

# REGULAMENTUL

## Cupa Romaniei OPEN Juniori

### ➤ DATA SI LOCUL DESFASURARII:

24-25.07.2020 - Bucuresti , Complex Sportiv „Iolanda Balas Soter”

#### ➤ PROBELE:

**Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 110 m garduri, 400 m garduri, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță.

**Feminin:** 100 m, 200 m, 400 m, 100 m garduri, 400 m garduri, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Sulița.

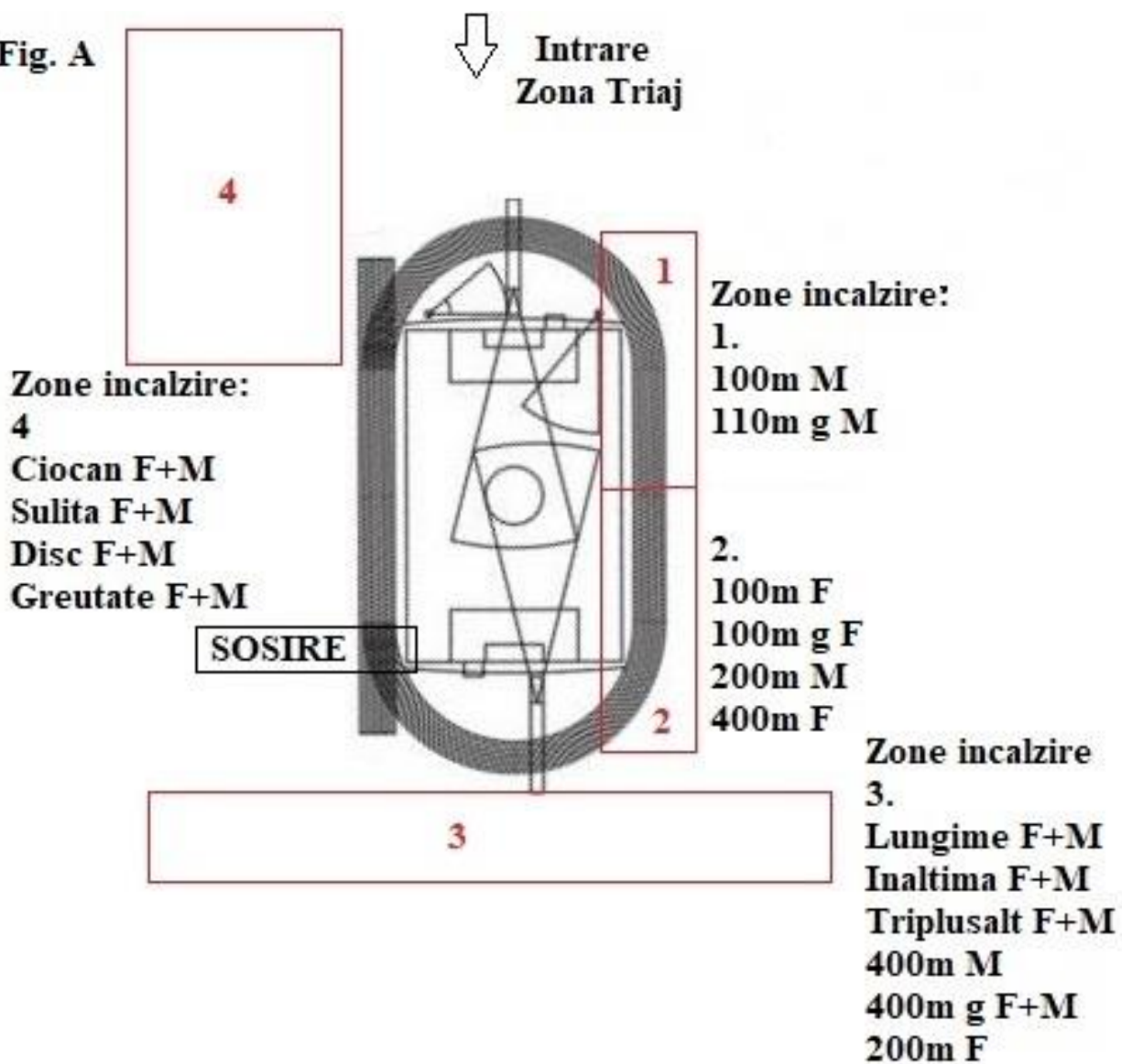
### ➤ INSCRIERILE SI VALIDARILE:

- Inscrierile se vor face de pe 15.07.2020 pana pe 20.07.2020 pe site-ul FRA.
- Validarile se vor face pe 22.07.2020 intre orele 09:00-12:00 la nr. de tel 0742113344.

### ➤ PARTICIPANTI SI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:

- Participarea este permisa Juniorilor U20, U18 iar Juniorii U16 vor concura pe regulamentul Juniorilor U18, intrand in clasamentul U18.
- PROBELE DE FOND, SEMIFOND SI STAFETELE NU SE VOR DESFASURA, datorita situatiei actuale a masurilor de siguranta impuse de MTS.
- La intrarea in incinta complexului se va efectua un triaj al sportivilor si al antrenorilor.
- Accesul spectatorilor in stadion este strict interzis conf. Ordinului 619/12.06.2020.
- Verificarea legitimatiilor cu viza anuala si medicala valabile, este obligatorie si se vor prezenta la secretariat de catre delegatul clubului cu cel putin 60 minute inaintea probei.
- Sportivii au obligatia sa pastreze distantarea fizica prevazuta in ordinul 619/12.06.2020.
- Pragurile la triplusalt -Masculin 11m si feminin 9 m.
- Probele de prajina se vor desfasura pe Stadionul Viitorul din Complexul Lia Manoliu, Bd. Basarabia, nr 37-39, sector 2, Bucuresti.
- In functie de probe vor exista 4 zone de incalzire (vezi fig. A)
- Apelul pentru probele de sarituri si aruncari se va face la locul probei, iar pentru alergari apelul se va face la masa de apel din zona 3.

Fig. A



## **PROGRAM- Proiect**

<b>Vineri 24.07.2020- Reuniunea I</b>				<b>Sambata 25.07.2020- Reuniunea a II-a</b>			
16:00	Ciocan	M		09:30	400 m garduri	F	SCT
17:00	Prăjină	F	Stad Viitorul	09:30	Disc	M	
16:30	110 m garduri	M-U20	SCT	09:30	Lungime	F	
17:00	Ciocan	F		10:00	400 m garduri	M	SCT
17:00	Triplusalt	M		10:00	Greutate	F	
16:45	110 m garduri	M-U18	SCT	10:15	Înălțime	F	
17:45	Înălțime	M		10:30	200 m	F	SCT
17:15	100 m garduri	F-U20	SCT	11:00	200 m	M	SCT
17:30	100 m garduri	F-U18	SCT	11:00	Lungime	M	
18:00	Disc	F		11:30	Suliță	F	
18:15	100 m	M	SCT				
18:30	100 m	F	SCT				
18:30	Prăjină	M	Stad Viitorul				
18:30	Triplusalt	F					
18:30	Greutate	M					
18:45	400 m	F	SCT				
19:00	400 m	M	SCT				
19:00	Suliță	M					

**Sedinta tehnica – vineri 24.07.2020 la ora 15:30 in sediul FRA.**