

## REGULAMENTUL

### Campionatului National de Probe Combinate Seniori , Seniori U23, U20, U18, U16

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII:**

➤ **23-24.07.2021 – Bucuresti**

➤ **PROBELE:**

**DECATLON** – Seniori, Seniori U23 masculin si Juniori masculin categoria U20 si U18:

100 m, lungime, greutate, înălțime, 400 m - ziua I

110 m garduri, disc, prăjină, suliță, 1.500 m - ziua II-a

**HEPTATLON** - Seniori , Seniori U23 feminin, Juniori feminin categoria U20 și U18:

100 m garduri, înălțime, greutate, 200 m – ziua I

lungime, suliță, 800 m ziua II-a

**OCTATLON** - Juniori masculin categoria U16:

100 m, lungime, greutate, înălțime - ziua I

90 m garduri, disc, suliță, 1.000 m - ziua II-a

**HEXATLON** - Juniori feminin categoria U16:

80 m garduri, înălțime, 200 m – ziua I

lungime, greutate, 800 m - ziua II-a

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Inscrierile se vor face pana pe 13.07.2021 (inclusiv, pana la ora 00:00) pe site-ul FRA.
- Validarile se vor face pe 21.07.2021 intre orele 09:00-12:00 la nr. de tel 0742.113.344.
- Se va concura cu numerele de club. Va rugam sa dati comanda de numere la validari, miercuri 21.07.2021.

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE** — sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se vor stabili după validări

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:**

- **Juniorii categoria U16 masculin și feminin, NU POT PARTICIPA LA CATEGORIILE Seniori și U23;**
- La intrarea in incinta complexului se va efectua un triaj al sportivilor si antrenorilor;
- Verificarea legitimațiilor cu viza anuala si medicala valabile, este obligatorie si se vor prezenta la secretariat de catre delegatul clubului, in caz contrar se va penaliza cu 50 lei conform regulamentului FRA, Norme Generale – cap 4 , pct 3.

**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



- 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 inscrisi la un anumit numar de probe vor plati numarul de probe inscrite chiar daca nu participa;
- Se va concura cu numerele de club. Va rugam sa dati comanda de numere la validari.

Probă	Înălțimea gardurilor	Distanța de la start la primul gard	Distanța între garduri	Distanța de la ultimul gard la sosire	Număr gardurilor
<b>SENIORI ȘI JUNIORI MASCULIN CATEGORIA U20</b>					
110 m garduri	1,067 m*	13,72 m	9,14 m	14,02 m	10
<b>SENIORI SI JUNIORI FEMININ CATEGORIA U20</b>					
100 m garduri	0.840 m	13.00m	8.50 m	10.50m	10
<b>JUNIORI MASCULIN CATEGORIA U18</b>					
110 m garduri	0,914 m	13,72 m	9.14 m	14.02 m	10
<b>JUNIORI FEMININ CATEGORIA U18</b>					
100 m garduri	0,762 m	13.00 m	8,50 m	10.50m	10
<b>JUNIORI MASCULIN CATEGORIA U16</b>					
90 m garduri	0.914 m	13.20 m	8.65 m	16.25 m	8
<b>JUNIORI FEMININ CATEGORIA U16</b>					
80m garduri	0.762 m	12.50 m	8.00 m	11.50m	8

**\*Inaltimea gardurilor la Juniori U20 - 0,99 m**

<b>GREUTATEA MATERIALELOR ÎN PROBELE DE ARUNCĂRI</b>			
Categoria	Greutate	Disc	Suliță
<b>Juniori M categoria U16</b>	4,000kg	1,000kg	0,600kg
<b>Juniori F categoria U16</b>	3,000kg	1,000kg	0,500kg
<b>Juniori M categoria U18</b>	5,000kg	1,500kg	0,700kg
<b>Juniori F categoria U18</b>	3,000kg	1,000kg	0,500kg
<b>Juniori M categoria U20</b>	6,000kg	1,750kg	0,800kg
<b>Juniori F categoria U20</b>	4,000kg	1,000kg	0,600kg
<b>Seniori M</b>	7,260kg	2,000kg	0,800kg
<b>Seniori F</b>	4,000kg	1,000kg	0,600kg



**Campionatul National de Probe Combinate Seniori , Seniori U23, U20,  
U18, U16  
23-24.07.2021 – Bucuresti**

**PROGRAM**

<b>Vineri 23.07.2021 Reuniunea I</b>				<b>Sambata 24.07.2021 Reuniunea a I-a</b>			
08:30	80 m garduri	F/6	J3	08:30	110 m garduri	M/10	S+T
08:40	100 m garduri	F/7	J2	08:30	Lungime	F/7/6	J2
08:55	100 m garduri	F/7	S+T+J1	08:30	Lungime	F/7/6	J3
09:05	100 m	M/10	S+T+J1	08:40	110 m garduri	M/10	J1
09:05	Înălțime	F/7/6	J2+J3, 2 saltele	08:50	110m garduri	M/10	J2
09:10	100 m	M/10	J2	09:00	Disc	M/10	S+T+J1
09:15	100 m	M/8	J3	09:00	90 m garduri	M/8	J3
09:30	Lungime	M/10	S+T+J1	09:30	Greutate	F/6	J3
10:00	Lungime	M/10,8	J2+J3	09:30	Disc	M/8	J2+J3
10:15	Înălțime	F/7	S+T+J1	09:30	Lungime	F/7	S+T+J1
10:15	Greutate	M/10	S+T+J1	10:00	Prăjină	M/10	S+T
10:30	200m	F/6	J3	10:00	Sulita	F/7	J2
10:45	Greutate	M/10	J2+J3	10:30	800 m	F/6	J3
11:15	Greutate	F/7	S+T+J1	10:45	Sulita	F/7	S+T+J1
11:45	Greutate	F/7	J2	11:00	800 m	F/7	J2
11:45	Înălțime	M/8	J3	11:00	Prajina	M/8	J1+J2
<b>Reuniunea a II-a</b>				11:15	Sulita	M/8	J3
18:30	Înălțime	M/10	S+T+J1+J2 (2 saltele)	11:30	800 m	F/7	S+T+J1
19:55	200m	F/7	J2	12:00	1000 m	M/8	J3
20:00	200m	F/7	S+T+J1	12:00	Sulita	M10	S+T
20:10	400m	M/10	J2	12:30	Sulita	M/10	J1+J2
20:20	400m	M/10	S+T+J1	13:00	1500 m	M/10	S+T
				13:30	1500 m	M/10	J1+J2

**Director de concurs: Robertino Tanase , Ana Maria Suci**

**Judecator arbitru: Niculescu Suzana**

**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

