

## REGULAMENTUL

### Campionatului Național de sală U18 - Finala

*Data de desfășurare* : 06 – 07.03.2020

*Localitate de desfășurare* : București

*Participanți*: Sportivi legitimați născuți 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 - M/ Greutate M+F/ Inaltime - M
- Ziua II – 60 m garduri M+F / 800 m M+F /3000 m M+F / Săritura în lungime M+F/ Inaltine – F / Prajina – 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 for alerga serii și finală, indiferent de numărul de concurenți înscriși în concurs.
  - Masculin – 0.91m – 13.72m – 9.14m – 9.72m – 5 garduri
  - Feminin – 0.76m – 13.00m – 8.50m – 13.00m – 5 garduri
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. În proba de aruncare a greutății, materialul de concurs este :
  - Masculin – 5 Kg
  - Freminin 3 – Kg
7. Un sportiv are dreptul să participe la două probe și o ștafetă.
8. Echipamentul de concurs este obligatoriu să poarte însemnele sau logo-ul clubului căruia aparține sportivul. Utilizarea echipamentului echipei naționale sau al altei țări, este interzisă.
9. Nu sunt admise H.C. - uri

**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 05.03.2020, orele 12,00.

**Înălțimi inițiale :**

- **Înălțime M** : 1m55-1m60-1m65-1m70-1m75-1m79-1m83-1m87-1m91.....+3 cm
- **Înălțime F** : 1m35-1m40-1m45-1m50-1m55-1m59-1m63-1m67.....+3 cm
- **Prăjină B** :
- **Prăjină F** :

**Pragurile :**

- Lungime M+F : pragul la 2 m
- Triplusalt F 9 m
- Triplu salt M 11 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 miercurea 04.03.2020, la telefon 0742.113.344, pana la ora 14:00.
- Verificarea legitimațiilor , achitarea taxei de participare si ridicarea numarului de concurs al concurentilor inscrisi se va face in preziua datei de desfasurare a competitiei.

➤ **SEDINTA TEHNICA: In preziua datei de desfasurare a competitiei**

## Campionat Național U18 - FINALA

06-07.03.2020- Bucuresti

Complexul Sportiv Național “Lia Manoliu” - Sala de atletism „Ioan Soter”

### PROGRAM

Vineri 06.03.2020							Sambata – 07.03.2020						
Cam Apel 1	Cam Apel 2	Ora Start	Proba	Gen	Categoria	Fest. Premiere	Cam Apel 1	Cam Apel 2	Ora Start	Proba	Gen	Categoria	Fest. Premiere
14:10	14:20	<b>15:00</b>	Prăjină	M			10:00	10:10	<b>10:30</b>	60 m garduri	F	Serii	
16:00	16:10	<b>16:30</b>	60 m	F	Serii		09:50	10:00	<b>10:30</b>	Lungime	M		
16:00	16:10	<b>16:30</b>	Greutate	F			10:20	10:30	<b>10:50</b>	60 m garduri	M	Serii	
15:50	16:00	<b>16:30</b>	Triplusalt	F			10:30	10:40	<b>11:00</b>	800 m	F	Serii CT	
16:10	16:20	<b>16:40</b>	60 m	M	Serii		10:45	10:55	<b>11:15</b>	800 m	M	Serii CT	
16:35	16:45	<b>17:05</b>	1500m	F	Serii CT		11:05	11:15	<b>11:35</b>	60 m garduri	F	FINALA	
16:50	17:00	<b>17:20</b>	1500 m	M	Serii CT		11:20	11:30	<b>11:50</b>	60 m garduri	M	FINALA	
17:10	17:20	<b>17:40</b>	Greutate	M			11:25	11:35	<b>11:55</b>	3000 m	F	Serii CT	
17:10	17:20	<b>17:40</b>	60 m	F	FINALA		11:15	11:25	<b>11:55</b>	Lungime	F		
17:15	17:25	<b>17:45</b>	60 m	M	FINALA		11:10	11:20	<b>12:00</b>	Prăjină	F		
17:25	17:35	<b>17:55</b>	400 m	F	Serii CT		11:20	11:30	<b>12:10</b>	Înălțime	F		
17:15	17:25	<b>17:55</b>	Triplusalt	M			11:50	12:00	<b>12:20</b>	3000 m	M	Serii CT	
17:35	17:45	<b>18:25</b>	Înălțime	M			12:20	12:30	<b>12:50</b>	4X2 tururi	F	Serii CT	
18:10	18:20	<b>18:40</b>	400 m	M	Serii CT		12:30	12:40	<b>13:00</b>	4X2 tururi	M	Serii CT	

Sedinta tehnica joi 05.03.2020, ora 16:00 la sala de atletism “Ioan Soter”.

Directori de concurs: **Robertino Tanase**