

CROSS - MARCIA - STRADA 2007

à VENERDI' 03 DICEMBRE 2006 RAPALLO

MEZZA MARATONA CITTA' DI RAPALLO

organizzazione Atletica Rapallo-Golfo Paradiso tel. 0185.283412 e.m. Nicola.fenelli@libero.it

à VENERDI' 08 DICEMBRE 2006 SAVONA

1^ MARATONINA città di SAVONA – 4° TROFEO CARLO ZANELLI

organizzazione Serenella Avis podismo tel. 349.5056828 e.m. serenellapodismo@excite.it

à DOMENICA 28 GENNAIO 2007 FOSDINOVO

PROVA UNICA REGIONALE C.D.S CROSS

Manifestazione di contorno

Campionato provinciale individuale e di Società giovanile .Le gare giovanili si intendono "open" e sono valide per la formazione della rappresentativa cadetti.

à DOMENICA 28 GENNAIO 2007 CERIALE

11^ MARATONINA DEI TURCHI

organizzazione Atletica Ceriale tel/fax 0182.50954 e.m. atleticaceriale@yahoo.it

à DOMENICA 04 FEBBRAIO 2007 SANREMO Campo Ippico

PROVA UNICA REGIONALE C.D.S CROSS GIOVANILE

GARE CONTORNO MASCHILE E FEMMINILE SU UN 'UNICA DISTANZA MEDIA

programma gare

ore 10:00	ritrovo		
ore 10:30	chiusura iscrizioni		
ore 10:45	inizio gare	ESO. C M/F Km. 1	reali 0,950
ore 10:55		ESO. B M/F Km. 1	reali 0,950
ore 11:00	premiazione	ESO. B/C	
ore 11:05		ESO. A F Km. 1	reali 0,950
ore 11:15		ESO. A M Km. 1	reali 0,950
ore 11:25		RAGAZZE Km. 1,5	reali 1,550
ore 11:35		RAGAZZI Km. 1,5	reali 1,550
ore 11:45		CADETTE Km. 2	reali 1,950
ore 12:00		CADETTI Km. 2,5	reali 1,650
ore 12:10	premiazione gare CDS		
ore 12:15		A/J/P/S F Km. 3	reali 2,950
ore 12:35		A/J/P/S M Km. 4	reali 4,050
ore 13:00	premiazioni gare contorno assolute		

à DOMENICA 11 FEBBRAIO 2007 MODENA

FINALE NAZIONALE C.D.S. CROSS

à DOMENICA 11 FEBBRAIO 2007 SANTA MARGHERITA

MEZZA MARATONA INTERNAZIONALE DI PORTOFINO

organizzazione Atletica Rapallo-Golfo Paradiso tel. 0185.283412 e.m. Nicola.fenelli@libero.it

à DOMENICA 18 FEBBRAIO 2007 LOCALITA' LE MANIE

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI DI CROSS
TUTTE LE CATEGORIE GIOVANILI E ASSOLUTI

à DOMENICA 4 MARZO 2007

CASELLA (GE)

C.D.S. E CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER M/F DI CROSS

programma gare

ore 10:00 ritrovo
ore 10:30 chiusura iscrizioni
ore 10:40 gara A ALLIEVE / JUNIOR F Km 3
a seguire gara B ALLIEVI / JUNIOR M Km 4
gara C SENIOR / PROMESSE F Km 4
gara D MASTER F camp. reg. Km 4
gara E SENIOR / PROMESSE M Km 8
gara F MASTER M camp. reg. Km 8

a chiusura delle iscrizioni, considerato il reale numero dei partecipanti, le gare C & D potranno essere accorpate così come le gare E & F. Inoltre la gara F potrà, se necessario, essere suddivisa in due fasce di età nel rispetto del regolamento del CDS

à DOMENICA 11 MARZO 2007 VILLA LAGARINA (TN)

CAMPIONATI ITALIANI DI CROSS + CAMPIONATI INDIVIDUALI PER REGIONI C.i/C.e

à DOMENICA 18 MARZO - TORINO

CAMPIONATI ITALIANI MASTER DI CROSS

MARCIA

à DOMENICA 18 MARZO SAVONA

C.d.S. e CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI di MARCIA PER TUTTE LE CATEGORIE E
INCONTRO PER RAPPRESENTATIVE REGIONALI CADETTI E ALLIEVI M-F

Org. Atl. ALBA DOCILIA (tel/fax 019 489765)

REGOLAMENTI LIGURI INVERNALI
CROSS - MARCIA - STRADA 2007

C.d.S. regionale di Cross sett. Agonistico

Programma tecnico:

seniores/promesse/ master	uomini	km 10	cross lungo
seniores/promesse/ master	uomini	km 4	cross corto
juniores	uomini	km 6	
allievi		km 4	
seniores/promesse/ master	donne	km 6	cross lungo
seniores/promesse/ master	donne	km 4	cross corto
juniores	donne	km 4	
allieve		km 3	

Il campionato si articola una prova unica, (28 gennaio 2007 a Fosdinovo)

NORME DI CLASSIFICA

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

C.d.S. regionale di Cross sett. giovanile

Esordienti 96/97 – F	km 1	GARE DI CONTORNO NON VALIDE PER IL CDS
Esordienti 96/97 – M	km 1	GARE DI CONTORNO NON VALIDE PER IL CDS
Ragazze	km 1,5	
Ragazzi	km 1,5	
Cadette	km 2	
Cadetti	km 2,5	

Il campionato si articola su una sola prova in programma a Sanremo in data 04 febbraio 2007

Per essere classificata una Società avere almeno 3 atleti classificati. Possono partecipare anche le società con uno o due atleti iscritti, ma non verranno classificate al C.d.S.

Il primo classificato dell'ordine di arrivo riceverà 1 punto, il secondo 2 e così via. La somma dei punti ottenuti dai tre migliori atleti di una stessa società determinerà la classifica finale. Sarà vincitrice la squadra che avrà totalizzato il punteggio più basso.

REGOLAMENTO TROFEO ESORDIENTI CROSS

Nelle tre manifestazioni regionali in programma a Fosdinovo, Sanremo e Le Manie sono previste gare esordienti, il Comitato regionale istituisce un trofeo che premierà le società in base al numero di partecipanti alle tre prove.

Saranno premiate la prima società di ogni provincia e la prima società della regione.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI DI CROSS ASSOLUTO

Programma tecnico:

seniores/promesse/master	uomini	km 10
juniores	uomini	km 6
allievi		km 4
seniores/promesse/master	donne	km 6
juniores	donne	km 4
allieve		km 3

Il campionato si articola in una prova unica, (18 febbraio 2007 a Le Manie – SV)

Al vincitore sarà assegnato il titolo di Campione regionale di Cross.

Ai campionati regionali individuali gli amatori possono partecipare con i senior ma non per il titolo; possono anche gareggiare gli atleti stranieri nelle cat. j/p/s/mast. ma non concorrono per il titolo

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI DI CROSS GIOVANILE

Programma tecnico:

Cadette	km 2,000
Cadetti	km 2,500
Ragazze	km 1,500
Ragazzi.....	km 1,500
Esordienti C M/f.....	km 1.

Il campionato si articola su una sola prova in programma a Le Manie (SV) in data 18 febbraio 2007.

RAPPRESENTATIVE CADETTI DI CROSS

- La composizione della rappresentativa Cadetti/e che parteciperà al Criterium Nazionale in programma a Villa Lagarina (TN) il 11.03.07 sarà così formata: 5 atleti di cui 2 segnalati dalla commissione tecnica, e 3 fra tutti gli atleti che avranno ottenuto il miglior punteggio dalla somma delle prove di Fosdinovo, Sanremo e Le Manie.
- Il punteggio dell'ultima prova, il campionato regionale individuale, sarà raddoppiato.

C.d.S. regionale di Cross e Individuale Senior Master

REGOLAMENTO CDS CROSS MASTER 2007

Norme di partecipazione

Possono partecipare gli atleti/e tesserati alla categoria Master.

Gli atleti tesserati alla categoria Amatori possono partecipare, ma non portano punti alla classifica del CDS.

Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti e per classificarsi deve schierare un minimo di 4 atleti/e.

Norme di classifica valida per il CDS

Le Società per classificarsi devono schierare un minimo di 4 atleti/e ed avere almeno un atleta classificato per fascia d'età.

Porta punti alla Società l'atleta miglior classificato per fascia d'età.

Le fasce d'età sono così divise:

a)M1 relativa alle categorie accorpate M35-M40 e F1 relativa alle categorie accorpate F35-F40

a)M2 relativa alle categorie accorpate M45-M50 e F2 relativa alle categorie accorpate F45-F50

a)M3 relativa alle categorie accorpate M55 e oltre e F3 relativa alle categorie accorpate F55 e oltre.

Per ciascuna fascia d'età sono assegnati seguenti punteggi (1 al primo, 2 al secondo, 3 al terzo...).

In caso di parità nella classifica complessiva si terrà conto del miglior punteggio individuale. Se la parità permane si terrà conto del secondo migliore punteggio e così via fino a che la parità non verrà risolta.

N.B.

I primi classificati/e si possono fregiare del titolo di Campione Regionale Master.

REGOLAMENTO

C.d.S. regionale di Marcia e Individuale tutte le categorie

Per essere classificata una Società deve essere presente con almeno due atleti, per il punteggio verrà assegnato al primo classificato 1 punto, al secondo 2 e così via. La classifica finale sarà determinata dalla somma dei punti ottenuti nella gare in programma, e risulterà vincitrice la società con il punteggio più basso. Nel caso 1 o più atleti si ritirino verranno attribuiti 15 punti in più dell'ultimo classificato.

Il titolo individuale verrà assegnato al primo di ogni categoria.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali"

LANCI LUNGHI 2007

à SABATO 03 FEBBRAIO 2007

**LANCI LUNGHI 1^ PROVA REGIONALE
CAMPO VILLA GENTILE**

Categorie: Giovanile- Promesse-Assoluti

Gare di contorno: martello – giavellotto CI/E M e F

Ore 14,30 ritrovo

Ore 15:00 inizio gare

Ore 15:00 martello M

martello F

disco M

disco F

giavellotto M

giavellotto F

Gli atleti possono partecipare ad una delle due Prove Regionali in regioni diverse dalla propria dietro autorizzazione della FIDAL Nazionale concessa alle Società di appartenenza che ne abbiano fatto preventivamente richiesta.

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.

I cadetti possono partecipare ad una sola gara.

**n.b. La categoria giovanile (A e J) lancia con gli attrezzi della categoria Juniores
Le iscrizioni saranno fatte direttamente in pedana**

(Org. C.R. FIDAL Liguria) R.T. WALTER SUPERINA

**à SABATO 17 FEBBRAIO 2007 LANCI LUNGI 2^ PROVA REGIONALE
 CAMPO FONTANASSA (SV)
 ORGANIZZAZIONE CUS SAVONA
 VALIDA COME CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE
 Categorie: Giovanile- Promesse-Assoluti
 Gare di contorno: disco CI/E M e F
 Ore 14,00 ritrovo
 Ore 14:30 inizio gare
 Ore 14:30 martello M
 martello F
 disco M
 disco F
 giavellotto M
 giavellotto F**

Gli atleti possono partecipare ad una delle due Prove Regionali in regioni diverse dalla propria dietro autorizzazione della FIDAL Nazionale concessa alle Società di appartenenza che ne abbiano fatto preventivamente richiesta.

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.

**n.b. La categoria giovanile (A e J) lancia con gli attrezzi della categoria Juniores
Le iscrizioni saranno fatte direttamente in pedana**

(Org. C.R. FIDAL Liguria) R.T. MARCO MURA

SABATO 3 - DOMENICA 4 MARZO 2007

BARI - CAMPIONATI ITALIANI INVERNALI LANCI FINALE NAZIONALE