

REGULAMENTUL

Campionatului Național Seniori și Tineret U23

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **04.09-05.09.2020 – Cluj - Napoca**

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 10000 m, 110 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță.
- **Feminin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 10000 m, 100 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță.

➤ **Caracteristicile gardurilor:**

Probă	Înălțimea gardurilor	Distanța de la start la primul gard	Distanța între garduri	Distanța de la ultimul gard la sosire	Număr gardurilor
SENIORI ȘI JUNIORI MASCULIN CATEGORIA 1					
110 m garduri	1,067 m*	13,72 m	9,14 m	14,02 m	10
400 m garduri	0,914 m	45,00m	35,00m	40,00m	10
3000 m obst.	0,914 m**				
SENIORI ȘI JUNIORI FEMININ CATEGORIA 1					
100 m garduri	0,840 m	13,00m	8,50 m	10,50m	10
400 m garduri	0,762 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m	10
3000 m obst.	0,762 m**				

GREUTATEA MATERIALELOR ÎN PROBELE DE ARUNCĂRI				
Categoria	Greutate	Disc	Ciocan	Suliță
Seniori Masculin	7,260kg	2,000kg	7,260kg	0,800kg
Seniori Feminin	4,000kg	1,000kg	4,000kg	0,600kg

➤ **ÎNĂLȚIMI SUCCESIVE - AER LIBER**

Inaltime - Masculin: 1.80, 1.85, 1.90, 1.95, 2.00, 2.05, 2.10, 2.14, 2.22

- Feminin: 1.60, 1.65, 1.70, 1.75, 1.80, 1.85, 1.88, 1.92, 1.95, 1.98

Prajina – Masculin: 3.60, 3.70, 3.80, 3.90, 4.00, 4.10, 4.20, 4.30, 4.40, 4.50, 4.60, 4.70

- Feminin: 2.60, 2.70, 2.80, 2.90, 3.00, 3.10, 3.20, 3.30, 3.40, 3.50, 3.60

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURENȚILOR**

➤ Inscriverile se vor face până pe data de 30.08.2020 pe site-ul FRA.

➤ Validările se vor face pe data de 02.09.2020 între orele 09:00-12:00 la nr. de tel 0742.113.344.

➤ **PREMIU :** La etapa FINALĂ se acordă titlul de campion național, medalie, tricou de campion și diplomă pentru locul 1, iar pentru locurile 2 și 3 medalii și diplome.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:**

- La intrarea în incinta complexului se va efectua un triaj al sportivilor, antrenorilor și al însoțitorului minorului.
- Intrarea în stadion se face cu două ore înainte de începerea probei.
- Sportivii au obligația să păstreze distanțarea fizică prevăzută în ordinul 667/1236/07.07.2020.
- Accesul spectatorilor în stadion este strict interzis conf. Ordinului 667/1236/07.07.2020.
- Este obligatorie respectarea indicațiilor stegarilor pe stadion.
- Sportivului minor îi se permite accesul cu un însoțitor major (părinte/tutore).
- Verificarea legitimațiilor cu viza anuală și medicală valabilă, este obligatorie și se vor prezenta la secretariat de către delegatul clubului cu cel puțin 60 minute înaintea probei, în caz contrar se va penaliza cu 50 lei conform regulamentului FRA, Norme Generale – cap 4, pct 3.
- Accesul sportivilor în stadion este permis doar cu legitimația de sportiv, cu viza medicală valabilă și declarația pe propria răspundere completată. În cazul în care legitimația nu se prezintă/găsește, singura modalitate de intrare este prezentarea unei adeverințe medicale valabile.
- Accesul antrenorilor în stadion se face pe baza carnetului de antrenor sau a delegației de la club.
- Vor exista diferite zone de încălzire ce se vor comunica de către directorul de concurs.
- Nu este necesar testul Covid-19.
- Cei care după validări au rămas înscrși la un anumit număr de probe vor plăti numărul de probe înscrșe chiar dacă nu participă.
- **Este interzisă participarea cu echipamentul echipei naționale.**

FOARTE IMPORTANT !

- **In datele de 04-05.09.2020 se vor desfășura la Cluj-Napoca și următoarele competiții:**
 - Campionatul Național de Juniori U16 - Etapa Finală cu probele: 3000 m - masculin și feminin, 1500 m obstacole - masculin și feminin, 3000 m mars - feminin și 5000 m mars masculin, unde se acordă titlul de campion național, medalie, tricou de campion și diplomă pentru locul 1, iar pentru locurile 2 și 3 medalii și diplome;
 - Campionatul Național de Juniori U18 – Etapa Finală cu probele: 3000 m - masculin și feminin, 5000 m - masculin și feminin, 2000 m obstacole - masculin și feminin, 10000 m mars - masculin și 5000 m mars -feminin, unde se acordă titlul de campion național, medalie, tricou de campion și diplomă pentru locul 1, iar pentru locurile 2 și 3 medalii și diplome;
 - Campionatul Național de Juniori U20 cu probele: 3000 m -masculin și feminin, 5000 m -masculin și feminin, 3000 m obstacole -masculin și feminin, 10000 m mars – masculin și feminin, unde se acordă titlul de campion național, medalie, tricou de campion și diplomă pentru locul 1, iar pentru locurile 2 și 3 medalii și diplome.
- Sedința tehnică va fi joi - 03.09.2020, ora 19:00, la stadionul Cluj Arena.
- La sedința tehnică se pot aduce modificări privind intrarea la înălțimile succesive pentru probele de prajină și înălțime.

PROGRAM - FINAL

Reuniunea I 04.09.2020/ Vineri				Reuniunea a III-a 05.09.2020/ Sambata			
08:30	10000 m	F	S,T SCT	08:00	10000 m mars	M+F	J1, J2-M
09:15	10000 m	M	S,T SCT	09:20	5000 m mars	M+F	J2-F, J3-M
10:00	3000 m	F	J1,2,3 SCT	10:00	3000 m mars	F	J3
10:20	3000 m	M	J1,2,3 SCT	10:20	2000 m obst.	F	J2 SCT
10:55	1500 m obst.	F	J3 SCT	10:30	2000 m obst.	M	J2 SCT
11:10	1500 m obst.	M	J3 SCT	Reuniunea a IV-a			
Reuniunea a II-a				17:00	Prăjină	M	
16:00	Ciocan (Parc Babeș)	M		17:30	Lungime	F	
17:00	Prăjină	F		18:00	400 m garduri	F	SCT
17:00	Ciocan (Parc Babeș)	F		18:10	400 m garduri	M	SCT
18:00	Triplusalt	F		18:25	800 m	F	SCT
18:00	100 m garduri	F	Serii	18:30	800 m	M	SCT
18:00	Greutate (Parc Babeș)	F		18:30	Disc	M	
18:15	110 m garduri	M	Serii	18:30	Înălțime	M	
18:15	Suliță	M		18:45	200 m	F	SCT
18:30	Înălțime	F		18:55	200 m	M	SCT
18:30	100 m	F	Serii	19:00	Lungime	M	
18:40	100 m	M	Serii	19:15	5000 m	F	S,T, J1,2 SCT
18:55	1500 m	F	SCT	19:30	Suliță	F	
19:00	Greutate (Parc Babeș)	M		20:00	5000 m	M	S,T, J1,2 SCT
19:05	1500 m	M	SCT				
19:25	100 m garduri	F	FINALA				
19:30	Triplusalt	M					
19:40	110 m garduri	M	FINALA				
19:55	100 m	F	FINALA				
20:05	100 m	M	FINALA				
20:20	400 m	F	SCT				
20:25	400 m	M	SCT				
20:30	Disc	F					
20:40	3000 m obst.	F	SCT				
21:00	3000 m obst.	M	SCT				

DECLARATIE PE PROPRIA RASPUNDERE

CLUB / ASOCIATIE

Subsemnatul _____

–

Numar telefon _____ in calitate

de:

- ANTRENOR
- SPORTIV (legitimat)
- INSOTITOR al minorului
- ARBITRU
- ORGANIZATORw
- VOLUNTAR
- REPREZENTANT AL PRESEI

declar pe proprie raspundere ca nu prezint simtomatologie specifica SARS COV2 si anume:

- febra (peste 37,3°C),
- tuse uscata,
- senzatie de oboseala,
- gat uscat,
- dureri de cap (cefalee),
- dureri musculare si articulare,
- diaree,
- pierderea mirosului si a gustului.

Ma angajez sa respect Ordinului comun al Ministerului Tineretului si Sportului si a Ministerului Sanatatii nr. 667/1236 din 07.07.2020 regulament privind conditiile necesare a fi respectate in vederea participarii la competitii in cazul sporturilor individuale care se practica in aer liber" precum si toate regulile de acces pe Cluj Arena stabilite de F.R.A., sa pastrez distanta fizica de minim 2 metri si sa nu formez grupuri de persoane pe perioada competitiei.

Totodata declar ca sunt de ACORD sa imi fie masurata temperatura corporala cu un termometru digital cu infrarosu (termometru fara contact) de catre un reprezentant medical din cadrul Federatiei Romane de Atletism, pentru a putea participa la competitia desfasurata in data de in incinta Cluj Arena.

* Prin completarea acestui chestionar, sunt de acord cu prelucrarea datelor cu caracter personal.

Semnatura

Data