i salti possono essere invertiti. Nel salto in alto non si applica la regola 181,1 del RTI
NOTE	Gli atleti iscritti alle gare di corsa o di marcia con distanza uguale o superiore a 1000 m, nello stesso giorno solare, non potranno prendere parte ad altre gare di corsa o marcia superiori alla distanza di 200m