

## **PROGRAMMA TECNICO E REGOLAMENTO FASE INTERDISTRETTUALE**

Le gare in programma sono le seguenti:

RAGAZZI/E CORSE 60 – 600 – 4x100 (cambio libero)  
SALTI Alto – lungo  
LANCI Peso gomma 2 kg – Vortex  
MARCIA (solo a titolo individuale) Km. 1,5 Ragazze – km 2 Ragazzi

CADETTI/E CORSE 80 – 1000 – 4x100  
SALTI Alto – lungo  
LANCI Peso (3 kg cadette/4 kg cadetti) – Vortex  
MARCIA Km. 2 (solo a titolo individuale)

ALLIEVI/E CORSE 100 – 400 – 1000 – 4x100  
SALTI Alto – lungo  
LANCI Peso (3 kg A/e e 5 kg A/i)  
MARCIA (solo a titolo individuale) Km 3 Allievi/e

JUNIORES m/f CORSE 100 – 400 – 1000 – 4x100  
SALTI Alto – lungo  
LANCI Peso (4 kg F e 6 kg M)  
MARCIA (solo a titolo individuale) Km. 3 F e Km 5 M

Ogni atleta deve gareggiare solo in una gara, più eventualmente nella staffetta; possono gareggiare nella staffetta anche atleti diversi da quelli inseriti nelle gare individuali.

Nelle corse sarà possibile iscrivere fino a 3 atleti per gara.

Nel salto in lungo sarà possibile iscrivere fino a 2 atleti; si effettueranno due salti.

Nel salto in alto sarà possibile iscrivere un solo atleta.

Nel lanci sarà possibile iscrivere 2 atleti per gara; si effettueranno due lanci.

Le classifiche per squadre verranno redatte sulla somma dei 7 miglior punteggi in 7 singole gare (staffetta compresa) sia per il 1° grado che per il 2° grado.

Nelle gare dove vi sia più di un atleta iscritto per squadra, porterà punteggio solo il miglior classificato (il secondo ed eventuale terzo classificato non saranno presi in considerazione ai fini della attribuzione di punteggi).

Al primo classificato di ogni squadra verrà assegnato 1 punto, al secondo 2 punti, al terzo 3 punti così via fino all'ultimo classificato.

In caso di squalifiche, ritiri o non classificati, verrà assegnato all'atleta il punteggio dell'ultimo classificato più 1 punto e la gara si intenderà comunque coperta.

Risulterà vincitore l'Istituto che avrà totalizzato il minor punteggio fra quelli previsti per il 1° e 2° grado, nelle 7 gare.