

REGULAMENTUL

Campionatului National de sala U20 – FINALA

Data de desfășurare : 21 – 22.02.2020

Localitate de desfășurare : București

Participanți: Sportivi legitimați născuți 2001 – 2002 (juniori 1 – U20), 2003 – 2004 (cadeți – U18) și 2005 -2006 (juniori 3 – U16), cu viza medicală la zi.

Probele de concurs :

- Ziua I – 60 m.plat M+F / 400 m.plat M+F / 1500 m M+F / Triplu salt M+F / Săritura cu prăjina
- Ziua II – 60 m garduri M+F / 800 m M+F /3000 m M+F / Săritura în lungime M+F /Săritura în înălțime /Aruncarea greutății M+F / Ștafetă 4x2 tur.

Condiții de participare

1. În proba de 60 m plat se vor alerga serii contra timp și finală
2. În probele de garduri se vor se vor alerga serii și finală, indiferent de numărul de concurenți înscriși în concurs
3. Alcătuirea seriilor în probele de 400 m / 800 m/1500 m/3000m se va face exclusiv în funcție de rezultatele sezonului 2020. În prima serie concurează sportivii cu cele mai bune rezultate (statistica FRA) înregistrare în sezonul 2020, în continuare seriile se alcătuiesc în ordine descrescândă a performanțelor. În situația lipsei un unei performanțe oficiale, sportivul va fi plasat în ultima serie.
4. În proba de 400 m în fiecare serie, cel mai bun timp va fi plasat pe culoarul 3
5. În situația în care numărul participanților în proba de săritură în lungime este mai mare de 20, se vor organiza calificări
6. Un sportiv are dreptul să participe la două probe și o ștafetă.
7. Echipamentul de concurs este obligatoriu să poarte însemnele sau logo-ul clubului căruia aparține sportivul. Utilizarea echipamentului echipei naționale este interzisă.
8. După validari concurentii care nu se vor prezenta la start (DNS) , vor primi amenda conform regulamentului F.R.A.
9. Este interzisă participarea HC.

Programul de concurs : Va fi comunicat împreună cu seriile în probele de alergări și ordinea efectuării încercărilor în probele de sărituri și aruncarea greutății în ziua de 20.02.2020, orele 12,00.

Înălțimi inițiale :

- **Înălțime M :** 1m55-1m60-1m65-1m70-1m74-1m78-1m82-1m86.....+3 cm
- **Înălțime F :** 1m40-1m45-1m50-1m55-1m59-1m63-1m67.....+3 cm

- Prăjină B :
- Prăjină F :

Pragurile :

- Lungime M+F : pragul la 2 m
- Triplusalt F 11 m
- Triplu salt M 13 m

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Inscrierile se trimit la F.R.A. cu 10 zile inaintea datei de desfasurare a competitiei. Acestea sunt inscrierile finale.
- Doar modificarile inscrierilor initiale se fac telefonic miercurea inaintea datei de desfasurare a competitiei, tel :0742.113.344 , pana la ora 14:00.
- Verificarea legitimatiilor , achitarea taxei de participare si ridicarea numarului de concurs al concurentilor inscrisi se va face in prezinta datei de desfasurare a competitiei.

PROGRAM Proiect

Vineri -21.02.2020				Sambata -22.02.2020			
16:30	60 m	F	Serii	10:30	60m g	F	Serii
16:30	Greutate	F		10:30	Lungime	M	
16:30	Triplusalt	F		10:50	60 m g	M	Serii
16:40	60 m	M	Serii	11:00	800 m	F	Serii CT
17:00	1500m	F	Serii CT	11:15	800 m	M	Serii CT
17:15	1500 m	M	Serii CT	11:30	60m g	F	FINALA
17:30	60 m	F	FINALA	11:45	60 m g	M	FINALA
17:35	60 m	M	FINALA	11:50	3000 m	F	Serii CT
17:40	Greutate	M		11:50	Lungime	F	
17:55	Prăjină	F		12:00	3000 m	M	Serii CT
17:55	400 m	F	Serii CT	12:00	Prăjină	M	
17:55	Triplusalt	M		12:10	Înălțime	F	
18:15	Înălțime	M		12:20	4X2 tururi	F	Serii CT
18:25	400 m	M	Serii CT	12:30	4X2 tururi	M	Serii CT