

REGULAMENTUL

Campionatului Național de sală – Seniori și Seniori U23

➤ **DATA SI LOCUL DESFĂȘURĂRII:**

- **29-30.01.2022 - C.N. Etapa I Seniori și Seniori U23 și Probe Combinate Seniori și U23 – București - Complexul Sportiv Național "Lia Manoliu" - Sala de atletism "Ioan Soter";**

➤ **PROBELE:**

- **Masculin:** 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, Heptatlon;
- **Feminin:** 60 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, Pentatlon.

➤ **PARTICIPANȚI:**

- Categoria U16 masculin și feminin, NU AU DREPTUL DE PARTICIPARE;
- Categoria U18 masculin NU pot participa în proba de greutate;
- Competiția se desfășoară conform regulamentului categoriei de seniori;

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Înscrierile pentru Etapa 1 se trimit la F.R.A. până la data de 19.01.2022. Validările se fac la data 26.01.2022 între orele, 10:00-14:00 la tel 0742.113.344.
- Verificarea carnetelor de legitimare cu viza anuală, medicală și achitarea taxelor de participare ale concurenților înscriși, se va face în preziua datei de desfășurare a competiției.

➤ **CONDITII DE PARTICIPARE:**

- Intrarea în sală se face cu două ore înainte de începerea probei.
- Accesul în sală este permis conform comunicatului intern publicat pe site-ul FRA, împreună cu legitimația de sportiv, cu viza medicală valabilă, respectiv carnetul de antrenor. În cazul excepțional în care, din motive obiective, sportivul nu poate prezenta legitimația cu viza medicală în termen, este valabilă prezentarea unei adeverințe medicale.
- În probele de 200 m și 400 m pentru fiecare serie, cel mai bun timp va fi plasat pe culoarul 3, al 2-lea rezultat pe culoarul 4, al 3-lea rezultat pe culoarul 2.
- Alcătuirea seriilor și ordinea aruncărilor/săriturilor se vor face în funcție de rezultatele sezonului 2021 din aer liber (pentru 60m plat și garduri, sezonul 2021 de sală). În primele serii concurează sportivii cu cele mai bune rezultate, în continuare seriile se alcătuiesc în ordine descrescătoare a performanțelor, cu excepția probelor de 60m plat și 60m garduri unde se va repartiza în fiecare serie câte un "cap de serie". În situația lipsei unei performanțe oficiale, sportivul va fi plasat în ultima serie.

- **Se recomandă participarea atleților în echipamentul clubului sau asociației sportive pe care o reprezintă conform CIS-ului, atât în competiție cât și la festivitatea de premiere.**
- **Utilizarea echipamentului echipei naționale sau ale altei țări este interzisă.**
- În situația în care după validări numărul participanților în probele de sărituri și greutate este mai mare de 16, se vor organiza calificări în baza standardelor de mai jos:

➤ **Barem de calificare în finală la proba de lungime:**

- 6.10 m la feminin sau primele 12 performanțe;
- 7.50 m la masculin sau primele 12 performanțe.

➤ **Barem de calificare în finală la proba de triplusalt:**

- 12.80 m la feminin sau primele 12 performanțe;
- 15.40 m la masculin sau primele 12 performanțe.

➤ **Barem de calificare în finală la proba de greutate:**

- 11.50 m la feminin sau primele 12 performanțe;
- 14.00 m la masculin sau primele 12 performanțe.

➤ **Înălțimi initiale :**

- Înălțime M : 1.80m- 1.85m- 1.90m- 1.95m.....+3 cm
- Înălțime F : 1.55m- 1.60m- 1.65m- 1.70m- 1.75m.....+3 cm
- Prăjină B : 3.40m- 3.50m- 3.60m- 3.70m- 3.80m- 3.90m- 4.00m- 4.10m- 4.20m- 4.30m- 4.40m- 4.50m- 4.60m
- Prăjină F : 2.50m- 2.60m- 2.70m- 2.80m- 2.90m- 3.00m- 3.10m- 3.20m- 3.30m- 3.40m- 3.50m- 3.60m- 3.70m
- Pragul triplusalt feminin: 11 m;
- Pragul triplusalt masculin: 13 m.

Program proiect pentru Etapele Campionatului National :

Sâmbătă - 29.01.2022				Duminică - 30.01.2022			
Reuniunea I				Reuniunea I			
9:00	60 mg	F/5		9:00	60 mg	M/7	
9:15	60 m	M/7		9:45	Prăjină	M/7	
9:45	Înălțime	F/5		10:00	Înălțime	F	
9:45	Lungime	M/7		11:15	1000 m	M/7	
10:45	Greutate	F/5		11:30	Înălțime	M	
11:30	Greutate	M/7		Reuniunea II			
11:30	Prăjină	Masculin + Feminin		16:00	60 mg	F	Serii
12:30	Lungime	F/5		16:00	Lungime	F	
12:30	Înălțime	M/7		16:15	60 mg	M	Serii
13:30	800 m	F/5		16:30	800 m	F	Sct.
Reuniunea II				16:45	800 m	M	Sct.
16:00	Greutate	F		17:05	60 mg	F	FINALĂ
16:00	Triplusalt	F		17:20	60 mg	M	FINALĂ
16:00	60 m	F	Serii	17:30	Lungime	M	
16:15	60 m	M	Serii	17:35	3000 m	F	Sct.
16:35	1500 m	F	Sct.	18:00	3000 m	M	Sct.
16:55	1500 m	M	Sct.	18:20	200 m	F	Sct.
17:00	Triplusalt	M		18:40	200 m	M	Sct.
17:10	60 m	F	FINALĂ				
17:10	Greutate	M					
17:20	60 m	M	FINALĂ				
17:30	400 m	F	Sct.				
17:50	400 m	M	Sct.				

*M/7 - Heptatlon

*M/5 - Pentatlon