

# Atletica leggera



REGOLAZIONE DANZA - SIA ATLETICA LEGGERA UISP

## SETTORI DI ATTIVITÀ

 ACQUAVIVA	 DISCIPLINE ORIENTALI	 MOTORISMO	 PATTINAGGIO
 <b>ATLETICA LEGGERA</b>	 EQUESTRI E CINOFILE	 NEVE	 SUBACQUEA
 CALCIO	 GINNASTICHE	 NUOTO	 TENNIS
 CICLISMO	 GIOCHI	 PALLACANESTRO	 VELA
 DANZA	 MONTAGNA	 PALLAVOLO	

*Approvato dalla GN – agg. al 23 luglio 2022*

# **INDICE**

**LE FONTI NORMATIVE DEL SISTEMA UISP**

**CARTA DEI PRINCIPI**

**REGOLAMENTO ORGANICO**

**REGOLAMENTO ATTIVITÀ**

**REGOLAMENTO DISCIPLINARE**

**REGOLAMENTO DI GIOCO/DISCIPLINA**

**FORMAZIONE**

## LE FONTI NORMATIVE DEL SISTEMA UISP

### **Scopi, finalità e attività UISP**

#### **Statuto - Articolo 2 – Identità Associativa**

1. *L'UISP è un'Associazione Nazionale, antifascista e antirazzista che si ispira ai principi della Costituzione italiana, contraria ad ogni forma di discriminazione. Essa promuove e sostiene i valori dello sport contro ogni forma di sfruttamento, d'alienazione, contro la pratica del doping; opera per il benessere e la promozione della salute dei cittadini, per la tutela dei beni comuni e la sostenibilità ambientale, i valori di dignità umana, di non violenza e solidarietà tra le persone, di pace e intercultura tra i popoli e coopera con quanti condividono tali principi.*
2. *L'UISP è l'Associazione di tutte le persone e soggetti collettivi, a partire dalle associazioni sportive, che vogliono essere protagonisti del fenomeno sportivo attraverso la pratica diretta, competitiva e non, la partecipazione alle esperienze associative e formative, l'organizzazione di eventi.*

*L'UISP in particolare assicura la corretta organizzazione e gestione delle attività sportive, il rispetto del "fair play", la decisa opposizione ad ogni forma di illecito sportivo, all'uso di sostanze e metodi vietati, alla violenza sia fisica che verbale, alla commercializzazione ed alla corruzione.*

*Essa opera ricorrendo prevalentemente all'attività volontaria degli associati o delle persone aderenti agli associati collettivi e la sua attività è rivolta ai soci, relativi familiari e terzi.*
3. *L'UISP, in particolare, promuove:*
  - a) *la pratica sportiva nella sua accezione ludico-motoria, non agonistica ed agonistica o competitiva, con finalità quindi formative e ricreative;*
  - b) *la diffusione – nello sport e, attraverso lo sport, nella vita sociale – di una cultura dei diritti e delle pari opportunità, dell'ambiente e della solidarietà, riconoscendo lo sport come diritto di cittadinanza e come risorsa per l'inclusione e la coesione;*
  - c) *la funzione educativa dello sport sia nella crescita individuale che nella collettività;*
  - d) *stili di vita attivi incentrati sul movimento.*
4. *L'UISP è un' Associazione Nazionale che realizza scopi e finalità anche attraverso le proprie articolazioni territoriali, denominate Comitati.*
5. *L'UISP si qualifica come Associazione di Promozione Sociale di diffusione nazionale e come Rete Associativa Nazionale, ai sensi e agli effetti del D.Lgs. 117/2017 (di seguito, Codice del Terzo settore), e come Ente a finalità assistenziali, ai sensi e agli effetti della Legge 287/1991.*
6. *L'UISP è Ente di Promozione Sportiva, giusto riconoscimento del CONI, Ente certificatore delle finalità sportive. La UISP si conforma allo Statuto, ai Regolamenti ed ai Provvedimenti del CONI - ivi incluso quello che disciplina l'Ordinamento degli Enti di Promozione Sportiva - ed alle Norme Sportive Antidoping emanate dal CONI, a cui si fa espresso rinvio anche con riferimento alle procedure e modalità per l'effettuazione dei controlli antidoping, nonché i relativi procedimenti disciplinari a carico dei tesserati e degli affiliati. L'UISP si conforma altresì allo Statuto ed ai Regolamenti del CIO.*
7. *L'UISP è Ente di Promozione Sportiva Paralimpica, giusto riconoscimento CIP. L'UISP si conforma, ai fini del riconoscimento, alle direttive e ai principi stabiliti dal CIP e dagli Organismi Internazionali competenti.*
8. *L'UISP aderisce con Delibera del Consiglio Nazionale ad Enti, nazionali ed internazionali, che promuovono finalità affini alle proprie.*

#### **Statuto - Articolo 3 – Fini e attività**

1. *L'UISP persegue, senza scopo di lucro, finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale, mediante lo svolgimento in via principale delle seguenti attività di interesse generale:*
  - a) *organizzazione e gestione di attività sportive dilettantistiche. Tale attività si concretizza nella promozione delle attività motorie – sportive, come educazione permanente per tutte le età, di carattere:*
    - *promozionale, amatoriale e dilettantistico, seppure con modalità competitive, così come nella sua dimensione dello sport per tutti e quindi "nessuno escluso", in una dimensione associativa di inclusione sociale;*
    - *attività non agonistiche, attività ludico-motorie, didattiche e di avviamento alla pratica sportiva;*
    - *attività agonistiche di prestazione, connesse al proprio fine istituzionale, nel rispetto di quanto sancito dai Regolamenti tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali o delle Discipline Sportive Associate, con le quali stipulare appositi protocolli e convenzioni nel rispetto di quanto previsto dal Regolamento CONI-EPS;*
    - *attività paralimpiche multidisciplinari, nel rispetto di quanto previsto dal Regolamento CIP/EPP-*

EPSP;

b) educazione, istruzione e formazione professionale, ai sensi della legge 28 marzo 2003, n. 53, e successive modificazioni, nonché le attività culturali di interesse sociale con finalità educativa, con particolare ma non esclusivo riferimento alle attività formative:

- dirette a tecnici, a educatori ed a operatori sportivi e/o ad altre figure similari. Gli attestati e le qualifiche conseguite avranno valore nell'ambito UISP, salvo che la UISP abbia stipulato apposita Convenzione con la specifica Federazione Sportiva Nazionale, Disciplina Sportiva Associata o altro Ente di Promozione Sportiva e/o salvo che la UISP abbia ottenuto l'accreditamento o altro riconoscimento dalle Istituzioni europee, dai Ministeri o dalle Regioni territorialmente competenti, in merito al percorso di formazione che potrà eventualmente qualificarsi come formazione professionale.

Le attività esercitate di cui alla precedente lettera a) devono svolgersi con l'impiego di educatori, educatrici, tecnici, insegnanti, operatori, operatrici, formati secondo le regole e i criteri previsti dal Regolamento Formazione approvato dal Consiglio Nazionale;

- dirette a docenti degli Istituti scolastici e delle Università e finalizzate al relativo aggiornamento e/o formazione su tematiche inerenti alle pratiche motorie e sportive caratterizzate dalla partecipazione e dalla inclusione;

- dirette a iscritti ad Ordini professionali, in cooperazione o in convenzione, per formazione inerente le pratiche motorie e sportive, il valore sociale dello sport, la salute e il benessere, l'educazione, le pari opportunità, l'ambiente, la mediazione culturale, la comunicazione;

c) organizzazione e gestione di attività culturali, artistiche o ricreative di interesse sociale, incluse attività, anche editoriali, di promozione e diffusione della cultura e della pratica del volontariato e delle attività di interesse generale attraverso, a titolo esemplificativo e non esaustivo, l'attività di comunicazione, informazione, stampa, con particolare riferimento allo sport sociale e per tutti; l'organizzazione di eventi finalizzati a sensibilizzare l'opinione pubblica sui temi di interesse per l'Associazione e tesi a valorizzare il bene relazionale;

d) organizzazione e gestione di attività turistiche di interesse sociale, culturale anche nella forma del turismo sportivo;

e) ricerca scientifica di particolare interesse sociale negli ambiti in cui opera, comprensiva della costituzione di Centri studi, biblioteche, pubblicazioni, organizzazione di convegni e seminari in via diretta o in collaborazione con Università, Fondazioni di ricerca o altri organismi pubblici o privati;

f) formazione extra-scolastica, finalizzata alla prevenzione della dispersione scolastica e al successo scolastico e formativo, alla prevenzione del bullismo e al contrasto della povertà educativa, attraverso, a titolo esemplificativo e non esaustivo, la realizzazione di servizi educativi per l'infanzia e l'adolescenza in un'ottica di sostegno alla famiglia;

g) interventi e servizi sociali ai sensi dell'articolo 1, commi 1 e 2, della legge 8 novembre 2000, n. 328 e interventi, servizi e prestazioni di cui alla legge 5 febbraio 1992, n. 104, e alla legge 22 giugno 2016, n. 112, e successive modificazioni con particolare riferimento alla realizzazione di servizi tesi a mantenere l'autonomia funzionale delle persone che presentano bisogni di salute nonché a rallentare il suo deterioramento nonché a favorire la partecipazione alla vita sociale, anche attraverso percorsi educativi;

h) interventi e prestazioni sanitarie, attraverso attività finalizzate alla promozione della salute, alla prevenzione, individuazione, rimozione e contenimento di esiti degenerativi o invalidanti di patologie congenite e acquisite, tese a supportare la persona in stato di bisogno, con problemi di disabilità o di emarginazione condizionanti lo stato di salute; la realizzazione, inoltre, di attività afferenti prevalentemente alle aree materno-infantile, anziani, disabilità, patologie psichiatriche e dipendenze da droga, alcool e farmaci, patologie in fase terminale, inabilità o disabilità conseguenti a patologie cronico-degenerative;

i) interventi e servizi finalizzati alla salvaguardia e al miglioramento delle condizioni dell'ambiente e all'utilizzazione accorta e razionale delle risorse naturali anche attraverso attività di ricerca, monitoraggio e sensibilizzazione alla salvaguardia della biodiversità e degli ecosistemi naturali, alla mitigazione degli impatti ambientali causati dalle attività, dalle organizzazioni, dalle manifestazioni sportive e nella realizzazione e gestione degli impianti sportivi, alla riqualificazione urbana, allo sviluppo e diffusione di una mobilità sostenibile, al rispetto e alla tutela degli animali e alla prevenzione del randagismo;

l) interventi di tutela e valorizzazione del patrimonio culturale e del paesaggio, anche attraverso progetti educativi che sappiano coniugare lo sport e sani stili di vita con la fruizione del patrimonio culturale e paesaggistico;

m) formazione universitaria e post-universitaria in collaborazione con gli Organismi preposti rispetto alla elaborazione delle proposte formative, la partecipazione di propri soci nei processi formativi, l'organizzazione di stage o tirocini;

n) cooperazione allo sviluppo, ai sensi della legge 11 agosto 2014, n. 125, attraverso la realizzazione o collaborazione alla realizzazione di progetti che possono, a titolo esemplificativo e non esaustivo, promuovere l'attività sportiva dilettantistica o formare educatori sportivi;

o) accoglienza umanitaria ed integrazione sociale dei migranti, in particolare attraverso momenti di sensibilizzazione dell'opinione pubblica, formazione diretta in modo particolare ai propri dirigenti e educatori, collaborazione in progetti di inclusione sociale;

p) beneficenza, sostegno a distanza, cessione gratuita di alimenti o prodotti di cui alla legge 19 agosto 2016, n. 166, e successive modificazioni, o erogazione di denaro, beni o servizi a sostegno di persone svantaggiate o di attività di interesse generale quali, a titolo meramente esemplificativo e non esaustivo, interventi a sostegno delle persone fragili, di tutte le forme di disagio, di sostegno alla genitorialità;

q) promozione della cultura della legalità, della pace tra i popoli, della nonviolenza e della difesa non armata anche attraverso la realizzazione di percorsi educativi negli Istituti scolastici, la sensibilizzazione delle affiliate nel farsi portavoce di tali valori, la formazione degli operatori sportivi su questi temi, l'organizzazione di momenti di sensibilizzazione, la produzione di materiale divulgativo e educativo a supporto di azioni in tale ambito;

r) promozione e tutela dei diritti umani, civili, sociali e politici, nonché dei diritti dei consumatori e degli utenti delle attività di interesse generale, promozione delle pari opportunità e delle iniziative di aiuto reciproco, incluse le banche dei tempi e i gruppi di acquisto solidale in particolare attraverso la realizzazione di ricerche, di iniziative di sensibilizzazione, la creazione di sportelli di assistenza, la sperimentazione e l'adozione di buone pratiche per garantire le pari opportunità, contro ogni forma di discriminazione nella pratica sportiva, nella partecipazione agli organismi associativi e nelle attività lavorative, la realizzazione di attività a favore delle persone in stato di reclusione e detenzione o comunque in condizioni di ristrettezza;

s) protezione civile ai sensi della legge 24 febbraio 1992, n. 225, e successive modificazioni, anche attraverso il coordinamento degli interventi delle proprie affiliate;

t) riqualificazione di beni pubblici inutilizzati o di beni confiscati alla criminalità organizzata, con particolare riferimento ai beni che possano avere una vocazione sportiva o aggregativa;

u) attività di coordinamento, tutela, rappresentanza, promozione o supporto dei soci e delle loro attività di interesse generale anche allo scopo di promuovere ed accrescere la rappresentatività presso i soggetti istituzionali e favorire forme di autocontrollo;

v) monitoraggio dell'attività degli enti associati, eventualmente anche con riguardo al suo impatto sociale, e predisposizione di una relazione annuale al Consiglio del Terzo settore;

z) promozione e sviluppo delle attività di controllo, anche sotto forma di autocontrollo e di assistenza tecnica nei confronti degli enti associati.

2. È compito del Consiglio Nazionale approvare atti di indirizzo sulle attività indicate al precedente comma.

3. UISP può realizzare attività di raccolta fondi ai sensi dell'articolo 7 del Codice del Terzo settore.

## **Settori di Attività**

### **Statuto - Articolo 32 – I Settori di Attività**

1. I Settori di attività, istituite con delibera del Consiglio Nazionale, sono preposte allo sviluppo e alla gestione tecnica delle attività; ad esse sono affidate la ricerca e l'innovazione delle attività, la formazione di tecnici e dirigenti per gli ambiti di loro competenza.
2. Esse promuovono e partecipano alla progettazione di percorsi innovativi, con riferimento anche agli aspetti tecnici della disciplina o dell'attività relativa, e concorrono alla loro realizzazione, condividendone le responsabilità con gli organi statutari del rispettivo livello.
3. Nel rispetto dell'insediamento associativo, il Consiglio del rispettivo livello, Territoriale, Regionale e Nazionale nomina/revoca i componenti e i responsabili dei Settori di attività previo consultazione, delle affiliate per il livello Territoriale, e dei responsabili dei Settori di attività del livello inferiore per il livello Regionale e Nazionale.
4. Il Regolamento Nazionale deve altresì prevedere le modalità di funzionamento e la possibilità di formare Settori di attività con competenza interterritoriale. Non può essere nominato nel ruolo di Responsabile di settore di attività Nazionale, Regionale, Territoriale, chi sia stato incaricato per due mandati.
5. Per ogni settore di attività deve essere approvato un Regolamento Tecnico Nazionale coerente con i principi dell'Associazione. Tale Regolamento deve essere approvato dal Consiglio Nazionale.

6. *Per ogni settore di attività deve essere istituito un organigramma tecnico e specifiche commissioni disciplinari quali istanze di giudizio per l'attività sportiva.*
7. *I livelli Regionali o Territoriali non possono emanare norme che siano in contrasto con il Regolamento Tecnico Nazionale di attività.*
8. *I Settori di attività non hanno autonomia finanziaria e patrimoniale né rappresentanza legale e giudiziale.*

#### **Regolamento Nazionale - Articolo 65 – I Settori di attività**

1. *Il Consiglio Nazionale su proposta della Giunta Nazionale con specifica delibera istituisce i Settori di Attività e stabilisce le attività sportive di competenza di ciascuna di esse; nel rispetto dell'insediamento associativo, in seguito, i Consigli Territoriali e Regionali ciascuno per le proprie competenze, provvedono ad attivare i Settori di Attività del relativo livello.*
2. *Qualora nel corso dell'anno vi fosse l'esigenza di organizzare nuove attività ed inserire nuovi codici di tesseramento delle stesse sarà compito del Settore Nazionale Attività in accordo con il Settore Nazionale Tesseramento e il Segretario Generale Nazionale, eseguire l'istruttoria e dare un parere, alla Giunta Nazionale per le decisioni conseguenti.*
3. *Nel rispetto dell'insediamento associativo, il Consiglio del rispettivo livello, Territoriale, Regionale e Nazionale nomina i/le componenti e i/le Responsabili dei propri Settori di Attività previa consultazione, con le affiliate per il livello Territoriale, e con i Settori di Attività del livello inferiore per il livello Regionale e Nazionale.*
4. *Le consultazioni dei Settori di Attività dovranno svolgersi entro 90 giorni dallo svolgimento del Congresso del rispettivo livello e saranno rivolte, a livello Territoriale, a tutte le affiliate che hanno tesserati iscritti all'attività afferente il Settore di Attività da nominare.*
5. *Alle consultazioni Territoriali per ciascuna affiliata è coinvolto il Presidente, a quelle Regionali e Nazionali il/la Responsabile dei Settori di Attività del livello inferiore.*
6. *I Settori di Attività possono essere composti da un numero di componenti compreso tra 3 e 20 a seconda dell'insediamento associativo.*
7. *I/le Componenti e i/le Responsabili dei Settori di Attività restano in carica, salvo revoca da parte del competente Consiglio, per l'intero quadriennio e decadono con la scadenza/decadenza degli Organismi dirigenti.*
8. *Le proposte dei Settori di Attività a ogni livello sono assunte a maggioranza semplice e sono valide indipendentemente dal numero dei/delle presenti.*
9. *Delle riunioni dei Settori di Attività dovrà essere redatto verbale su un apposito registro. Tale verbale deve essere trasmesso tempestivamente al Segretario Generale del competente livello.*
10. *La convocazione delle riunioni dei Settori di Attività contenente l'ordine del giorno va effettuata con almeno 7 giorni di anticipo, o 3 giorni in caso di urgenza, e inviata al Segretario Generale del livello competente.*
11. *I Settori di Attività non hanno autonomia finanziaria e patrimoniale né rappresentanza legale e giudiziale.*
12. *Per il coordinamento dei Settori di Attività il/la Presidente può proporre al Consiglio la nomina di un Coordinatore/Coordinatrice.*

#### **Regolamento Nazionale - Articolo 66 – I regolamenti tecnici dei Settori di Attività**

1. *Per ogni Settore di Attività deve essere approvato un Regolamento Tecnico Nazionale coerente con i principi dell'Associazione composto: dalla Carta dei principi) dal Regolamento Organico, dal Regolamento Attività, dal Regolamento Disciplinare, Formazione e dai Regolamenti di gioco/disciplina per ciascuna attività. Tale Regolamento deve essere approvato su proposta della Giunta Nazionale dal Consiglio Nazionale.*
2. *I Settori di Attività propongono alla Giunta del rispettivo livello, per la successiva nomina da parte di quest'ultima, l'istituzione del proprio organigramma tecnico e specifiche commissioni disciplinari quali istanze di giudizio per l'attività sportiva; l'attribuzione e la perdita delle qualifiche tecniche specifiche relative alle attività da esse organizzate.*

### **Formazione**

#### **Regolamento Nazionale - Articolo 67 – Le finalità ed obiettivi**

1. *Per il raggiungimento degli scopi e delle finalità previste dallo Statuto, l'UISP organizza e gestisce la formazione dei/delle propri/e soci/socie.*
2. *L'UISP riconosce esclusivamente la formazione e l'aggiornamento condotti secondo le regole e i criteri previsti dal Regolamento Formazione approvato dal Consiglio Nazionale.*

3. *Le attività esercitate di cui all'articolo 3 comma 1 dello Statuto devono svolgersi con l'impiego di educatori, educatrici, tecnici, insegnanti, operatori, operatrici, formati secondo quanto previsto dai Regolamenti Tecnici di cui all'articolo precedente.*

### **Regolamento Nazionale - Articolo 1 – Il regolamento nazionale**

1. *Il presente Regolamento, in attuazione dell'articolo 15 dello Statuto Nazionale, integra e dà attuazione a quanto previsto dallo Statuto Nazionale medesimo.*
2. *Gli altri regolamenti approvati dal Consiglio Nazionale e le altre fonti interne dell'Associazione debbono rispettare quanto previsto dallo Statuto Nazionale e dal presente Regolamento Nazionale.*

### **Regolamento Nazionale - Articolo 2 – Gli altri regolamenti**

1. *Il Consiglio Nazionale, nel rispetto dello Statuto e del presente Regolamento, inoltre, approva:*
  - I. Il Regolamento Formazione UISP;*
  - II. Il Regolamento Amministrativo Gestionale UISP;*
  - III. I Regolamenti Tecnici Nazionali Settori di Attività (SdA) UISP;*
  - IV. il Codice Etico.*
2. *I livelli associativi Regionali e Territoriali possono dotarsi di propri Regolamenti Organizzativi compatibili con i vincoli previsti dallo Statuto UISP, dal Regolamento Nazionale, dal Codice Etico, dal Regolamento Formazione, dal Regolamento Amministrativo Gestionale, dai Regolamenti Tecnici dei Settori di Attività e con le norme e direttive emanate a livello nazionale. L'entrata in vigore di detti Regolamenti Organizzativi Regionali e Territoriali è subordinata al parere positivo preventivo della Giunta Nazionale.*

### **Fonti normative**

*Sono fonti normative in ordine di importanza:*

- a) Statuto UISP;*
- b) Regolamento Nazionale UISP;*
- c) Codice etico UISP;*
- d) Regolamento di comunicazione e di identità visiva UISP;*
- e) Regolamento Formazione UISP;*
- f) Regolamento Amministrativo Gestionale UISP;*
- g) Atti e disposizioni UISP Nazionale;*
- h) Carta dei principi;*
- i) Regolamento organico;*
- j) Regolamenti attività, formazione e disciplina;*
- k) Regole di gioco/disciplina;*
- l) Disposizioni Settore di Attività Nazionale;*
- m) Disposizioni dei Settori di Attività Regionali;*
- n) Disposizioni dei Settori di Attività Territoriali.*

## CARTA DEI PRINCIPI

### *Principi a fondamento dei diritti e dei doveri delle associazioni e dei soci*

- a) **Principio della personalità:** l'attività svolta dall'UIISP valorizza l'individuo con la sua personalità, ponendolo al centro degli interessi e rifuggendo da modelli che lo sacrificano alla ricerca esasperata del risultato e del protagonismo.
- b) **Principio della partecipazione all'attività:** il Socio deve essere messo nelle condizioni di svolgere l'attività nella maniera più libera possibile. È pertanto vietata ogni previsione che consenta alle Associazioni di limitare la circolazione dei Soci, se non per quanto previsto dal Regolamento attività.
- c) **Principio di no profit:** qualsiasi iniziativa e prestazione all'interno dell'attività sportiva non può perseguire in alcuna maniera, né diretta né indiretta, finalità lucrative o qualsivoglia profitto.
- d) **Principio di solidarietà:** i Soci devono svolgere la propria attività e promuovere iniziative tendenti a favorire la socializzazione, l'integrazione e l'aggregazione tra soggetti diversi, combattendo ogni forma di emarginazione e razzismo.
- e) **Principio di lealtà:** ogni Socio deve sempre comportarsi con correttezza e lealtà, evitando qualsiasi atto teso a raggiungere un vantaggio ingiusto o a provocare danno alla salute altrui. Deve quindi essere rifiutata e prevenuta qualsiasi forma di violenza fisica o morale.

### *Principi organizzativi*

- a) **Principio di associazionismo:** qualsiasi funzione deve essere ricoperta esclusivamente da Soci.
- b) **Principio di pari opportunità:** l'UIISP persegue la rappresentanza paritaria dei generi e assicura ai rappresentanti dei Soci collettivi e individuali, senza discriminazioni, la possibilità di accesso a tutti gli organi e incarichi statutari e organizzativi.
- c) **Principio di pari rappresentanza:** deve essere valorizzata la capacità rappresentativa del territorio, contemperando con tale aspetto quello meramente proporzionale.
- d) **Principio di territorialità:** la UIISP promuove e organizza le proprie attività sul territorio nel rispetto degli ambiti territoriali previsti dallo Statuto, dal Regolamento Nazionale, dalle delibere del Consiglio Nazionale UIISP.
- e) **Principio di flessibilità:** l'organizzazione tecnica deve sviluppare strumenti tecnico-organizzativi che consentano la possibilità di fare attività, privilegiando lo sviluppo di forme innovative.
- f) **Principio di autonomia normativa:** al territorio è riconosciuta autonomia normativa allo scopo di valorizzare le peculiari esigenze del territorio stesso. È comunque vietata ogni deroga ai principi dello Statuto e del Regolamento Nazionale UIISP, della presente Carta nonché alle norme contenute nel Regolamento Tecnico Nazionale (fatto salvo quelle derogabili).  
La norma contraria a tali principi è illegittima e pertanto affetta da nullità assoluta; essa è quindi disapplicabile con effetto immediato e non retroattivo.
- g) **Principio di certezza:** le attività a tutti i livelli devono svolgersi nell'applicazione certa dei Regolamenti e delle norme in genere. Pertanto l'esercizio della facoltà di deroga non deve mai determinare una situazione di incertezza sulle norme da adottare o sulle procedure di applicazione delle stesse, né deve determinare lacune o vuoti normativi o situazioni incompatibili rispetto alla Normativa.
- h) **Principio di conoscibilità:** tutti gli Associati devono essere messi nelle condizioni di conoscere tempestivamente la normativa in vigore.

### *Principi dell'attività*

- a) **Principio di tutela del diritto alla salute:** tutti i Soci che partecipano alle attività, devono concorrere a sviluppare forme di adeguata informazione e controllo sul diritto alla salute, con particolare riferimento all'uso di sostanze dopanti.



- b) **Principio di promozione sportiva:** l'organizzazione dell'attività deve promuovere e favorire lo svolgimento di qualsiasi attività, compreso le attività innovative, riconoscendo a ognuna pari dignità nello svolgimento della pratica in ottemperanza con la carta UISP dei diritti delle donne. Assume nei confronti dei minori i contenuti della policy UISP.  
Deve porsi particolare attenzione alle esigenze e alle peculiarità delle fasce di popolazione che presentano marginalità sociale.
- c) **Principio di premialità:** deve favorirsi l'introduzione di previsioni premiali in iniziative particolarmente rilevanti per il conseguimento delle finalità sociali, quali: lotta alla violenza fisica o morale, integrazione di soggetti deboli e/o emarginati, sviluppo di scambi di conoscenze e culture diverse, ciò anche con la collaborazione di altre organizzazioni con le quali l'UISP ha sottoscritto protocolli di accordo nazionali.
- d) **Principio di diversificazione:** l'attività deve essere diversificata per rispondere alle varie domande. A tal fine le attività devono essere rese flessibili per assicurare una efficace risposta alle diverse esigenze.
- e) **Principio di omogeneità:** l'attività è normata dal Regolamento di Gioco/Disciplina che non può essere modificato per non snaturare l'attività stessa.
- e) **Principio di formazione:** la UISP deve favorire in ogni modo corsi volti alla formazione delle figure previste dal regolamento nazionale Formazione.

### ***Rapporti tra i settori dei Settori di attività***

- a) **Principio di collaborazione:** gli incarichi all'interno dei Settori di Attività dovranno essere improntati a criteri di reciproca collaborazione e imparzialità. Ogni Settore del Settore di Attività deve lavorare di concerto con gli altri, allo scopo di favorire lo sviluppo, in ogni sua forma, dei principi contenuti nella presente Carta. In tale ottica è necessario prevedere strumenti tendenti a garantire il più possibile il regolare andamento delle attività e delle manifestazioni.

### ***Principi della giustizia disciplinare***

- a) **Principio di autonomia e indipendenza:** è garantita l'autonomia assoluta degli Organi disciplinari, al fine di consentire che siano emesse decisioni conformi alle previsioni normative.
- b) **Principio di esclusività della giurisdizione:** spetta agli Organi disciplinari il potere di giudicare, in ogni grado di giudizio, sugli illeciti disciplinari e di applicare le sanzioni previste.
- c) **Principio di diritto alla difesa:** a ogni Socio deve essere garantita la possibilità di difesa in tutti i gradi di giudizio previsti, nelle forme e nei termini previsti dalla normativa. E' comunque sempre ammesso ricorso all'Organo giudicante di livello superiore per le sanzioni a tempo (uguali o maggiori di 30 giorni di squalifica) e/o per illecito sportivo.
- d) **Principio di efficienza:** l'organizzazione giurisdizionale deve sviluppare meccanismi e forme di giudizio caratterizzati dalla tecnicità e dalla rapidità, pertanto i componenti degli Organi giudicanti devono necessariamente essere scelti nel rispetto di criteri oggettivi. È da favorire la circolazione dei Giudici in più ambiti territoriali.
- e) **Principio di incompatibilità:** il Giudice non può appartenere contemporaneamente ai diversi gradi di giudizio. È sempre esclusa, in sede di impugnazione, la partecipazione al giudizio - sotto qualsiasi veste - del Giudice che ha emesso il provvedimento impugnato.

## REGOLAMENTO ORGANICO

### Definizione del Regolamento organico

Il Regolamento organico è la sintesi del funzionamento del Settore di Attività (di seguito denominata anche UISP SdA Atletica leggera) dei suoi Componenti e dell'Organigramma della stessa, dei compiti e delle forme d'esercizio di questi ultimi.

### Organizzazione

La UISP organizza attività di Atletica leggera attraverso lo specifico Settore di Attività, secondo la seguente articolazione: territoriale, regionale e nazionale.

L'attivazione, una volta istituito il SdA nazionale, di un Settore di Attività di livello territoriale o regionale è deliberata dal Consiglio UISP del rispettivo livello, in conformità con lo Statuto e il Regolamento Nazionale UISP.

### Funzionamento

Il Settore di Attività UISP Atletica leggera è composto a tutti i livelli da:

- Responsabile, nominato dal Consiglio del rispettivo livello;
- Componenti (da 3 a 20 a seconda insediamento associativo), nominati dal Consiglio del rispettivo livello;
- Organigramma Tecnico, nominato dalla Giunta del rispettivo livello, è composto dai Responsabili e componenti/referenti dei seguenti settori:
  - ATTIVITÀ
    - Settore Atletica (Pista) (*vedi cod. attività 01A*)
    - Settore Atletica leggera Corsa su strada (*vedi cod. attività 01B*)
    - Settore Atletica leggera Trail Running (*vedi cod. attività 01E*)
    - Settore Nordic e Fit Walking (*vedi cod. attività 01C*)
    - Settore Tecnico Arbitrale
  - INNOVAZIONE E SVILUPPO
  - FORMAZIONE E RICERCA
  - COMUNICAZIONE
  - COMMISSIONI DISCIPLINARI
    - Giudice/commissione disciplinare primo grado
    - Commissione disciplinare secondo grado.

### Incompatibilità

La carica, nell'ambito UISP, di Presidente Nazionale, Regionale, Territoriale, o di Responsabile di Settore di attività a tutti i livelli è incompatibile con qualsiasi altra Presidenza o Responsabilità di Settore di attività.

La carica di componente gli organi di controllo e garanzia è incompatibile con qualsiasi altra carica UISP.

L'incarico di componente la Commissione disciplinare è incompatibile con l'appartenenza agli organismi dirigenti a pari livello e con altri incarichi nei Settori di Attività a tutti i livelli.

### Componenti del Settore di Attività

I Componenti della UISP SdA Atletica leggera a tutti i livelli sono nominati dal competente Consiglio UISP.

Questi sono convocati dal Responsabile del Settore di Attività per le decisioni in materia di:

- a) formulazione dei programmi e proposte di attività e di formazione;
- b) svolgimento attività e formazione;
- c) individuazione delle figure soggette a formazione;
- d) elaborazione, ogni anno, del programma di attività e del relativo budget della successiva stagione sportiva da sottoporre all'approvazione della Giunta competente;
- e) tenuta del libro dei verbali delle decisioni assunte nelle riunioni;
- f) formulazione proposta Regolamento Tecnico Nazionale;

Le decisioni e proposte dei componenti del Settore di Attività sono assunte a maggioranza semplice e sono valide indipendentemente dal numero dei/delle presenti.

La convocazione delle riunioni dei Settori di Attività contenente l'ordine del giorno va effettuata con almeno 7 giorni di anticipo, o 3 giorni in caso di urgenza, e inviata anche alla Giunta UISP del livello competente che potrà essere presente alla riunione, attraverso un/una proprio/a rappresentante.

### Responsabile del Settore di Attività

Il Responsabile del Settore di Attività è nominato dal Consiglio del rispettivo livello e può essere revocato dallo stesso, come previsto dallo Statuto e Regolamento Nazionale UISP.

È responsabile del regolare funzionamento del Settore e dei relativi Settori.

Ha il compito di:

- i. rappresentare il Settore di Attività;
- ii. presentare, annualmente, ai componenti il SdA il programma di attività e il relativo budget;
- iii. proporre ai componenti del Settore di Attività i nominativi dei Responsabili di settore.
- iv. convocare e coordinare i componenti del SdA e di coordinare il proprio organigramma

### **Settori del Settore di Attività**

I Responsabili e i componenti/referenti di settore hanno il compito di organizzare l'attività e di promuovere la formazione delle figure tecniche.

### **Definizione di Settore**

I Settori sono i rami organizzativi dei Settori di Attività a tutti i livelli e si dividono in: attività, settore tecnico arbitrale, innovazione e sviluppo, formazione e ricerca, disciplina.

### **Settore attività**

Il Settore attività ha il compito di curare la gestione dell'attività.

Il Settore attività è composto dai Responsabili e da vari Gruppi di lavoro.

### **Settore arbitrale**

Il Settore arbitrale ha il compito di curare l'attività arbitrale.

Il Settore arbitrale è composto dal Responsabile e dal gruppo di lavoro, dal Designatore Arbitrale, giudici, arbitri, assistenti arbitrali., giurie, etc.

### **Settore innovazione e sviluppo**

Il Settore innovazione e sviluppo ha il compito di curare i nuovi progetti e le nuove forme di attività.

Il Settore innovazione e sviluppo è composto dal Responsabile e dal gruppo di lavoro.

### **Settore formazione e ricerca**

Il Settore formazione e ricerca ha il compito di promuovere la formazione delle figure tecniche e la ricerca.

Il Settore formazione e ricerca è composto dai Responsabili e dai gruppi di lavoro.

### **Settore comunicazione**

Il Settore comunicazione ha il compito di curare la comunicazione

Il Settore comunicazione è composto dal Responsabile e dal gruppo di lavoro.

### **Settore disciplinare**

Il Settore disciplinare ha il compito di curare l'attività disciplinare

Il Settore disciplinare è composto da:

- Responsabile e dal gruppo di lavoro.
- Giudice/commissione disciplinare primo grado
- Commissione disciplinare secondo grado

## REGOLAMENTO ATTIVITÀ

### La stagione sportiva

La stagione sportiva ha inizio il 1° settembre e termina il 31 agosto successivo.

### Classificazione dell'attività

La UISP organizza, attraverso il proprio Settore di Attività anche in collaborazione con le proprie affiliate, attività motorie – sportive, come educazione permanente per tutte le età:

- nella sua dimensione dello sport per tutti e quindi "nessuno escluso", in una dimensione associativa di inclusione sociale;
- non agonistica/non competitiva, attività ludico-motorie e di avviamento alla pratica sportiva;
- promozionale, amatoriale e dilettantistico, seppure con modalità competitive;
- agonistiche di prestazione, connesse al proprio fine istituzionale, nel rispetto di quanto sancito dai Regolamenti tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali o delle Discipline Sportive Associate, con le quali stipula appositi protocolli e convenzioni nel rispetto di quanto previsto dal Regolamento Coni-Eps;

a) Per le attività agonistiche/competitive o non agonistiche/non competitive sono previste le seguenti categorie:

- Primi Passi	Anni 6/7	- Seniores D-35	Anni 35/39
- Pulcini	Anni 8/9	- Seniores E-40	Anni 40/44
- Esordienti	Anni 10/11	- Seniores F-45	Anni 45/49
- Ragazzi "A"	Anni 12	- Veterani G-50	Anni 50/54
- Ragazzi "B"	Anni 13	- Veterani H-55	Anni 55/59
- Cadetti	Anni 14/15	- Veterani I-60	Anni 60-64
- Allievi	Anni 16/17	- Veterani L-65	Anni 65/69
- Juniores	Anni 18/19	- Veterani M-70	Anni 70/74
- Seniores A-20	Anni 20/24	- Veterani N-75	Anni 75/79
- Seniores B-25	Anni 25/29	- Veterani O-80	Anni 80 e oltre
- Seniores C-30	Anni 30/34		

Per le attività competitive l'età minima è di 12 anni, per il trail è di 18 anni.

b) Sono previste le seguenti discipline:

- *ATLETICA LEGGERA*
- *ATLETICA LEGGERA CORSA SU STRADA*
- *ATLETICA LEGGERA TRAIL RUNNING*
- *NORDIC E FITWALKING*

c) Per il solo ambito non agonistico/non competitivo, i soggetti di un sesso possono partecipare ad attività rivolta a soggetti dell'altro sesso, purché in regola con le età previste per le diverse categorie.

### Adesione all' UISP

Le persone fisiche e le Associazioni e Società sportive che intendono partecipare alle attività organizzate dall'UISP devono, salvo accordi/convenzioni nazionali, aderire all'UISP secondo le modalità stabilite dallo Statuto, dal Regolamento Nazionale UISP, dalle norme sul tesseramento.

L'adesione all'UISP ha validità fino al termine dell'anno sociale e implica l'accettazione delle finalità, dei principi e delle regole sanciti dallo Statuto e dal Regolamento Nazionale UISP e/o deliberate dagli Organismi dirigenti.

### Tutela sanitaria

La partecipazione alle attività è consentita nel rispetto delle norme sulla Tutela Sanitaria approvate dal Consiglio Nazionale UISP.

### Denuncia-querela proposta da un Socio UISP nei confronti di altro Socio UISP

I Soci UISP che intendano proporre alla competente Autorità giudiziaria atto di denuncia-querela nei confronti di altro Socio UISP per atti e/o fatti relativi alla vita associativa e alle regole interne dell'Associazione devono, prima, aver espletato tutti i gradi della giustizia endo-associativa.

### Rapporti tra i vari livelli

Nella stesura dei Calendari i livelli inferiori devono tener conto della compatibilità/ concertazione con i calendari dei livelli superiori.

Nell'organizzazione delle Attività il livello superiore deve tener conto del rapporto con il livello inferiore competente per territorio.

## **Norme di partecipazione**

Fermo restando il diritto di partecipazione alle attività sportive dei tesserati delle FSN/DSA tesserati UISP, le norme di partecipazione devono prevedere indicazioni riguardo l'impiego degli stessi nel rispetto delle norme Coni e delle specifiche Convenzioni.

## **Partecipazione**

E' consentita la partecipazione alle attività a quanti in regola con le norme del Tesseramento approvate dal Consiglio Nazionale UISP, con le norme sulla tutela sanitaria e assicurative e dalle norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale.

Il giudice controlla la regolarità del tesseramento verificando il tabulato/lista gara (estraibile dal "Tesseramento Web" disponibile nell'Area Riservata <https://areariservata2.uisp.it/>) o la tessera dalla APPUIISP oppure, in casi eccezionali e limitati, verificando la tessera cartacea.

## **Calendario ufficiale**

Le manifestazioni organizzate e riconosciute dall'UISP sono inserite nel calendario ufficiale del SdA e nella specifica piattaforma web UISP-Coni a tutti i livelli.

## **Campionati**

Sono classificati Campionati (Nazionali, Regionali e Territoriali) le manifestazioni sportive competitive di Atletica leggera su Pista, Corsa Campestre, Corsa su Strada, Mezza Maratona, Maratona, Gran Fondo, Corsa in Salita, Corsa in Montagna, Trail Running. I Campionati possono essere di livello nazionale, regionale e territoriale e possono articolarsi su più appuntamenti e non necessariamente svolgersi in unica prova.

## **Manifestazioni**

Sono classificate Manifestazioni le attività riferite alle discipline previste dal presente Regolamento (Pista, Corsa su strada, Trail Running, Nordic e Fit walking).

Sono titolati all'organizzazione delle manifestazioni di cui sopra:

- la UISP SdA Atletica leggera UISP Nazionale, Regionale e Territoriale;
- i Comitati Nazionale, Regionale e Territoriale dell'UISP;
- le Associazioni o Società Sportive Dilettantistiche regolarmente affiliate all'UISP per l'anno corrente preventivamente autorizzate dal livello Uisp competente.

Nessuna persona fisica ne soggetti diversi da quelli sopraindicati possono assumere la titolarità e l'organizzazione di tali manifestazioni.

## **Regolamentazione delle manifestazioni sportive**

Tutte le modalità di svolgimento delle manifestazioni sopra descritte, a qualsiasi livello, devono essere indicate nelle Norme di partecipazione.

## **Autorizzazioni allo svolgimento di manifestazioni**

Tutte le manifestazioni sportive di cui sopra devono essere autorizzate dall'articolazione territoriale UISP di pari livello, sentito il parere tecnico del Responsabile del SdA del livello stesso che, se previsto, può rilasciare il certificato di Omologazione.

## **Giudice**

Le manifestazioni ufficiali promosse o organizzate dalla UISP SdA Atletica leggera devono essere dirette da uno o più Giudici a seconda della complessità della manifestazione e a insindacabile giudizio del designatore.

I Giudici hanno il compito e il dovere di presentarsi presso la sede della manifestazione in tempo utile per l'esecuzione delle formalità previste prima dell'inizio della stessa; dirigere le gare in base alla Normativa generale e al Regolamento Atletica leggera UISP; redigere il referto di gara in modo completo, veridico e leggibile. È obbligatoria, per tutti i Giudici, la divisa predisposta dalla UISP SdA Atletica leggera.

L'abilitazione a svolgere attività a livelli territoriale, regionale e nazionale è determinata dal riconoscimento di effettive capacità tecniche e comportamentali dimostrate durante la stagione sportiva.

I Giudici devono essere in regola con le norme di tesseramento approvate dal Consiglio Nazionale UISP, in assenza è loro vietato svolgere attività nell'ambito della UISP SdA Atletica leggera.

I Giudici possono svolgere anche attività competitiva, tecnica, dirigenziale, presso Associazioni di atletica leggera affiliate all'UISP se in possesso di regolare tesseramento per le medesime, di apposita certificazione medica e in accordo con la UISP SdA Atletica leggera UISP e il designatore.

Qualora un Giudice intenda dirigere gare non organizzate dalla UISP SdA Atletica leggera deve ottenere preventivamente l'autorizzazione da parte del Responsabile del Settore Giudici del Settore di Attività di competenza, pena la sospensione dall'incarico per un periodo compreso tra 1 e 6 mesi.

Ogni Giudice in attività può richiedere, per iscritto, il congedo temporaneo al Coordinatore del Settore territorialmente competente. Il diniego deve obbligatoriamente essere motivato in forma scritta e ricettizia.

## **Designatore arbitrale**

Il Designatore arbitrale ha il compito di scegliere i Giudici incaricati di dirigere i Campionati e le Manifestazioni ufficiali promosse o organizzate dalla UISP SdA Atletica leggera.

## **Caratteristiche dell'impianto sportivo**

Il campo di gara dell'atletica leggera è, per antonomasia, la pista, ma nel corso degli anni e con l'introduzione di nuove discipline, ha assunto sempre maggiore importanza l'attività cosiddetta "NO STADIA", quella che si sviluppa in location di ogni genere: piazze, quartieri, parchi, spiagge, sentieri di collina o montagna, campagne.

La UISP ha, storicamente ideato e sviluppato la gran parte delle proprie attività di atletica leggera in questi ambiti più destrutturati ed in grado di trasmettere al meglio i contenuti e gli ideali dello sport per tutti.

La pista è ritenuta comunque elemento fondamentale, in special modo per quanto riguarda la promozione dell'atletica leggera e dei suoi contenuti educativi e formativi nei confronti della fascia di età giovanile.

## **La pista**

La pista di atletica leggera "outdoor" è il luogo in cui si svolgono le gare di corsa di velocità, di mezzofondo, fondo, salto in alto, salto in lungo, salto triplo, salto con l'asta, getto del peso, lancio del giavellotto, lancio del disco, lancio del martello, marcia e corsa a ostacoli.

Il materiale usato per il manto che costituisce la pista deve essere, secondo le normative IAAF, qualunque superficie che possa accettare i chiodi delle scarpette di gara. Il materiale con cui sono fatte la maggior parte delle piste di atletica leggera è il tartan.

Le piste outdoor sono gli impianti più comuni in Italia. Hanno un numero di corsie che varia, di norma, da 6 a 8. La lunghezza della corsia più interna è di 400 m e tutte le corsie sono larghe 122 cm, con linee bianche che dividono una corsia dall'altra di larghezza pari a 5 cm. Le corsie sono numerate in progressione crescente dall'interno verso l'esterno, mentre il senso di corsa è quello antiorario. La pista è formata da due rettilinei paralleli e da due curve aventi raggio uguale. In genere le curve sono più lunghe dei rettilinei per far sì che un più ampio raggio di curvatura permetta una migliore percorrenza della curva stessa. La linea di partenza e la linea di arrivo di una corsa sono indicate tramite una linea bianca larga 5 cm, perpendicolare alle corsie. La linea di partenza delle corse che si disputano interamente in corsia, ovvero delle gare fino ai 400 m (più gli 800 m che si corrono parzialmente in corsia), deve essere sfalsata in modo tale che tutti i concorrenti possano partire alla medesima distanza dalla linea di arrivo.

Esistono anche piste outdoor di dimensioni ridotte, con anello di lunghezza variabile tra 200 e 250 metri, per lo più dedicate alle attività promozionali a carattere giovanile e scolastico.

Oltre alla pista utilizzata per le gare di corsa, gli impianti devono comprendere anche una o più pedane per i salti in estensione, i salti in elevazione, il lancio del giavellotto, il getto del peso, il lancio del disco e del martello. Tutti i lanci, generalmente, vengono effettuati verso l'interno del campo gara, il cui fondo è costituito da manto erboso.

- Le piste indoor sono simili a quelle outdoor per qualità e tipologia dei materiali utilizzati ma si differenziano rispetto alle piste outdoor in quanto sono realizzate in strutture completamente chiuse e coperte, la lunghezza della pista è di 200 m e le due curve, anziché essere in piano, sono a parabola, per garantire il miglior assetto di corsa in considerazione del raggio di curvatura ridotto; all'interno dell'anello della pista è presente un rettilineo per le gare di velocità piana e ad ostacoli, avente un numero di corsie che va da 6 a 8 e lungo in genere 60 m. La struttura può essere dotata di pedane per i salti in estensione e in elevazione e per il getto del peso.

## **Norme di partecipazione**

a) Le Norme di partecipazione sono le disposizioni che disciplinano e regolano le singole manifestazioni, circuiti o campionati. Le stesse devono essere elaborate da un gruppo di lavoro che deve valutare la loro compatibilità con le altre dell'ordinamento.

b) I Settori di Attività devono dare ampia diffusione alle Norme di partecipazione attraverso apposito Comunicato ufficiale da trasmettere alle associazioni affiliate e da pubblicare sul sito istituzionale.

Per l'attività ufficiale dell'ambito competitivo, i Settori di Attività sotto indicati devono emanare le Norme di partecipazione nei termini di seguito indicati:

I) Settore di Attività Atletica leggera nazionale entro e non oltre il 31 ottobre dell'anno precedente;

II) Settore di Attività Atletica leggera regionali non oltre il 15 novembre dell'anno precedente;

III) Settore di Attività Atletica leggera territoriali non oltre il 30 novembre dell'anno precedente.

I termini sopra indicati possono essere derogati/posticipati solo in presenza di particolari e giustificati motivi, previa autorizzazione del Settore di Attività di livello superiore.

## **Calendario delle gare**

I Settori di Attività Atletica leggera devono emanare l'intero calendario ufficiale delle manifestazioni non stadia inclusi i relativi campionati, prima dell'inizio della relativa stagione e provvedere a trasmetterlo nel rispetto di quanto indicato dalla Convenzione UISP-FIDAL

Le stesse comunicazioni dovranno essere trasmesse anche alla UISP SdA Atletica leggera dei livelli superiori.

### **Mancata disputa della manifestazione per causa di forza maggiore**

Le manifestazioni di atletica leggera, con particolare riferimento a quelle No Stadia, si svolgono generalmente con qualsiasi condizione meteorologica. E' buona norma, valutare caso per caso i rischi derivanti da condizioni meteo avverse, seppure non estreme, tali comunque da mettere in pericolo i concorrenti e procurare danno. Solo nei casi previsti dal sistema di allerta meteo nazionale e regionale (es.: allerta rosso) le manifestazioni devono essere obbligatoriamente rinviate.

In tal caso l'organizzatore, (Comitato Uisp oppure Associazione o Società sportiva affiliata) di concerto con il SdA di riferimento e presa visione del calendario ufficiale della stagione sportiva, individuerà la possibile data del recupero.

# REGOLAMENTO DISCIPLINARE

## Titolo I

### DOVERI, OBBLIGHI E RESPONSABILITÀ DISCIPLINARI

#### 1. Derogabilità delle norme del presente Regolamento

**Quanto contenuto nel Regolamento di disciplina non può essere derogato, se non nei limiti e nei casi previsti dal medesimo Regolamento.**

**I Settori di attività Atletica leggera devono espressamente prevedere, nelle Norme di partecipazione, le deroghe al presente Regolamento e ciò a pena di nullità.**

Le deroghe possono essere emesse nel rispetto della Carta dei Principi e fatte salve quelle norme espressamente dichiarate inderogabili. Le norme derogatorie possono essere sempre sottoposte, da chi vi ha interesse, al giudizio di legittimità operato dalla sola Commissione Disciplina di 2° grado (*art.80 RD*).

Le eventuali deroghe devono essere pubblicate sul Comunicato ufficiale emesso dal Settore di Attività che le ha deliberate, a pena di nullità.

#### 2. Doveri e obblighi regolamentari

a) Le Associazioni affiliate e i Soci hanno il dovere dell'osservanza delle fonti normative previste dall'articolo 7 della Carta dei Principi, nonché di mantenere sempre un comportamento leale e corretto nell'esercizio dell'attività nel rispetto dei principi contenuti nella predetta Carta.

b) Alle Associazioni e ai Soci che non si attengono ai doveri e agli obblighi derivanti da tali fonti normative sono applicate sanzioni amministrative o disciplinari in relazione alla natura e alla gravità dell'illecito o dell'inadempimento.

c) È onere di ogni Socio attivarsi per prendere conoscenza delle predette fonti. La loro ignoranza non può essere invocata a propria scusante (*art.6 RD*).

#### 3. Responsabilità disciplinari delle Associazioni

Le Associazioni rispondono disciplinarmente, a titolo di responsabilità oggettiva, per i comportamenti, anche omissivi, dei propri Soci e sostenitori, salvo che non dimostrino di aver agito con la massima diligenza per prevenire e/o evitare i fatti illeciti o che il fatto sia imputabile a causa di forza maggiore (*art.7 RD*).

#### 4. Responsabilità disciplinari del Socio

Il Socio che si renda responsabile di atti illeciti in occasione di manifestazioni sportive o in relazione ad attività svolta dalla UISP SdA Atletica leggera è soggetto alle sanzioni disciplinari previste dal presente Regolamento.

#### 5. Responsabilità del Socio per atto volontario o per colpa

Il Socio risponde sempre disciplinarmente qualora l'atto illecito sia commesso volontariamente.

Solamente nei casi in cui ciò sia espressamente previsto, il Socio risponde disciplinarmente del fatto illecito anche a titolo di colpa, salvo che il fatto non sia dovuto a causa di forza maggiore (*art. 7 RD*).

#### 6. Definizione di colpa

Per colpa si intende una mancanza di diligenza o di prudenza o di conoscenza delle norme.

#### 7. Definizione di causa di forza maggiore

Si intende causa di forza maggiore qualsiasi evento non prevedibile e non evitabile, esterno alla volontà del responsabile.

#### 8. Definizione di partecipazione alla gara e di situazione estranea all'attività

Si intende partecipazione alla gara il prendere parte a gare come atleta, anche per un solo secondo.

Si intende situazione estranea alla gara quella in cui l'atto illecito non è commesso per trarre un vantaggio sportivo o quella non attinente alla gara stessa, come quando gli atti siano commessi nei confronti di Dirigenti UISP, Giudici e Ufficiali di gara.

## Titolo II

### ILLECITI E SANZIONI

#### CAPO I – ILLECITI



## **Sezione I**

### **TIPI DI ILLECITI**

#### **9. Illecito disciplinare**

Per illecito disciplinare s'intende qualsiasi comportamento, anche omissivo, volto volontariamente o colposamente - in tale caso solo se espressamente previsto - a eludere i precetti contenuti nella Normativa generale e in ogni altra disposizione emanata dai Settori di Attività competenti, sia nelle fasi dell'attività sportiva sia in quelle a essa collegate.

L'elenco degli illeciti disciplinari contenuti nel presente Regolamento non è tassativo; l'individuazione di illeciti non contenuti nel richiamato elenco deve comportare una violazione della Carta dei Principi.

#### **10. Nuova fattispecie individuata dalle UISP SdA Atletica leggera territoriali o regionali**

In applicazione di quanto previsto nel precedente articolo, i Settori di Attività Atletica leggera UISP territoriali o regionali possono prevedere nuove fattispecie o escluderne altre rispetto a quelle elencate nella successiva Sezione e nel Titolo IV del presente Regolamento, purché la previsione o l'esclusione non sia in violazione della Carta dei Principi. Avverso tali violazioni è sempre ammesso il ricorso ai sensi degli articoli 1 e 80 RD.

#### **11. Sanzione da prevedere per la nuova fattispecie**

Nel caso regolato dal precedente articolo la sanzione da prevedere deve essere scelta secondo i criteri di cui all'articolo 31 RD.

## **Sezione II**

### **ELENCO E DEFINIZIONE DEGLI ILLECITI DISCIPLINARI**

#### **12. Violazioni degli obblighi previsti dal Regolamento dell'attività**

Le violazioni degli obblighi previsti dal Regolamento dell'attività costituiscono illecito disciplinare se espressamente sanzionate nel Titolo V del presente Regolamento.

#### **13. Protesta o/e comportamento irrispettoso**

Costituisce protesta o/e comportamento irrispettoso qualsiasi gesto o espressione che ecceda i limiti dell'educazione per i propri contenuti o per la sua reiterazione (artt.192 e 193 RD).

#### **14. Offesa, ingiuria**

Costituisce offesa ogni comportamento, gesto o espressione tendente a ledere la dignità e il decoro del destinatario dello stesso; l'ingiuria costituisce forma di offesa grave (artt.192 e 193 RD).

#### **15. Discriminazioni**

Costituisce discriminazione ogni comportamento, gesto o espressione tendente a non riconoscere i diritti di determinati soggetti con particolare attenzione a quelle di carattere razziale, etnico e di genere. (artt.192 e 193 RD).

#### **16. Minaccia**

Costituisce minaccia qualsiasi comportamento, gesto o espressione tendente a incutere nel destinatario un ingiusto timore o a condizionarne illegittimamente l'attività (artt.192 e 193 RD).

#### **17. Scorrettezza**

Costituisce scorrettezza qualsiasi intervento commesso in violazione delle regole e del principio di lealtà sportiva che non sia configurabile come atto di violenza (artt. 92 e 93 RD).

#### **18. Atto di violenza**

Costituisce atto di violenza ogni comportamento volontario unicamente tendente a colpire e/o a ledere l'integrità fisica di altro soggetto (artt. 92 e 93 RD).

#### **19. Istigazione**

Costituisce istigazione qualsiasi comportamento tendente a determinare altro soggetto al compimento di un atto illecito.

Il responsabile è punito con la stessa sanzione disciplinare prevista per il fatto illecito oggetto d'istigazione, che può essere diminuita fino alla metà.

#### **20. Illecito sportivo**

Costituisce fattispecie particolare dell'illecito disciplinare il cosiddetto illecito sportivo di cui rispondono le Associazioni e/o i Tesserati che:

a) compiano o consentano il compimento di atti diretti a inficiare la regolarità o alterare lo svolgimento o il risultato di una o più manifestazioni; (artt. 92 RD)

b) inducano o tentino di indurre gli Ufficiali di gara ad alterare il contenuto del loro referto o compiano atti diretti ad alterare il regolare funzionamento della giustizia sportiva. (artt. 92 RD)

## 21. Omessa segnalazione dell'illecito sportivo

Le Associazioni e/o i Tesserati hanno il dovere, in presenza di fatti illeciti previsti dal precedente articolo, di segnalare con tempestività, alla UISP SdA Atletica leggera competente, quanto a loro conoscenza. L'omessa denuncia, qualora non raffiguri di per sé partecipazione all'illecito, è punita con la sanzione prevista dagli articoli 92 RD, mentre la denuncia di fatti o atti costituenti la fattispecie di illecito sportivo che dovesse risultare palesemente infondata comporta la stessa sanzione prevista per l'omessa denuncia.

## CAPO II – SANZIONI

### Sezione I

#### CARATTERISTICHE DELLE SANZIONI

## 22. Concetto di sanzione

Per sanzione si intende la punizione erogata, dal competente Organo disciplinare, a seguito del compimento di illeciti disciplinari tenuti da Associazioni o da Tesserati e/o a essi attribuibili (art. 44 RD).

## 23. Tipicità della sanzione

Le sanzioni applicabili sono solamente quelle previste dall'elenco contenuto nel Titolo V del presente Regolamento. Ogni sanzione elencata in tale Titolo prevede un minimo e un massimo di pena.

## 24. Attenuanti

Ai fini della valutazione della pena sono da considerarsi circostanze attenuanti:

- a) essersi subito attivato per **ovviare** al proprio comportamento illecito;
- b) aver agito a seguito di **provocazione**, purché in maniera **proporzionata** alla stessa;
- c) aver commesso il fatto illecito in uno stato e in una situazione di **concitazione da fatto altrui**.

Non può essere mai considerato "provocazione" o "fatto altrui" qualsivoglia provvedimento assunto da parte degli Ufficiali di gara.

## 25. Tentativo di illecito

Si intende tentativo di illecito ogni comportamento idoneo e indirizzato a commettere un atto illecito senza che questo sia portato a compimento.

In tal caso la pena base deve essere ridotta della metà, fermi restando i limiti previsti dall'articolo 29 RD.

## 26. Aggravanti semplici

Ai fini della valutazione della pena sono da considerarsi circostanze aggravanti:

- a) aver commesso l'atto illecito ricoprendo le funzioni di **Dirigente**;
- b) aver commesso l'atto illecito con **recidiva**. Per recidiva si intende il compimento di più atti illeciti nel corso della medesima stagione;
- c) aver commesso l'atto illecito dal quale derivino **gravi danni** alla **salute** altrui;
- d) aver tenuto **comportamenti gravemente volgari** nel compimento dell'atto illecito;
- e) aver commesso l'atto illecito in **concorso** con una o più persone;
- f) aver posto in essere comportamenti idonei ad **aggravare** le conseguenze dannose di un atto illecito;
- g) aver compiuto l'atto illecito per motivi fortemente in contrasto alla **Carta dei Principi**, quali, per esempio, motivi razzistici, discriminatori, contrari ai principi di solidarietà, antisportivi eccetera.

## 27. Aggravante speciale

Costituisce aggravante speciale aver commesso l'atto illecito ai danni di **Ufficiali di gara**, di un **Dirigente UISP** o di un **Giudice**.

## 28. Criteri di applicazione della sanzione

La **sanzione** deve essere graduata, tra il minimo e il massimo previsto per la sanzione applicabile al caso concreto, tenendo presente la gravità del fatto.

La gravità del fatto deve valutarsi in relazione al comportamento del responsabile sia al momento del compimento del fatto stesso, sia ai momenti immediatamente antecedenti o susseguenti allo stesso. Deve

altresì tenersi conto degli effetti dannosi dell'atto illecito e in genere della offensività del comportamento rispetto alla Carta dei Principi.

Quantificata così la sanzione base, devono operarsi una diminuzione o un aumento della stessa tenendo in considerazione l'eventuale ricorrere di circostanze attenuanti (*art. 24 RD*) o rispettivamente di aggravanti (*artt. 26 e 27 RD*).

### **29. Riduzione e aumento di pena base per l'applicazione di circostanze attenuanti o aggravanti**

a) L'applicazione di una attenuante comporta la diminuzione fino a un terzo della pena base, comunque non oltre la metà del minimo edittale previsto e in ogni caso non meno di 1 gara di squalifica o € 10,00 di sanzione pecuniaria.

b) Il ricorrere di una aggravante semplice comporta l'aumento sino al doppio della pena base, comunque non oltre il doppio del massimo edittale e in ogni caso non oltre 5 anni di squalifica o € 250,00 di sanzione pecuniaria. Salvo i casi di illeciti commessi con **recidiva** per i quali sia espressamente previsto un **aumento superiore al doppio** del massimo edittale o l'applicazione di **sanzioni di specie diversa**.

c) Nel caso ricorrano più circostanze attenuanti, la pena base può essere ridotta più volte, comunque non oltre la metà del minimo edittale previsto e in ogni caso non meno di 1 gara di squalifica o € 10,00 di sanzione pecuniaria.

d) Nel caso ricorrano più circostanze aggravanti semplici, la pena base può essere aumentata più volte, comunque non oltre il doppio del massimo edittale e in ogni caso non oltre 5 anni di squalifica o € 250,00 di sanzione pecuniaria. Salvo i casi di illeciti commessi con **recidiva** per i quali sia espressamente previsto un **aumento superiore al doppio** del massimo edittale o l'applicazione di **sanzioni di specie diversa**.

e) Nel caso in cui ricorrano sia circostanze attenuanti sia aggravanti semplici, l'Organo giudicante deve procedere a una valutazione di equivalenza o di prevalenza delle une sulle altre.

f) In caso di equivalenza, deve essere applicata la sanzione base individuata ai sensi dell'articolo 28 - commi I e II - RD.

g) In caso di prevalenza delle circostanze attenuanti sulle aggravanti semplici, la pena base va ridotta secondo i criteri di cui alla lettera a).

h) In caso di prevalenza delle circostanze aggravanti semplici sulle attenuanti, la pena base va aumentata secondo i criteri di cui alla lettera b).

### **30. Aumento di pena base per l'applicazione della circostanza aggravante speciale (art. 27 RD)**

a) Nel caso ricorra l'aggravante speciale prevista dall'articolo 27 RD la pena base deve essere obbligatoriamente aumentata in misura non inferiore al doppio e non superiore al triplo, ma non oltre 5 anni di squalifica o € 250,00 di sanzione pecuniaria.

b) Tale circostanza aggravante speciale deve essere sempre considerata prevalente, salvo l'ipotesi di concorso con l'attenuante di cui all'art. 24/b RD, quando la provocazione sia stata posta in essere dall'Arbitro (*art. 24, ultimo comma, RD*).

### **31. Criteri di applicazione delle sanzioni a fatti illeciti atipici**

Per fatto illecito atipico si intende quello disciplinato dagli articoli 9, 10 e 11 RD.

Le sanzioni da applicarsi sia a carico dei Tesserati sia delle Associazioni devono essere individuate in stretta analogia, per caratteristica e indole, a quelle previste per fatti illeciti tipici.

## **Sezione II**

### **DEFINIZIONI DELLE SANZIONI**

#### **32. Ammonizione**

Costituisce ammonizione il provvedimento, avente natura di richiamo, notificato dal Giudice al Socio e adottato nei confronti di quest'ultimo dall'Organo disciplinare.

#### **33. Censura**

Costituisce censura il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare nei confronti dell'Ufficiale di gara e avente natura di richiamo e/o diffida.

#### **34. Penalizzazione nel punteggio o nella premiazione**

Costituisce penalizzazione nel punteggio o nella premiazione il provvedimento adottato nei confronti delle Associazioni o dei Soci, volto a escludere dalla classifica o retrocedere nella medesima, i soggetti individuali e/o collettivi. Conseguenza del provvedimento l'esclusione totale o parziale dalle premiazioni individuali e a squadre.

#### **35. Sanzione pecuniaria**

Costituisce sanzione pecuniaria il provvedimento, di contenuto patrimoniale, adottato dall'Organo disciplinare nei confronti delle Associazioni o dell'Ufficiale di gara.

L'ammontare della sanzione pecuniaria va da un minimo di € 10,00 a un massimo di € 600,00. L'importo della sanzione deve essere incamerato dalla UISP SdA Atletica leggera organizzatrice della manifestazione in cui è stato commesso l'illecito.

**Le UISP SdA Atletica leggera hanno facoltà di deroga nei limiti previsti dall'articolo 91 RD.**

### **36. Sospensione cautelare**

La sospensione cautelare è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare competente nei confronti di un Socio al quale sia contestato un atto di particolare gravità e nei cui confronti sia in corso un procedimento disciplinare.

Tale provvedimento deve essere adottato quando ritenuto assolutamente necessario e comporta la sospensione da ogni attività sino a revoca della sospensione stessa, che deve considerarsi tacitamente revocata trascorso il termine di giorni 30 da quello della pubblicazione della sanzione.

La sospensione deve essere sempre motivata e non è impugnabile.

### **37. Squalifica dalla manifestazione**

La squalifica dalla manifestazione è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare nei confronti di un Atleta o di un Dirigente, che comporta l'esclusione del medesimo dalla classifica finale della manifestazione.

### **38. Squalifica a tempo determinato**

La squalifica è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare nei confronti di un Atleta o di un Dirigente. La squalifica comporta la sospensione dall'attività e deve essere indicata a tempo determinato. Il periodo di squalifica va da un minimo di 4 mesi a un massimo di 3 anni.

### **39. Interdizione dall'attività**

L'interdizione dall'attività è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare nei confronti degli Ufficiali di gara. Tale sanzione è indicata a tempo determinato e non può essere mai superiore a 5 anni.

Durante il periodo della interdizione il Socio è tenuto a non svolgere alcuna attività fino a quando non abbia scontato la sanzione, eccetto la partecipazione alle riunioni assembleari.

### **40. Esclusione dalla direzione di Finali organizzate dalla UISP SdA Atletica leggera**

L'esclusione dalla direzione di Finali di manifestazioni organizzate dalla UISP SdA Atletica leggera è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare, per atti illeciti particolarmente gravi compiuti dagli Ufficiali di gara. Tale sanzione non può avere durata superiore a 2 anni.

### **41. Esclusione dalla manifestazione**

L'esclusione dalla manifestazione è disposta dall'Organo disciplinare nei confronti delle Associazioni i cui Tesserati e/o loro stesse siano responsabili di gravi violazioni dei precetti contenuti nella Carta dei Principi o di inadempimenti pecuniari o degli altri casi espressamente previsti dalle fattispecie di cui al Titolo V del presente Regolamento.

### **42. Sospensione dall'attività**

La sospensione dall'attività è il provvedimento adottato dall'Organo disciplinare nei confronti delle Associazioni. Tale sanzione è indicata a tempo determinato e non può essere mai superiore a 5 anni.

## **Sezione III**

### **EFFICACIA DELLE SANZIONI**

#### **43. Ambito di efficacia delle sanzioni**

Le sanzioni disciplinari sono efficaci e devono essere scontate su tutto il territorio nazionale.

#### **44. Esecuzione delle sanzioni**

a) Tutte le decisioni disciplinari devono essere pubblicate sul Comunicato ufficiale, pena la loro nullità. Tutti i provvedimenti disciplinari si ritengono conosciuti a far data dalla loro pubblicazione sul Comunicato ufficiale, se non resi noti precedentemente per iscritto dall'Organo disciplinare competente.

Le sanzioni che comportino squalifiche dei Tesserati devono essere scontate a partire dal giorno immediatamente successivo a quello di pubblicazione del relativo Comunicato ufficiale. **È facoltà delle UISP SdA Atletica leggera di prevedere che le squalifiche siano efficaci dal giorno stesso di pubblicazione del Comunicato, purché di ciò sia data notizia sulle Norme di partecipazione.**

Le comunicazioni scritte (fax o e-mail) della UISP SdA Atletica leggera hanno efficacia immediata.

b) La UISP SdA Atletica leggera ha facoltà, all'inizio della stagione successiva, di pubblicare sul primo Comunicato ufficiale le sanzioni di squalifica ancora da scontare.

c) La presentazione del reclamo o del ricorso non sospende l'esecutività della sanzione disciplinare.

### **Titolo III**

## **ORGANI DELLA GIUSTIZIA SPORTIVA**

### *CAPO I - AMBITI D'OPERATIVITÀ*

#### **45. Giurisdizione degli Organi disciplinari**

Gli Organi disciplinari della UISP SdA Atletica leggera hanno giurisdizione esclusiva su fatti rilevanti disciplinarmente, che si siano verificati in occasione di una manifestazione o a essa rapportati o riferibili in qualsiasi modo all'attività sportiva.

Dispongono in via esclusiva, nei confronti dei Soci collettivi o individuali, le sanzioni previste nel Titolo II, Capo II, Sezione II, RD.

Accertano il regolare andamento della manifestazione e dispongono in merito alla sua omologazione.

Le decisioni degli Organi disciplinari devono essere adottate in assoluta indipendenza e autonomia di giudizio, rispetto agli altri Organi statutari della UISP SdA Atletica leggera.

#### **46. Organi disciplinari**

L'esercizio della giurisdizione si svolge in quattro gradi di giudizio. Gli Organi a ciò preposti sono:

- il Giudice disciplinare di primo grado;
- il Giudice d'appello di secondo grado – istituito esclusivamente a livello regionale;
- Il Giudice Sportivo Nazionale
- La Commissione disciplinare di 2° grado nazionale

Gli organismi giudicanti delle prime due istanze di giudizio possono essere a composizione monocratica o collegiale.

#### **47. Competenza funzionale degli Organi disciplinari**

Il **Giudice disciplinare di primo grado**, riconducibile alla figura del **Giudice di Gara** ha competenza su:

- illeciti disciplinari e applicazione delle relative sanzioni;
- omologazione delle gare;
- accertamento della posizione degli atleti che hanno preso parte alle manifestazioni;
- accertamento della regolarità del tesseramento;
- reclami presentati da Associazioni o Tesserati;
- istanza di rettifica per errore materiale (art. 76 RD).

Il **Giudice d'appello di secondo grado** è competente a decidere su:

- impugnazioni delle decisioni adottate in prima istanza;
- istanza di rettifica per errore materiale (art. 76 RD);
- casi oggetto di avocazione (art. 78 RD);
- istanza di riconsiliazione (art. 77 RD).

Il **Giudice Sportivo Nazionale** è competente a decidere su:

- impugnazioni delle decisioni adottate in seconda istanza;
- istanza di rettifica per errore materiale (art. 76 RD);
- casi di avocazione (art. 78 RD);
- istanza di riconsiliazione (art. 77 RD);
- ricorsi per revisione (art. 81 RD);

Il **Giudice Sportivo Nazionale** opera in prima istanza nel corso delle Finali nazionali e in particolari manifestazioni su apposita delibera della UISP SdA Atletica leggera (art. 57 RD).

La **Commissione disciplinare di 2° grado nazionale** è competente a decidere su:

- conflitti di potere tra i vari Organi della UISP SdA Atletica leggera (art. 79 RD);
- questioni di legittimità dei Regolamenti, delle Norme di partecipazione e degli atti emessi dai diversi Organi della UISP SdA Atletica leggera a ciò preposti (art. 80 RD).

La **Commissione disciplinare di 2° grado nazionale** opera in seconda istanza nel corso delle Finali nazionali e in particolari manifestazioni su apposita delibera della UISP SdA Atletica leggera.

#### **48. Competenza territoriale degli Organi disciplinari**

Il **Giudice disciplinare di primo grado** è competente per i fatti commessi nel corso della manifestazione che è stato designato a gestire e comunque nel territorio coincidente con l'ambito di competenza della UISP SdA Atletica leggera che lo ha nominato.

Il **Giudice d'appello di secondo grado** è competente, in sede d'impugnazione, per i fatti commessi nel territorio della Regione di competenza della UISP SdA Atletica leggera che lo ha nominato.

Il **Giudice Sportivo nazionale** e la **Commissione disciplinare di 2° grado nazionale** sono competenti su tutto il territorio nazionale.

## **CAPO II - FORMAZIONE E CESSAZIONE DEGLI ORGANI DISCIPLINARI**

### **49. Incompatibilità**

Nessun Giudice può appartenere contemporaneamente a gradi diversi e non può mai giudicare lo stesso fatto in gradi diversi, né un fatto sul quale abbia avuto già modo di esprimere un proprio giudizio, anche in via incidentale.

È incompatibile la partecipazione all'Organo disciplinare del Responsabile della UISP SdA Atletica leggera o del Coordinatore di Settore.

### **50. Nomina e composizione degli Organi disciplinari di primo e secondo grado**

La UISP SdA Atletica leggera competente - entro 20 giorni dalla sua elezione - sceglie tra la composizione monocratica o collegiale dell'Organo disciplinare e nomina, a maggioranza relativa:

- il Giudice d'Appello di 2° Grado (competenza di ogni S. di A. Regionale)
- il Giudice Sportivo Nazionale (competenza della S. di A. Nazionale)
- la Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale (competenza della S. di A. Nazionale)

Nel caso di composizione monocratica dell'Organismo disciplinare, la UISP SdA Atletica leggera P deve anche nominare, nelle stesse forme di cui sopra, almeno un supplente. I nominativi dei giudici devono risultare da atti ufficiali dei Settori di Attività.

### **51. Nomina e composizione della Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale**

La Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale è formata da non meno di 3 e non più di 5 membri, che sono nominati, a maggioranza relativa, dalla UISP SdA Atletica leggera nazionale. I nominativi dei giudici devono risultare da atti ufficiali dei Settori di Attività. La UISP SdA Atletica leggera nazionale deve altresì indicare il Responsabile tra i componenti della Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale.

### **52. Funzionamento della Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale**

Le votazioni devono essere assunte a maggioranza e devono essere effettuate in modo palese. In caso di parità di voti, quello del Responsabile - o in sua assenza del membro più anziano - è decisivo.

Sulle questioni relative ai **conflitti di potere** (*art. 79 RD*) tra i vari Organi della UISP SdA Atletica leggera, alla **legittimità** dei Regolamenti, delle Norme di partecipazione e degli atti emessi dai diversi Organi della UISP SdA Atletica leggera a ciò preposta (*art. 80 RD*) e ai casi di **revisione** (*art. 81 RD*) i membri devono essere in numero non inferiore a 3.

Su tutte le **altre questioni di sua competenza** la Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale può deliberare anche con la presenza di soli 2 membri, nel caso in cui sia formata da 3 o 4 membri, mentre deve deliberare con la partecipazione di almeno 3 membri, nel caso in cui sia formata da 5 membri.

### **53. Cessazione dall'incarico degli Organi disciplinari**

Gli Organi disciplinari durano in carica fino al termine di mandato della UISP SdA Atletica leggera.

In caso di **dimissioni** del Giudice unico o della maggioranza del Collegio giudicante, la UISP SdA Atletica leggera competente deve immediatamente proporre un nuovo Giudice o rispettivamente un nuovo Collegio. Qualora si dimetta un solo componente o la minoranza del Collegio, la UISP SdA Atletica leggera propone il/i suo/i sostituto/i.

Relativamente al Giudice Sportivo nazionale e alla Commissione disciplinare di 2° grado nazionale, in caso di **dimissioni del primo o** della maggioranza del Collegio giudicante e nell'impossibilità che la UISP SdA Atletica leggera nazionale possa procedere agli adempimenti di cui al comma precedente, al fine di garantire il rispetto dei termini previsti dall'art. 90 RD, la UISP SdA Atletica leggera nazionale procede immediatamente alla proposta di un sostituto o di un Collegio giudicante temporaneo, in attesa che la UISP SdA Atletica leggera nazionale, nella sua prima seduta utile, proceda all'elezione del nuovo Collegio.

Il Settore di Attività Atletica leggera UISP competente **deve proporre la rimozione** l'Organo giudicante qualora accerti incontrovertibilmente gravi irregolarità o impossibilità di funzionamento. La stessa UISP SdA Atletica leggera **può proporre la sostituzione** il/i componente/i dell'Organo giudicante in caso di assenza ingiustificata per almeno tre riunioni consecutive o in caso di accertato comportamento scorretto. I provvedimenti di proposta di rimozione o sostituzione devono essere adottati a maggioranza assoluta dalla UISP SdA Atletica leggera competente e devono altresì essere adeguatamente motivati, pena la loro nullità.

### **54. Procedura di sostituzione o rimozione del Giudice o dell'Organo giudicante**

Nei casi previsti nell'ultimo comma del precedente articolo, la UISP SdA Atletica leggera competente deve adottare la proposta di rimozione o sostituzione a maggioranza assoluta. La delibera deve essere comunicata all'interessato in forma ricettizia, a pena di nullità del provvedimento. Avverso tale provvedimento non è ammesso ricorso in alcuna sede.

## **Titolo IV**

### **PROCEDIMENTI DISCIPLINARI**

#### *CAPO I - INSTAURAZIONE DEI PROCEDIMENTI DAVANTI AGLI ORGANI DISCIPLINARI*

##### **55. Procedimenti davanti all'Organo di prima istanza**

I procedimenti sono instaurati, presso il Giudice disciplinare:

- a) **d'ufficio** sulla base dei documenti ufficiali delle UISP SdA Atletica leggera e di gara o di filmati;
- b) **su impulso** del Giudice dell'impugnazione ai sensi dell'articolo 86 RD;
- c) **su reclamo** della parte interessata;
- d) **su istanza di rettifica** (art. 76RD).

##### **56. Procedimenti davanti all'Organo di seconda istanza**

I procedimenti sono instaurati, presso il Giudice d'appello di 2° grado:

- a) **d'ufficio** nei casi di avocazione;
- b) **su ricorso** delle parti legittimate avverso la decisione di primo grado, solo qualora abbiano presentato ricorso-esposto o lo stesso non sia stato accolto;
- c) **su istanza di rettifica** (art. 76 RD);
- d) **su istanza di ricusazione** (art. 77 RD);
- e) **d'ufficio** o **su istanza** di parte nei casi di avocazione (art. 78 RD).

##### **57. Procedimenti davanti all'Organo di terza istanza**

I procedimenti sono instaurati, presso il Giudice Sportivo Nazionale:

- a) **in 1° grado** sulla base dei documenti ufficiali dei Settori di Attività Atletica leggera UISP e di gara, quando opera in unica istanza nel corso delle Finali nazionali e in particolari manifestazioni su apposita delibera della UISP SdA Atletica leggera;
- b) **su ricorso** delle parti legittimate avverso la decisione di secondo grado;
- c) **su ricorso** dei vari Organi della UISP SdA Atletica leggera in caso di conflitti tra loro (art. 79 RD);
- d) **su ricorso** delle parti interessate alle questioni di legittimità dei Regolamenti, delle Norme di partecipazione e degli atti emessi dai diversi Organi della UISP SdA Atletica leggera a ciò preposti (art. 80 RD);
- e) **su istanza di rettifica** (art. 76 RD);
- f) **su ricorso per revisione** (art. 81 RD);
- g) **su istanza di ricusazione** (art. 77 RD);
- h) **d'ufficio** o **su istanza** di parte nei casi di avocazione (art. 78 RD);
- i) **d'ufficio** in caso di riforma (art. 47 - ultimo comma - RD).

##### **58. Procedimenti davanti all'Organo di quarta istanza**

I procedimenti sono instaurati, presso la Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale:

- a) in 2° grado sulla base dei documenti ufficiali dei Settori di Attività Atletica leggera UISP e di gara, quando opera in unica istanza nel corso delle Finali nazionali e in particolari manifestazioni su apposita delibera della UISP SdA Atletica leggera;

#### *CAPO II - PROCEDIMENTO DISCIPLINARE NEI CONFRONTI DEGLI UFFICIALI DI GARA*

##### **59. Instaurazione del procedimento disciplinare nei confronti del Giudice di gara**

Qualsiasi Socio sia a conoscenza di violazioni dello Statuto o del Regolamento Nazionale UISP, della Carta dei principi, della Normativa generale della UISP SdA Atletica leggera o delle disposizioni dei Settori di Attività Atletica leggera UISP competenti da parte di Ufficiali di gara deve comunicarlo sollecitamente e in forma non anonima al Giudice d'Appello di 2° grado.

Le denunce anonime non sono procedibili.

Il Giudice d'Appello di 2° grado può procedere anche d'ufficio nei confronti del Socio appartenente al Settore arbitrale sulla base di illeciti risultanti da documenti ufficiali dei Settori di Attività Atletica leggera UISP.

Il Giudice d'Appello di 2° grado ha competenza a svolgere le indagini sugli illeciti di cui viene a conoscenza e deve raccogliere sia le prove a carico sia quelle a favore del Giudice di gara.

Entro 48 ore dal ricevimento della denuncia, il Giudice d'Appello di 2° grado deve comunicare - in forma ricettizia - all'inculpato l'inizio del procedimento a suo carico.

Il Giudice d'Appello di 2° grado deve concludere l'istruttoria il più rapidamente possibile e, al termine della stessa, deve formulare le proprie conclusioni.

Le conclusioni devono consistere nella richiesta motivata di archiviazione del procedimento o di condanna dell'incolpato.

### CAPO III – RECLAMO, RICORSO E ISTANZA

#### 60. Soggetti legittimati a proporre reclamo o ricorso

Sono legittimati a proporre reclamo o ricorso le **Associazioni** e i **Soci** aventi interesse, il **Responsabile dell'UISP SdA Atletica leggera** competente e il **Responsabile del Settore Giudici** competente; non sono ammissibili deleghe a terzi estranei.

#### 61. Interesse a proporre reclamo o ricorso

Chi propone reclamo o ricorso deve avere interesse diretto. Ha sempre interesse il Responsabile dell'UISP SdA Atletica leggera competente, mentre il Responsabile del Settore Giudici ha interesse solo nel caso in cui la decisione sia adottata nei confronti di un Giudice.

Sono competenti:

- a) a livello territoriale i Responsabili dell'UISP SdA Atletica leggera territoriale, regionale e nazionale;
- b) a livello regionale i Responsabili dell'UISP SdA Atletica leggera regionale e nazionale;
- c) a livello nazionale il Responsabile dell'UISP SdA Atletica leggera nazionale.

In merito alle squalifiche hanno interesse a proporre ricorso i Soci o le Associazioni i cui Soci le hanno subite; per quanto attiene alle sanzioni pecuniarie, hanno interesse le Associazioni che le hanno subite.

Nei casi di illecito sportivo, irregolare partecipazione alla gara e/o di irregolare tesseramento, è legittimato a presentare reclamo o ricorso chiunque, tra i Soci coinvolti ne abbia interesse (*art. 66 RD*).

#### 62. Estratto del referto del Giudice

Chiunque abbia interesse a proporre reclamo o ricorso ha diritto di richiedere l'estratto del referto del Giudice facendone richiesta scritta alla UISP SdA Atletica leggera competente.

L'estratto del referto deve essere depositato presso il Settore entro il secondo giorno dopo la presentazione della richiesta. È onere della parte interessata ritirarlo.

#### 63. Oggetto del ricorso

Sono impugnabili tutte le decisioni degli Organi di disciplina, con le seguenti eccezioni:

- a) le ammonizioni e le censure, salvo per errore di persona;
- b) le squalifiche a tempo al minimo della sanzione, salvo per errore di persona;
- c) le sanzioni pecuniarie disposte nei confronti di Associazioni fino a € 15,00;
- d) le sanzioni pecuniarie disposte nei confronti di Soci del Settore Giudici fino a € 10,00, salvo per errore di persona;
- e) i risultati di manifestazioni o fasi delle stesse già concluse.

#### 64. Forma del reclamo o del ricorso

Il reclamo o il ricorso devono avere, a pena di inammissibilità, la forma scritta e devono contenere:

- a) il nominativo del Socio o dell'Associazione ricorrente (corredato da relativo numero di Tessera UISP o di Affiliazione);
- b) l'indicazione dell'Organo disciplinare adito;
- c) gli estremi del provvedimento disciplinare impugnato (solo nel caso di ricorso);
- d) la data della manifestazione durante la quale è stato compiuto il comportamento illecito;
- e) l'esposizione, sommaria, dei motivi di contestazione;
- f) l'indicazione delle prove allegate e i nominativi dei testimoni;
- g) la formulazione delle conclusioni;
- h) la data del reclamo o del ricorso;
- i) la sottoscrizione del ricorrente. Qualora si tratti di Associazione, la sottoscrizione deve avvenire da parte del Presidente della stessa.

In caso di ricorso da parte di una Associazione il cui Presidente sia temporaneamente squalificato o impedito, la sottoscrizione dovrà avvenire per mano di un altro Socio con delega di firma depositata presso il Settore di Attività Atletica leggera UISP;

j) l'eventuale copia della ricevuta di invio alla parte interessata alla decisione nel termine perentorio previsto dall'art. 69 RD;

k) l'importo cauzionale (*art. 71 RD*).

La mancanza dei predetti requisiti, eccetto quello previsto dalla lettera **b)** è condizione d'inammissibilità del reclamo o del ricorso. La mancata presentazione della ricevuta di invio di cui alla lettera **j)** non costituisce vizio di forma se della ricevuta stessa viene prodotta copia prima dell'emissione della decisione.

#### 65. Preavviso di presentazione del reclamo



Il reclamo deve essere preannunciato al Giudice disciplinare con fax o e-mail da inviare alla UISP SdA Atletica leggera competente (*art.70 RD*) entro le ore 24.00 del primo giorno feriale successivo alla manifestazione cui si riferisce e deve indicarne gli estremi a pena di inammissibilità.

#### **66. Termini di presentazione del reclamo o del ricorso**

Il reclamo o il ricorso deve essere proposto all'Organo disciplinare sotto indicato nei termini a margine riportati:

##### **Organo giudicante termine decorrenza del termine**

Giudice d'Appello di 2° grado: 5 giorni dalla manifestazione o dal fatto

Giudice Sportivo Nazionale: 5 giorni dalla pubblicazione della decisione impugnata

Commissione Disciplinare di 2° grado: 7 giorni dalla pubblicazione della decisione impugnata

Se sia prevista una diversa forma di comunicazione della decisione, rispetto a quella di pubblicazione, il termine decorre dalla data di conoscenza del provvedimento impugnato (*art.89/b RD*).

Qualora i fatti oggetto del reclamo o del ricorso siano avvenuti durante una fase a eliminazione diretta, il reclamo o il ricorso deve pervenire alla Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente nel termine perentorio di un giorno da quello di decorrenza previsto dalla tabella sopra riportata. In tal caso la Segreteria deve dare immediata comunicazione al Presidente o a un Dirigente dell'Associazione contro interessata dell'avvenuto deposito del reclamo o del ricorso. La Segreteria deve inoltre attestare per iscritto l'avvenuta comunicazione e il nominativo del destinatario della stessa. Tale attestazione deve essere allegata al fascicolo previsto dall'articolo 73 RD.

Il mancato rispetto di tali termini comporta la sanzione d'inammissibilità del reclamo o del ricorso. Il reclamo o il ricorso sull'illecito sportivo, l'irregolare partecipazione alla manifestazione e/o sull'irregolare tesseramento è ammissibile anche dopo i predetti termini, ma non oltre un mese dal fatto e comunque non oltre la fase della manifestazione nella quale il fatto si è verificato.

#### **67. Computo dei termini e accertamento del rispetto degli stessi**

Nel computo dei termini si esclude il giorno iniziale. I giorni festivi si computano nel termine. Se il giorno di scadenza è festivo, la scadenza è prorogata di diritto al primo giorno seguente non festivo.

Ai fini dell'accertamento del rispetto dei termini di cui al precedente articolo si deve fare riferimento al timbro della data più anteriore apposto sulla busta in caso di invio del reclamo o del ricorso per posta o al timbro apposto dalla Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente in caso di deposito del reclamo o del ricorso.

#### **68. Remissione in termine**

Qualora il mancato rispetto dei termini sia imputabile esclusivamente a cause di forza maggiore, il Giudice può, su istanza di parte, disporre la remissione in termini della stessa, purché essa provi un tanto in modo incontrovertibile.

#### **69. Modalità di presentazione del reclamo o del ricorso o del controricorso**

I reclami o i ricorsi devono essere inviati a mezzo di lettera raccomandata con avviso di ricevimento, pec o depositati presso la Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente all'indirizzo indicato nelle Norme di partecipazione (*art.30 RA*), a pena di irricevibilità del reclamo o del ricorso stessi.

In ogni caso un incaricato della Segreteria deve apporre sul reclamo o sul ricorso il timbro della data di arrivo dell'atto. In caso di deposito l'incaricato deve altresì rilasciare al ricorrente o al suo delegato una ricevuta recante la data del deposito.

L'interessato deve allegare al reclamo o al ricorso l'importo cauzionale previsto dall'articolo 71 RD.

Copia del reclamo o del ricorso deve essere inviata, nello stesso termine perentorio previsto per la presentazione degli stessi, a mezzo di raccomandata con avviso di ricevimento, al Socio o all'Associazione a cui l'atto illecito sia addebitato per fatto proprio o di un suo Socio, affinché quest'ultima possa svolgere le sue deduzioni nell'eventuale controricorso (*art.72 RD*).

#### **70. Settore di Attività Atletica leggera competente alla ricezione del reclamo o del ricorso**

La UISP SdA Atletica leggera competente a ricevere il reclamo o il ricorso è quella:

- a) che organizza la manifestazione nel corso della quale si sono verificati i fatti oggetto del reclamo o il ricorso;
- b) che ha adottato la decisione impugnata o di cui si chiede la revisione (*art. 81 RD*);
- c) cui appartiene il Giudice che ha emanato il provvedimento di cui si richiede la rettifica (*art. 76 RD*);
- d) a cui appartiene il Giudice ricusato (*art. 77 RD*);
- e) a cui appartiene il Giudice competente a decidere sull'avocazione (*art. 78 RD*);
- f) nazionale in caso di ricorso su conflitti di potere (*art. 79 RD*);
- g) nazionale in caso di ricorso su legittimità di norme (*art. 80 RD*).

I ricorsi da porre all'esame della Giudice Sportivo Nazionale possono anche essere inviati direttamente alla UISP SdA Atletica leggera nazionale; in questo caso sarà cura della Segreteria della UISP SdA Atletica

leggera nazionale istituire il relativo fascicolo completandolo con tutti i documenti necessari ai fini dell'esame del Giudice Sportivo Nazionale.

### **71. Cauzione**

I reclami o i ricorsi agli Organi disciplinari sotto indicati devono essere accompagnati dalle cauzioni i cui importi sono a margine riportati:

<b>Organo giudicante</b>	<b>Cauzione</b>
Giudice d'Appello di 2° grado	€ 35,00
Giudice Sportivo Nazionale	€ 75,00
Commissione Disciplinare di 2° grado nazionale	€ 100,00

In caso di rinuncia al ricorso la cauzione deve essere restituita, purché la rinuncia stessa sia pervenuta nel termine previsto dall'articolo 74 RD.

Qualora i reclami o i ricorsi siano respinti, la cauzione è trattenuta; se accolti, anche parzialmente, la cauzione deve essere restituita integralmente.

Per i reclami o i ricorsi presentati dal Responsabile della UISP SdA Atletica leggera o dal Coordinatore del Settore Giudici competenti non è prevista alcuna cauzione.

Qualora gli Organi giudicanti ritengano il reclamo o il ricorso manifestamente infondato, oltre alla ritenzione della cauzione, possono condannare il ricorrente al pagamento di una somma pari a metà dell'importo della stessa cauzione.

### **72. Controricorso**

Hanno interesse diretto (*artt. 60 e 61 RD*) a proporre controricorso solo i soggetti destinatari del reclamo o del ricorso ai sensi dell'articolo 69, IV comma, RD.

Il controricorso è sottoposto alle stesse formalità previste per il reclamo o il ricorso. Esso deve essere inviato a mezzo di lettera raccomandata con avviso di ricevimento, pec o depositato presso la Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente entro il termine perentorio di cinque giorni dal ricevimento del reclamo o del ricorso, a pena d'inammissibilità.

Nel caso disciplinato dall'articolo 66, III comma, RD il controricorso deve pervenire alla Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente entro un giorno dalla comunicazione dell'avvenuto deposito del reclamo o del ricorso.

Se il controricorso ha solamente contenuto difensivo non deve essere versata la cauzione; se con esso si svolgono domande riconvenzionali (richieste di sanzioni nei confronti della parte ricorrente) deve essere accompagnato dalla cauzione prevista per il grado di giudizio (*art. 71 RD*).

### **73. Procedura di ricevimento e di trasmissione del reclamo o del ricorso o del controricorso all'Organo giudicante**

La UISP SdA Atletica leggera competente a ricevere il reclamo o il ricorso (*art. 70 RD*) provvede a formare il relativo fascicolo allegando a esso tutti i documenti necessari ai fini della decisione e a trasmetterlo al Giudice competente entro il termine di due giorni dalla ricezione.

### **74. Rinuncia al ricorso avverso la decisione di primo e secondo grado**

Le parti hanno facoltà di rinunciare al ricorso da loro presentato, purché ciò avvenga prima dell'adozione della decisione. Non è ammessa la rinuncia al reclamo.

La rinuncia non ha effetto nei casi di illecito sportivo o per la posizione irregolare degli atleti.

### **75. Istanza**

All'istanza si applica la disciplina prevista per il reclamo o il ricorso in quanto compatibile.

## **CAPO IV - SINGOLE IPOTESI DI RICORSO**

### **76. Istanza di rettifica con procedura d'urgenza**

Qualora la decisione contenga un errore materiale o risulti fondata su un errore materiale contenuto nel referto Arbitrale, l'interessato ha facoltà di presentare istanza allo stesso Giudice che ha emanato la decisione per ottenere la rettifica dell'errore.

L'istanza deve essere presentata in forma succinta, anche a mezzo telegramma (o fax o e-mail ove previsto nelle Norme di partecipazione alla Segreteria della UISP SdA Atletica leggera competente entro il giorno precedente a quello di svolgimento della gara successiva, a pena di inammissibilità.

L'interessato ha facoltà di preannunciare telefonicamente la presentazione dell'istanza alla UISP SdA Atletica leggera competente, la quale deve darne immediata comunicazione al Giudice competente.

Quest'ultimo, esperiti gli opportuni accertamenti, comunica al ricorrente - tempestivamente e comunque entro 2 giorni dal ricevimento dell'istanza - la propria decisione a mezzo telegramma o con altro mezzo idoneo, riservandosi di pubblicare il provvedimento e la motivazione sul Comunicato ufficiale immediatamente successivo.

La presentazione dell'istanza deve essere accompagnata dal versamento della cauzione prevista dall'articolo 71 RD, per il corrispondente grado di giudizio.

### **77. Ricusazione e astensione**

La parte interessata può presentare istanza di **ricusazione** nei casi previsti dall'articolo 49 RD e comunque nei confronti del/i Giudice/i che non possa/no essere ritenuto/i imparziale/i. In questo secondo caso l'istanza deve essere fondata su gravi motivi.

L'istanza di ricusazione deve essere presentata al Giudice interessato almeno un giorno prima di quello dell'adozione della decisione.

Il predetto Giudice deve immediatamente trasmettere l'istanza e il fascicolo a quello di grado superiore, che deve decidere sulla ricusazione, nel termine di 8 giorni dal ricevimento degli atti.

La decisione e il fascicolo devono quindi essere trasmessi all'Organo competente individuato secondo quanto previsto dai commi successivi.

La presentazione dell'istanza di ricusazione sospende il procedimento in corso, sino alla decisione in merito.

Qualora la ricusazione sia accolta, il fatto è deciso dal Sostituto in caso di composizione monocratica dell'Organo giudicante; in caso di composizione collegiale, la decisione deve essere adottata dai rimanenti componenti.

Nel caso in cui, a seguito dell'accoglimento dell'istanza, l'Organo giudicante non sia in grado di funzionare, il Coordinatore del Settore disciplinare incarica del giudizio l'Organo di pari grado della UISP SdA Atletica leggera contermini.

È esclusa la ricusazione dei giudici della Commissione Giudicante di 2° grado Nazionale.

Nei casi previsti dall'articolo 49 RD e comunque quando ritenga di non poter decidere con imparzialità, il Giudice deve **astenersi** dal giudizio affidando la decisione al suo Sostituto in caso di composizione monocratica dell'Organo giudicante; in caso di composizione collegiale, la decisione deve essere adottata dai rimanenti componenti.

Nel caso in cui l'Organo giudicante non sia in grado di funzionare, il Coordinatore del Settore disciplinare si regolerà secondo quanto previsto nel precedente VII comma.

### **78. Avocazione**

Qualora i termini ordinatori previsti dall'articolo 90 RD non siano rispettati, l'Organo giudicante superiore può avocare d'ufficio il procedimento; l'avocazione è obbligatoria se richiesta dalla parte.

Se l'avocazione avviene d'ufficio, l'Organo disciplinare superiore ne dà notizia a quello inferiore che deve trasmettergli il fascicolo entro 2 giorni dalla comunicazione. La mancata trasmissione nei termini del fascicolo giustifica l'apertura del procedimento di rimozione nei confronti dell'Organo disciplinare inadempiente (*art.53 RD*).

Se l'avocazione è richiesta con istanza di parte, essa deve essere presentata all'Organo giudicante di grado superiore che procede secondo i termini e le modalità sopra previste.

### **79. Ricorso dei vari Organi del Settore di Attività Atletica leggera in caso di conflitti tra loro**

Qualora si verificano conflitti di giurisdizione tra i diversi Organi della UISP SdA Atletica leggera, può essere proposto ricorso dagli Organi interessati alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale per dirimere i conflitti stessi.

Il ricorso deve indicare le ragioni di fatto e di diritto a sostegno della domanda.

Il ricorso deve essere trasmesso mediante raccomandata con avviso di ricevimento alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale e agli altri Organi interessati.

Questi ultimi possono presentare loro deduzioni scritte nel termine di 7 giorni dal ricevimento del ricorso inviandole alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale tramite raccomandata con avviso di ricevimento.

La decisione in merito non è impugnabile in alcun modo ed è efficace dal giorno della sua pubblicazione.

### **80. Ricorso delle parti interessate alle questioni di legittimità dei Regolamenti, delle Norme di partecipazione e degli atti emessi dai diversi Organi della UISP SdA Atletica leggera a ciò preposti**

Chiunque abbia interesse può ricorrere alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale avverso la legittimità di Regolamenti, Norme di partecipazione e atti emessi dagli Organi della UISP SdA Atletica leggera, che appaiano in contrasto con i principi della Carta.

Il ricorso deve indicare le ragioni di diritto a sostegno della domanda.

Il ricorso deve essere trasmesso mediante raccomandata con avviso di ricevimento alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale e all'Organo che ha emanato l'atto normativo. Quest'ultimo può

presentare sue deduzioni nel termine di 7 giorni dal ricevimento del ricorso inviandole alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale tramite raccomandata con avviso di ricevimento.

La decisione in merito non è impugnabile in alcun modo. In caso di accoglimento del ricorso, la norma illegittima perde efficacia dal giorno di pubblicazione della decisione.

### **81. Revisione**

L'interessato può chiedere la revisione della decisione che lo riguarda e la conseguente modifica o revoca della sanzione subita qualora sia accertato che la quest'ultima sia stata erogata sulla base di prove legali false o di norme successivamente dichiarate illegittime (*art 80 RD*).

L'istanza deve essere proposta alla Commissione Disciplinare di 2° grado Nazionale entro 30 giorni dalla conoscenza della falsità della prova.

## **CAPO V - STRUMENTI DI DECISIONE**

### **82. Acquisizione e valutazione della prova**

L'Organo giudicante deve fondare la propria decisione su elementi di prova.

L'onere di fornire la prova a sostegno del reclamo o del ricorso è a carico del ricorrente.

Il Giudice può acquisire d'ufficio qualsiasi mezzo probatorio ritenuto utile alla decisione.

Le prove si distinguono in legali e semplici. L'Organo giudicante deve svolgere un'opera di comparazione e valutazione delle diverse fonti di prova in suo possesso. In ogni caso, le prove legali prevalgono sempre sulle prove semplici. Qualora vi sia contrasto tra prove legali, si deve dare la prevalenza a quelle indicate come più importanti secondo l'ordine previsto nell'articolo seguente. Se vi sia contrasto tra prove semplici, il Giudice deve esercitare la propria discrezionalità valutandone attentamente l'attendibilità.

Le parti possono sempre chiedere di essere ascoltate dall'Organo giudicante, che rimane libero di accogliere o meno la richiesta.

### **83. Prove legali**

I documenti di seguito indicati sono prove legali incontrovertibili, salvo non sia stata accertata la loro non veridicità e salvo errori materiali in essi contenuti:

a) documenti ufficiali dei Settori di Attività Atletica leggera, in ordine di importanza:

- 1) Normativa generale;
- 2) Norme di partecipazione;
- 3) comunicazioni scritte dei Settori di Attività Atletica leggera;
- 4) Comunicati ufficiali;
- 5) provvedimenti disciplinari.

b) referto del Giudice.

### **84. Filmati**

Ai soli fini disciplinari e a insindacabile giudizio degli Organi competenti, hanno lo stesso valore delle prove legali indicate nell'articolo 83/b RD anche gli eventuali filmati della manifestazione, purché chiaramente visibili e non contraffatti o alterati.

### **85. Prove semplici**

Sono prove semplici quelle utilizzabili dall'Organo giudicante ai fini della decisione a integrazione delle prove legali. Non sono opponibili a queste ultime, salvo che un Organo giudicante abbia accertato la loro non veridicità. In ogni caso le prove semplici devono essere valutate con rigore dal Giudice.

Sono prove semplici:

- a) documentazione varia;
- b) dichiarazione confessoria della persona soggetta a procedimento disciplinare;
- c) testimonianze dirette dei Soci;
- d) confronto fra Tesserati effettuato davanti al Giudice.

## **CAPO VI - DECISIONE**

### **86. Fatto nuovo**

Qualora durante un giudizio si individuino altri responsabili del fatto oggetto di impugnazione o emergano fatti illeciti non giudicati nelle istanze precedenti, il Giudice dell'impugnazione non può adottare provvedimenti in merito, ma deve segnalarli al Giudice di I grado affinché proceda.

### **87. Riforma in peggio**

Il Giudice dell'impugnazione può sempre infliggere al soggetto sanzionato una pena più grave rispetto a quella impugnata.

Lo stesso Giudice può liberamente qualificare il fatto oggetto d'impugnazione e applicare la sanzione prevista a seguito della nuova qualifica dello stesso, ciò anche qualora la qualificazione del fatto illecito non sia stata oggetto d'impugnazione.

### **88. Forma della decisione disciplinare**

La decisione disciplinare deve avere, a pena di nullità, il seguente contenuto:

- a) indicazione dell'Organo giudicante;
- b) nome e cognome del Socio o/e denominazione dell'Associazione nei cui confronti è adottata la decisione;
- c) motivazione, con facoltà delle UISP SdA Atletica leggera locali di escludere - solo nei giudizi di primo grado - tale formalità, purché sia sempre indicata la norma violata;
- d) provvedimento adottato;
- e) data dell'emissione della decisione;
- f) sottoscrizione del Giudice emanante o indicazione del suo nominativo.

Oltre a quanto sopra previsto, le decisioni di secondo e terzo grado devono contenere, a pena di nullità, i seguenti requisiti:

- g) indicazione del soggetto ricorrente;
- h) provvedimento impugnato;
- i) succinta esposizione dei motivi dell'impugnazione;
- j) motivazione della decisione;
- k) dispositivo della decisione.

### **89. Pubblicazione delle decisioni**

a) Le decisioni riguardanti le Associazioni, gli Atleti, i Dirigenti e i Tecnici devono essere pubblicate sul Comunicato ufficiale della UISP SdA Atletica leggera cui appartiene l'Organo giudicante, pena la loro nullità. L'Organo giudicante di secondo grado (di livello regionale) deve comunicare la sua decisione, mediante mezzo ricettizio, alla UISP SdA Atletica leggera territoriale con la quale è affiliato o tesserato il soggetto nei cui confronti è disposto il provvedimento. Entrambe le UISP SdA Atletica leggera in parola devono pubblicare integralmente il provvedimento sul loro Comunicato ufficiale.

Le decisioni assunte dal Giudice Sportivo Nazionale devono essere comunicate, mediante mezzo ricettizio, al Settore di Attività Atletica leggera territoriale e regionale con la quale è affiliato o tesserato il soggetto nei cui confronti è disposto il provvedimento. Tutte le predette UISP SdA Atletica leggera devono pubblicare integralmente il provvedimento sul loro Comunicato ufficiale.

b) Le decisioni riguardanti i Giudici devono invece essere riservate e comunicate dalla UISP SdA Atletica leggera a cui appartiene il Giudice che le ha emanate in forma ricettizia, a pena di nullità, ai soli soggetti di seguito indicati:

- interessato;
- Responsabile della UISP SdA Atletica leggera;
- Coordinatore del Settore Giudici;
- tutti gli Organi disciplinari della UISP SdA Atletica leggera competente affinché possano controllare che il Giudice non prenda parte a gare come Atleta, Dirigente o Allenatore.

A parziale deroga a quanto sopra previsto, nel caso in cui un Ufficiale di gara prenda parte a gare come Atleta, Dirigente o Allenatore, la decisione deve essere pubblicata sul Comunicato ufficiale, limitatamente al nominativo dell'Ufficiale di gara, all'Associazione di appartenenza e al periodo di interdizione comminato.

È legittimato a sollevare l'eccezione di nullità, relativa al mancato avviso, solamente il soggetto nei cui confronti il provvedimento non è stato comunicato.

Qualora il tempo occorrente alla stesura della motivazione possa pregiudicare i diritti del ricorrente, l'Organo giudicante può procedere alla pubblicazione del solo dispositivo, nel quale deve essere altresì indicato il termine - non superiore a 8 giorni - entro cui sarà pubblicata la motivazione.

### **90. Termini per la pubblicazione delle decisioni**

Le decisioni dei Giudici sotto indicati devono essere pubblicate entro i giorni sotto riportati decorrenti dai momenti indicati a margine:

<i>Giudice</i>	<i>giorni</i>	<i>Da</i>
primo grado	7	disputa della manifestazione o presentazione del ricorso esposto, con facoltà di proroga di ulteriori 10 giorni solo qualora sia necessaria l'acquisizione di documenti
secondo grado	21	ricevimento del fascicolo di cui all'articolo 73 RD
terzo grado	30	ricevimento del fascicolo di cui all'articolo 73 RD

## **Titolo V**

### **PREVISIONI DISCIPLINARI**

#### **91. Limiti di derogabilità**

**Le UISP SdA Atletica leggera competenti non possono derogare alle sanzioni previste in questo titolo, eccetto a quelle pecuniarie.** In tal caso le stesse possono essere ridotte o aumentate, **sempre nel rispetto dei limiti previsti dall'articolo 35 RD. L'esercizio di tale facoltà deve rispettare le proporzioni fra i minimi e i massimi di pena previsti nelle sanzioni in questo titolo.**

Delle modifiche apportate deve essere data comunicazione sul Comunicato ufficiale, pena la non applicabilità delle stesse.

#### *CAPO I - PREVISIONI A CARICO DELLE ASSOCIAZIONI*

#### **92. Associazioni che si rendano responsabili di infrazioni, inadempienze che inficino il regolare svolgimento di una manifestazione**

##### **92.1 - Dichiarazione mendace in merito di affiliazione e tesseramento atleti**

- Ammenda di €35,00.=
- 1a recidiva: Ammenda di €50,00.=
- 2a recidiva: Ammenda di €100,00.= ed esclusione dalla manifestazione

##### **92.2 - Iscrizione alle gare di atleti squalificati o che non abbiano l'autorizzazione a partecipare per questioni regolamentari**

- Ammenda di €35,00.=
- 1a recidiva: Ammenda di €50,00.=
- 2a recidiva: Ammenda di €100,00.= ed esclusione dalla manifestazione

##### **92.3 - Iscrizione alle gare di atleti squalificati per doping**

- Ammenda di €100,00.=
- 1a recidiva: Ammenda di €200,00.= ed esclusione dalla manifestazione
- 2a recidiva: Ammenda di €400,00.= e sospensione di 1 anno dalle attività di A.L. UISP

##### **92.4 - Comportamento dei propri dirigenti e/o atleti, in contrasto con la CARTA DEI PRINCIPI e/o offensivo o violento nei confronti di altri atleti, Giudici o dirigenti del Settore di Attività A.L. UISP**

- Ammonizione
- 1a recidiva: Ammenda fino a €200,00.= ed esclusione dalla manifestazione
- 2a recidiva: Ammenda fino a €400,00.= ed esclusione dal circuito o dal campionato
- 3a recidiva: Ammenda fino a €600,00.= e sospensione da 1 a 3 anni dalle attività di A.L. UISP

##### **92.4 - Errata distribuzione dei pettorali di gara agli atleti**

- Ammonizione

##### **92.5 - Consegna del pettorale di un atleta assente alla gara ad altro atleta**

- Ammonizione
- 1a recidiva: Ammenda di €10,00.=
- 2a recidiva: Ammenda di €30,00.=

##### **92.6 - Mancata presenza alle premiazioni di una gara**

- Non consegna del premio

##### **92.7 - Iscrizione di atleti della cat. Allievi a gare di distanza superiore a m.10.000 o, della cat. Juniores a gare oltre la distanza di mezza maratona.**

- Ammonizione

##### **92.8 - Organizzazione di gara autorizzata UISP con montepremi finale, individuale e/o a squadre, in denaro, buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese**

- Ammonizione
- 1a recidiva: Ammenda di €300,00.=
- 2a recidiva: Ammenda di €600,00.= con diffida
- 3a recidiva: Ammenda di €600,00.= e sospensione di 1 anno dalle attività di A.L. UISP

##### **92.9 - Illecito sportivo**

- Ammenda di €100,00.= ed esclusione dalla manifestazione o dal circuito
- 1a recidiva: Ammenda fino a €300.= e sospensione fino a 3 anni dalle attività di A.L. UISP

#### *CAPO II - PREVISIONI A CARICO DEI SOCI*

## **93. Soci che si rendano responsabili di infrazioni, inadempienze che inficino il regolare svolgimento di una manifestazione**

### **93.1 - Dichiarazione mendace in merito al tesseramento**

- Sospensione dalle attività per un minimo di 6 mesi

### **93.2 - Iscrizione alle gare di atleti squalificati o che non abbiano l'autorizzazione a partecipare per questioni regolamentari**

- esclusione dalla manifestazione
- 2a recidiva: esclusione dal circuito o dal campionato
- 3a recidiva: sospensione da 1 a 3 anni dalle attività di atletica leggera Uisp

### **93.3 - Atleti squalificati per doping**

- Vigè la squalifica a tempo comminata dal Tribunale Nazionale Antidoping che prevede l'esclusione dalle manifestazioni UISP organizzate a tutti i livelli oltre ad ulteriori decisioni assunte dalla Giunta Nazionale UISP

### **93.4 - Comportamento in contrasto con la CARTA DEI PRINCIPI e/o offensivo o violento nei confronti di altri atleti, Giudici o dirigenti della UISP SdA Atletica leggera**

- esclusione dalla manifestazione
- 2a recidiva: esclusione dal circuito o dal campionato
- 3a recidiva: sospensione da 1 a 3 anni dalle attività di A.L. UISP

### **93.5 - Scambio del pettorale di gara con altro atleta**

- Ammonizione
- 1a recidiva: esclusione dalla manifestazione
- 2a recidiva: esclusione dal circuito o dal campionato

### **93.6 - Mancata presenza alle premiazioni di una gara**

- Non consegna del premio

### **93.7 - Iscrizione di atleti della cat. Allievi a gare di distanza superiore a m.10.000 o, della cat. Juniores a gare oltre la distanza di mezza maratona.**

- Esclusione dalla manifestazione

### **93.8 - Atleti che, in gara autorizzata UISP incamerino premi in denaro, buoni valore, bonus, ingaggi, rimborsi spese**

- Ammonizione
- 1a recidiva: Sospensione dalle attività per un minimo di 4 mesi
- 2a recidiva: Sospensione dalle attività per un minimo di 1 anno

## **Parte sesta**

## **GLOSSARIO**

**Adito (giudice):** giudice al quale è rivolto il ricorso.

**Adozione della decisione:** atto con cui l'Organo disciplinare decide su un procedimento di sua competenza.

**Avocazione:** assunzione da parte di un Organo disciplinare di una procedimento disciplinare di competenza di altro Organo disciplinare.

**Coattivo:** costrittivo, obbligatorio, imposto dalle norme.

**Collegio (disciplinare):** Organo composto da due o più persone.

**Commissione di fatto illecito:** il compimento di un fatto illecito.

**Consulta:** Organo collegiale.

**Contermine:** ambito territoriale che ha i confini in comune.

**Contraddittorio:** discussione con possibilità per tutte le parti interessate di esporre le proprie tesi.

**Decadenza:** la conseguenza derivante dal mancato rispetto di un termine perentorio che comporta l'impossibilità di azionare il relativo diritto.

**Delegare:** incaricare dell'esecuzione di determinati atti in propria sostituzione.

**Deroga:** eccezione.

**Derogabile:** che può essere modificato, innovato o escluso.

**Determinare:** indurre.

**Edittale (pena):** limiti minimi e massimi previsti dalla norma per la sanzione relativa a un illecito disciplinare.

**Emanazione:** emissione, adozione.

**Equipollente:** di valore ed efficacia identici.

**Esecutività:** capacità di un provvedimento di esplicare i suoi effetti sanzionatori.

**Esecuzione:** l'atto o il complesso delle operazioni con cui si dà effetto a un provvedimento.

**Esperimento (di formalità):** attuazione delle formalità.

**Fattispecie:** previsione normativa di un fatto o atto avente rilevanza giuridica oppure fatto concreto regolato da norme.

**Giurisdizione:** potere di esercitare la funzione di valutazione sul rispetto delle norme attribuita a un Organo disciplinare.

**Impugnazione:** atto diretto a ottenere il riesame di un provvedimento.

**Incidentale (giudizio):** avere qualificato come lecito o illecito un fatto non oggetto della decisione.

**Incompatibilità:** impossibilità di coesistenza tra diverse funzioni.

**Indole:** carattere individuato da aspetti essenziali e rivelatori.

**Indulto:** remissione condizionata della pena.

**Inficiare:** compromettere definitivamente quanto alla validità o all'averidicità.

**Instaurare:** attivare un procedimento.

**Istanza:** richiesta.

**Maggioranza assoluta:** la metà più uno degli aventi diritto al voto.

**Maggioranza qualificata:** un numero più alto di quello corrispondente alla metà più uno degli aventi diritto al voto.

**Maggioranza relativa:** la metà più uno dei votanti presenti.

**Mendace:** fondato sulla falsità e sull'inganno.

**Merito (esame del):** questione di diritto sostanziale o di fatto sulla quale il Giudice è chiamato a pronunciarsi.

**Monocratico:** Organo disciplinare la cui facoltà di deliberare o giudicare è attribuita a una sola persona.

**Notorio:** di comune conoscenza.

**Obiezione di coscienza:** atteggiamento di chi rifiuta di compiere un servizio per convinzioni morali o religiose.

**Ordinatorio (termine):** termine indicativo entro il quale deve essere compiuto l'atto. Il mancato rispetto dello stesso non ne comporta l'inaccoglibilità o la nullità.

**Ordine del giorno:** programma oggetto di decisione o di comunicazione.

**Perentorio (termine):** termine entro il quale deve essere compiuto l'atto. Il mancato rispetto dello stesso comporta la decadenza del relativo diritto e la conseguente nullità dell'atto medesimo.

**Precetto:** norma relativa al comportamento, espressa da un'autorità riconosciuta.

**Premialità:** si dice di ciò che è concesso a titolo di riconoscimento, premio.

**Procedibilità:** esistenza delle condizioni perché un procedimento possa aver corso.

**Qualificare (un fatto):** inquadrare giuridicamente un fatto in una delle fattispecie previste dalle norme.

**Reclamo:** atto d'impulso finalizzato a promuovere una decisione di primo grado sul fatto oggetto di contestazione.

**Reiterare o reiterazione:** ripetere una o più volte.

**Remissione (in termine):** atto con il quale il giudice concede, nonostante la decorrenza del termine, di azionare il relativo diritto.

**Responsabilità oggettiva:** quella che porta a rispondere disciplinarmente per un fatto altrui.

**Retroattivo:** che ha effetto a decorrere da un tempo anteriore alla sua pubblicazione o emanazione.

**Revisione:** riesame.

**Ricettizia (forma):** modalità di inoltro di un atto o documento in forma tale da garantire la prova dell'avvenuto ricevimento da parte del destinatario.

**Ricorso:** atto d'impugnazione della decisione di un Organo disciplinare.

**Ricusare o ricusazione:** istituto per cui uno dei soggetti di un procedimento può chiedere che il processo sia assegnato a un Giudice diverso da quello designato.

**Rimozione:** allontanamento da una carica.

**Ritenzione (diritto):** diritto ad incassare la somma altrui di cui si ha il possesso a soddisfazione di un credito.

**Sanzione:** pena prevista dalla norma a seguito della violazione della stessa.

**Squalifica definitiva:** sanzione non più impugnabile.

**Tassativo:** che non ammette eccezioni, deroghe o altre e diverse previsioni.

**Termini:** limiti di scadenze.

**Termine ordinatorio o perentorio:** vedi ordinatorio o perentorio.

**Tipicità:** caratteristica di una norma che non prevede diversa discip



## REGOLAMENTO DI GIOCO/DISCIPLINA

### Definizione Regolamenti di Gioco/Disciplina

Per ciascuna attività, approvata dal CN, afferente il Settore di Attività è previsto il seguente Regolamento di gioco/disciplina

### Attività, Regolamenti di Gioco/Disciplina/Programmi tecnici

Per ciascuna attività approvata annualmente dal Consiglio Nazionale, afferente il Settore di Attività, l'Uisp in coerenza con quanto indicato nel precedente capitolo Regolamento Attività, organizza:

- attraverso le proprie affiliate ed anche direttamente attività didattiche quali corsi di avviamento, corsistica, attività ludico motoria, al fine di promuovere le attività motorie sportive come educazione permanente per tutte le età nella sua dimensione dello sport per tutti e quindi "nessuno escluso", in una dimensione associativa di inclusione sociale;
- direttamente e in collaborazione con le Associazioni e Società affiliate attività sportive non competitive e promozionali, amatoriali, dilettantistiche seppur con modalità competitive.

Fermo restando quanto sopra, inoltre, sono previsti i seguenti Regolamenti di gioco/disciplina/programmi tecnici.

## FITWALKING

### IN FASE DI AGGIORNAMENTO

## ATLETICA LEGGERA PISTA

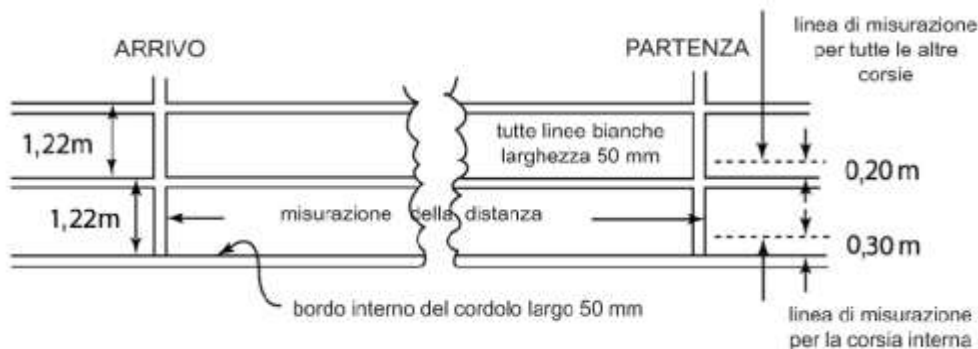
### CORSE SU PISTA

#### Generalità

La lunghezza di una pista standard è di 400 metri. Essa è formata da due rettilinee parallele e da due curve di raggio uguale. L'interno della pista sarà bordato da un cordolo di materiale adatto, che dovrebbe essere di colore bianco con un'altezza da 50mm a 65mm ed una larghezza da 50mm a 250mm. Il cordolo nei due rettilinei può essere omesso, sostituito da una linea bianca della larghezza di 50mm.

*Nota: tutti i punti in cui la pista effettua una deviazione passando da una curva ad un tratto dritto o da un tratto dritto ad una curva devono essere segnati sulla linea bianca da un misuratore con un marchio di un colore distintivo di 50mm x 50mm, e su tali punti deve essere posto un cono durante una corsa.*

La misurazione sarà fatta a 0,30m entro il bordo interno della pista o, dove non esiste cordolo su una curva (o nella zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi), a 0,20m dalla linea delimitante l'interno della pista.



#### Misurazione della pista (veduta dall'interno)

La distanza di ogni gara deve essere misurata dal bordo della linea di partenza più lontana dall'arrivo, al

bordo della linea di arrivo più vicina alla partenza.

In tutte le gare di corsa sino a 400m inclusi, ciascun concorrente deve avere una corsia separata della larghezza di 1,22m ( $\pm 0.01m$ ), inclusa la linea bianca sulla destra, delimitata da linee bianche di 50mm di larghezza. Tutte le corsie devono essere della stessa larghezza. La corsia interna deve essere misurata a 30cm dal cordolo interno, mentre le restanti corsie devono essere misurate a 0,20m dai margini esterni delle linee che delimitano all'interno le corsie stesse.

### **Blocchi di partenza**

I blocchi di partenza debbono essere usati per tutte le gare sino ai 400m inclusi (compresa la prima frazione della 4x200m, della Staffetta Mista e della 4x400m) e non debbono essere usati per nessuna altra gara di corsa. Quando sono in posizione sulla pista, nessuna parte dei blocchi di partenza può oltrepassare la linea di partenza o protendersi in un'altra corsia, fa eccezione la parte posteriore del telaio che può estendersi oltre la linea di corsia esterna, purché non vi sia ostacolo a qualsiasi altro atleta.

### **La partenza**

La partenza di una corsa deve essere indicata da una linea bianca larga 50mm. In tutte le corse che non si disputano in corsia, la linea di partenza deve essere curva così che tutti i concorrenti partano alla stessa distanza dall'arrivo. Le posizioni di partenza per tutte le distanze devono essere numerate da sinistra a destra in direzione della corsa.

- (a) Nelle Corse fino a 400m inclusi (come pure per la 4x200m, la Staffetta Mista prevista dalla Regola 170.1 e la 4x400m) i comandi debbono essere: "*Ai vostri posti*" e "*Pronti*".
- (b) Nelle Corse oltre i 400m (eccetto la 4x200m, la Staffetta Mista o Svedese e la 4x400m), il comando deve essere: "*Ai vostri posti*".
- (c) Quando il Giudice di Partenza non è convinto che tutto sia pronto per iniziare le procedure di partenza dopo che gli atleti sono ai loro posti o lui stesso interrompe la partenza per altre ragioni, il comando sarà "*A tempo*". (*Stand Up*).

Tutte le gare di corsa normalmente debbono essere fatte partire dalla detonazione della pistola del Giudice di Partenza, rivolta verso l'alto.

Nelle gare fino a 400m compresi (incluse le prime frazioni della 4x200m, della Staffetta Mista e della 4x400m) è obbligatoria la partenza a terra e l'uso dei blocchi di partenza. Dopo il comando "*Ai vostri posti*" il concorrente deve avvicinarsi alla linea di partenza ed assumere una posizione completamente all'interno della corsia che gli è stata assegnata e dietro alla linea di partenza. Un atleta, quando è in posizione di partenza, non deve toccare la linea di partenza, né il terreno al di là della stessa, con le mani o con i piedi. Entrambe le mani ed almeno un ginocchio devono essere a contatto con il terreno ed entrambi i piedi in contatto con i blocchi di partenza. Al comando "*Pronti*" il concorrente deve alzarsi immediatamente, sino alla sua posizione finale di partenza, mantenendo il contatto delle mani con il terreno e dei piedi con le piastre dei blocchi di partenza. Dopo che il Giudice di Partenza ha accertato che tutti i concorrenti sono fermi nella posizione di "*Pronti*", sarà sparato il colpo di pistola.

Nelle Corse oltre i 400m (eccetto la 4x200m, la Staffetta Mista e la 4x400m), tutte le partenze avverranno da una posizione eretta. Dopo il comando "*Ai vostri posti*" il concorrente dovrà avvicinarsi alla linea di partenza ed assumere una posizione di partenza dietro alla stessa (completamente all'interno della sua corsia nelle corse con partenza in corsia). Un concorrente non deve toccare qualsiasi parte del terreno con una mano o con le mani e/o la linea di partenza o il terreno di fronte ad essa con il suo piede, quando è in posizione di partenza. Dopo che il Giudice di Partenza ha accertato che tutti i concorrenti sono fermi e nella corretta posizione di partenza, sarà sparato il colpo di pistola.

Al comando "*Ai vostri posti*" o "*Pronti*", a seconda del caso, tutti i concorrenti debbono immediatamente e senza indugio assumere la loro completa e finale posizione di partenza. Se, per qualsiasi ragione, il Giudice di Partenza non è convinto che tutto sia pronto per dare la partenza, dopo che i concorrenti sono ai loro posti, dovrà ordinare ai concorrenti di alzarsi e gli Assistenti del Giudice di Partenza li sistemeranno di nuovo.

Nel caso in cui un atleta, a giudizio del Giudice di Partenza, dopo il comando "*Ai vostri posti*" o "*Pronti*", e prima dello sparo della pistola, non esegua la procedura di partenza, per esempio alzando una mano e/o alzandosi in piedi o sedendosi in posizione eretta in caso di partenza dai blocchi, senza una valida ragione (tale ragione deve essere valutata dall'Arbitro competente);

o:

- (a) non esegua i comandi "*Ai vostri posti*" o "*Pronti*" nelle modalità previste, o non si collochi nella posizione finale di partenza immediatamente e senza indugio; o
- (b) dopo il comando "*Ai vostri posti*" o "*Pronti*" disturbi gli altri atleti in gara con rumori, movimenti o in altro modo, il Giudice di Partenza interromperà la procedura di partenza.
- (c) L'Arbitro può ammonire l'atleta per condotta impropria/antisportiva (squalificare nel caso di seconda

infrazione della Regola durante la stessa competizione). Non andrà mostrato alcun cartellino verde. Tuttavia quando una ragione estranea è considerata la causa della mancata partenza, o l'Arbitro non è d'accordo con la decisione dei Giudici di Partenza, un cartellino verde deve essere mostrato a tutti gli atleti per indicare che nessun atleta ha commesso una falsa partenza.

### **Falsa partenza**

Quando è in uso un Sistema Informativo Partenze certificato, il Giudice di Partenza e/o il Giudice di Partenza per il Richiamo dovranno indossare le cuffie per sentire chiaramente il segnale acustico emesso quando il Sistema indica una possibile falsa partenza (vale a dire quando il tempo di reazione è inferiore a 0,100 secondi). Appena il Giudice di Partenza e/o il Giudice di Partenza per il Richiamo sente il segnale acustico, e se il colpo di pistola è stato sparato, ci dovrà essere un richiamo ed il Giudice di Partenza dovrà esaminare immediatamente i tempi di reazione e ogni altra informazione resa disponibile dal Sistema Informativo Partenze, al fine di confermare quale atleta/i, se presente/i, è/sono responsabile del richiamo.

*Nota: Quando è in uso un Sistema Informativo Partenze certificato, le risultanze di questa apparecchiatura devono essere utilizzate come una risorsa dagli Ufficiali di Gara competenti, al fine di prendere una corretta decisione.*

Un atleta, dopo aver assunto la completa e finale posizione di partenza, non potrà iniziare la sua partenza fino a quando non viene sparato il colpo di pistola. Se, a giudizio del Giudice di Partenza inizia in anticipo la sua partenza, ciò sarà una falsa partenza.

*Nota (i): Qualsiasi movimento di un atleta che non comprende o non ha come conseguenza la perdita di contatto del piede/piedi dell'atleta con la piastra metallica dei blocchi di partenza, o la perdita di contatto della mano/mani dell'atleta con il terreno, non deve essere considerato quale inizio della partenza. Queste situazioni possono essere sanzionate, ove il caso, con ammonizione disciplinare o squalifica.*

*Tuttavia, se il Giudice di Partenza stabilisce che un atleta, prima di avvertire il suono della pistola, ha iniziato un movimento che non è stato interrotto ed è proseguito nell'avvio della sua partenza, sarà assegnata falsa partenza.*

*Nota (ii): In considerazione del fatto che gli atleti che iniziano le gare in posizione eretta sono più inclini ad uno sbilanciamento, quando tale movimento è ritenuto accidentale, dovrà essere fornito il comando "al tempo". Un atleta che finisca oltre la linea di partenza a causa di un urto o di una spinta, non dovrebbe essere penalizzato. L'atleta che abbia causato questa infrazione può essere oggetto di ammonizione o squalifica disciplinare.*

Eccetto che nelle Prove Multiple (vedere apposita norma indicata nei prossimi paragrafi), nelle gare del settore giovanile (comprese le prove multiple) e master (comprese le prove multiple), ove vigono ancora le due false personali, ogni atleta responsabile di una falsa partenza sarà squalificato dal Giudice di Partenza.

In caso di falsa partenza, gli Assistenti del Giudice di Partenza si comporteranno come segue:

eccetto che nelle Prove Multiple, ogni atleta responsabile di falsa partenza deve essere squalificato e un cartellino rosso e nero (diviso diagonalmente) deve essergli mostrato frontalmente.

Nelle Prove Multiple, ogni atleta responsabile di falsa partenza deve essere ammonito e un cartellino giallo e nero (diviso diagonalmente) deve essergli mostrato frontalmente. Allo stesso tempo, tutti gli altri atleti, partecipanti a quella serie o batteria, devono essere ammoniti con un cartellino giallo e nero mostrato a ciascuno di loro, da uno o più Assistenti del Giudice di Partenza, al fine di notificare che chiunque commetta una ulteriore falsa partenza sarà squalificato. In caso di ulteriore falsa partenza, gli atleti responsabili di falsa partenza saranno squalificati ed il cartellino rosso e nero sarà mostrato a ciascuno di loro.

Il Giudice di Partenza o qualsiasi Giudice di Partenza per il Richiamo che sia certo che la partenza non sia stata imparziale, deve richiamare i concorrenti con un altro colpo di pistola.

### **La Corsa**

Nelle corse che comprendono almeno una curva, la direzione di corsa e marcia è con la mano sinistra verso l'interno. Le corsie saranno numerate in modo che la corsia interna a mano sinistra abbia il numero 1.

### **Danneggiamenti**

Se un atleta è spintonato od ostacolato durante una gara, così da impedirne l'avanzamento:

- (a) se il danneggiamento è considerato non intenzionale o è stato altrimenti causato da un atleta, l'Arbitro può, se è del parere che l'atleta (o la sua squadra) è stato/a gravemente danneggiato/a, far ripetere la gara (per uno, alcuni o tutti gli atleti) o consentire all'atleta interessato o alla squadra interessati di gareggiare in un turno successivo della gara stessa;
- (b) se un altro atleta viene ritenuto dall'Arbitro responsabile del danneggiamento o dell'ostruzione, tale atleta (o la sua squadra) sarà squalificato da quella gara. L'Arbitro può, se è del parere che un atleta è stato seriamente danneggiato, ordinare che la gara sia ripetuta (per uno, alcuni o tutti gli atleti) escludendo qualsiasi atleta squalificato o consentire all'atleta in questione (o squadra) (diverso da qualsiasi atleta o squadra squalificato) di gareggiare in un successivo turno della gara stessa.

In entrambi i casi (a) e (b), tale atleta (o squadra) dovrebbe normalmente aver concluso la gara con

impegno in buona fede.

### **Infrazione di corsia**

(a) In tutte le gare disputate in corsia, ciascun concorrente deve rimanere nella corsia assegnatagli dalla partenza al termine. Questa Regola deve essere applicata ad ogni frazione di una gara di corsa in corsia.

(b) In ogni gara (o parte di gara) di corsa non in corsia, quando un atleta corre in una curva, nella metà esterna della pista o nella parte curva della zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi, non dovrà camminare o correre sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista (l'interno della pista, la metà esterna della pista o la parte curva della zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi).

Se un Arbitro è convinto, su rapporto di un Giudice, di un Giudice di Controllo od in altro modo, che un concorrente ha infranto questa Regola, questi deve essere squalificato.

Un atleta non deve essere squalificato se:

(a) è spinto o costretto da un'altra persona a camminare o correre fuori dalla propria corsia o sulla o all'interno della linea (o cordolo) che marca la parte percorribile della pista;

(b) cammina o corre fuori dalla propria corsia in rettilineo o in qualsiasi parte diritta della zona di abbandono della pista per andare verso la fossa delle siepi, senza trarre vantaggio materiale o corre fuori dalla linea esterna della propria corsia in curva, senza trarre vantaggio materiale e senza che altri concorrenti vengano urtati o danneggiati così da impedirne l'avanzamento. Se ottiene un concreto vantaggio materiale, l'atleta deve essere squalificato.

*Nota: Un vantaggio materiale consiste nel migliorare la propria posizione con ogni mezzo, compreso l'abbandono di una posizione "chiusa" durante una corsa facendo passi o correndo oltre il cordolo interno della pista.*

Nelle competizioni di carattere nazionale:

a. la gara degli 800m deve disputarsi in corsia fino alla linea del bordo più vicino della tangente, dove i concorrenti sono autorizzati ad abbandonare la propria corsia.

Questa linea (linea di rientro) deve essere indicata da una linea ad arco sulla pista segnata dopo la prima curva, larga 50mm, che attraversi tutte le corsie tranne la prima.

Per aiutare i concorrenti ad identificare la linea di rientro, dei piccoli coni, e prismi o altri segnalatori adatti di 50mm x 50mm, di un'altezza non superiore a 0,15m, preferibilmente di colore diverso da quello della linea di rientro e delle corsie, devono essere sistemati immediatamente prima dell'intersezione di ciascuna corsia con la linea di rientro.

*Nota: Nelle competizioni di cui alla Regola 1.1(d) e (h) le squadre partecipanti possono accordarsi per non fare uso delle corsie.*

b. Quando vi sono più di 12 concorrenti in una corsa sui 1000m, 2000m, 3000m, 5000m o 10.000m, essi possono essere divisi in due gruppi con un gruppo, comprendente circa due terzi dei concorrenti, sulla normale linea di partenza curva, e l'altro gruppo su una linea di partenza curva separata, tracciata attraverso la metà esterna della pista. L'altro gruppo dovrà correre nella metà esterna della pista sino alla fine della prima curva della gara, che sarà indicata da coni, bandiere o altri segnalatori temporanei. La linea di partenza curva separata sarà tracciata in modo che tutti i concorrenti percorrano la stessa distanza.

La linea di rientro per gli 800m indica il punto ove gli atleti dei gruppi esterni sui 2000m e sui 10.000m possono riunirsi ai concorrenti che hanno utilizzato le partenze normali.

Per le partenze in gruppi dei 1000m, 3000m e 5000m, la pista sarà segnata all'inizio del rettilineo di arrivo, per indicare agli atleti, partenti nel gruppo esterno, dove potranno ricongiungersi con i concorrenti che utilizzano la partenza normale. Questo segno di 50mm x 50mm, immediatamente prima del quale sarà sistemato un cono o una bandiera sino a quando i due gruppi si siano congiunti, sarà tracciato sulla linea tra le corsie 4 e 5 (corsie 3 e 4 per una pista a 6 corsie).

c. Se un atleta non rispetta questa Regola, o la sua squadra nel caso di una staffetta, sarà squalificato.

### **Abbandono della pista**

Un atleta che abbia volontariamente abbandonato la pista non può essere autorizzato a continuare la gara e deve essere registrato come ritirato. Qualora l'atleta tenti di rientrare in gara, sarà squalificato dall'Arbitro.

### **Distribuzione di acqua potabile/Spugnaggi**

(a) Nelle gare su pista di 5000m ed oltre, l'organizzazione può fornire acqua e spugne agli atleti in relazione alle condizioni atmosferiche.

(b) Nelle gare su pista superiori ai 10.000m, devono essere previste postazioni per rifornimenti, distribuzione di acqua potabile e spugnaggi. I rifornimenti possono essere forniti dall'organizzazione o dall'atleta e devono essere posizionati in modo che siano facilmente accessibili o possano essere messi in mano all'atleta da personale autorizzato. I rifornimenti forniti dagli atleti devono essere tenuti sotto controllo dal personale designato dall'organizzazione dal momento in cui i rifornimenti stessi sono

consegnati dagli atleti o dai loro rappresentanti. Questi addetti dovranno assicurare che i rifornimenti non siano alterati o manomessi in alcun modo.

- (c) Un atleta che riceve o raccoglie un rifornimento o acqua al di fuori di una postazione ufficiale, salvo quando disposto per ragioni mediche da o sotto il controllo degli Ufficiali di Gara, o prende il rifornimento di un altro atleta dovrebbe, per questa prima infrazione, ricevere una ammonizione da parte dell'Arbitro normalmente mostrando un cartellino giallo. Per una seconda infrazione l'Arbitro deve squalificare l'atleta, normalmente mostrando un cartellino rosso. L'atleta dovrà quindi abbandonare immediatamente la pista.

*Nota: Un atleta può ricevere o passare ad un altro atleta un rifornimento, acqua o spugne a condizione che lo possegga fin dalla partenza o l'abbia preso o ricevuto in una postazione ufficiale. Tuttavia ogni aiuto continuativo da un atleta ad uno o più atleti può essere considerato come assistenza ed un'ammonizione e/o squalifica può essere applicata.*

## **L'arrivo**

L'arrivo di una corsa deve essere indicato da una linea bianca larga 50mm.

*Nota: Nel caso di una gara che termina al di fuori dello stadio la linea di arrivo dovrà essere al massimo di 0,30m di larghezza e possibilmente di un qualsiasi colore contrastante distintamente con la superficie della zona di arrivo.*

I concorrenti devono essere classificati nell'ordine in cui qualunque parte del loro corpo (cioè il torso, con esclusione di testa, collo, braccia, gambe, mani e piedi) raggiunga il piano verticale del bordo più vicino della linea d'arrivo, come sopra definito.

In qualsiasi gara decisa sulla base della distanza percorsa in un periodo di tempo fissato, il Giudice di Partenza deve sparare il colpo di pistola esattamente un minuto prima della fine della gara per avvertire i concorrenti ed i Giudici che la gara sta per terminare. Il Giudice di Partenza deve essere diretto dal Capo Cronometrista, ed esattamente al tempo fissato dopo la partenza, deve segnalare la fine della gara con un nuovo colpo di pistola. Al momento in cui il colpo di pistola viene sparato per segnalare la fine della gara, i Giudici incaricati devono segnalare il punto dove ciascun concorrente ha toccato la pista per l'ultima volta prima o simultaneamente con lo sparo della pistola.

La distanza ottenuta deve essere misurata al metro immediatamente inferiore a questo punto. Almeno un Giudice deve essere assegnato a ciascun concorrente prima della partenza della gara, allo scopo di segnare la distanza ottenuta.

## **Cronometraggio e Fotofinish**

Vengono ufficialmente riconosciuti tre metodi di cronometraggio:

- (a) il Cronometraggio Manuale;
- (b) il Cronometraggio Completamente Automatico, tramite Fotofinish;
- (c) un Sistema di rilevamento dei tempi con Transponder.

Il tempo deve essere preso al momento in cui una qualsiasi parte del corpo del concorrente (il torso con esclusione della testa, del collo, delle braccia, delle gambe, delle mani o dei piedi) raggiunge il piano perpendicolare al bordo più vicino della linea d'arrivo.

Devono venire registrati i tempi di tutti i concorrenti. In aggiunta, devono essere registrati, quando possibile, i tempi sul giro nelle corse di 800m ed oltre e i tempi ad ogni 1000m nelle corse di 3000m ed oltre.

Per tutte le gare di corsa cronometrate manualmente, i tempi saranno letti e registrati come segue:

- (a) Per le gare corse in pista i tempi andranno arrotondati e registrati al decimo di secondo intero immediatamente superiore, salvo che il tempo sia al decimo di secondo esatto, ad esempio 10.11 sarà registrato come 10.2.
- (b) Per le gare disputate interamente o parzialmente all'esterno dello stadio, salvo che il tempo sia al secondo esatto, i tempi andranno arrotondati al secondo intero immediatamente superiore, per cui, ad esempio, il tempo di 2:09'44"3 sarà registrato come 2:09'45".

I tempi devono essere letti dall'immagine del Fotofinish come segue:

- (a) per tutte le gare fino a 10.000m compresi, salvo che il tempo non sia esattamente 0.01 di secondo, il tempo deve essere convertito e registrato al successivo 0.01 di secondo, ad esempio 26'17"533 sarà registrato come 26'17"54.
- (b) per tutte le gare in pista superiori ai 10.000m, tutti i tempi che non finiscono con due zeri devono essere convertiti e registrati al 0.1 di secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di 59'26"322 sarà registrato 59'26"4.
- (c) per tutte le gare disputate interamente o parzialmente all'esterno dello stadio, tutti i tempi che non finiscono con tre zeri devono essere convertiti e registrati al secondo immediatamente superiore per cui, ad esempio il tempo di 2:09'44"322 sarà registrato come 2:09'45".

I tempi registrati dal sistema a transponder, deve essere letto così:

per tutte le corse, tutti i tempi letti che non finiscono con lo zero saranno convertiti e registrati al secondo intero superiore, per esempio 2:09'44"3 sarà registrato come 2:09'45".

*Nota: Il tempo ufficiale sarà il tempo rilevato tra il colpo di pistola alla partenza (o segnale sincronizzato di partenza) e l'arrivo dell'atleta sul traguardo. Tuttavia, il tempo rilevato tra il passaggio dell'atleta sulla linea di partenza e la linea di arrivo può essere comunicato allo stesso, ma non potrà essere considerato come tempo ufficiale.*

## **Turni e batterie, sorteggi e qualificazioni nelle Corse**

### **Turni e batterie**

I Turni di Qualificazione debbono essere effettuati nelle Corse in cui il numero dei concorrenti è troppo elevato per permettere che la gara si svolga in modo soddisfacente in un singolo turno (finale). Quando vengono effettuati Turni di Qualificazione, tutti i concorrenti debbono partecipare e qualificarsi attraverso i suddetti turni a meno che l'organismo competente, per una o più gare, autorizzi l'inserimento di un ulteriore turno/i preliminare di qualificazione, nella stessa competizione o in una o più competizioni precedenti, per determinare alcuni o tutti gli atleti che avranno il diritto a partecipare e in quale turno della competizione. Tale procedura e qualunque altro mezzo (ad esempio, il raggiungimento dei minimi di ingresso durante un periodo determinato, mediante un certo posizionamento in una competizione o in una specifica classifica) per il quale un atleta ha diritto a partecipare e in quale turno della competizione, dovranno essere stabiliti nei regolamenti di ogni manifestazione.

### **Composizione delle batterie**

Per l'elaborazione dei turni di gara, gli atleti saranno suddivisi nelle batterie con una distribuzione a zig-zag sulla base di una graduatoria determinata dalla lista delle prestazioni valide realizzate durante un determinato periodo.

Le corsie saranno sorteggiate.

Per il passaggio del turno, si guarderanno in prima battuta i migliori piazzamenti (Q) e per seconda scelta, le migliori prestazioni cronometriche (q).

Questo determinerà il passaggio a futuri turni/batterie o alla composizione della finale.

### **Composizione delle serie**

Gli/le atleti/e gareggiano in un turno unico; in ogni serie ci saranno atleti dello stesso valore tecnico in base alle prestazioni valide realizzate durante un determinato periodo.

Le corsie saranno sorteggiate.

La serie delle migliori prestazioni cronometriche solitamente gareggia per ultima, però tale scelta può essere modificata dall'Ufficiale Tecnico, in base a vari fattori di natura partecipativa e tecnica.

La classifica finale, sarà elaborata incrociando tutte le prestazioni conseguite nelle varie serie.

### **Intervalli minimi tra turni**

Fra l'ultima eliminatoria di ogni turno e la prima del turno successivo o la finale, debbono essere concessi, quando possibile, i seguenti intervalli minimi:

- fino ai 200m inclusi 45 minuti;
- oltre i 200m e fino ai 1000m inclusi 90 minuti;
- oltre i 1000m non nello stesso giorno.

### **Parità**

Se c'è una parità per qualsiasi posizione di classifica, il Primo Giudice al Photofinish prenderà in considerazione i tempi effettivi registrati dagli atleti al .001 secondi e se sono uguali, sarà stabilita una parità e la migliore posizione di classifica sarà determinata per sorteggio.

## **SPECIALITÀ DI CORSA SU PISTA**

Include tutte quelle specialità che prevedono una corsa con o senza ostacoli che si svolge interamente in pista:

- **Velocità:** gare su distanze fino a 400 m, tutte sia maschili che femminili vengono proposte a partire dalla categoria **Allievi/e**. In particolare:

I **100 metri piani** sono una disciplina di velocità pura e costituiscono la più breve e più veloce gara *outdoor* dell'atletica leggera: gli atleti corrono la distanza su una pista rettilinea con partenza dai blocchi.

I **200 metri piani** si corrono su pista, i primi 120 metri di gara sono in curva e gli ultimi 80 m in rettilineo. Ad ogni atleta viene assegnata una corsia dalla quale non può uscire per tutta la durata della gara pena la squalifica. La partenza avviene tramite appositi blocchi di partenza che gli atleti utilizzano per poter avere una migliore accelerazione negli istanti successivi allo start. In partenza i corridori non sono allineati: quelli che corrono nelle corsie più interne infatti, per compensare il minor raggio di curvatura e fare in modo che la distanza percorsa sia uguale per tutti, partono apparentemente più indietro rispetto a quelli delle corsie via via più esterne.

I **400 metri piani** sono considerati gara di velocità prolungata. Come per le gare dei 100 e 200 metri piani, ad ogni atleta viene assegnata una corsia dalla quale non può uscire per tutta la durata della gara, pari ad un giro di pista. Anche in questo caso la partenza avviene con l'ausilio dei blocchi. In partenza i corridori non sono allineati, quelli che corrono nelle corsie più interne infatti, per fare in modo che la distanza percorsa sia uguale per tutti, partono apparentemente più indietro rispetto agli altri, per compensare il minor raggio di

curvatura della loro corsia. Le gare dei 400 m piani si svolgono anche al coperto dove la pista è lunga 200 metri; gli atleti percorrono quindi due giri, il primo nella propria corsia ed il secondo nella corsia più interna (percorrenza alla *corda*).

Le gare di velocità vengono proposte più raramente anche su distanze intermedie quali i **150** ed i **300 metri piani** che prevedono, come per le gare precedentemente trattate, la percorrenza interamente in corsia, le partenze non allineate e l'ausilio dei blocchi.

Per quanto riguarda le categorie giovanili vengono proposte le seguenti distanze:

**Cadetti/e: 80 metri, 150 metri e 300 metri**

**Ragazzi/e: 60 metri** con partenza in piedi

**Esordienti, Pulcini e Primi Passi M/F: 50 metri** con partenza in piedi

- **Mezzofondo:** gare su distanze di

**800 metri piani:** sono una specialità sia maschile che femminile in cui gli atleti devono percorrere due giri di pista. La partenza avviene in corsia ma, a differenza delle gare più brevi, non si utilizzano i blocchi di partenza. I primi cento metri di questa prova devono essere corsi all'interno dalle rispettive corsie pena squalifica. Al limite dei 120 metri iniziali, degli appositi segnalatori indicano agli atleti la possibilità di uscire dalle rispettive corsie per portarsi sul limite interno della pista, allo scopo di percorrere la minore distanza possibile fino all'arrivo.

**1500 metri piani:** sono una specialità sia maschile che femminile considerata una gara di mezzofondo veloce. La gara consiste in 3 giri di pista più uno completato solo per tre quarti.

**3000 metri piani:** sono una specialità sia maschile che femminile per la quale è prevista la percorrenza di 7,5 giri di pista (conseguentemente la linea di partenza è situata dalla parte opposta rispetto alla linea d'arrivo). Nelle gare indoor i 3 000 m piani si svolgono percorrendo 15 giri interi di pista (lunga 200 metri).

**3000 metri siepi:** gli atleti devono percorrere 3000 m in pista, con la difficoltà, rispetto ai 3000 metri piani, di dover saltare 35 ostacoli alti 91 centimetri (76 per le donne), di cui 28 normali costituiti da barriere mobili e 7 fissi, simili ai precedenti ma seguiti da una vasca d'acqua detta riviera. Ognuno dei 7,5 giri da 400 m da effettuare prevede il passaggio di 5 ostacoli di cui quattro mobili e uno fisso. La vasca, detta riviera, misura 3,66 x 3,66 metri a profondità variabile (min. 50 cm – max 70 cm), in quanto il fondo è inclinato; per questo motivo la profondità dell'acqua diminuisce in altezza via via che ci si allontana dalla barriera.

Le gare di mezzofondo prevedono anche prove sulla distanza dei **300 metri piani da disputarsi alla corda** (per i primi passi m/f – pulcini m/f), dei **600 metri** (1,5 giri di pista, per gli esordienti m/f), dei **1000 metri piani** (2,5 giri di pista) e dei **2000 metri piani** (5 giri di pista) e **2000/1200 metri siepi** (i 1200 metri siepi - 3 giri di pista - dedicati alle categorie cadetti/e, sono privi della riviera).

- **Mezzofondo prolungato,** comprendente i

**5000 metri piani:** sono una specialità sia maschile che femminile dell'atletica leggera che si corre su pista. Gli atleti partono in gruppo, non hanno vincoli di corsia e, data la lunghezza di 400 m a giro, devono effettuare 12 giri e mezzo di pista.

**10000 metri piani:** sono una specialità sia maschile sia femminile che si corre su pista. Come nel caso dei 5000 metri, gli atleti partono in gruppo, non hanno vincoli di corsia e devono effettuare 25 giri di pista.

- **Gare di corsa a Ostacoli,** si corrono sulle distanze dei **110 m** (**100 m** per le donne) e **400 m** (maschili e femminili).

Norme regolamentari:

- Il concorrente deve rimanere sempre nella propria corsia.
- Il concorrente deve superare, con ambo gli arti, l'ostacolo sopra il suo piano orizzontale e all'interno della propria corsia.
- Il concorrente che abbatta volontariamente un ostacolo con le mani o con i piedi, deve essere squalificato.
- Nel rispetto del regolamento, l'abbattimento di ostacoli non comporta la squalifica.

**110 m a Ostacoli** Sono una gara esclusivamente maschile. Gli ostacoli sono 10 per ogni concorrente ed hanno un'altezza di 1,067 m, (nelle categorie cadetti - allievi - juniores le altezze sono rispettivamente 0,84 m - 0,912 m e 1,000 m). Il primo ostacolo è posto a 13,72 m dalla linea di partenza i successivi 9 sono posti a 9,14 m di distanza l'uno dall'altro, l'ultimo ostacolo è posto a 14,02 metri dalla linea del traguardo. Il regolamento sancisce che:

Abbatere gli ostacoli involontariamente non comporta alcuna penalità ma ovviamente rallenta l'azione dell'atleta e rischia di fargli perdere l'equilibrio e la continuità della corsa.

**100 m a Ostacoli** Sono una gara esclusivamente femminile. Gli ostacoli sono dieci per ogni concorrente ed hanno un'altezza di 0,84 m. Il primo ostacolo è posto a 13 m dalla linea di partenza, i successivi 9 sono posti a 8,50 m di distanza l'uno dall'altro, l'ultimo ostacolo è posto a 10,50 metri dalla linea del traguardo. Valgono le regole dei 110m a ostacoli.

Per quanto riguarda le Categorie Giovanili, gli Allievi e i Cadetti corrono i 100m con 10 ostacoli h.0,84, le Cadette gli 80m con 8 ostacoli h.0,76; i Ragazzi M e F corrono i 60m con 6 ostacoli h.0,60.

**400 m a Ostacoli** Sono una gara maschile e femminile. Anche in questa gara gli ostacoli sono 10 per ogni concorrente; varia l'altezza che è di 0,762 m per le donne e di 0,914 m per gli uomini. Il primo ostacolo è posto a 45 m di distanza dalla linea di partenza, i successivi nove sono a 35 m l'uno dall'altro. Il traguardo è

collocato a 40 m dall'ultimo ostacolo. Abbattere gli ostacoli non comporta alcuna penalità ma ovviamente rallenta l'azione dell'atleta e rischia di fargli perdere l'equilibrio.

Le Categorie Giovanili corrono le seguenti gare: Cadetti e Cadette 300m con 7 ostacoli h.0,76.

#### • **Gare a Staffetta:**

Le distanze standard saranno: 4x100m, 4x200m, 100m-200m-300m-400m (Staffetta Mista o Staffetta Svedese), 4x400m, 4x800m, 1200m-400m-800m-1600m (Staffetta su Distanze Miste), 4x1500m, sia per il settore maschile che femminile.

Attraverso la pista debbono essere tracciate delle linee larghe 50mm per segnare le distanze delle frazioni e indicare le linee di partenza.

Nelle Staffette 4x100m e 4x200m e per il primo e secondo cambio della Staffetta Mista o Svedese, ciascuna zona di cambio deve avere una lunghezza di 30m. Per il terzo cambio della Staffetta Mista o Svedese e della Staffetta 4x400m ed oltre, ciascuna zona di cambio deve essere lunga 20 metri e al centro vi sarà una linea che funge da mediana. Le zone di cambio iniziano e finiscono ai bordi delle linee delle zone di cambio più vicine alla partenza nella direzione di corsa. Per ogni cambio effettuato in corsia, un Giudice designato deve garantire che gli atleti siano correttamente collocati nella loro zona di cambio. Il Giudice designato deve anche garantire che sia rispettata la norma qui sotto riportata.

Quando tutta o la prima frazione di una gara di Staffetta si effettua interamente in corsia, un concorrente può fare un segno di riferimento sulla pista, all'interno della propria corsia, usando nastro adesivo, delle dimensioni massime di 0,05m x 0,40m, di colore diverso, che non si confonda con altre marcature permanenti della pista. Non possono essere usati altri segni di riferimento. I Giudici disporranno che l'atleta in questione adatti o rimuova ogni segnale non conforme a questa Regola. Se non lo farà, gli stessi saranno rimossi dai Giudici.

Il testimone per la staffetta deve essere un tubo vuoto, liscio, di sezione circolare fatto di legno, metallo o qualsiasi altro materiale rigido, in un solo pezzo, il testimone dovrebbe essere colorato in modo da risultare facilmente visibile durante la corsa.

Agli atleti non è consentito indossare guanti o mettere materiale o sostanze sulle mani al fine di avere una presa migliore.

Se il testimone cade, deve essere raccolto dall'atleta al quale è caduto. Per recuperarlo, egli può uscire dalla propria corsia, a condizione che, così facendo, non diminuisca la distanza da percorrere. In aggiunta, ove il testimone sia caduto in una certa direzione andando lateralmente o in avanti in direzione della corsa (incluso oltre la linea di arrivo), l'atleta a cui è caduto, dopo averlo recuperato, deve ritornare almeno all'ultimo punto in cui era nella sua mano, prima di continuare la corsa.

A condizione che siano adottate queste procedure, ove applicabili, e che nessun altro atleta sia stato ostacolato, la caduta del testimone non causerà la squalifica.

A parte ciò, se un atleta non si attiene a questa Regola, la sua squadra sarà squalificata.

Il testimone deve essere passato entro la zona di cambio. Il passaggio inizia quando esso è toccato una prima volta dal frazionista ricevente ed è completato soltanto quando è in possesso esclusivo della mano dell'atleta ricevente. All'interno della zona di cambio, è determinante, unicamente, la posizione del testimone. Il passaggio del testimone al di fuori della zona di cambio deve risultare nelle motivazioni della squalifica.

Gli atleti, prima di ricevere e/o dopo aver trasmesso il testimone, dovrebbero rimanere nella propria corsia o mantenere la posizione fino a che la pista risulti chiaramente sgombra per non ostacolare gli altri atleti. Se però un atleta ostacola un componente di un'altra squadra, incluso il correre fuori dalla sua posizione o corsia, tale azione sarà considerata danneggiamento con la conseguente squalifica della staffetta.

Se durante la corsa un atleta prende o raccoglie il testimone di un'altra squadra, la sua squadra sarà squalificata. L'altra squadra non dovrebbe essere penalizzata se non ne ha tratto vantaggio.

Ogni componente di una squadra di staffetta può correre una sola frazione.

La composizione di una squadra e l'ordine nel quale gareggiano i componenti della staffetta deve essere ufficialmente comunicato entro un'ora dalla prima pubblicazione dell'orario di chiamata della prima batteria di ogni turno della competizione (ora in cui gli atleti devono essere presenti in Camera d'Appello). Successive variazioni possono essere fatte solo per motivi medici (verificati da un medico ufficiale nominato dall'organizzazione fino all'orario dell'ultima chiamata della batteria nella quale la squadra interessata deve gareggiare (momento in cui gli atleti sono chiamati per lasciare la Camera d'Appello).

La squadra dovrà gareggiare come denominata e nell'ordine dichiarato. Se una squadra non rispetta questa Regola, sarà squalificata.

La gara 4x100m sarà corsa interamente in corsia.

La gara 4x200m potrà essere corsa in uno qualsiasi dei seguenti modi:

- (a) ove possibile, interamente in corsia (quattro curve in corsia);
- (b) in corsia per le prime due frazioni, come pure parte della terza frazione, fino al bordo più vicino della linea di tangente, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (tre curve in corsia);



(c) in corsia per la prima frazione fino al bordo più vicino della linea di tangente, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (una curva in corsia).

*Nota: Quando sono in gara non più di quattro squadre e l'opzione (a) non è possibile, è consigliabile che venga usata l'opzione (c).*

La Staffetta Mista o Svedese dovrebbe essere corsa in corsia per le prime due frazioni come pure parte della terza frazione, fino al bordo più vicino della linea di tangente, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (due curve in corsia).

La gara 4x400m potrà essere corsa nell'uno o nell'altro dei seguenti modi:

(a) in corsia per la prima frazione, come pure parte della seconda frazione, fino al bordo più vicino della linea di tangente, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (tre curve in corsia);

(b) in corsia per la prima frazione, fino al bordo più vicino della linea di tangente, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (una curva in corsia).

*Nota: Quando sono in gara non più di quattro squadre, è raccomandato l'uso dell'opzione (b).*

La gara 4x800m potrà essere corsa nell'uno o nell'altro dei seguenti modi:

(a) in corsia per la prima frazione, fino al bordo più vicino della linea di rientro descritta alla Regola 163.5, dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (una curva in corsia);

(b) senza l'uso delle corsie.

Se un atleta corre fuori dalla sua corsia (calpestando la linea o la corsia alla sua sinistra) la sua squadra sarà squalificata.

La Staffetta su Distanze Miste e la gara 4x1500m sarà corsa senza l'uso delle corsie.

In tutte le zone di cambio, agli atleti non è permesso iniziare a correre al di fuori delle loro zona di cambio e partiranno all'interno della zona. Se un atleta non si attiene a questa Regola, la sua squadra sarà squalificata.

Nella Staffetta Mista o Svedese, i concorrenti della frazione finale, e nella gara 4x400m, i concorrenti della terza e quarta frazione, si disporranno, sotto la direzione di un Giudice appositamente designato, nella loro posizione d'attesa (dall'interno all'esterno) nello stesso ordine che i rispettivi compagni di squadra hanno all'ingresso dell'ultima curva. Una volta che i concorrenti in arrivo hanno superato questo punto, i concorrenti in attesa manterranno il loro ordine e non cambieranno le posizioni all'inizio della zona di cambio. Un atleta che non rispetta questa Regola provoca la squalifica della sua squadra.

*Nota: Nella gara di Staffetta 4x200m (se questa gara non è corsa interamente in corsia) in cui la frazione precedente non è corsa in corsia, gli atleti dovranno allinearsi nell'ordine iniziale di partenza (dall'interno verso l'esterno).*

In tutte le altre gare per le quali non si usano le corsie, incluso, quando applicabile, nella 4x200m, nella Staffetta Mista o Svedese e nella 4x400m, i concorrenti in attesa possono assumere sulla pista una posizione interna mentre arrivano i rispettivi compagni di squadra, a condizione che essi non sgomitino od ostacolino un altro concorrente in modo da impedirgli l'azione. Nella 4x200m, nella Staffetta Mista o Svedese e nella 4x400m, gli atleti in attesa dovranno mantenere l'ordine in conformità al paragrafo sopra descritto. Se un atleta non si attiene a tale regola, la sua squadra sarà squalificata.

Per il settore giovanile: Ragazzi/e – Esordienti m/f – Pulcini m/f – Primi Passi m/f non esiste il vincolo di cambio.

Per il settore Esordienti m/f – Pulcini m/f – Primi Passi m/f, la staffetta prevista è solo la 4 x 50 metri.

## **Gare di marcia**

La marcia è una specialità sia maschile che femminile.

La Marcia è una progressione di passi eseguiti in modo tale che l'atleta mantenga il contatto con il terreno, senza che si verifichi una perdita di contatto visibile (all'occhio umano). La gamba avanzante deve essere tesa (cioè non piegata al ginocchio) dal momento del primo contatto con il terreno sino alla posizione verticale.

Le gare si svolgono solitamente su strada, con percorsi da 3 fino a 50 km. Le distanze olimpiche sono di 20 km e 50 km per gli uomini, mentre tra le donne l'unica distanza prevista è di 20 km. Quando le condizioni lo permettono, nelle gare di marcia partenza e arrivo hanno luogo in pista, dove invece si svolgono per intero le prove giovanili su distanze inferiori. Cadetti e Allievi Km,5; Cadette e Allieve Km,3; Ragazzi/e Km,1. In assenza di pista è consentito proporre gare di marcia su percorsi stradali a circuito, pianeggianti, misurati e chiusi al traffico veicolare.

## **CONCORSI – Norme Generali**

- **Tempo concesso per le Prove**

Il Giudice responsabile deve segnalare al concorrente che tutto è pronto per l'inizio della prova ed il periodo di tempo concesso per quella prova avrà inizio da quel momento.

Per il Salto con l'Asta il tempo inizia quando i ritmi sono stati sistemati secondo quanto precedentemente richiesto dall'atleta. Non sarà concesso altro tempo per ulteriori sistemazioni.

Se il tempo concesso finisce dopo che l'atleta ha incominciato la prova, questa non deve essere interrotta.

Se, una volta iniziato a scorrere il tempo per la prova, un atleta decide successivamente di non tentare quella prova, sarà considerato fallo una volta trascorso il periodo concesso per quel tentativo.

Non devono venire superati i seguenti tempi. Se il tempo è superato, a meno che non venga presa una decisione in virtù della Regola "Prove sostitutive" la prova sarà registrata come un fallo.

### **Gare individuali**

	<b>Alto</b>	<b>Asta</b>	<b>Altre</b>
Più di tre atleti (o per il primo tentativo in assoluto di ciascun atleta)	0.5	1	0.5
2 o 3 atleti	1.5	2	1
1 atleta	3	5	-
Prove consecutive	2	3	2

### **Prove Multiple**

	<b>Alto</b>	<b>Asta</b>	<b>Altre</b>
Più di tre atleti (o per il primo tentativo in assoluto di ciascun atleta)	0.5	1	0.5
2 o 3 atleti	1.5	2	1
1 atleta	2	3	-
Prove consecutive	2	3	2

*Nota (i): Dovrebbe essere visibile al concorrente un orologio che indichi il tempo concesso rimasto ancora disponibile per il tentativo. In aggiunta, un giudice sollevierà e terrà sollevata una bandierina gialla o indicherà in altro modo gli ultimi 15 secondi del tempo concesso.*

*Nota (ii): Nel Salto in Alto e nel Salto con l'Asta ogni variazione del tempo concesso, per l'esecuzione della prova, eccetto il tempo concesso per salti consecutivi, non sarà applicato fino a che l'asticella non è alzata alla nuova altezza. Negli altri Concorsi, ad eccezione del tempo specificato per le prove consecutive, il limite di tempo permesso non cambierà.*

*Nota (iii): Quando si determina il numero degli atleti rimasti in gara, si devono includere anche quegli atleti che potrebbero partecipare allo spareggio per il primo posto.*

*Nota (iv): Quando, nel Salto in Alto e con l'Asta, rimane un solo atleta (che ha vinto la gara) e sta tentando il Record del Mondo o altro record direttamente connesso alla manifestazione, il tempo limite dovrà essere incrementato di un minuto rispetto a quanto previsto sopra.*

#### **• Prove sostitutive**

Se, per qualsiasi ragione indipendente dalla sua volontà, un atleta è stato ostacolato durante la prova ed impossibilitato ad effettuarla, o la prova non può essere registrata correttamente, il Giudice Arbitro ha la facoltà di concedergli una prova sostitutiva o ristabilire il tempo parzialmente o interamente. Nessuna variazione dell'ordine sarà consentita. Sarà concesso un ragionevole lasso di tempo per ogni prova sostitutiva, a seconda delle particolari circostanze del caso. Nei casi in cui la gara sia proseguita prima che sia stata concessa la prova sostitutiva, questa dovrebbe essere effettuata prima che venga eseguita qualsiasi altra successiva prova.

#### **• Parità**

Nei Concorsi, ad eccezione del Salto in Alto e del Salto con l'Asta, la seconda migliore prestazione degli atleti aventi la stessa migliore misura risolverà la parità. Se la parità permane si ricorre alla terza migliore prestazione e così via.

Se anche dopo questo gli atleti continuano ad essere in parità, agli atleti verrà assegnata la medesima posizione in classifica.

Eccetto che nei Salti in Elevazione, nel caso di una parità per qualsiasi piazzamento, incluso il primo posto, la

parità sarà confermata.

- **Prove a disposizione nei salti in estensione e lanci**

Prove a disposizione:

Settore Assoluto (allievi/e – Juniores m/f – Promesse m/f – Seniores m/f):

3 prove eliminatorie per tutti, i migliori 8 accedono alle 3 prove di finale.

Quando gli atleti in gara sono otto o meno, a ciascuno di loro saranno concesse sei prove (anche se dovessero eseguire nei salti eliminatori 3 prove nulle).

Settore Cadetti/e:

4 prove per tutti (senza salti di finale, ad eccezione dei campionati regionali o nazionali, ove tale categoria avrà le stesse prove del settore assoluto).

3 prove per tutti nelle categorie Ragazzi/e – \*Esordienti m/f - \*Pulcini m/f - \*Primi Passi m/f

\*nel caso di grande partecipazione numerica, la giuria potrà disporre solo 2 prove per tali categorie.

- **Salto in estensione (Lungo e Triplo)**

**Salto in Lungo** E' una specialità sia maschile che femminile dell'atletica leggera, in cui gli atleti, dopo una rincorsa, raggiungono la zona limite da dove poter saltare, detta "asse di battuta", cercando di atterrare il più lontano possibile nella buca riempita di sabbia.

La distanza fra la tavola di stacco e la fine della zona di caduta deve essere di almeno 10 metri.

Nel salto in lungo, le distanze ottenute da ogni singolo atleta devono essere registrate al centimetro intero immediatamente inferiore, se la distanza misurata non è già essa un centimetro intero.

La misurazione di ciascun salto sarà fatta immediatamente dopo ogni prova valida (o dopo un immediato reclamo verbale) dal segno più vicino alla linea di stacco o al suo prolungamento, lasciato da qualsiasi parte del corpo dell'atleta o qualsiasi cosa unita al corpo, nel momento in cui ha lasciato il segno nella zona di caduta.

La misurazione deve essere fatta perpendicolarmente alla linea di stacco o al suo prolungamento.

Un concorrente commette fallo/nullo se:

- (a) mentre stacca, tocca il terreno (compresa ogni parte dell'asse della plastilina) al di là della linea di stacco con qualsiasi parte del corpo, sia correndovi sopra senza saltare che nell'azione di salto; o
- (b) stacca al di fuori di una delle due estremità della tavola di stacco, sia davanti che dietro il prolungamento della linea di stacco; o
- (c) usa una qualsiasi forma di salto mortale, sia nella fase di rincorsa che di salto; o
- (d) dopo aver staccato, ma prima del suo primo contatto con la zona di caduta, tocca la pedana di rincorsa o il terreno oltre la pedana stessa o all'esterno della zona di caduta; o
- (e) nel corso dell'atterraggio (incluso ogni sbilanciamento), tocca il bordo della zona di caduta o il terreno all'esterno della stessa in un punto più vicino alla linea di stacco della più vicina impronta lasciata dal salto nella zona di caduta; o
- (f) lascia la zona di caduta in modo diverso da quello descritto dalla seguente norma: Il primo contatto del piede dell'atleta con il bordo o il terreno al di fuori della zona di caduta, quando abbandona la zona di caduta, deve essere oltre la linea di atterraggio della più vicina impronta lasciata nella sabbia dalla linea di stacco iniziale (può considerarsi tale ogni segno più vicino alla linea di stacco rispetto all'impronta iniziale, che venga lasciato nello sbilanciarsi, completamente all'interno della zona di caduta, o nel camminare indietro verso la linea di stacco).

*Nota: Questo primo contatto è considerato uscita.*

*Nota 2: Se dopo questa uscita, l'atleta tornasse a camminare nella zona di caduta, tale azione non deve essere sanzionata con il fallo/nullo.*

Non deve essere considerato fallo se:

- (a) un atleta corre all'esterno delle linee bianche che delimitano la corsia di rincorsa in qualsiasi punto; o
- (b) salvo quanto previsto al precedente punto b, stacca prima di raggiungere la tavola di stacco; o
- (c) in base al precedente punto b una parte della scarpa/piede del concorrente tocca il terreno all'esterno dei due lati della tavola di stacco, ma prima della linea di stacco; o
- (d) nel corso dell'atterraggio, un atleta tocca con qualsiasi parte del corpo, o con qualsiasi cosa unita allo stesso in quel momento, il bordo o il terreno all'esterno della zona di caduta, a meno che contravenga ai punti (d) o (e).

Per quanto riguarda il settore promozionale (Ragazzi, Esordienti, Pulcini e Primi Passi), si consiglia di proporre il salto in lungo con battuta libera, delimitando un'area di stacco di 1m x 1m posta a 50 cm dalla buca (tale area di stacco dovrà essere cosparsa di gesso, farina o altra sostanza che possa evidenziare l'impronta del piede dell'atleta, per poi procedere alla misurazione).

## **Salto Triplo**

E' una specialità sia maschile che femminile

Il Salto Triplo consiste di un balzo, un passo ed un salto eseguiti nell'ordine.

Il balzo deve essere compiuto in modo che il concorrente tocchi il terreno con lo stesso piede con il quale ha staccato; nel passo deve prendere terra con l'altro piede, dal quale successivamente il salto viene portato a termine.

Se non verrà rispettata tale norma, la prova sarà considerata non valida (fallo/nulla).

Non sarà considerato un fallo/nulla se, mentre salta, il concorrente tocca il terreno con la gamba "inerte".

La distanza fra la tavola di stacco e la fine della zona di caduta deve essere di almeno 21 metri.

Di norma, nelle competizioni nazionali, dovrebbe esserci una diversa asse di battuta per gli uomini e le donne. La tavola di stacco deve essere posta a non meno di 13m per gli uomini e non meno di 11m per le donne dal bordo più vicino alla zona di caduta. Per qualunque altra competizione, questa distanza sarà appropriata al livello dei concorrenti.

Il salto triplo viene proposto a partire dalla categoria cadetti/e, le battute per i cadetti di norma è a 9 metri, mentre per le cadette è a 7 metri (anche qui però in base al livello tecnico dei partecipanti si possono adottare battute inferiori).

## • Salti in Elevazione (Alto e Asta)

### Condizioni Generali

Prima dell'inizio della gara, la giuria deve annunciare ai concorrenti l'altezza iniziale e le diverse altezze alle quali sarà posta l'asticella alla fine di ogni turno, fino a quando non rimanga in gara un solo concorrente che abbia vinto la gara o vi sia parità per il primo posto.

Un concorrente può cominciare a saltare a qualunque altezza precedentemente annunciata dalla giuria e può saltare a sua discrezione a qualsiasi altezza successiva. Tre falli consecutivi, indipendentemente dall'altezza in cui ciascun fallo è avvenuto, escludono da ulteriori tentativi, salvo nel caso di una parità per il primo posto.

L'effetto di questa Regola è che un concorrente può passare il suo secondo o terzo tentativo ad una certa altezza (dopo aver fallito una prima o una seconda volta) e tentare invece una successiva altezza.

Se un concorrente passa una prova ad una certa altezza, non può fare nessun susseguente tentativo a quell'altezza, tranne che nel caso di spareggio per il primo posto.

Nel caso del Salto in Alto e del Salto con l'Asta, se un atleta non è presente quando tutti gli altri atleti presenti hanno terminato la gara, il Giudice Arbitro riterrà che tale atleta(i) ha abbandonato la gara, una volta che il periodo per un'ulteriore prova è trascorso.

Anche dopo che tutti gli altri concorrenti hanno fallito i tre salti consecutivi, un concorrente è autorizzato a saltare fino a che abbia egli stesso perduto il diritto di gareggiare ancora.

Salvo che non sia rimasto in gara un solo concorrente ed egli abbia vinto la gara:

(a) l'asticella non deve mai essere alzata di meno di 2cm nel Salto in Alto e di meno di 5cm nel Salto con l'Asta dopo ogni turno;

(b) l'incremento nell'alzare l'asticella non deve mai essere aumentato.

Una volta che il concorrente ha vinto la gara, l'altezza o le altezze alle quali viene posta l'asticella verranno decise dal concorrente, interpellato dall'Arbitro responsabile.

*Nota: Questa Regola non è applicabile nelle Prove Multiple.*

### Piazzamenti

Nel caso di due o più atleti con la stessa misura finale, la parità verrà risolta come segue:

(a) Verrà assegnato il miglior piazzamento al concorrente con il minor numero di salti all'ultima misura superata.

(b) Se la parità persiste a seguito dell'applicazione del paragrafo precedente (a), verrà assegnato il miglior piazzamento al concorrente che ha il minor numero di falli durante l'intera gara sino all'ultima altezza superata compresa.

(c) Se la parità persiste a seguito dell'applicazione del paragrafo precedente (b) di cui sopra, verrà assegnata la medesima posizione in classifica, a meno che non si tratti del primo posto.

(d) Se concerne il primo posto, uno spareggio tra questi atleti sarà effettuato secondo la norma "Spareggio" (qui sotto descritta), a meno che non si decida diversamente, sia in anticipo, in osservanza delle disposizioni regolamentari applicabili alla competizione, o durante la competizione stessa, ma prima dell'inizio della gara, su decisione dell'Ufficiale Tecnico o del Giudice Arbitro, se l'Ufficiale Tecnico non è stato nominato. Se lo spareggio non viene effettuato, incluso il caso in cui gli atleti, in ogni fase, decidano di non saltare ulteriormente, la parità per il primo posto sarà confermata.

*Nota: Questa Regola (d) non si applica ad una competizione di Prove Multiple.*

### Spareggio

(a) Gli atleti interessati devono saltare ad ogni altezza finché si giunge ad una decisione o finché tutti gli atleti decidano di non saltare ulteriormente.

(b) Ogni atleta avrà un salto a ciascuna altezza.

- (c) Lo spareggio inizierà alla successiva altezza determinata in conformità alla progressione utilizzata durante la gara, dopo l'ultima altezza superata dagli atleti interessati.
- (d) Se non si addiuvano ad una decisione l'asticella sarà alzata, se più di un atleta ha superato l'altezza, o abbassata, se tutti falliscono, di 2cm per il Salto in Alto e 5cm per il Salto con l'Asta.
- (e) Se un atleta non salta ad una altezza, egli automaticamente rinuncia ad ogni diritto su un piazzamento superiore. Se rimane in gara solo un altro atleta, questi sarà dichiarato vincitore indipendentemente dal fatto che tenti o meno di saltare a quell'altezza.

### **Salto in Alto – Esempio**

Altezze annunciate dal Giudice Arbitro all'inizio della gara: 1.75 – 1.80 – 1.84 – 1.88 – 1.91 – 1.94 – 1.97 – 1.99 etc.

Atleta	Altezze							Falli	Spareggio			Classifica
	1,75	1,80	1,84	1,88	1,91	1,94	1,97		1,91	1,89	1,91	
A	O	XO	O	XO	X	XX		2	XX	OO	XO	2
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	2	X	X		1
C	-	O	XO	XO	- XXX	XXX		2				3
D	-	XO	XO	XO				3				4

A, B, C e D hanno tutti superato 1,88m.

A questo punto andranno prese in considerazione le Regole dello spareggio; i Giudici considereranno il numero totale delle prove nulle effettuate dai concorrenti sino all'ultima altezza dell'asticella superata; nell'esempio 1,88m. D ha più prove nulle che A, B e C e perciò verrà classificato al quarto posto. A, B, C sono ancora in parità per quanto concerne il primo posto; essi avranno un'ulteriore prova a 1,91m, che è l'altezza successiva dopo l'ultima altezza superata dagli atleti in questione.

Poiché tutti i concorrenti falliscono, l'asticella viene abbassata a 1,89m per un altro salto di spareggio. Solo il concorrente C fallisce la prova a 1,89m; gli altri due atleti effettueranno un terzo salto di spareggio a 1,91m. Solo B supera l'asticella e pertanto sarà dichiarato vincitore.

### **Forze estranee**

Quando è evidente che l'asticella è stata abbattuta da una forza non associata all'azione dell'atleta (per esempio un colpo di vento):

- (a) la prova è da considerarsi valida se questo abbattimento avviene dopo che l'atleta ha superato l'asticella senza toccarla;
- (b) si concederà all'atleta un altro tentativo se questo abbattimento avviene per altre circostanze.

### **Salto in Alto**

#### **Gara**

Un atleta deve staccare con un solo piede.

Un concorrente commette fallo se:

- (a) dopo il salto, l'asticella non rimane sui supporti a causa dell'azione del concorrente durante il salto;
- (b) tocca il terreno, compresa la zona di caduta al di là del piano verticale dei ritti attraverso il bordo più vicino all'asticella, sia all'interno che al di fuori di essi, con qualsiasi parte del corpo, senza aver prima superato l'asticella. Tuttavia, se, mentre salta, un atleta tocca con il piede la zona di caduta e a giudizio del Giudice, non ne trae vantaggio, il salto non deve essere considerato, per questa ragione, nullo.

*Nota: Per facilitare l'applicazione della Regola, una linea bianca larga 50mm deve essere disegnata (solitamente con nastro adesivo o materiale simile) per tre metri all'esterno di ogni ritto, il bordo più vicino della linea posizionato lungo il piano verticale sul bordo più vicino all'asticella.*

- (c) quando, correndo senza saltare, tocca l'asticella o la sezione verticale dei ritti.

### **Salto con l'Asta**

#### **Gara**

I concorrenti possono far spostare i ritti solo nella direzione della zona di caduta così che il bordo dell'asticella più vicino all'atleta possa essere posizionato in qualunque punto da quello direttamente sopra la fine della cassetta di imbucata e fino a non più di 80cm verso la zona di caduta. Prima dell'inizio della gara, il concorrente deve comunicare all'ufficiale di gara responsabile quale posizione dei ritti egli desidera per il suo primo tentativo e tale posizione deve essere registrata.

Se il concorrente desidera effettuare successivamente qualsiasi cambiamento, dovrebbe informare l'ufficiale

di gara responsabile, prima che i ritti siano stati sistemati conformemente alle sue istruzioni iniziali. In mancanza di tale comunicazione, si darà inizio al tempo limite che gli spetta.

*Nota: Una linea larga 10mm di colore distinguibile deve essere tracciata ad angolo retto, rispetto all'asse della pedana, all'altezza del bordo interno della parte superiore della tavola di arresto della cassetta ("linea dello zero"). Una linea simile, fino a 50mm di larghezza, deve comparire sulla superficie della zona di caduta ed essere prolungata sino all'altezza del bordo esterno dei ritti. Il bordo della linea più vicino all'atleta coincide con l'estremità posteriore della cassetta.*

Un concorrente commette fallo se:

- dopo il salto l'asticella non rimane su entrambi i pioli a causa dell'azione del concorrente durante il salto;
- tocca il terreno, compresa la zona di caduta, al di là del piano verticale della parte superiore della tavola di arresto, con qualsiasi parte del corpo o con l'asta, senza aver prima superato l'asticella;
- dopo aver abbandonato il terreno, porta la mano inferiore al di sopra di quella superiore o sposta quella superiore più in alto sull'asta.

(d) durante il salto fissa o rimette con le mani l'asticella sui supporti.

*Nota (i): Non è fallo se l'atleta corre all'esterno delle linee bianche che delimitano la corsia di rincorsa in qualsiasi punto.*

*Nota (ii): Non è fallo se l'asta tocca i materassi di caduta, nel corso di una prova dopo essere stata correttamente imbucata nella cassetta.*

Al fine di ottenere una migliore presa, i concorrenti sono autorizzati a spalmare le mani o l'asta con qualsiasi sostanza. E' consentito l'uso dei guanti.

Dopo il rilascio, a nessuno è consentito di toccare l'asta, a meno che essa non cada allontanandosi dall'asticella o dai ritti. Se, tuttavia, essa viene toccata e l'Arbitro è dell'opinione che, senza l'intervento, l'asticella avrebbe potuto essere abbattuta, il salto è da considerarsi fallito.

Se, nell'eseguire un tentativo, l'asta si spezza, ciò non deve essere considerato un fallo ed all'atleta deve essere concesso un nuovo tentativo.

## **Aste**

I concorrenti possono usare aste proprie. Nessun concorrente può essere autorizzato ad usare aste altrui, se non con il consenso del proprietario.

L'asta può essere di qualsiasi materiale o combinazioni di materiali e di qualsiasi lunghezza e diametro, ma la sua superficie deve essere liscia. L'asta può avere strati di nastro all'impugnatura (per proteggere le mani) e di nastro e/o altro materiale adatto all'imbucata (per proteggere l'asta). Tutto il nastro adesivo all'estremità dell'impugnatura deve essere uniforme, eccetto una accidentale sovrapposizione, e non deve provocare una modifica improvvisa del diametro, come la comparsa di un "anello" sull'asta.

Non vi è tuttavia alcuna restrizione all'estremità inferiore dell'asta e in generale qualsiasi forma di nastratura o protezione è lì consentita, a condizione che non dia alcun vantaggio all'atleta.

## **• Lanci – Norme Generali**

### **Attrezzi Ufficiali**

In tutte le Competizioni Internazionali, gli attrezzi usati devono essere conformi alle specifiche vigenti della IAAF.

Possono essere usati solo gli attrezzi certificati IAAF. La tabella che segue indica il peso degli attrezzi che devono essere usati da ogni gruppo di età:

<b>Attrezzi</b>	<b>Donne Cadette</b>	<b>Donne Allieve</b>	<b>Donne Jun/Senior</b>	<b>Uomini Cadetti</b>	<b>Uomini Allievi</b>	<b>Uomini Juniores</b>	<b>Uomini Senior</b>
Peso	3,000 kg	3,000 kg	4,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
Disco	1,000 kg	1,000 kg	1,000 kg	1,500 kg	1,500 kg	1,750 kg	2,000 kg
Martello	3,000 kg	3,000 kg	4,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
Giavelotto	400 g	500 g	600 g	600 gr	700 g	800 g	800 g

Ragazzi/e e Esordienti m/f = Peso 2 kg – Vortex 125 gr

Pulcini m/f – Primi Passi m/f = Vortex 125 gr

Eccetto quanto previsto sotto, tutti gli attrezzi devono essere forniti dall'organizzazione. L'Ufficiale Tecnico può, sulla base dei regolamenti specifici di ciascuna competizione, permettere agli atleti di usare attrezzi personali o altri messi a disposizione da un fornitore, a patto che questi attrezzi siano certificati secondo le norme internazionali, controllati e marcati dai giudici di gara addetti alla direzione tecnica prima della gara ed utilizzabili da tutti gli atleti.

Nessuna modifica può essere apportata agli attrezzi durante la competizione.

I seguenti comportamenti si considerano assistenza e quindi non sono consentiti:

- (a) L'unione con nastro adesivo di due o più dita insieme. Se viene usato nastro adesivo sulle mani e sulle dita, questo deve essere utilizzato in modo continuo e a condizione che il risultato sia di non aver due o più dita legate assieme in modo che non possano muoversi singolarmente. Tale copertura deve essere mostrata al Primo Giudice prima dell'inizio della gara.
- (b) L'uso di alcun espediente di qualsiasi natura, compreso l'uso di pesi attaccati al corpo, che in qualsiasi modo aiuti un concorrente mentre effettua un lancio.
- (c) L'uso di guanti, ad eccezione della gara di Lancio del Martello. In questo caso, i guanti debbono essere lisci sul dorso e sul palmo e le punte delle dita, ad eccezione del pollice, debbono rimanere scoperte.
- (d) Spruzzare o spargere una qualsiasi sostanza sulla pedana o sulle suola delle scarpe da parte di un atleta o rendere più ruvida la superficie della stessa.

I seguenti comportamenti non sono considerati assistenza e pertanto sono consentiti:

- (a) L'uso da parte di un atleta, al fine di ottenere una migliore presa, sulle sue mani o, nel caso del Lancio del Martello, sui suoi guanti di una sostanza adatta. Un lanciatore del peso può usare tali sostanze sul proprio collo.
- (b) L'utilizzo, da parte di un atleta nel Lancio del Peso e del Disco, di gesso o sostanze simili sull'attrezzo.
- (c) Tutte le sostanze usate sulle mani, sui guanti e sugli attrezzi devono essere facilmente rimovibili dagli attrezzi con un panno umido e non lasciare alcun residuo. Se ciò non è eseguito, sarà applicata la nota alla Regola 187.4.
- (d) L'uso di nastro adesivo sulle mani o sulle dita, purché le dita siano nastrate singolarmente.

### **La pedana circolare**

La pedana circolare è costituita da una fascia di ferro, acciaio o altro materiale adatto, la cui parte superiore deve essere a livello con il terreno circostante.

Deve avere uno spessore di almeno 6mm ed essere dipinta in bianco. Il suolo esterno della pedana può essere in calcestruzzo, materiale sintetico, legno o altro materiale adatto.

La parte interna della pedana può essere costruita in calcestruzzo, asfalto o in qualsiasi altro materiale solido e non scivoloso. La superficie di questa parte interna deve essere livellata e posta a 20mm al di sotto del bordo superiore del cerchio della pedana.

Nel Lancio del Peso può essere accettata una pedana portatile che soddisfi le suddette specifiche.

Il diametro interno della pedana deve misurare 2,135m nelle gare di Lancio del Peso e Lancio del Martello e 2,50m nella gara di Lancio del Disco.

Il martello può essere lanciato da una pedana costruita per il disco, a patto che il diametro della stessa sia ridotto da 2,50m a 2,135m mediante l'installazione al suo interno di un anello riduttore circolare.

Una linea bianca larga 50mm deve essere tracciata dal bordo superiore del cerchio metallico per una lunghezza di almeno 0,75m da ciascun lato all'esterno della pedana. Essa può essere dipinta o costruita in legno o altro materiale adatto. Il margine posteriore della linea bianca forma il prolungamento di una linea, idealmente passante per il centro della pedana, tracciata ad angolo retto con la linea mediana del settore di lancio.

### **La pedana di rincorsa per il Giavellotto**

La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere 30m. Quando le condizioni lo consentono, la lunghezza minima dovrebbe essere 36,50m.

Essa deve essere delimitata da due linee parallele larghe 50mm e distanti 4m fra loro.

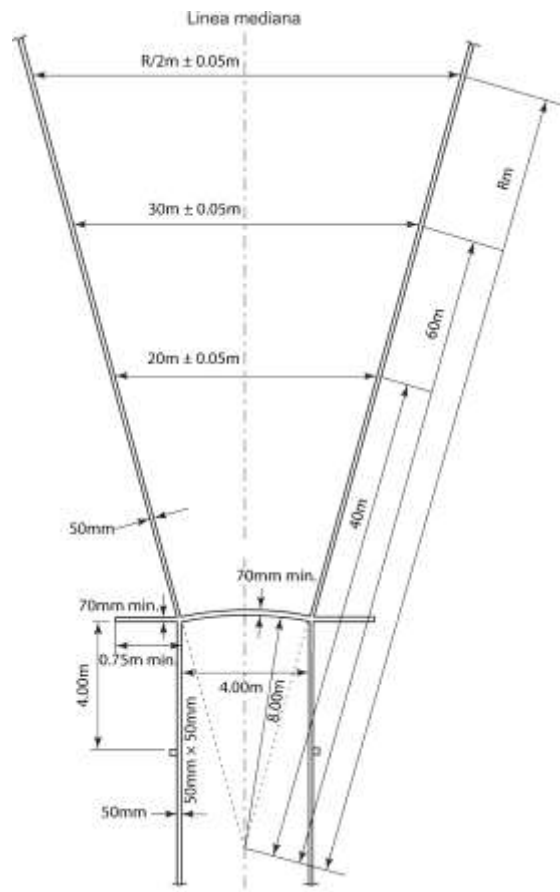
Il lancio deve essere eseguito da dietro un arco di circonferenza tracciato con un raggio di 8m. L'arco deve consistere in una striscia dipinta o fatta di legno (o di altro materiale adatto e non corrodibile tipo plastica) larga almeno 70mm. Tale striscia deve essere dipinta in bianco e posta a livello del terreno. Due linee debbono essere tracciate dalle estremità dell'arco ad angolo retto con le linee parallele che delimitano la pedana di rincorsa. Dette linee debbono essere lunghe almeno 0,75m e larghe almeno 70mm.

### **Il settore di caduta**

Il settore di caduta deve essere in cenere, prato o altro materiale adatto sul quale l'attrezzo possa lasciare un'impronta.

La tolleranza massima per l'inclinazione del terreno del settore di caduta in direzione del lancio non deve eccedere 1:1000 (0,1%).

- (a) Ad eccezione del Lancio del Giavellotto, il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 50mm tracciate, con un angolo di 34,92°, in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passi per il centro della pedana.



*Nota: Il settore di 34,92° può essere tracciato accuratamente, verificando che la distanza fra due punti sulle linee laterali, poste a 20m dal centro, siano distanti fra loro 12m +/-0,05m (20mx0,60m). Di conseguenza, per ogni metro dal centro della pedana, la distanza attraverso il settore deve essere di 0,60m.*

- (b) Nel Lancio del Giavellotto il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 50mm, tracciate in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passi attraverso le due intersezioni dell'arco con le due linee parallele delimitanti la pedana di rincorsa. In tal modo il settore avrà un angolo di 28,96°.

### **Prove**

Nel Lancio del Peso, del Disco e del Martello gli attrezzi devono essere lanciati da una pedana circolare mentre nel Lancio del Giavellotto da una pedana di rincorsa.

Nel caso di lancio da una pedana circolare, il concorrente deve cominciare la sua prova da una posizione di immobilità all'interno della pedana. Ad un concorrente è permesso toccare l'interno del bordo di ferro della pedana. Nel Lancio del Peso è anche permesso toccare l'interno del fermapièdi.

Un lancio è nullo se un concorrente:

- si libera del peso o del giavellotto in modalità non ortodossa;
- dopo che è entrato in pedana ed ha cominciato ad eseguire un lancio, tocca con qualsiasi parte del corpo, il terreno al di fuori della pedana o la parte superiore del cerchio metallico (o lo spigolo del bordo interno);

*Nota: Tuttavia, non sarà considerato un fallo se tocca, durante qualsiasi rotazione preliminare e senza ricevere alcuna propulsione, un qualsiasi punto completamente dietro la linea bianca tracciata all'esterno della pedana e passante, teoricamente, attraverso il centro della stessa.*

- nel Lancio del Peso tocca con qualsiasi parte del corpo una qualsiasi parte del fermapièdi diversa dal



suo lato interno (lo spigolo superiore del fermapiedi è considerato appartenere alla parte superiore del stesso);

- (d) nel Lancio del Giavellotto tocca con qualsiasi parte del corpo le linee demarcanti la pedana o il terreno al di fuori di essa.

*Nota: Non è considerato fallo se il disco o qualsiasi parte del martello tocca la gabbia dopo il lancio, a condizione che non sia stata infranta alcuna altra Regola.*

A condizione che, nel corso della prova, le Regole relative a ciascuna gara di lancio non siano state infrante, un concorrente può interrompere una prova già iniziata, può mettere a terra l'attrezzo, tanto all'interno che all'esterno della pedana (sia circolare che di rincorsa) e uscire dalla pedana circolare o di rincorsa.

Deve essere considerato fallo se il peso, il disco, la testa del martello o la testa del giavellotto, nel contatto con il terreno al momento dell'atterraggio, tocca la linea del settore o il terreno o ogni altro oggetto (diverso dalla gabbia, come previsto dalla Nota alla Regola 187.14) all'esterno di essa.

E' fallo se l'atleta lascia la pedana circolare o di rincorsa prima che l'attrezzo abbia toccato il terreno, o

- (e) per i lanci effettuati da una pedana circolare, se quando l'atleta lascia la stessa, il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana non è completamente dietro la linea bianca tracciata all'esterno della pedana e che passa idealmente per il centro della pedana stessa.

*Nota: Il primo contatto con la parte superiore del cerchio metallico o il terreno all'esterno della pedana è considerato uscita.*

- (f) nel caso del Lancio del Giavellotto, se quando il concorrente lascia la pedana di rincorsa, il primo contatto con le linee parallele o con il terreno all'esterno della pedana non è completamente dietro la linea bianca dell'arco e le linee agli estremi dell'arco stesso tracciate ad angolo retto con le linee parallele.

Una volta che l'attrezzo ha toccato il terreno, l'atleta sarà inoltre considerato correttamente uscito dalla pedana, se tocca o supera una linea (verniciata, o teorica ed indicata dai segnalatori al lato della pedana) disegnata attraverso la pedana, quattro metri dietro la linea finale dell'arco di lancio. E' da considerarsi correttamente uscito dalla pedana l'atleta che, nel momento in cui l'attrezzo tocca il terreno, si trova dietro questa linea e all'interno della pedana.

Dopo ogni lancio, gli attrezzi, debbono essere sempre riportati presso la pedana e mai rilanciati.

### **Misurazione della distanza**

Le distanze, in tutte le gare di lancio, debbono essere registrate al centimetro intero immediatamente inferiore se la distanza misurata non è già essa un centimetro intero.

La misurazione di ciascun lancio deve essere fatta immediatamente dopo ciascuna prova valida (o dopo un immediato reclamo verbale):

- (a) dal più vicino bordo dell'impronta lasciata dal peso, disco e testa del martello sul terreno, al bordo interno del cerchio metallico della pedana lungo una linea che passa per il centro della pedana;
- (b) nelle gare di Lancio del Giavellotto, dal punto più vicino dove la testa del giavellotto ha toccato per prima il terreno, al bordo interno dell'arco della pedana, seguendo la linea retta che va dal suddetto punto al centro del cerchio da cui l'arco parte.

## **Getto del Peso**

### **Gara**

Il peso deve essere lanciato dalla spalla con una sola mano. Nel momento in cui il concorrente prende posizione in pedana per iniziare un lancio, il peso deve toccare o essere in stretta prossimità del collo o del mento e la mano non deve essere abbassata da questa posizione durante l'azione di lancio. Il peso non deve essere portato dietro la linea delle spalle.

*Nota: Le tecniche di lancio a ruota (ad esempio con una qualsiasi forma di salto mortale), dove le braccia passano sopra la testa, non sono autorizzate (cartwheeling).*

### **Fermapiedi**

Il fermapiedi deve essere pitturato in bianco e costruito in legno o altro materiale adatto a forma di arco, in modo che la superficie interna sia in linea con il margine interno della pedana e sia perpendicolare alla superficie della pedana. Deve essere sistemato in modo che il suo centro coincida con la mediana del settore di caduta e deve essere costruito in modo da poter essere fissato saldamente al terreno che lo circonda.

Il fermapiedi deve misurare da 0,112m a 0,30m di larghezza, con una corda (dell'arco) di 1,21m. per un arco dello stesso raggio ed alto 0,10m, in relazione al livello della parte interna della pedana adiacente al fermapiedi.

### **Peso**

Il peso deve essere di ferro pieno, ottone o qualsiasi altro metallo non più tenero dell'ottone, oppure un involucro di uno di tali metalli riempito con piombo o altro materiale compatto. Esso deve essere di forma sferica e la sua finitura superficiale deve essere liscia.

## **Lancio del Disco**

### ***Disco***

Il corpo del disco deve essere solido e costruito in legno o altro materiale adatto, con un anello metallico il cui bordo deve essere di forma circolare. La sezione trasversale del bordo deve essere arrotondata in modo perfettamente circolare ed avere un raggio di circa 6 millimetri. Vi possono essere delle piastre circolari fissate al centro delle facce del disco. In alternativa, il disco può essere costruito senza piastre metalliche, purché l'area equivalente sia piana e le misure ed il peso totale dell'attrezzo corrispondano alle prescrizioni.

Le due facce del disco debbono essere identiche fra di loro e non debbono avere tacche, sporgenze o spigoli. Il disco, compresa la superficie del bordo, non deve avere rugosità e la sua rifinitura deve essere liscia ed uniforme in tutte le sue parti.

### ***Gabbia per il Disco***

Tutti i lanci del disco debbono essere effettuati da una gabbia che assicuri l'incolumità degli spettatori, degli Ufficiali di Gara e dei concorrenti.

## **Lancio del Martello**

### ***Gara***

Il concorrente può, quando si trova nella sua posizione di partenza, prima delle oscillazioni o rotazioni preliminari, posare la testa del martello sul terreno all'interno o all'esterno della pedana.

Il lancio non è da considerarsi nullo se la testa del martello tocca il terreno

all'interno o all'esterno della pedana o la parte superiore del cerchio metallico. L'atleta può fermarsi ed iniziare di nuovo il lancio, a condizione che non siano state infrante altre Regole.

Non deve essere considerato fallo se il martello si rompe durante il lancio o mentre è in aria, purché sia stato effettuato in conformità a questa Regola. Se il concorrente, a causa di quanto sopra, perde l'equilibrio e viola una qualunque disposizione di questa Regola ciò non deve essere considerato come lancio nullo. In entrambi i casi all'atleta deve essere concessa una nuova prova.

### ***Martello***

Il martello è formato di tre parti: una testa metallica, un cavo ed una impugnatura.

La testa può essere di ferro pieno, ottone o altro metallo non più tenero dell'ottone, oppure un involucro di uno di tali metalli, riempito con piombo o altro materiale solido.

Il cavo è costituito da un filo d'acciaio di diametro non inferiore a 3mm in un pezzo unico e diritto, e deve essere tale che non possa allungarsi sensibilmente durante l'esecuzione del lancio.

Il cavo può essere attorcigliato ad una od ambedue le estremità, al fine di costituire un sistema di aggancio.

Il cavo è agganciato alla testa per mezzo di un perno, che può essere semplice o a cuscinetto a sfera.

La maniglia deve essere solida e rigida, fatta di un solo pezzo, senza giunti mobili di qualsiasi natura.

Il martello deve essere conforme alle seguenti specifiche:

<b>Peso minimo per essere accettato in gara e per l'omologazione di un Primato:</b>					
	3,000 kg	4,000 kg	5,000 kg	6,000 kg	7,260 kg
<b>Lunghezza globale del martello misurata dall'interno dell'impugnatura</b>					
Massimo	1195 mm	1195 mm	1200 mm	1215 mm	1215 mm
<b>Diametro della testa</b>					
Minimo	85 mm	95 mm	100 mm	105 mm	110 mm
Massimo	100 mm	110 mm	120 mm	125 mm	130 mm

*Nota: il peso totale dell'attrezzo comprende la testa del martello, il cavo e la maniglia.*

### ***Gabbia per il Martello***

Tutti i lanci del martello debbono essere effettuati da una gabbia che assicuri l'incolumità degli spettatori,

degli Ufficiali di Gara e dei concorrenti.

La gabbia è composta da due pannelli mobili, larghi 2m, debbono essere posti sul davanti della gabbia e ogni volta soltanto uno di essi viene utilizzato. L'altezza minima dei pannelli mobili deve essere di 10m.

*Note: Il pannello di sinistra è usato per chi lancia con la mano destra ed il pannello di destra per chi lancia con la mano sinistra. In previsione della necessità di operare gli spostamenti dei pannelli durante la gara, quando vi siano lanciatori che usano la destra ed altri la sinistra, è essenziale che detti spostamenti richiedano poca fatica e possano essere effettuati in breve tempo.*

## Lancio del Giavellotto

### Gara

- (a) Il giavellotto deve essere tenuto per l'impugnatura, con una sola mano. Deve essere lanciato al di sopra della spalla o della parte superiore del braccio che lancia e non deve essere lanciato a fionda e neppure roteando. Non sono ammessi stili non ortodossi.
- (b) Un lancio sarà valido solo se la testa metallica tocca il terreno prima di ogni altra parte del giavellotto.
- (c) Il concorrente, in nessun momento durante il lancio e finché il giavellotto non è stato scagliato in aria, può fare un giro completo su se stesso, così che il suo dorso si venga a trovare in direzione dell'arco di lancio.

Se il giavellotto si rompe durante il lancio o mentre è in aria, il lancio non sarà considerato come un lancio nullo, purché sia stato effettuato in conformità a questa Regola. Se il concorrente, a causa di quanto sopra, perde l'equilibrio e contravviene a qualunque disposizione di questa Regola, ciò non deve essere considerato un lancio nullo. In entrambi i casi al concorrente sarà concessa un'altra prova.

### Giavellotto

Il giavellotto è composto di tre parti: un fusto, una testa ed una impugnatura di corda.

Il fusto deve essere solido o cavo (vuoto) e deve essere costruito interamente in metallo o in altro materiale omogeneo adatto, così da costituire un corpo unico fisso e integrato. La superficie del fusto non avrà incavi o piccole protuberanze, spirali scanalate o in rilievo, forti rugosità o granulosità e la rifinitura sarà liscia ed uniforme su tutta la superficie.

Al fusto dovrà essere fissata una testa metallica terminante in una punta acuminata. La testa deve essere costruita completamente di metallo. Può contenere una punta rinforzata di altra lega metallica fissata alla fine della testa, a condizione che la testa sia liscia ed uniforme su tutta la superficie. L'angolo della punta non deve superare i 40°.

L'impugnatura di corda, che deve coprire il centro di gravità, non deve superare il diametro del fusto per più di 8mm. Può avere una superficie regolare con un disegno anti-scivolo, ma senza cinghie, tacche o dentellature di qualsiasi natura. L'impugnatura deve essere di spessore uniforme.

La sezione trasversale deve essere perfettamente circolare da un capo all'altro.

Il diametro massimo del fusto deve trovarsi immediatamente davanti all'impugnatura.

Il giavellotto deve essere conforme alle seguenti prescrizioni:

<b>Peso minimo per essere accettato in gara e per l'omologazione di un Primato: (compresa l'impugnatura di corda)</b>				
	500 g	600 g	700 g	800 g
<b>Lunghezza completa (L0):</b>				
Minimo	2000 mm	2200 mm	2300 mm	2600 mm
Massimo	2100 mm	2300 mm	2400 mm	2700 mm
<b>Distanza tra la punta della testa metallica ed il centro di gravità (L1):</b>				
Minimo	780 mm	800 mm	860 mm	900 mm
Massimo	880 mm	920 mm	1000 mm	1060 mm
<b>Distanza tra la corda ed il centro di gravità (L2):</b>				
Minimo	1120 mm	1280 mm	1300 mm	1540 mm
Massimo	1320 mm	1500 mm	1540 mm	1800 mm
<b>Lunghezza della testa metallica (L3):</b>				
Minimo	220 mm	250 mm	250 mm	250 mm
Massimo	270 mm	330 mm	330 mm	330 mm
<b>Larghezza dell'impugnatura di corda (L4):</b>				

Minimo	135 mm	140 mm	150 mm	150 mm
Massimo	145 mm	150 mm	160 mm	160 mm
<b>Diametro della maggiore sezione del fusto (davanti all'impugnatura - D0):</b>				
Minimo	20 mm	20 mm	23 mm	25 mm
Massimo	24 mm	25 mm	28 mm	30 mm

## Prove Multiple

### **UOMINI: ALLIEVI, JUNIOR e SENIOR (Pentathlon e Decathlon)**

Il Pentathlon è composto di cinque gare, da effettuarsi in un solo giorno, nel seguente ordine: Salto in Lungo, Lancio del Giavellotto, 200m, Lancio del Disco e 1500m.

Il Decathlon maschile è composto di dieci gare che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine:

Primo giorno: 100m, Salto in Lungo, Lancio del Peso, Salto in Alto e 400m;

Secondo giorno: 110hs, Lancio del Disco, Salto con l'Asta, Lancio del Giavellotto e 1500m.

### **DONNE: JUNIOR E SENIOR (Eptathlon e Decathlon)**

L'Eptathlon è composto da sette gare che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine:

Primo giorno: 100hs, Salto in Alto, Lancio del Peso e 200m;

Secondo giorno: Salto in Lungo, Lancio del Giavellotto e 800m.

Il Decathlon femminile è composto da dieci gare che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine:

Primo giorno: 100m, Lancio del Disco, Salto con l'Asta, Lancio del Giavellotto e 400m;

Secondo giorno: 100hs, Salto in Lungo, Lancio del Peso, Salto in Alto e 1500m.

### **ALLIEVE (solo Eptathlon)**

L'Eptathlon U18 Allieve consiste in sette gare, che debbono essere effettuate in due giorni consecutivi nel seguente ordine:

Primo giorno: 100hs, Salto in Alto, Lancio del Peso e 200m;

Secondo giorno: Salto in Lungo, Lancio del Giavellotto e 800m.

## Generalità

A discrezione dell'Arbitro per le Prove Multiple, deve esservi, quando possibile, un intervallo di almeno 30 minuti tra la fine di una gara e l'inizio della gara successiva, per ciascun atleta. Se possibile, tra la fine dell'ultima gara del primo giorno e l'inizio della prima gara del secondo giorno dovrebbe esservi un intervallo di almeno 10 ore.

In ciascuna gara, ad eccezione dell'ultima, le serie ed i gruppi verranno formati dall'Ufficiale Tecnico o dall'Arbitro delle Prove Multiple, se possibile, al fine di consentire agli atleti con prestazioni simili (in un periodo di tempo predeterminato), in ciascuna gara individuale, di poter gareggiare nella stessa serie o nello stesso gruppo. Ogni serie o gruppo deve preferibilmente essere composto da 5 o più atleti, e, comunque, mai meno di tre.

Quando ciò non è possibile a causa dell'orario delle gare, le serie ed i gruppi per le gare da effettuare saranno predisposti man mano che gli atleti si rendono liberi dalla gara precedente.

Nell'ultima gara di una Prova Multipla, le serie dovrebbero essere formate in modo che un gruppo comprenda i concorrenti che occupano le prime posizioni in classifica dopo la penultima gara.

Il/i Delegato/i Tecnico/i o l'Arbitro delle Prove Multiple ha la facoltà di modificare qualsiasi gruppo se, a suo giudizio, lo ritiene necessario.

Per ogni gara della competizione debbono essere applicate le rispettive Regole, con le seguenti eccezioni:

- (a) nel Salto in Lungo ed in ogni gara di lancio, a ciascun concorrente sono concesse soltanto tre prove;
- (b) nel caso non sia utilizzato un Cronometraggio Completamente Automatico con Fotofinish, il tempo di ogni atleta deve essere rilevato da almeno tre Cronometristi;
- (c) nelle gare di Corsa, sarà permessa solo una falsa partenza per ogni gara senza la squalifica dell'atleta/i che ha/hanno fatto la falsa partenza. Qualsiasi atleta, che effettui un'ulteriore falsa partenza nella gara, sarà squalificato dal Giudice di Partenza.
- (d) nei Salti in Elevazione, ciascun incremento dell'asticella deve essere, per tutta la gara, uniformemente di 3cm nel Salto in Alto e di 10cm nel Salto con l'Asta.

Può essere usato un solo sistema di cronometraggio durante ogni singola gara. Ai fini del conseguimento di un Primato, tuttavia, debbono essere utilizzati i tempi ottenuti da un Cronometraggio Completamente Automatico con Fotofinish indipendentemente dal fatto che tali tempi fossero disponibili per gli altri concorrenti della gara.

Un atleta, che si astenga dal tentare di partire o dal tentare almeno una prova in una delle gare, non deve essere autorizzato a partecipare alla gara successiva e si deve considerare che abbia abbandonato la competizione. Egli non deve, pertanto, figurare nella classifica finale.

Un concorrente che decida di ritirarsi da una competizione di Prove Multiple dovrà immediatamente informare l'Arbitro per le Prove Multiple della sua decisione.

Dopo la conclusione di ogni gara, a tutti i concorrenti debbono essere comunicati i punteggi (determinati in base alle vigenti Tabelle per le Prove Multiple della IAAF), ottenuti separatamente per ogni gara e il singolo punteggio complessivo.

Gli atleti saranno classificati sulla base del punteggio complessivo ottenuto.

## **Parità**

Se due o più atleti raggiungono lo stesso numero di punti per qualunque posizione in classifica, saranno considerati in parità.

## **Settore Giovanile**

Sono presenti prove multiple per le categorie Cadetti/e – Ragazzi/e – Esordienti m/f – Pulcini m/f – Primi Passi m/f .

Cadetti maschili (Esathlon): 100 hs – alto – giavellotto – lungo – disco – 1000 m

Cadette femminili (Pentathlon): 80 hs – alto – giavellotto – lungo – 600 m

Tali specialità si possono svolgere in un'unica giornata o anche in due giornate gare a discrezione di singoli comitati territoriali.

Ragazzi/e (Tetrathlon):

- 60 – vortex – 600
- 60 – lungo – 600
- 60 – peso – 600
- 60 – alto – 600

Esordienti m/f (Biathlon):

- 50 – vortex
- 50 – lungo
- 600 – vortex
- 600 – lungo

Pulcini m/f – Primi Passi m/f (Biathlon):

- 50 – vortex
- 50 – lungo

- 300 – vortex
- 300 – lungo

Le prove a disposizione nei singoli concorsi sono massimo 3 prove, in casi di alta partecipazione le prove possono essere ridotte a 2 soli tentativi.

## CORSA SU STRADA

**Premessa:** Nel gruppo di attività denominato "*Corsa su strada UISP*" rientrano tutte le attività cosiddette "non stadia" con esclusione del Trail Running, del Nordic Walking e del Fit Walking.

### 1.0 DEFINIZIONI

#### 1.1 Tipologia delle manifestazioni

Le manifestazioni UISP di Corsa su strada possono essere **competitive** o **non competitive** e, conseguentemente, suddivise come segue:

##### 1.1.1 Competitive

**1.1.1.A - MEZZA MARATONA:** gare che si svolgono sulla distanza di km 21,097;

**1.1.1.B - MARATONA:** gare che si svolgono sulla distanza di km 42,195

**1.1.1.C – ULTRAMARATONA:** gare che si svolgono su distanze superiori a quella di Maratona. Le più diffuse sono le 50km e le 100km.

Riconducibili all'ultramaratona sono le corse "**a tempo**" (dalla 6 ore – con la condizione che si copra nel tempo dato una distanza superiore a quella della maratona ai fini della classifica finale – alla 8 ore, 12, 24, 48 ore ed oltre, sino alla 100 ore podistica, tutte con "porte" chilometriche minime da raggiungere per categoria d'età ai fini della classifica finale. Una classica delle prove a tempo, seppur molto più breve di quelle sopra citate, è "l'ora di corsa". Una variabile delle corse a tempo è la prova a staffetta (es.: 12x1h o 24 x 1h).

**1.1.1.D - CORSA SU STRADA:** gare che si svolgono su distanze variabili indicativamente dai 5 ai 30 km, su percorsi prevalentemente pianeggianti.

**1.1.1.E – CORSA IN SALITA:** è una variante della corsa su strada classica che prevede un consistente dislivello tra i punti di partenza e di arrivo e uno sviluppo di percorso non superiore ai 10 km.

**1.1.1.F – RETRO RUNNING:** gare di corsa su distanze comprese tra i 100 metri e la maratona, nelle quali l'atleta deve obbligatoriamente procedere dando le spalle al traguardo pena la squalifica. Tale specialità di corsa viene proposta, specialmente per distanze brevi, anche in pista.

**1.1.1.G - CORSA CAMPESTRE:** le gare di corsa campestre consistono solitamente in uno o più giri di un percorso su fondo sterrato o erboso, con un lungo rettilineo nei pressi della partenza e del traguardo. A causa della variabilità delle condizioni dei percorsi di corsa campestre, ogni gara ha le sue naturali e distinte caratteristiche di terreno, svolgendosi su luogo aperto o boschivo con piccoli ostacoli, naturali oppure artificiali. Le distanze di gara previste sono le seguenti:

Maschili: Cadetti km.2; Allievi km.3; Juniores km.6; Categorie Senior km.7,5; Categorie Veterani km.6

Femminili: Cadette km.2; Allieve km.3; Juniores km.4; Categorie Senior e Veterane km.4

A livello Promozionale Giovanile le distanze sono le seguenti: Primi Passi M/F m.400; Esordienti M/F m.800; Ragazzi M/F m.1000.

**1.1.1.H - CORSA IN MONTAGNA:** La corsa in montagna è una specialità sia maschile che femminile dell'atletica leggera che si svolge in ambiente montano, a quote relativamente moderate che raramente superano i 2 000 metri di quota.

A causa della variabilità delle condizioni dei percorsi di corsa in montagna, ogni gara ha le sue naturali e distinte caratteristiche di terreno. Le gare si svolgono su percorsi ricavati prevalentemente fuori strada, lungo sentieri che attraversano prati e zone boschive, strutturati in modo da consentire l'azione della corsa durante l'intero tracciato o su gran parte dello stesso, che può essere articolato anche su più giri.

Devono essere compresi tratti consistenti di salita, o di salita e discesa, eventualmente anche con brevi tratti di strada asfaltata che però non possono superare il 20% della lunghezza complessiva. La pendenza media deve essere compresa tra il 5 e il 20% e il punto più alto del percorso non deve superare i 3000 metri di quota. La distanza da adottare in occasione delle manifestazioni istituzionali, per la categoria seniores è di circa 12 km per gli uomini e di 8 km per le donne. Per la categoria juniores le distanze scendono rispettivamente a 8 e 4 km, mentre gli allievi devono percorrere distanze di 5 e 3 km.

Per le prove competitive suddette sono previsti annualmente campionati Nazionali, Regionali e, in qualche caso, Territoriali UISP, che per i fini organizzativi fanno riferimento alle Norme di Partecipazione che vengono annualmente pubblicate dal SdA Atletica leggera UISP ai vari livelli.

### **1.1.2 Non Competitive**

**1.1.2.A - CORSA SU STRADA NON COMPETITIVA O A PASSO LIBERO:** fanno parte di questa specialità le manifestazioni che si possono affrontare "a passo libero" ovvero correndo continuamente, alternando tratti di corsa a tratti camminati o camminando. La partenza può avvenire in contemporanea o secondo fasce orarie prestabilite. Queste prove non prevedono redazione di classifiche e premiazioni di merito. Se collaterali ad una gara competitiva si consiglia di prevedere partenze separate tra le diverse prove.

### **1.1.3 Promozionali**

- **FAMILY RUN:** sono manifestazioni generalmente collaterali alle gare competitive, che prevedono una partecipazione informale e variegata (ad es: famiglie con passeggini o cani, anziani) su percorsi decisamente più brevi e meno difficoltosi di quelli dell'evento principale (non più di 5-6 km)

- **Attività dedicate agli appartenenti alle categorie promozionali fino alla cat. Esordienti (10-11 anni)**

- **Attività dedicate alle scuole primaria (elementare) e secondaria di primo grado (media inferiore)** (collaterali o meno ad eventi Competitivi), anch'esse organizzate su percorsi brevi, in presenza di operatori e/o istruttori qualificati.

### **1.2.0 Partecipanti alle manifestazioni**

**1.2.1** Possono partecipare alle manifestazioni competitive nella specialità Corsa su Strada:

- i tesserati UISP Atletica leggera a partire dalla Cat. Ragazzi (12 anni) in regola con la certificazione medica per attività sportiva agonistica.
- i non tesserati in possesso di certificazione medica per attività sportiva agonistica, purché in presenza di copertura assicurativa specifica.
- alunni di istituti scolastici, a partire dalla Cat. Ragazzi A (12 anni) purché le stesse attività siano ricomprese nel PTOF-Piano Triennale dell'Offerta Formativa (in tal caso la certificazione medica sarà depositata presso l'Istituto Scolastico, responsabile della tutela sanitaria degli allievi).
- inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale organismi sportivi.

Agli atleti della Categoria Ragazzi (12-13 anni) è consentita la partecipazione a gare competitive su distanze non superiori a 3 km.

Agli atleti della Categoria Cadetti (14-15 anni) è consentita la partecipazione a gare competitive su distanze non superiori ai 5 km.

Agli atleti della Categoria Allievi (16-17 anni) è consentita la partecipazione a gare competitive su distanze non superiori ai 10 km.

Agli atleti della Categoria Juniores (18-19 anni) è consentita la partecipazione a gare competitive su distanze non superiori ai 21,097 km (Mezza Maratona).

**1.2.2** Possono partecipare alle manifestazioni non competitive:

- i tesserati UISP Atletica leggera in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica
- i non tesserati in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica, purché in presenza di copertura assicurativa specifica.
- inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

**1.2.3** Possono partecipare alle manifestazioni Promozionali:

- i tesserati UISP Atletica leggera, fino alla Cat. Esordienti (anni 10/11) in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica
- i non tesserati in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica purché in presenza di copertura assicurativa specifica.

- gli alunni di istituti scolastici, purché le stesse attività siano ricomprese nel PTOF-Piano Triennale dell'Offerta Formativa (in tal caso la certificazione medica sarà depositata presso l'Istituto Scolastico, responsabile della tutela sanitaria degli allievi).
- inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

## 2.0 REGOLAMENTO TIPO

Allo scopo di agevolare la predisposizione del regolamento di gara, si riportano di seguito i **contenuti minimi che ne devono fare parte**. Si ricorda che quanto di seguito riportato è da considerarsi indicativo e non esaustivo dei contenuti necessari. Tale documento dovrà essere presentato, al comitato territoriale UISP competente al rilascio dell'autorizzazione allo svolgimento della gara.

### ELEMENTI BASE

- nome evento
- luogo e data di svolgimento
- nome del soggetto sportivo (ASD o SSD) che collabora nell'organizzazione ed eventuali collaborazioni
- eventuali patrocini istituzionali
- contatti dell'organizzazione
- principali caratteristiche della gara ovvero tipologia, distanza/e, dislivello
- rappresentazione sommaria del percorso (planimetria e profilo altimetrico)
- tempo massimo se previsto
- posizione dei punti di ristoro e tipologia del rifornimento

### MODALITA' DI PARTECIPAZIONE

- requisiti richiesti all'atleta per iscriversi alla gara;
- modalità di iscrizione
- programma di massima della manifestazione
- classifiche e premi ;

### INFO ACCESSORIE

- servizi offerti prima, durante e dopo la gara
- coperture assicurative
- varie ed eventuali

### IMPEGNATIVA PER L'ATLETA

L'atleta iscritto e partecipante alla gara è tenuto e si obbliga a:

- leggere e prendere visione di quanto messo a disposizione dell'organizzazione relativamente alla sicurezza di gara
- avvisare tempestivamente l'organizzazione in caso di ritiro dalla gara
- posizionare il pettorale sul fronte della propria persona in modo tale da renderlo perfettamente visibile
- non uscire dal percorso di gara.

All'atleta inoltre, per motivi di sicurezza, è sconsigliato l'ascolto di musica in cuffie durante la gara in quanto non permettono di percepire eventuali pericoli.

L'atleta infine, all'atto dell'iscrizione alla gara, dichiara di aver letto e accettato il regolamento in ogni sua parte. •inoltre è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

### 2.1 Premi e Categorie:

Nelle gare di Corsa su strada UISP non devono essere, sotto qualsiasi forma, riconosciuti premi in denaro sia per le classifiche generali che di categoria. Per i campionati istituzionali valgono le categorie nazionali identificate dalla UISP.

## 3.0 AUTORIZZAZIONI E INSERIMENTO IN CALENDARIO UISP

I documenti che l'Associazione o Società Sportiva affiliata (c.d. Organizzatore) dovrà ottenere per poter organizzare la manifestazione, in stretto ordine cronologico, sono:

- 1) **Autorizzazione allo svolgimento** da parte di UISP
- 2) **Autorizzazione da parte degli Enti** competenti per territorio, dei gestori dei tratti di viabilità attraversati o percorsi, dei proprietari delle aree nel caso di gare di corsa campestre.
- 3) **Estensione della Polizza Assicurativa UISP** (ved. punto 1.1.0)

Detti documenti devono essere stampati e conservati dal responsabile della manifestazione presso la sede di gara, allo scopo di essere prontamente esibiti, in caso di necessità, alle Autorità e/o Enti competenti.

### 3.1 Autorizzazione allo svolgimento da parte di UISP

Tale **Certificato** deve essere richiesto con congruo anticipo sulla data di svolgimento (non meno di 45 giorni ma, allo scopo di affrontare e risolvere eventuali problematiche, specie se si tratta di nuove



manifestazioni, si consiglia un anticipo di almeno 90 giorni), mediante richiesta di **autorizzazione allo svolgimento**, al Presidente del Comitato Territoriale Uisp competente per territorio: alla richiesta dovranno essere allegati copia del materiale promozionale e il **Regolamento di gara** (ved. punto 4.0) il **Referente Territoriale o Regionale SdA Atletica** ha il compito di interfacciarsi con l'organizzazione, verificare la correttezza della documentazione inoltrata e rilasciare a sua firma, il nulla osta al rilascio, inviandolo al **Presidente del Comitato Territoriale Uisp**; quest'ultimo, solo in questo momento potrà rilasciare l'**Autorizzazione allo svolgimento** della manifestazione.

Solo a seguito del rilascio dell'Autorizzazione da parte del Comitato Territoriale UISP competente, l'Organizzazione potrà apporre il relativo marchio accompagnandolo obbligatoriamente con la dicitura "AFFILIATO" che va aggiunta nella parte superiore del logo. Il tutto nel rispetto del REGOLAMENTO DI COMUNICAZIONE E IDENTITA' VISIVA UISP.

### 3.2 Autorizzazione degli Enti competenti

Se la manifestazione interessa la viabilità di un unico **Comune**, la necessaria Autorizzazione allo svolgimento dovrà essere rilasciata da quest'ultimo.

Se il percorso interessa tratti di viabilità in più comuni, l'autorizzazione allo svolgimento verrà rilasciata dalla **Provincia** (o Città Metropolitana laddove presente)

Se si rende necessaria la sospensione temporanea della circolazione su tratti di viabilità soggetti al transito veicolare, l'ordinanza di sospensione temporanea della circolazione viene rilasciata, ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S., dal Sindaco per quelle manifestazioni che si svolgono esclusivamente all'interno del centro abitato; la stessa ordinanza viene invece rilasciata, sempre ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S, dal Prefetto se la competizione si svolge in più comuni oppure, se interessa un solo comune ma si svolge anche al di fuori del centro abitato.

All'istanza rivolta all'Ente di competenza, devono essere allegati:

- Copia dell'Autorizzazione preventiva rilasciata da UISP;
- Copia della polizza assicurativa UISP (scaricabile dall'home page del sito [www.uisp.it](http://www.uisp.it)).

E' buona norma, specie nel caso di nuove manifestazioni, contattare preliminarmente l'Ente o gli Enti di cui sopra, con un buon anticipo, allo scopo di prevenire eventuali criticità altrimenti difficilmente superabili. In sede preventiva è anche necessario verificare con le Amministrazioni coinvolte eventuali adempimenti conseguenti all'applicazione della **Circolare del Ministero dell'Interno** del 7 giugno 2017 (altrimenti detta Circolare Gabrielli).

### 3.3 Estensione della Polizza Assicurativa UISP

Per garantire le coperture assicurative di legge a tutti i partecipanti, inclusi gli atleti "non tesserati", si dovrà attivare la copertura assicurativa specifica (Convenzione Uisp).

Procedure diverse, in caso di sinistri o altre problematiche, possono esporre a conseguenze di carattere civile o penale.

## 4.0 Servizio medico

Alla manifestazione deve essere presente il **medico di servizio** pena l'annullamento della medesima.

La normativa vigente prevede comunque che l'organizzazione debba interfacciarsi preventivamente con il servizio 118 e definire il livello di rischio preventivo applicando i punteggi previsti dall'algoritmo di Maurer. Sulla base del punteggio ottenuto l'organizzazione potrà verificare il numero di ambulanze da soccorso, da trasporto, team di soccorritori a piedi, unità medicalizzate e medici che dovranno essere presenti sulla scena della manifestazione. Il piano di soccorso dovrà essere articolato attraverso:

- analisi di rischio dei fattori propri dell'evento;
- analisi delle variabili legate all'evento (es. numero dei partecipanti);
- quantificazione delle risorse necessarie per mitigare il rischio;
- individuazione delle problematiche logistico/organizzative.

Nel caso di eventi con rischio "moderato/elevato" l'organizzazione dovrà presentare al 118 anche il piano di soccorso riportante la descrizione dettagliata delle risorse messe in campo (mezzi, squadre di soccorso, eccetera) e, qualora il rischio risulti "molto elevato" ne deve acquisire la validazione, ovvero dovrà sottostare all'approvazione del 118.

## 5.0 Rispetto dell'ambiente

Le attività sportive su strada rientrano a pieno titolo tra quelle cosiddette "in ambiente naturale" e quindi meritano una particolare attenzione organizzativa e comportamentale da parte dell'organizzazione e partecipanti; l'organizzazione deve porsi l'obiettivo di adottare tutte le contromisure necessarie per non arrecare danni e restituire il territorio inalterato (e possibilmente valorizzato) a fine manifestazione.

Ecco in dettaglio gli ambiti di intervento e le relative modalità:

- 1) Promozione della gara

L'Organizzazione dovrà privilegiare la promozione della propria gara attraverso l'utilizzo dei media e dei social limitando il più possibile l'uso dei volantini o di altro materiale cartaceo.

## 2) Logistica

L'Organizzazione dovrà promuovere l'utilizzo del mezzo pubblico per il raggiungimento della sede di gara; in caso di impossibilità (zone non servite da mezzi pubblici) si deve stimolare la massima condivisione tra gli atleti dei mezzi privati.

## 3) Premiazioni

Fermo restando il disposto dell'Art.5 del CODICE ETICO approvato il 23 giugno 2018 dal Consiglio Nazionale Uisp, che vieta l'utilizzo di premi in denaro nelle competizioni sportive, si consiglia di comporre il montepremi ricorrendo a prodotti che possano valorizzare le tipicità del territorio interessato dalla manifestazione (es. enogastronomia, artigianato, ospitalità) anche attraverso specifici accordi con le organizzazioni di categoria presenti.

## 4) Segnaletica

- Utilizzare materiale biodegradabile (cartelli segnaletici, vernici biodegradabili).
- Rimuovere tutta la segnaletica ed eventuali rifiuti immediatamente dopo la gara.

## 5) Ristori

- Incentivare l'uso dell'acqua "del sindaco" per i ristori, sottoscrivendo, quando possibile, specifici accordi con le Amministrazioni Comunali e/o con le Aziende Municipalizzate.
- Utilizzare materiali biodegradabili.
- Delimitare le aree dove consumare il ristoro e dotarle di contenitori dedicati suddivisi per tipologia di rifiuto (carta, plastica, umido) nei quali gli atleti o gli addetti ai ristori possano differenziare i rifiuti prodotti.

## TRAIL RUNNING

### Premessa

Il Trail Running per la UISP è "Correre a stretto contatto con la natura" garantendo nel contempo la più ampia diffusione della disciplina nello spirito del "Trail Running PER TUTTI". Con questa filosofia e tenendo conto delle oggettive difficoltà collegate alla pratica della disciplina del Trail Running viene predisposta la presente regolamentazione.

### 1.0 DEFINIZIONI

#### 1.1 Tipologia delle manifestazioni

Le manifestazioni UISP di Trail Running possono essere **competitive** o **non competitive** e conseguentemente, suddivise come segue:

##### 1.1.1 Competitive:

- **D1 - Gare per tutti:** tracciati su stradine, mulattiere o comodi sentieri con lievi dislivelli, ben evidenti che non pongono incertezze o problemi per l'individuazione del percorso.
- **D2 - Gare per trailer non principianti:** si svolgono su sentieri o su evidenti tracce di passaggio con segnalazioni adeguate; comportano anche ripidi pendii e brevi tratti esposti ma protetti con barriere o assicurati con cavi e catene e assistiti da personale specializzato (soccorsi alpino, ecc). Richiedono esperienza di corse in montagna, conoscenza dell'ambiente e del territorio "alpino" calzature ed equipaggiamento adeguati, un buon allenamento
- **D3 - Gare per Trailer Esperti:** si svolgono su percorsi generalmente segnalati ma con tratti di terreno infido e impervio; affrontano anche quote elevate e possibili brevi tratti rocciosi con importanti difficoltà tecniche tali da richiedere esperienza di montagna, buona conoscenza dell'ambiente e del territorio "alpino", capacità di muoversi su terreni particolari, equipaggiamento e attrezzature adeguati, ottimo allenamento.

##### 1.1.2 Non competitive:

- **E1 - Attività promozionali dedicate alle categorie giovanili fino ai Cadetti**, anche collaterali all'evento competitivo, su percorsi brevi tracciati su stradine e comodi sentieri, in presenza di operatori e/o istruttori qualificati.
- **E2 - Attività promozionali dedicate alle scuole primaria (elementare) e secondaria di primo grado** (media inferiore), anch'esse organizzate su percorsi brevi tracciati su stradine e comodi sentieri, in presenza di operatori e/o istruttori qualificati.
- **E3 - Family run, anche** collaterali all'evento competitivo, con percorsi riconducibili alla tipologia **D1 - Gare per tutti** e distanze fino ai 21 km.
- **E4 - Trail running per tutti**, attività promozionali della disciplina che si svolgono a qualsiasi andatura, prevalentemente in gruppi omogenei per abilità dei componenti, condotti da operatori e/o istruttori qualificati, su percorsi con difficoltà rapportate alle abilità stesse.

#### 1.2 Distanze di gara

Le gare UISP di Trail Running sono suddivise sulla base delle seguenti **distanze**:

<b>Short Trail</b>	Gare fino a 21 Km
<b>Trail</b>	Gare da 22 Km fino alla distanza della maratona
<b>Ecomaratona</b>	Gare sulla distanza della maratona con caratteristiche di difficoltà D1 o D2
<b>Trail Marathon</b>	Gara sulla distanza della maratona con caratteristiche di difficoltà D3
<b>Ultra Trail</b>	Gare oltre la distanza maratona

Gli eventuali tratti asfaltati del percorso non devono superare il 20% della distanza di gara.

### 1.3 Partecipanti alle manifestazioni

**1.3.1** Possono partecipare alle gare competitive nella specialità Trail Running:

- i tesserati UISP Atletica leggera in possesso di certificazione medica per attività sportiva agonistica.
- i non tesserati in possesso di certificazione medica per attività sportiva agonistica, purché in presenza di copertura assicurativa specifica.
- inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

Agli atleti della Categoria Juniores (18-19 anni) è consentita la partecipazione a gare su distanze non superiori ai 21 km (**Short Trail**).

Agli atleti della Categoria Allievi (16-17 anni) è consentita la partecipazione a gare su distanze non superiori ai 10 km con percorsi riconducibili alla tipologia **D1 - Gare per tutti**.

**1.3.2** Possono partecipare alle manifestazioni non competitive nella specialità Trail Running:

- i tesserati UISP Atletica leggera in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica
- i non tesserati purché in possesso di certificazione medica per attività non agonistiche e in presenza di copertura assicurativa specifica.
- allievi di istituti scolastici coinvolti nelle attività del tipo **E2**, purché le stesse attività siano ricomprese nel PTOF (in tal caso la certificazione medica sarà depositata presso l'Istituto Scolastico)
- inoltre, è consentita la partecipazione a quanti in regola con le norme previste dalle specifiche convenzioni sottoscritte a livello nazionale con organismi sportivi.

### 1.4 Tipologia Rifornimento

Nelle gare di trail running non esiste la regola di posizionare i ristori a intervalli regolari di km valida per le altre discipline "non stadia", ma possono essere utilizzate diverse modalità di rifornimento:

#### •Autosufficienza totale

L'atleta deve provvedere a portare con se una quantità di liquidi e di alimenti necessaria per affrontare tutta la gara. Sarà compito dell'organizzazione definire il Kit Obbligatorio e le relative quantità che ogni atleta dovrà portare con se comunicandolo attraverso il regolamento della gara. L'organizzazione dovrà prevedere anche un controllo del Kit Obbligatorio con modalità tali da garantire la sicurezza degli atleti durante la gara. Sarà inoltre cura dell'organizzazione definire e comunicare con anticipo le eventuali penalità da applicare in caso di mancato rispetto del regolamento.

#### •Semi autosufficienza

L'atleta avrà a disposizione dei punti ristoro a distanze variabili, e verrà informato della loro dislocazione con apposita documentazione da parte dell'organizzazione; tra un ristoro e l'altro dovrà gestirsi autonomamente. Anche in questo caso sarà compito dell'organizzazione definire il Kit Obbligatorio e le relative quantità che ogni atleta dovrà portare con se comunicandolo attraverso il regolamento della gara. L'organizzazione dovrà prevedere anche un controllo del Kit Obbligatorio con modalità tali da garantire la sicurezza degli atleti durante la gara. Sarà inoltre cura dell'organizzazione definire e comunicare con anticipo le eventuali penalità da applicare in caso di mancato rispetto del regolamento.

#### •Assistenza idrico alimentare completa

L'atleta verrà assistito durante la gara da parte dell'organizzazione nel rifornimento di acqua e alimenti che gli consentano di raggiungere il ristoro successivo. E' cura dell'organizzazione informare con apposita documentazione sulla dislocazione dei ristori sul percorso di gara. (Di solito questa modalità di rifornimento viene adottata nelle Ecomaratone)

## 2.0 SICUREZZA

La sicurezza degli atleti e di tutte le persone che sono coinvolte nella gara rappresenta per la UISP la priorità più importante di una manifestazione sportiva. A tale scopo l'organizzazione è tenuta a studiare tutti i possibili accorgimenti per garantire il miglior standard di sicurezza possibile. Alla sicurezza concorrono molteplici fattori di seguito elencati:

### 2.1 La sicurezza durante la gara

L'organizzazione in fase di progettazione del tracciato di gara devono necessariamente osservare le seguenti norme di base:

1. Scegliere un tracciato già esistente e mappato sulle carte topografiche.
2. Individuare e segnalare diverse vie di accesso al tracciato percorribili da mezzi motorizzati in caso di eventuali operazioni di soccorso.
3. In presenza di percorsi con dislivelli impegnativi e punti in quota non raggiungibili con mezzi su gomma, individuare postazioni che rendano possibile l'atterraggio di un elisoccorso oppure prevedere un recupero con verricello.
4. Scegliere percorsi senza difficoltà alpinistiche; in presenza di punti esposti o di particolare difficoltà, comunque non alpinistiche, gli stessi vanno attrezzati e presidiati da personale specializzato (soccorso alpino, guide alpine, ecc.).

## **2.2 Informativa**

Nell'ambito della sicurezza, un ruolo fondamentale lo riveste l'informazione che l'organizzazione deve fornire a tutti gli atleti.

Il comitato organizzatore deve approntare, appena definito il tracciato, una documentazione cartacea e informatica su:

- Lunghezza del percorso e sistema di misurazione Utilizzato (è consigliato l'utilizzo di gps);
- Altimetria con chilometraggio;
- Planimetria del percorso;
- Posizionamento di eventuali ristori o reintegri idrici o alimentari;
- Segnalazione dei tratti con particolari difficoltà (ad esempio: discese pericolose, attraversamento guadi, tratti esposti, tratti attrezzati)
- Punti di ritiro;
- Punti di controllo e spunta degli atleti;
- Punti di soccorso;
- Tabella riguardante i tempi di passaggio a eventuali cancelli cronometrici;
- Informazioni sul Clima ed eventualmente sulle zone di Microclima esistenti nel periodo di svolgimento della gara con particolare riferimento a eventi quali neve, pioggia, nebbia, fulmini, vento sostenuto, aridità, temperature rigide, forti sbalzi di temperatura.

## **2.3 La segnaletica**

Il tracciato di gara deve essere segnalato in maniera inequivocabile. In particolare occorre:

- posizionare frecce direzionali ai bivi;
- posizionare segnali di conferma dopo 5 mt da ogni bivio;
- collocare segnali di conferma (fettucce biodegradabili o segnale in vernice biodegradabile su rocce) a intervalli regolari di 150 -200 metri lungo il tracciato.
- nel caso di corse in notturna utilizzare nastri fotoluminescenti, catarifrangenti o comunque materiale ad alta visibilità anche in presenza di nebbia o scarsa visibilità.
- è inoltre consigliato fornire ad ogni atleta un roadbook dettagliato del percorso.

## **2.4 Controlli**

### **2.4.1 Certificati medici**

Nel caso di svolgimento di gara competitiva l'organizzazione deve controllare che tutti gli iscritti siano in possesso di regolare Certificazione di idoneità alla pratica sportiva agonistica dell'atletica leggera in corso di validità alla data della manifestazione di cui trattasi; il tutto nel rispetto delle normative nazionali vigenti. Lo stesso dicasi per le eventuali prove non competitive collaterali: in questo caso i partecipanti dovranno essere in possesso di certificazione medica per attività non agonistica.

### **2.4.2 Materiale Obbligatorio**

Qualora l'organizzazione richieda agli atleti un kit minimo di materiale da portare con se durante la gara, la stessa dovrà predisporre un apposito sistema di controllo. Tale controllo dovrà essere effettuato da Giudici UISP e/o da personale volontario appositamente formato.

## **3.0 PERSONALE ADDETTO**

### **3.1 Volontari**

L'organizzazione deve distribuire sul percorso un numero di persone proporzionale alla lunghezza dello stesso, alla criticità tecnica, al numero di partecipanti.

Le persone che sono chiamate a prestare volontariamente il loro servizio sul tracciato di gara devono essere istruite sul compito che devono svolgere. Di seguito un elenco non esaustivo delle principali operazioni svolte dai volontari:

- Marcatura del percorso
- Indicare i punti critici del percorso
- Gestire i rifornimenti
- Pronto intervento
- Gestione comunicazioni radio

- Attrezzare e assistere punti pericolosi del tracciato.

Per quasi tutti i punti si fa riferimento a gruppi riconducibili a Soccorso Alpino, Croce Rossa Italiana, ANPAS, Protezione Civile, CAI, che garantiscono le necessarie competenze a seconda dell'ambito di intervento.

### 3.2 Giudici

Il ruolo dei giudici in una gara trail è di estrema importanza e ogni gara deve prevedere la loro presenza per svolgere le seguenti operazioni:

- Spunta dei partenti
- Controllo della rispondenza del kit obbligatorio a quanto stabilito dal regolamento di gara.
- Controllo dei passaggi in determinate postazioni definite dal regolamento di gara<sup>6644</sup>.
- Decisioni in merito a squalifiche o a penalità da attribuire ai concorrenti secondo quanto previsto dal regolamento di gara.

In caso di assenza del giudice UISP tali operazioni possono essere seguite da personale formato e messo a disposizione dall'organizzazione stessa.

### 3.3 Medici e personale sanitario

In ogni gara deve essere assicurata la presenza sul campo di almeno un **medico abilitato** che deve assistere gli atleti fino all'ultimo arrivato. In assenza del medico la gara non potrà avere luogo.

Il personale medico e sanitario, adeguato per numero, formazione, competenze e dislocazione sul percorso, deve essere previsto dall'organizzazione attraverso la redazione del Piano di Sicurezza, in collaborazione con il Responsabile Sanitario, sulla base delle caratteristiche del tracciato.

### 3.4 Responsabile Sanitario

Per ogni gara è previsto almeno un responsabile sanitario, che si occuperà di predisporre, in collaborazione con l'organizzazione, la logistica dell'assistenza medica sul percorso, ricompresa nel Piano di Sicurezza. A lui saranno demandate anche tutte le decisioni in ordine al fermare o meno atleti che presentino, durante la gara, particolari criticità psicofisiche.

## 4.0 REGOLAMENTO TIPO

Allo scopo di agevolare l'organizzazione nella predisposizione del proprio regolamento di gara, si riportano di seguito i **contenuti minimi che ne devono fare parte**. Si ricorda che quanto di seguito riportato è da considerarsi indicativo e non esaustivo dei contenuti necessari, in quanto solo l'organizzazione è in grado di conoscere le specificità della propria manifestazione. Tale documento dovrà essere presentato, una volta ottenuta l'omologazione, al comitato territoriale UISP competente al rilascio dell'autorizzazione allo svolgimento della gara.

### ELEMENTI BASE

- nome evento
- luogo e data di svolgimento
- nome del soggetto sportivo (ASD o SSD) che organizza ed eventuali collaborazioni
- eventuali patrocini istituzionali
- contatti degli dell'organizzazione
- principali caratteristiche della gara ovvero tipologia, distanza, dislivello
- rappresentazione sommaria del percorso (planimetria e profilo altimetrico)
- tempo massimo e cancelli orari
- "tipologia rifornimento" previsto e dettagli sugli eventuali punti di ristoro

### MODALITA' DI PARTECIPAZIONE

- requisiti richiesti all'atleta per iscriversi alla gara;
- modalità di iscrizione
- programma di massima della manifestazione
- classifiche e premi

### SICUREZZA

- indicazioni sul Clima come dettagliato nel punto **2.2 Informativa**;
- ubicazione dei punti di ritiro;
- ubicazione dei punti di soccorso;
- informazione sulla sicurezza ed assistenza medica di gara;
- indicazioni sull'eventuale materiale obbligatorio o consigliato;
- informazioni sulle eventuali vie alternative;
- numero telefonico per le emergenze;
- tipologia della segnaletica utilizzata;

### SANZIONI

- tabella penalità e squalifiche
- reclami
- giuria

### INFO ACCESSORIE

- servizi offerti prima, durante e dopo la gara

- coperture assicurative
- varie ed eventuali

#### IMPEGNATIVA PER L'ATLETA

L'atleta iscritto e partecipante alla gara è tenuto e si obbliga a:

- leggere e prendere visione di quanto messo a disposizione dall'organizzazione relativamente alla sicurezza di gara
  - rispettare le disposizioni in termini di Materiale Obbligatorio e portare con se quanto previsto
  - non abbandonare sul percorso di gara eventuali rifiuti
  - avvisare tempestivamente l'organizzazione in caso di ritiro dalla gara, utilizzando il numero di telefono fornito per lo scopo
  - posizionare il pettorale sul fronte della propria persona in modo tale da renderlo perfettamente visibile
  - non uscire dal percorso di gara tracciato. Tale aspetto è importante dal punto di vista ambientale ma anche dal punto di vista della sicurezza di gara
  - prestare assistenza e/o allertare i soccorsi qualora vengano superati concorrenti che si trovino in evidente difficoltà e/o richiedano aiuto
  - utilizzare i bastoncini in maniera corretta, evitando di tenerli in posizione pericolosa per gli altri concorrenti durante la marcia
  - portare con se una riserva idrica e un bicchiere personale. Nel caso in cui l'organizzazione metta a disposizione bicchierini di plastica ai ristori, questi dovranno essere smaltiti negli appositi contenitori posti in loco
  - attenersi alle richieste e alle decisioni del responsabile sanitario conseguenti ad accertamenti in corso di gara; nel caso di fermo definitivo dovrà restituire il pettorale di gara
  - consegnare il proprio pettorale nel caso in cui gli venga richiesto dal personale sanitario, dai giudici o dal personale individuato dall'organizzazione
  - non farsi assistere/aiutare/accompagnare durante la gara da personale estraneo all'organizzazione
- All'atleta inoltre, per motivi di sicurezza, è sconsigliato l'ascolto di musica in cuffie durante la gara in quanto non permettono di percepire eventuali pericoli e richieste di soccorso.
- L'atleta infine, all'atto dell'iscrizione alla gara, dichiara di aver letto e accettato il regolamento in ogni sua parte.

#### 4.1 Premi e Categorie:

Nelle gare di Trail Running UISP non devono essere, sotto qualsiasi forma, riconosciuti premi in denaro sia per le classifiche generali che di categoria. Per i campionati istituzionali valgono le categorie nazionali identificate dalla UISP.

## 5.0 AUTORIZZAZIONI E NULLA OSTA

I documenti che l'organizzazione (ASD o SSD affiliata UISP) dovrà ottenere per poter organizzare la manifestazione, in stretto ordine cronologico, sono:

- 1) **Certificato di Omologazione** della gara
- 2) **Autorizzazione allo svolgimento** da parte di UISP
- 3) **Autorizzazione da parte degli Enti** competenti per territorio o gestori di tratti di viabilità attraversati o percorsi
- 4) **Estensione della Polizza Assicurativa UISP** (ved. punto 1.1.0)

Detti documenti devono essere stampati e conservati dal responsabile della manifestazione presso la sede di gara, allo scopo di essere prontamente esibiti, in caso di necessità, alle Autorità e/o Enti competenti.

### 5.1 Certificato di Omologazione e Autorizzazione allo svolgimento da parte di UISP

Tale **Certificato** deve essere richiesto con congruo anticipo sulla data di svolgimento (non meno di 45 giorni ma, allo scopo di affrontare e risolvere eventuali problematiche, si consiglia un anticipo di almeno 90 giorni), mediante richiesta di **omologazione gara** e successivo rilascio di **autorizzazione allo svolgimento**, al Presidente del Comitato Territoriale Uisp competente per territorio e al Referente Regionale Trail UISP (in sua assenza alla Commissione Nazionale Trail UISP); alla richiesta dovranno essere allegati il **Regolamento di gara** (ved. punto 4.0) ed il **Piano della sicurezza** (ved. sotto).

il **Referente Regionale Trail UISP** ha il compito di interfacciarsi con l'organizzazione, verificare la correttezza della documentazione inoltrata e rilasciare a sua firma, il **Certificato di Omologazione**, inviandolo al **Presidente del Comitato Territoriale Uisp**; quest'ultimo, solo in questo momento potrà rilasciare l'**Autorizzazione allo svolgimento** della manifestazione.

Solo a seguito del rilascio dell'Autorizzazione da parte del Comitato Territoriale UISP competente, l'organizzazione potrà apporre il relativo marchio accompagnandolo obbligatoriamente con la dicitura "AFFILIATO" che va aggiunta nella parte superiore del logo. Il tutto nel rispetto del REGOLAMENTO DI COMUNICAZIONE E IDENTITA' VISIVA UISP.

#### 5.1.1 Piano della sicurezza

Il **Piano della sicurezza** deve contenere le principali informazioni relative alla sicurezza sul percorso; in dettaglio:

- Presentazione sintetica dell'organizzatore della manifestazione
- Presentazione accurata della gara, indicando le principali caratteristiche di lunghezza, dislivello, ambiente, composizione percorso, pericoli oggettivi.
- Descrizione enti preposti alla sicurezza coinvolti nell'organizzazione
- Descrizione procedure di emergenza messe in atto dai volontari
- Descrizione procedure di sicurezza messe in atto dagli enti preposti alla sicurezza
- Indicazione materiale fornito ai volontari
- Elenco volontari, con relativi contatti telefonici
- Disposizione volontari sul percorso
- Indicazione dei punti di sicurezza e controllo

Parte integrante del piano di sicurezza devono essere la **cartina dettagliata del percorso** e il **Dispositivo di Soccorso**.

Una corretta stesura del Piano della Sicurezza attesta che tutte le possibili criticità in corso di gara sono state attentamente analizzate, allo scopo di ridurre al minimo i margini di rischio per i partecipanti.

## 5.2. Autorizzazione degli Enti competenti

Se la manifestazione interessa il territorio di un unico **Comune**, la necessaria Autorizzazione allo svolgimento dovrà essere rilasciata da quest'ultimo.

Se il percorso interessa tratti di viabilità in più comuni, l'autorizzazione allo svolgimento è rilasciata dalla **Provincia** (o Città Metropolitana laddove presente)

Se si rende necessaria la sospensione temporanea della circolazione su tratti di viabilità soggetti al transito veicolare, l'ordinanza di sospensione temporanea della circolazione viene rilasciata, ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S., dal Sindaco per quelle manifestazioni che si svolgono esclusivamente all'interno del centro abitato; la stessa ordinanza viene invece rilasciata, sempre ai sensi dell'art. 9, comma 7 bis del C.d.S, dal Prefetto se la competizione si svolge in più comuni oppure, se interessa un solo comune ma si svolge anche al di fuori del centro abitato.

All'istanza rivolta all'Ente di competenza, devono essere allegati:

- Copia dell'Autorizzazione preventiva rilasciata da UISP;
- Copia della polizza assicurativa UISP (scaricabile dall'home page del sito [www.uisp.it](http://www.uisp.it)).

E' buona norma, specie nel caso di nuove manifestazioni, contattare preliminarmente l'Ente o gli Enti di cui sopra, con un buon anticipo, allo scopo di prevenire eventuali criticità altrimenti difficilmente superabili. In sede di verifiche preventive è necessario verificare con le Amministrazioni coinvolte eventuali adempimenti conseguenti all'applicazione della **Circolare Gabrielli** del 7 giugno 2017.

### 5.3.0 Estensione della Polizza Assicurativa UISP

Per garantire le coperture assicurative di legge a tutti i partecipanti, inclusi gli atleti "non tesserati", si dovrà attivare la copertura assicurativa specifica (Convenzione Uisp).

Procedure diverse, in caso di sinistri o altre problematiche, possono esporre a conseguenze di carattere civile o penale.

## 6.0 Curriculum sportivo dell'atleta

Allo scopo di ridurre il più possibile la partecipazione di atleti impreparati o inesperti a gare che presentino difficoltà elevate ovvero

1. distanze da Ultra Trail
2. dislivelli importanti
3. particolari difficoltà tecniche non alla portata di tutti

E' opportuno che l'organizzazione richieda il **Curriculum sportivo dell'atleta** attraverso il quale verificarne giusti e minimi requisiti di esperienza e preparazione atletica.

## 7.0 Rispetto dell'ambiente

Il trail running viene praticato in ambienti molto delicati nei quali spesso l'ecosistema vive in un precario equilibrio; l'organizzazione deve quindi porsi l'obiettivo di adottare tutte le contromisure necessarie per non arrecare danni e restituire il territorio inalterato a fine manifestazione.

Ecco in dettaglio gli ambiti di intervento e le relative modalità:

### 1) Segnaletica

- Utilizzare materiale biodegradabile.
- Rimuovere tutta la segnaletica ed eventuali rifiuti immediatamente dopo la gara.

### 2) Ristori

- Incentivare l'uso del bicchiere unico o dell'eco tazza che il partecipante deve portare con se.
- Utilizzo di materiali biodegradabili.
- Delimitare le aree dove consumare il ristoro.

- Adottare regimi di semi autosufficienza.

### 3) Rifiuti

- I concorrenti devono portare con se tutti i rifiuti che producono o depositarli negli appositi contenitori predisposti dall'organizzazione.
- Prevedere, nel regolamento di ogni gara, squalifiche o forti penalizzazioni per chi viene sorpreso a gettare rifiuti sul percorso,
- Effettuare la raccolta differenziata dei rifiuti prodotti nei ristori.

### 4) Regolamentazione del numero dei partecipanti

Il numero dei concorrenti ammessi a partecipare deve essere compatibile con le capacità ricettive e con l'ecosistema dell'ambito o della località ospitante la gara. E' consigliabile, prima di progettare una manifestazione in un determinato territorio, confrontarsi con il soggetto istituzionale competente (ad es. Ente Parco) per verificarne la fattibilità e le prescrizioni da rispettare.

## **NORDIC WALKING**

Il Nordic Walking è un'attività sportiva che prevede la camminata veloce e coordinata, svolta utilizzando bastoni appositamente studiati.

Tradotto in italiano si presenta come "*Camminata Nordica*", una disciplina nata nei paesi scandinavi e inizialmente praticata dagli atleti dello sci di fondo durante la preparazione estiva. Negli anni la tecnica e i bastoncini sono stati perfezionati e oggi il Nordic è un vero e proprio esercizio di fitness.

Il Nordic Walking, a differenza di altre attività sportive (es. escursionismo o trail running), utilizza i bastoncini per **spingere l'atleta e non per sostegno ed equilibrio**. Il tutto avviene in un modo facile, naturale e molto efficace per migliorare la propria condizione fisica e per tonificare la muscolatura del corpo, indipendentemente dall'età, dal sesso o dalla preparazione fisica.

Nel Nordic Walking, quando si applica la tecnica corretta, si utilizza circa il 90% della muscolatura del corpo, senza sollecitare in modo eccessivo le articolazioni, con tutti i benefici che un allenamento così completo comporta. Si pratica all'aria aperta, fa bene al cuore e alla circolazione, rafforza braccia e spalle, migliora la postura della schiena e tonifica glutei e addominali. Nei vari livelli di Nordic Walking - semplice, fitness e sport - ognuno trova il livello di pratica e gli esercizi adatti alla propria condizione fisica. Dalla camminata tranquilla e terapeutica a un buon allenamento aerobico, fino agli esercizi specifici per gli atleti

Durante lo svolgimento dell'intero iter formativo particolare attenzione viene posta a tematiche riguardanti:

- L'educazione alla salute attraverso l'acquisizione di uno stile di vita attivo.
- La pratica di attività motorie in ambiente naturale.
- L'insegnamento della disciplina.

L'attività proposta è non competitiva e prevede uscite in gruppo promosse dalle ASD o SSD affiliate UISP o attività dedicate, collaterali ad eventi podistici.

Possono partecipare alle manifestazioni non competitive UISP nella specialità Nordic Walking:

- i tesserati UISP Atletica leggera in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica
- non tesserati purché in possesso di certificazione medica per attività sportiva non agonistica e in presenza di copertura assicurativa specifica.



## **FORMAZIONE**

### **Definizione della formazione**

Per ciascuna attività, approvata dal CN, afferente la UISP SdA Atletica leggera sono previsti percorsi formativi da svolgersi in conformità con quanto previsto dal Regolamento Nazionale Formazione UISP.

La UISP nelle attività di Atletica leggera organizzate attraverso la specifica UISP SdA Atletica leggera, riconosce quale obiettivo primario della formazione la trasmissione di principi e comportamenti atti a perseguire il mantenimento e, se necessario, la riconduzione dell'Atletica leggera, a esclusivo fenomeno sportivo, anche in un ambito di competizione leale e rispettosa delle capacità e delle possibilità dei praticanti.

A tale proposito l'attività formativa organizzata con il coinvolgimento della UISP SdA Atletica leggera, deve fornire ai discenti, su tutto il territorio nazionale, oltre alle indispensabili conoscenze tecniche afferenti al proprio settore (attività, disciplinare, arbitrale, etc.) anche quelle di base necessarie alla pratica ed alla diffusione dello sport per tutti.

Fermo restando le norme previste dal Regolamento Nazionale Formazione, i Settori di attività Atletica leggera Regionali e Territoriali dovranno dare attuazione agli indirizzi della politica di formazione nazionale.

I corsi possono essere organizzati dal SdA nazionale, dai Comitati Territoriali e Regionali UISP.

In particolare le UISP SdA Atletica leggera regionali e territoriali dovranno:

- incentivare la partecipazione annuale ai corsi di formazione, compresi quelli arbitrali;

### **Qualifiche**

1 . Sono previste le seguenti qualifiche:

*Operatore Sportivo/Aiuto tecnico di Atletica leggera;*

*Operatore Sportivo/Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running*

*Tecnico/educatore di Atletica leggera;*

*Tecnico/allenatore di Trail Running;*

**Aree tematiche, programmi, ore di formazione**

TABELLA DELLA FORMAZIONE								
QUALIFICHE	ETA'	Requisiti	Totale ore formazione	Unità Didattica di Base	Unità Didattica Normativa Disciplina	Unità di Apprendimento della Disciplina	Tirocinio	verifica
Operatore Sportivo di base/Aiuto tecnico di Atletica leggera	Min. 16	*	40	10 ore	min. 4 ore	26		Scritto/orale/ prova pratica
Operatore Sportivo di base/Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running	Min. 18	*	40	10 ore	min. 4 ore	26		Scritto/orale/ prova pratica
Tecnico/educatore di Atletica leggera	Min. 18	*	60	10 ore	min. 4 ore	26	20 ore	Scritto/orale/ prova pratica
Tecnico/allenatore di Trail Running	Min. 18	*	60	10 ore	min. 4 ore	26	20 ore	Scritto/orale/ prova pratica
Insegnante o Istruttore di Nordic Walking	Min. 18	*	62	10 ore	min. 4 ore	28	20 ore	Scritto/orale/ prova pratica
Giudice/cronometrista	Min. 21	*	30/35	10 ore	min. 4 ore	8/13	8 ore	Scritto/orale/ prova pratica
Operatore sportivo di atletica leggera – metodica cammino	Min. 18	*	63	10 ore	Min. 4 ore	29	20 ore	Scritto/orale/ prova pratica

**CODICE ID CORSO: ATL01**

**QUALIFICA: OPERATORE SPORTIVO/AIUTO TECNICO DI ATLETICA LEGGERA**

**MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA**

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Normativa della disciplina 1: regolamento dell'atletica leggera	3
B	Normativa della disciplina 2: ruolo e compiti dell'operatore Sportivo di A.L. UISP	1
C	Tecnica di base dell'atletica leggera e metodologia di allenamento	12
D	La gestione dell'allenamento	4
E	La gestione dell'evento sportivo promozionale e/o amatoriale	2
F	Imparare ad insegnare; Comunicare: il linguaggio verbale e non verbale; La pedagogia del gioco; Le dinamiche di gruppo; La prossemica	4
G	Gli aspetti medici, traumatologici, farmacologici, l'alimentazione e il doping	4
	<b>TOTALE</b>	<b>40</b>

L'età minima per accedere al corso è di 16 anni. L'Aiuto Tecnico di Atletica leggera opera sotto la supervisione di una figura di livello superiore (Es. Tecnico/Educatore Uisp) nell'ambito gestionale organizzativo delle attività promozionali e/o amatoriali Uisp. Le ore di durata del corso sono 30 e trattano i seguenti argomenti: tecnica di base dell'atletica leggera e metodologia di allenamento; la gestione dell'allenamento; la gestione dell'evento sportivo promozionale e/o amatoriale; imparare ad insegnare, La pedagogia del gioco; le dinamiche di gruppo, la prossemica, Comunicare: il linguaggio verbale e non verbale; gli aspetti medici, traumatologici, farmacologici, l'alimentazione e il doping.

- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

### CODICE ID CORSO: ATL02

#### QUALIFICA: OPERATORE SPORTIVO/COORDINATORE GRUPPI

##### MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Normativa della disciplina 1: il Regolamento del Trail Running UISP	3
B	Normativa della disciplina 2: ruolo e compiti del Coord. Gruppi di Trail Running UISP	1
C	La sicurezza nel Trail Running: tipologia dei percorsi, lettura delle previsioni meteo	2
D	L'abbigliamento da gara e/o allenamento e le dotazioni di sicurezza	2
E	Il concetto di sostenibilità ambientale nella gestione dei gruppi nel Trail Running	2
F	Elementi base di cartografia, lettura dei percorsi, strumentazioni di supporto	2,5
G	L'alimentazione in allenamento, gara e nelle diverse stagioni o condizioni meteo	2
H	Elementi di primo soccorso e autosoccorso	2
I	Elementi base di anatomia e traumatologia: le patologie più frequenti nel trail r.	3,5
L	Gli aspetti psicologici nella gestione dell'allenamento	2
M	Teoria e metodologia dell'allenamento	8
	TOTALE	40

Per accedere al corso, il candidato dovrà avere raggiunto la maggiore età ed essere in possesso di un curriculum che attesti la pluriennale esperienza nell'ambito della disciplina in qualità di dirigente di associazione sportiva o atleta. E' definito *Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running* l'Operatore Sportivo abilitato a coordinare e preparare (a livello teorico e pratico anche mediante uscite su sentiero) gruppi di atleti alla conoscenza del territorio, della cartografia e della segnaletica, delle principali nozioni di meteorologia e di sicurezza in gara e in allenamento, dell'uso corretto di abbigliamento sportivo ed attrezzature; La durata del corso è di 30 ore. Gli argomenti trattati sono: cenni su teoria e metodologia dell'allenamento, alimentazione, traumatologia, autosoccorso e interazione con gli operatori preposti al soccorso, sicurezza in gara e nell'allenamento, conoscenza della segnaletica, studio del percorso, abbigliamento e attrezzature individuali.

- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica) con esclusione degli argomenti di cui al punto M)

### CODICE ID CORSO: ATL03

#### QUALIFICA: TECNICO/EDUCATORE DI ATLETICA LEGGERA

##### MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Normativa della disciplina 1: regolamento dell'atletica leggera	3
B	Normativa della disciplina 2: ruolo e compiti del Tecnico/Educatore	1
C	Tecnica di base dell'atletica leggera e metodologia di allenamento	12
D	La gestione dell'allenamento	4
E	La gestione dell'evento sportivo promozionale e/o amatoriale	2
F	Imparare ad insegnare; Comunicare: il linguaggio verbale e non verbale; La pedagogia del gioco; Le dinamiche di gruppo; La prossemica	4
G	Gli aspetti medici, traumatologici, farmacologici, l'alimentazione e il doping	4
	TOTALE	40

L'età minima per accedere al corso è di 18 anni. Il Tecnico/Educatore deve dimostrare una buona conoscenza della materia, meglio se supportata da una formazione scolastica mirata (ISEF o Scienze Motorie), unita ad una buona capacità didattica e relazionale, allo scopo di curare e coordinare al meglio la formazione delle fasce d'età promozionali, giovanili e/o amatoriali. Il corso si articola su un minimo di 30 ore alle quali si aggiunge un tirocinio di almeno 20 ore in affiancamento ad un tecnico già abilitato e si conclude con la verifica finale. Le materie di studio sono tecnica di base dell'atletica leggera e metodologia di

allenamento; la gestione dell'allenamento; la gestione dell'evento sportivo promozionale e/o amatoriale; gli aspetti medici, traumatologici, farmacologici, l'alimentazione e il doping.

TIROCINO: 20 ore

VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

### CODICE ID CORSO: ATL04

#### QUALIFICA: TECNICO/ALLENATORE DI TRAIL RUNNING

##### MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Normativa della disciplina 1: il Regolamento del Trail Running UISP	3
B	Normativa della disciplina 2: ruolo e compiti dell'Allenatore di Trail Running UISP	1
C	La sicurezza nel Trail Running: tipologia dei percorsi, lettura delle previsioni meteo	2
D	L'abbigliamento da gara e/o allenamento e le dotazioni di sicurezza	2
E	Il concetto di sostenibilità ambientale nella gestione dei gruppi nel Trail Running	2
F	Elementi base di cartografia, lettura dei percorsi, strumentazioni di supporto	2,5
G	L'alimentazione in allenamento, gara e nelle diverse stagioni o condizioni meteo	2
H	Elementi di primo soccorso e autosoccorso	2
I	Elementi base di anatomia e traumatologia: le patologie più frequenti nel trail r.	3,5
L	Gli aspetti psicologici nella gestione dell'allenamento	2
M	Teoria e metodologia dell'allenamento	8
	TOTALE	40

Per accedere al corso il candidato dovrà essere in possesso di diploma ISEF o Laurea in Scienze motorie o del titolo di Tecnico/Educatore di Atletica leggera UISP (in alternativa dovrà aver svolto almeno 3 anni di pratica documentata nel ruolo di *O.S./Coordinatore gruppi* ed aver superato la successiva verifica. E' definito Tecnico/allenatore di Trail Running chi è abilitato a trasmettere ai praticanti la conoscenza teorica e pratica della disciplina e, nello specifico, a curarne la preparazione atletica per l'attività competitiva e non; la durata del corso è di 30 ore, alle quali si sommano 20 ore di tirocinio e la verifica finale. Gli argomenti trattati sono: teoria e metodologia dell'allenamento, alimentazione, traumatologia, autosoccorso e interazione con gli operatori preposti al soccorso, sicurezza in gara e nell'allenamento, conoscenza della segnaletica, studio del percorso, abbigliamento e attrezzature individuali.

- TIROCINO: 20 ore
- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

### CODICE ID CORSO: ATL05

#### QUALIFICA: INSEGNANTE/ISTRUTTORE

##### MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Il Nordic Walking UISP e il ruolo del tecnico-insegnante	16
B	Anatomia e fisiologia applicate alla disciplina del Nordic Walking	
C	La tecnica del Nordic Walking: teoria e pratica	
D	Didattica e metodologia dell'insegnamento del Nordic Walking: teoria e pratica	16
E	Progressioni didattiche e programmazione delle attività: teoria e pratica	
	TOTALE	42

L'età minima per accedere al corso è di 18 anni. Il percorso formativo per ottenere la qualifica di Tecnico di NORDIC WALKING è indirizzato a nordic walkers (soci Uisp che abbiano già frequentato un corso di tecnica di nordic walking) che, avendo sviluppato una buona abilità tecnica nella disciplina ed essendo dotati di una buona capacità didattica e relazionale, intendono impegnarsi nella diffusione del NORDIC WALKING secondo lo spirito dello SportperTutti.

La durata del corso è di 32 ore alle quali seguirà la verifica.

Gli argomenti affrontati sono: Il nordic walking Uisp, anatomia e fisiologia applicata alla disciplina, tecnica del nordic (teoria e pratica); didattica e metodologia dell'insegnamento applicato alla disciplina (teoria e pratica), progressioni didattiche e programmazione di attività (teoria e pratica).

- TIROCINO: 20 ore
- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

**CODICE ID CORSO: ATL06****QUALIFICA: GIUDICE/CRONOMETRISTA****MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA**

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Normativa della disciplina 1: Ruolo e competenze del Giudice di Gara, il Regolamento di Atletica leggera UISP	3
B	Normativa della disciplina 2: Requisiti di accesso alle manifestazioni competitive e non competitive: tesseramento degli atleti e normativa sanitaria	1
C	La corsa su strada	2
D	La corsa campestre, la corsa in montagna, il trail running, la ciaspolata	1
E	Le gare in pista 1: corse piane e ad ostacoli	2
F	Le gare in pista 2: i salti in estensione e in elevazione	1
G	Le gare in pista 3: i lanci e le prove multiple	2
H	Il cronometraggio e i sistemi gestionali informatici applicati all'atletica leggera	1
	TOTALE	23

L'età minima per accedere al corso è di 16 anni. il percorso formativo varia a seconda dell'ambito di intervento del Giudice; se trattasi di **Giudice di Gara in Pista e No Stadia**, nelle 13 ore previste si trattano le normative che regolano le attività No Stadia (corse su strada, le campestri, il trail running e le camminate) e le gare su Pista con particolare riferimento a corse piane e ad ostacoli, a salti in estensione ed elevazione e a lanci e prove multiple; attenzione anche per il cronometraggio ed i sistemi informatici applicati all'atletica leggera (Pista e NO Stadia). Nel caso in cui il percorso abiliti il **Giudice** solo per le **Gare No Stadia**, il monte ore scende a 8, escludendo la trattazione delle parti riguardanti la Pista.

- TIROCINO: 8 ore
- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

**CODICE ID CORSO: ATL 07****QUALIFICA: OPERATORE SPORTIVO DI ATLETICA LEGGERA - METODICA DEL CAMMINO****MODULI E MATERIE OGGETTO DI INSEGNAMENTO PER QUESTA QUALIFICA**

	NOME DELLA MATERIA TRATTATA	ORE
UDB	UNITA DIDATTICHE DI BASE	10
A	Il concetto di "accompagnatore, il ruolo dell'accompagnatore nei gruppi di cammino	1
B	La Comunicazione: dal singolo al gruppo. La comunicazione prima durante e dopo le camminate	1
C	Composizione e tipologie di gruppo, gestione del gruppo	1
D	Simulazioni sulle dinamiche di gruppo	1
E	Benefici psicofisici del cammino; conoscenza del proprio corpo nel cammino	3
F	Tecnica di cammino: i passi e movimenti in pianura/salita/discesa	2
G	Esercitazioni sulle tecniche di cammino	2
H	Sicurezza e conoscenza del territorio: l'ambiente naturale e luoghi di interesse-rispetto e salvaguardia dell'ambiente	3
I	Il cammino nelle diverse condizioni metereologiche	2
L	A, A, A: Alimentazione, Attrezzatura e Abbigliamento	3
M	Orientamento	2
N	Esercitazione (all'aperto) sull'orientamento	2
O	Progettazione, organizzazione e gestione di percorsi – elementi	2
P	Pianificazione pratica e gestione logistica di un'escursione	2
Q	Escursione con valutazione e verifica del lavoro svolto	6
	TOTALE	43

- TIROCINIO: 20 ore
- VERIFICA: SI (scritto, orale, prova pratica)

**Requisiti minimi di ingresso al corso:**

- 18 anni di età



**Ai fini del rilascio dello specifico Attestato di qualifica e dell'iscrizione all'Albo Nazionale Formazione UISP è necessario aver svolto la parte relativa alle UDB - Unità Didattiche di Base - organizzate dai Comitati Regionali e/o Territoriali.**

### **NORMA TRANSITORIA**

Il Presente Regolamento Tecnico Nazionale annulla e sostituisce i regolamenti in materia precedentemente in vigore.