

## REGULAMENTUL

### Campionatului Național U16, editia a 44-a - Etapa Finala

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- 10-11.07.2021 – Craiova

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta de 100 m + 200 m + 300 m + 400 m, 5000 m marș, 90 m garduri, 300 m garduri, 1500 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță;
- **Feminin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, Ștafeta 4 x 100 m, ștafeta de 100 m + 200 m + 300 m + 400 m, 3000 m marș, 80 m garduri, 300 m garduri, 1500 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță;

- **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Inscrierile se vor face pana la data 30.06.2021 (inclusiv, pana la ora 00:00) pe site-ul FRA.
- Validarile se vor face pe 07.07.2021 intre orele 09:00-12:00 la nr. de tel 0742.113.344.

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

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE:** Masculin: 1.40m, 1.45m, 1.50m, 1.53m, 1.56m, 1.59m, 1.62m....;

Feminin: 1.20m, 1.25m, 1.30m ,1.33m, 1.36m, 1.39m, 1.42m, 1.45m....;

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:**

- Juniorii U16 M ȘI F, pot participa în două zile de concurs la trei probe - din care ștafeta M si F este considerată o probă;
- În aceeași zi de concurs este interzisă participarea la două probe individuale de alergări in care a doua probă să nu depaseasca 200m;
- Numărul maxim de probe admise într-o singură zi de concurs este de două;
- Pragurile la triplusalt - Masculin 10 m si feminin 8 m;
- La intrarea in incinta complexului se va efectua un triaj al sportivilor, antrenorilor;
- Accesul in stadion este permis doar cu legitimatia de sportiv, cu viza medicala valabila si declaratia pe propria raspundere completata. In cazul in care legitimatia nu se prezinta/gaseste, singura modalitate de intrare este prezentarea unei adeverinte medicale valabile;
- Cei care dupa validari au ramas inscristi la un anumit numar de probe vor plati numarul de probe inscrise chiar daca nu participa;
- Se va concura cu numerele de club. Va rugam sa dati comanda de numere la validari, miercuri 07.07.2021.



- În cazul în care sunt mai mult de 20 de concurenți la proba de lungime se vor face și calificări și vor intra în finala primele 12 performanțe. Baremurile la proba de săritură în lungime (masculin – 5.50 m sau primele 12 performanțe ; feminin – 5.10 m sau primele 12 performanțe).

➤ **Caracteristicile gardurilor:**

Probă	Înălțimea gardurilor	Distanța de la start la primul gard	Distanța între garduri	Distanța de la ultimul gard la sosire	Număr gardurilor
<b>JUNIORI MASCULIN U16</b>					
90 m garduri	0.914 m	13.20 m	8.65 m	16.25 m	8
300m garduri	0.840 m	45.00 m	35.00 m	45.00 m	7
1500 m obst.	0.914 m**				
<b>JUNIORI FEMININ U16</b>					
80m gard.	0.762 m	12.50 m	8.00 m	11.50m	8
300m gard	0.762 m	45.00 m	35.00 m	45.00m	7
1500m obs.	0.762m**				

<b>GREUTATEA MATERIALELOR ÎN PROBELE DE ARUNCĂRI</b>					
Categoria	Greutate	Disc	Ciocan	Suliță	Minge oina
<b>Juniori M categoria 3</b>	4,000kg	1,000kg	4,000kg	0,600kg	-
<b>Juniori F categoria 3</b>	3,000kg	1,000kg	3,000kg	0,500kg	-

## Campionatul Național U16, editia a 44-a - Etapa Finala

10-11.07.2021 – Craiova

### PROGRAM

Sambata 10.07.2021				Duminica 11.07.2021			
08:30	5000+3000m mars	F+M		08:30	Lungime	F	
09:00	Ciocan	F		08:30	3000 m	F	SCT
09:15	90 m garduri	M	Serii	08:45	3000 m	M	SCT
09:30	80 m garduri	F	Serii	09:05	300 m garduri	F	SCT
09:30	Prăjină	F+M		09:20	300 m garduri	M	SCT
10:00	100 m	F	Serii	09:30	Greutate	F	
10:15	100 m	M	Serii	09:35	800 m	F	SCT
10:15	Ciocan	M		09:50	800 m	M	SCT
	<b>Reuniunea II</b>			09:50	Inaltime	F	
18:00	Suliță	M		10:00	Lungime	M	
18:00	Triplusalt	M		10:00	Sulita	F	
18:00	90 m garduri	M	FINALA	10:10	200 m	F	SCT
18:15	80 m garduri	F	FINALA	10:25	200 m	M	SCT
18:30	1500 m	F	SCT	10:30	Greutate	M	
18:45	1500 m	M	SCT	10:50	100+200+300+400m	F	SCT
18:50	Disc	F		11:00	100+200+300+400m	M	SCT
18:55	Înălțime	M					
19:00	100 m	F	FINALA				
19:05	100 m	M	FINALA				
19:15	Triplusalt	F					
19:15	400 m	F	SCT				
19:30	400 m	M	SCT				
19:35	Disc	M					
19:50	1500 m obst.	F	SCT				
20:05	1500 m obst.	M	SCT				
20:20	4x100m	F	SCT				
20:25	4x100m	M	SCT				

Sedinta tehnica , vineri 09.07.2021, ora 18:00 la stadionul de atletism.

Director de concurs: Catalin Brandusoiu

Judecator arbitru: Constantin Macovei



**DECLARATIE PE PROPRIA RASPUNDERE**

CLUB/ ASOCIATIE

Subsemnatul \_\_\_\_\_

Numar telefon \_\_\_\_\_ in calitate de:

- ANTRENOR
- SPORTIV (legitimat)
- ARBITRU
- ORGANIZATOR
- 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. 197/462/2021 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 stadionul de atletism din Craiova, 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 10-11.07.2021 la Craiova.

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

Semnatura

Data

**federatia română de atletism**

Str. Dr. Primo Nebiolo nr 2, sector 1, 011349, București, România  
tel/fax +40-21-3192445/46/47, office@fra.ro, www.fra.ro

