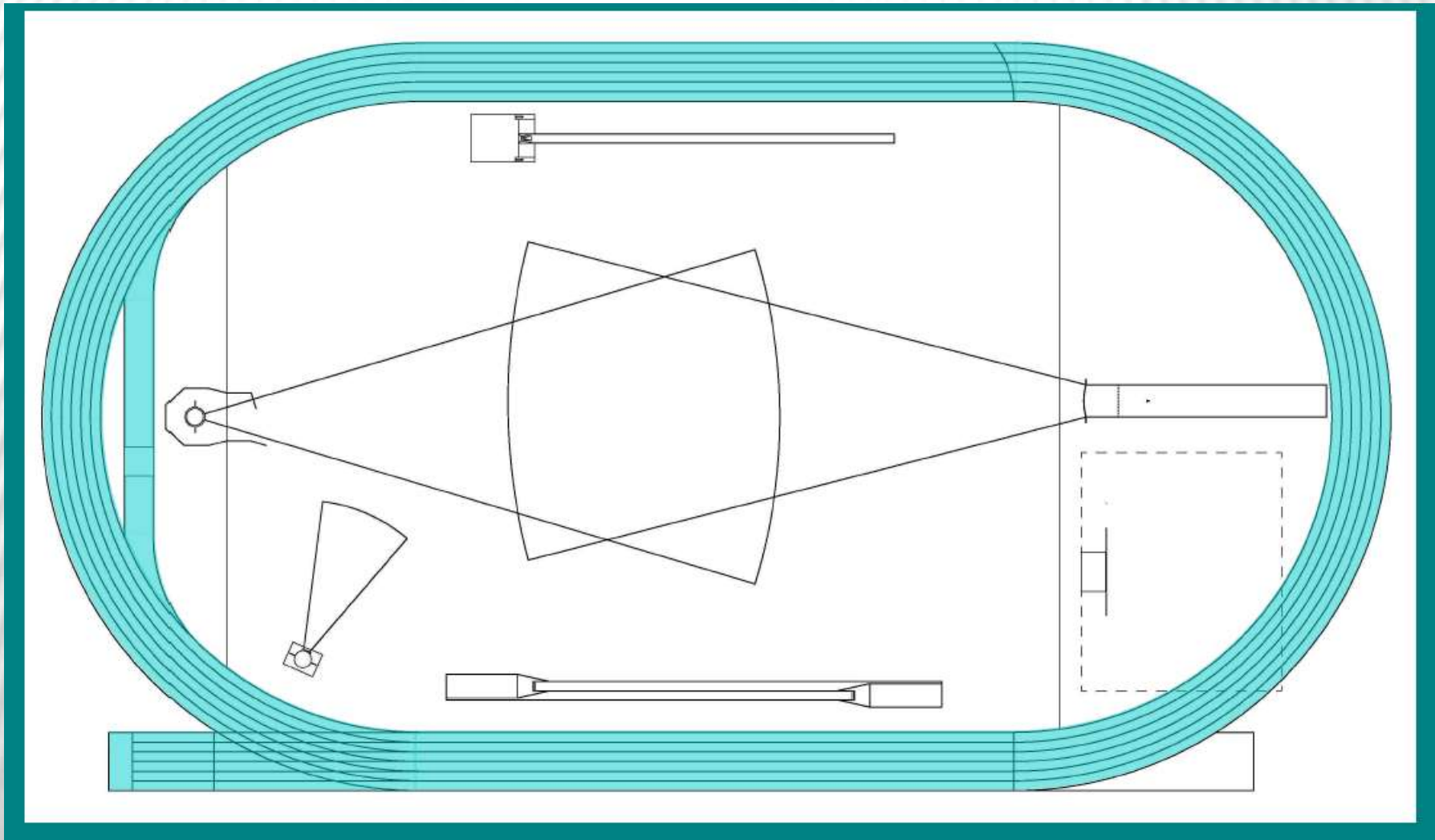


Lo Stadio per l'Atletica Leggera



LA PISTA



ANELLO CORSE

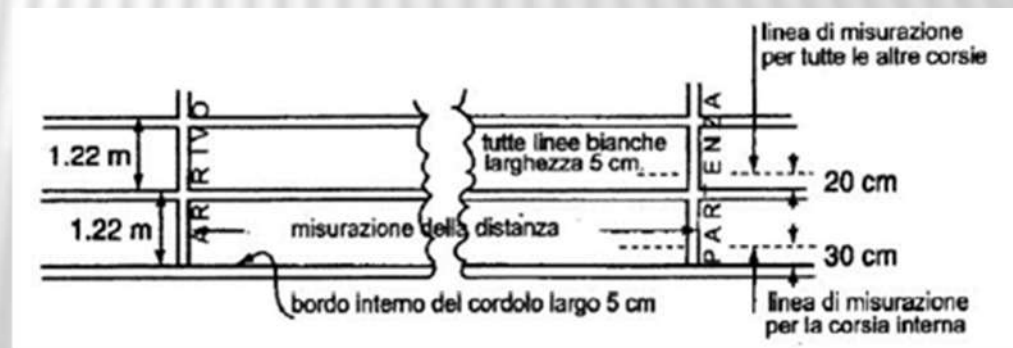
Pista ovale 6/8 corsie con rettilineo, fossa d'acqua permanente interna o esterna alla seconda curva per le siepi

Bordo interno (cordolo) di altezza di circa 5x5 cm

Larghezza corsia 1,22 m delimitata da linee bianche di 5 cm di larghezza, così come la linea di partenza e la linea di arrivo







La distanza di ogni gara è misurata dal bordo della linea di partenza più lontana dall'arrivo al bordo della linea di arrivo più vicina alla partenza

La direzione di corsa è con la mano sinistra verso l'interno e le corsie sono numerate in modo che la corsia interna mano sinistra abbia il numero 1



SEGNALETICA ORIZZONTALE

(VECCHI IMPIANTI)


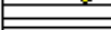

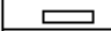












Colore Simbolo	Descrizione
Giallo	cambi e pre-cambi staffette (esclusa 4x400)
Verde	partenza 4x200, partenza 4x400 "con 4 o più staffette" (4° cambio distinto da linea gialla all'angolo sinistro della striscia di fine zona), segmenti 110 Hs
Nero	segmenti 200 Hs, staffetta 100+200+300+400
Blu	partenza 4x400 "con 3 staffette o meno", partenza 800, segmenti 100 Hs
Bianco	tutta l'altra segnaletica
 bianco	ostacoli mt. 400
 bianco	ostacoli corse siepi
 blu	ostacoli mt. 100
 blu	bolli percorso siepi
 nero	ostacoli mt. 200
 verde	ostacoli mt. 110

SEGNALETICA ORIZZONTALE

(NUOVI IMPIANTI)

ZE	Fine della zona di cambio (10 m dopo ZM)
ZM	Centro della zona di cambio
ZS	Inizio della zona di cambio (10 m prima ZM)
ZA	Inizio della zona di accelerazione (pre-cambio) (10 m prima ZS 4x100 m)
St	Partenza








SIMBOLOGIA DELLA PISTA

Larghezza della corsia:	117 cm (ampiezza massima delle corsie tra le due linee)			
Spessore delle linee:	5 cm			
Colore	Simbolo	Lunghezza (cm)	Area	Gara
Giallo		110	D, C, B	ZE 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
Bianco		117	A	St 400m = St 4 x 100m
		40	C	St 200m = ZM 4 x 100m, 3° staffettista
Giallo		110	D, C, B	ZM 4x100m, 4° staffettista, 2° staffettista
				ZS 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista
Rosso o blu		60	D, C, B	ZA 4x100m, 2°, 3°, 4° staffettista Linee contrastanti fortemente al centro delle corsie
Bianco e blu in mezzo		117	A	St 4 x 400m
		40		
Blu		80	A	ZE 4x400m, 2° staffettista
Bianco e verde in mezzo		117	A	St 800m, 1° curva in corsia
		40		ZM 4x400m, 2° staffettista
Blu		80	A	ZS 4x400m, 2° staffettista
Blu		80	A	ZS per gare o parti di gara che non si corrono in corsia per es. 4x400m, 3°, 4° staffettista
				ZS Linee in mezzo alle corsie
				ZE 10m prima della linea di arrivo dalla 2° alla 8° corsia 10m dopo l'arrivo parallela alla linea d'arrivo solo dalla 2° alla 5° corsia
Verde			D	Linea di tangente (rientro al cordolo) dalla 2° corsia, per es. 800m; 4x400m, 2° staffettista
Bianco				St 100m, 110m, 1500m, 1km
				3000m siepi, 5000m 10000m Partenze di gruppo 3000m, 5000m e 2000m; 10000m

SEGNALETICA ORIZZONTALE

(NUOVI IMPIANTI)

POSIZIONI E ALTEZZE DEGLI OSTACOLI

Lunghezza delle linee:		10 cm								
Spessore di tutte le linee:		5 cm								
Quadrato della siepe 12.5 cm x 12.5 cm nella corsia 1 e 4 (3)										
Colore	Simbolo	Gara	Altezze Ostacoli			N. ostacoli	Distanza al 1° ostacolo	Distanza tra ostacoli	Distanza tra l'ultimo ostacolo e l'arrivo	
			A.vi	J	S					
			m				m	m	m	
Blu		110m	M	0.914	0.990	1.067	10	13.72	9.14	14.02
Giallo		100m	F	0.762	0.840	0.840	10	13.00	8.50	10.50
Verde		400m	M	0.840	0.914	0.914	10	45.00	35.00	40.00
			F	0.762	0.762	0.762	10	45.00	35.00	40.00
Blu (new)		Siepi	M	0.914			5	posizionati approssimativamente a distanze uguali per ogni giro		
			F	0.762						
Blu (ex)										
Nero <small>SeS</small>		200m	M	0.762			10	16.00	19.00	13.00
Nero <small>SeS</small>		200m	F	0.762			10	18.25	18.30	17.05

ATTREZZATURA IN DOTAZIONE

Blocchi di partenza, costituiti da due piastre inclinabili piatte o leggermente concave, per l'alloggio dei piedi in posizione di partenza, solidali con una intelaiatura rigida regolabile

Anemometro: deve essere posto sul rettilineo d'arrivo adiacente alla prima corsia a 50 m dalla linea d'arrivo, ad un'altezza di 1,22 m e a non più di 2 m dalla pista

Tabellone numerico per il contagiri, completo di campana per la segnalazione dell'ultimo giro

Segnalatori, bandierine, testimoni, ostacoli, siepi, bandierina per la rilevazione dei passaggi posta all'interno del campo all'altezza della partenza dei 200 m, piccoli coni o prismi (5x5 cm) per indicare il rientro alla tangente, coni di plastica da sostituire temporaneamente al cordolo

Scaletta per la giuria di arrivo e palchetto per gli starter



LE PEDANE

Salti in elevazione

Salti in estensione

Lanci

La preparazione del campo di gara è compito dell'organizzazione

Il controllo delle pedane, dei settori e delle zone di caduta è compito della Direzione Tecnica

I SALTI IN ELEVAZIONE



SALTO IN ALTO

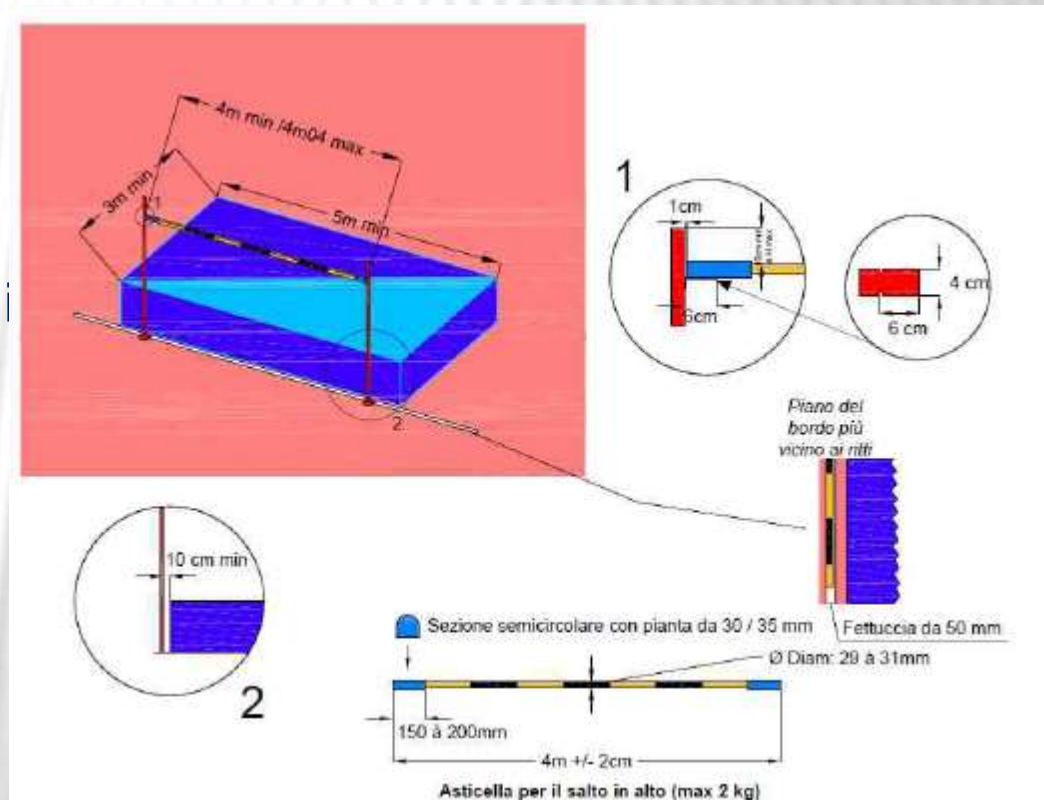
La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa deve essere di 15 m

La zona di caduta dovrebbe misurare non meno di 5x3 m e deve essere posizionata in modo che tra i ritti e la stessa ci sia uno spazio di almeno 10 cm

La distanza dei ritti, graduati al centimetro, non deve essere inferiore a 4,00 m

Deve essere tracciata una striscia bianca larga 5 cm da un ritto all'altro che deve essere prolungata per 3 m all'esterno di ogni ritto

Eventuale sistemazione di una manica a vento per indicarne la direzione



SALTO CON L'ASTA

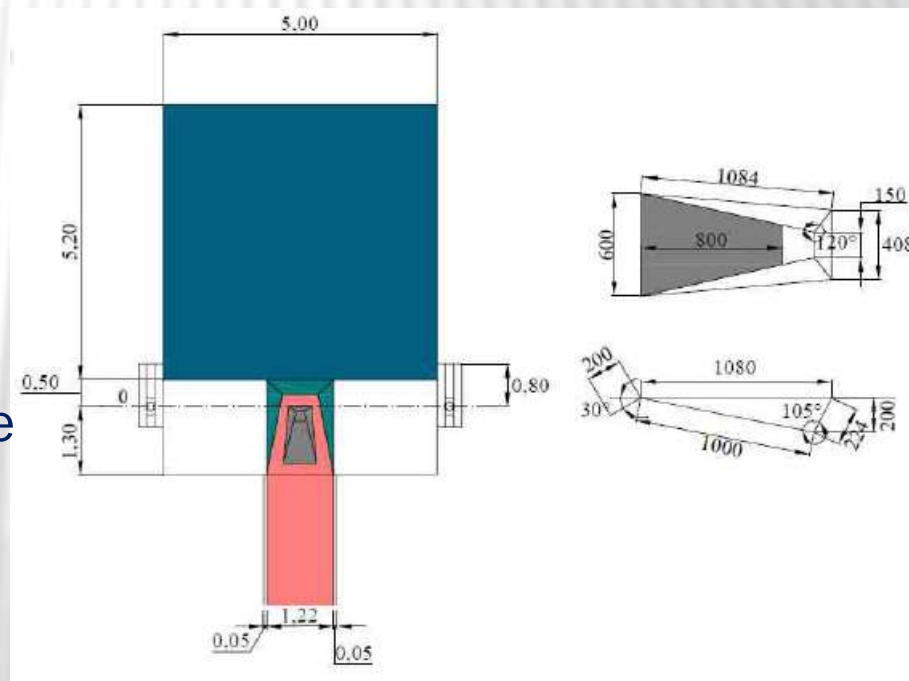
La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa deve essere di 40 m, la larghezza di 1,22 m delimitata da due linee bianche di larghezza pari a 5 cm

La zona di caduta dovrebbe misurare non meno di 5x5 m

La distanza tra i pioli montati sui ritti, graduati al centimetro, non deve essere inferiore a 4,30 m

La zona attorno ai ritti dovrebbe essere coperta con delle imbottiture per proteggere gli atleti

Le piastre di supporto dei ritti devono essere graduate e consentire che l'asticella possa essere spostata di 80 cm nella direzione della zona di caduta, dal piano verticale del bordo interno della parte superiore della cassetta dell'asta (linea 0)



I SALTI IN ESTENSIONE



LA PEDANA

La distanza tra la **linea di stacco** e la **fine della zona di caduta** deve essere di **almeno 10 metri nel lungo e 21 metri per il salto triplo.**

La **linea di stacco** deve essere ad una distanza compresa tra **1 e 3** metri dall'inizio della zona di caduta (lungo) e **11 e 13** m salto triplo.

La **zona di caduta** deve avere una larghezza compresa tra **2.75 e 3** metri. se l'asse di rincorsa non coincide con la linea mediana della zona di caduta, verrà delimitata da uno o due nastri

La superficie della sabbia deve essere a livello con la pedana di rincorsa e sufficientemente umida

La lunghezza minima prevista per la pedana di rincorsa deve essere di 40 m misurati dalla tavola di stacco alla fine della pedana di rincorsa

La **tavola di stacco** deve essere rettangolare, di legno o di altro materiale rigido adatto e deve misurare **122** cm di lunghezza, larga 20 cm (+/-2 mm) e profonda 10 cm. Essa deve essere dipinta in bianco.

LA PEDANA

L'asse per la plastilina consiste in una tavola rigida, fatta di legno o di altro materiale rigido, sistemata in una nicchia o incavo della pedana dalla parte della tavola di stacco più vicina alla zona di caduta. La superficie superiore sarà più alta della tavola di stacco di 7 mm

Il bordo superiore dell'assicella rivolto verso la pedana di rincorsa sarà ricoperto su tutta la sua lunghezza da uno strato di plastilina dello spessore di 1 mm, largo 1 cm, con un'inclinazione, rispetto al piano di rincorsa, di 45°



LA PEDANA

L'anemometro va posizionato a 20,00 m dalla tavola di stacco, ad un'altezza di 1,22 m, a non più di 2,00 m dalla pedana di rincorsa

La **velocità del vento** viene misurata per un periodo di 5 secondi dal momento in cui il concorrente supera un segnale posto lungo la pedana di rincorsa, a 40 metri dalla linea di stacco nel Salto in Lungo ed a 35 metri dalla linea di stacco nel Salto Triplo. Se il concorrente percorre meno di 40 o 35 metri, secondo il caso, la velocità del vento sarà misurata dal momento in cui egli inizia la sua rincorsa.

Asse indicativo centimetrato per il rilevamento, da parte del pubblico delle misure saltate, posto a bordo della fossa rivolto verso il pubblico

Tavolette a riquadri bianchi e neri o bianchi e rossi posti ai due estremi della linea di stacco

I LANCI



ATTREZZI E PESI

Attrezzo	Donne	Donne	Uomini	Uomini	Uomini
	Allieve	All/Jun/Sen	Allievi	Junior	Senior
Peso	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Disco	1 kg	1 kg	1,5 kg	1,750 kg	2 kg
Martello	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Giavellotto	0,500 kg	0,600 kg	0,700 kg	0,800 kg	0,800 kg

ATTREZZI E PESI

Attrezzo	Esordienti	Ragazze	Cadette	Ragazzi	Cadetti
Peso		2 kg	3 kg	2 kg	4 kg
Disco			1 kg		1,5 kg
Martello			3 kg		4 kg
Giavellotto	<i>Vortex</i>	<i>Vortex</i>	0,400 kg	<i>Vortex</i>	0,600 kg

PEDANE CIRCOLARI

La pedana circolare è costituita da una lamiera di ferro, acciaio od altro materiale adatto, la cui parte superiore deve essere a **livello con il terreno circostante**.

La parte interna della pedana può essere costruita in calcestruzzo, asfalto o in qualsiasi altro materiale solido e non scivoloso.

Il diametro interno della pedana deve misurare **2.135 m** nelle gare di **Lancio del Peso e del Martello** e **2.50 m** nella gara di **Lancio del Disco**.

Il martello può essere lanciato da una pedana costruita per il Lancio del Disco, a patto che il diametro della stessa sia ridotto da 2.50 m a 2.135 m mediante l'installazione al suo interno di un anello **riduttore** circolare.

Una **linea bianca** larga 5 cm deve essere tracciata dal bordo superiore del cerchio metallico per una lunghezza di almeno 75 cm da ciascun lato all'esterno della pedana

Viene consentito l'uso di un solo segnale anche per i lanci da pedana circolare, ma solo se posto sul terreno dietro o nelle immediate vicinanze della pedana e rimosso subito dopo il lancio

Il fermapiè deve essere costruito in legno o altro materiale simile a forma di arco, in modo che il margine interno coincida con il margine interno della pedana e pitturato di bianco

Deve essere posizionato nel mezzo delle linee delimitanti il settore di caduta e deve essere costruito in modo da poter essere fissato solidamente al terreno

LA GABBIA

Tutti i lanci del **disco** e del **martello** debbono essere effettuati da una **gabbia** che assicuri l'incolumità degli spettatori, degli ufficiali di gara e dei concorrenti.

La gabbia per il lancio del **disco** dovrebbe avere una pianta a forma di U. L'altezza dei pannelli di rete o della rete drappeggiata dovrebbe essere di almeno 4 m nel punto più basso.

La gabbia per il lancio del **martello** dovrebbe avere la larghezza dell'apertura di 6 m. L'altezza dei pannelli di rete o della rete drappeggiata deve essere di almeno 7 m nel punto più basso per i pannelli posti nel retro della gabbia e di almeno 10m per l'ultimo pannello fino ai perni della gabbia.

Due pannelli mobili larghi 2 m debbono essere posti sul davanti della gabbia e ogni volta soltanto uno di essi viene utilizzato. L'altezza minima dei pannelli mobili deve essere di 10 m

La rete deve essere agganciata ai pali di supporto e ancorata al suolo

I lati della gabbia possono essere allungati e/o aumentati in altezza per aumentare la sicurezza. I punti estremi dell'apertura (larga 6 mt) dovranno essere i bordi interni della rete della gabbia

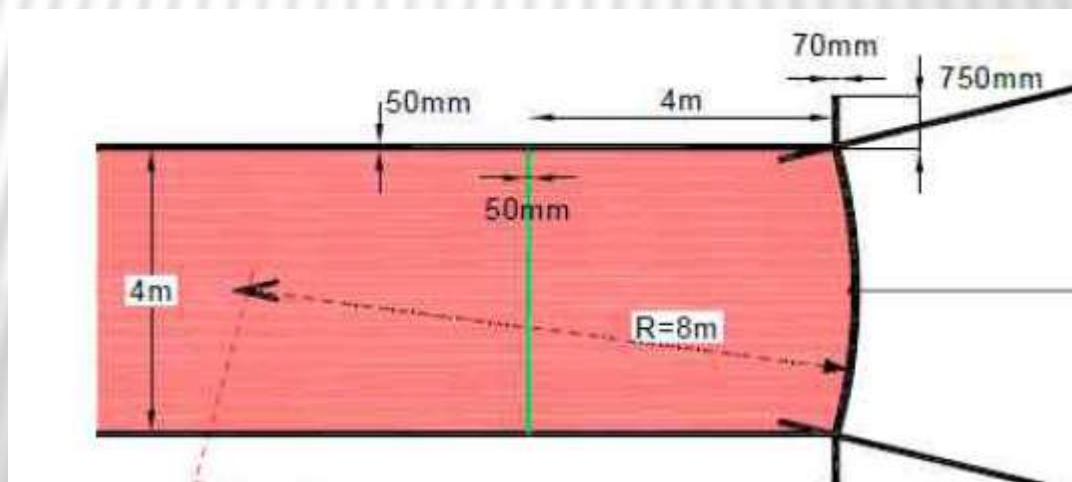
LA PEDANA PER IL GIAVELLOTTO

La lunghezza minima della pedana di rincorsa deve essere 30 metri. Quando le condizioni lo consentono, la lunghezza minima deve essere 33.5 m.

Essa deve essere delimitata da due linee parallele larghe 5 cm e distanti 4 m fra loro. Il lancio deve essere eseguito da dietro un **arco di circonferenza** tracciato con un raggio di 8 m. L'arco deve consistere in una striscia dipinta o fatta di legno o metallo larga 7 cm. Tale striscia deve essere dipinta in bianco e posta a livello del terreno.

Due linee debbono essere tracciate dalle estremità dell'arco ad angolo retto con le linee parallele che delimitano la pedana di rincorsa.

Dette linee debbono essere lunghe 75 cm e larghe 7 cm.



I SETTORI DI CADUTA

Ad eccezione del Lancio del Giavellotto, il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 5 cm tracciate, con un **angolo di 34.92°** , in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passi per il centro della pedana.

Nel **Lancio del Giavellotto** il settore di caduta deve essere marcato con linee bianche larghe 5 cm, tracciate in modo che il margine interno di tali linee, se prolungate, passino attraverso le due intersezioni dell'arco con le due linee parallele delimitanti la pedana di rincorsa. In tal modo il settore avrà **un angolo di circa 29°**

Le centine verranno tracciate sulla base delle prestazioni degli atleti iscritti, su indicazione del Delegato Tecnico, con le corrispondenti piramidi numeriche poste all'esterno della linea che delimita il settore

In caso di turni di qualificazione verrà evidenziato anche tale limite

ATTREZZATURA PER LA GARA

Tavoli, ombrelloni, sedie, bandierine rosse, bianche e gialle, eventuale orologio, tabelloni, segnalini colorati, assicelle di scorta, plastilina, spatola, picchetto, scopa, rastrello, postazioni per gli atleti, misuratore, aste telescopiche per posizionamento asta, scala, Bandierine, cordella metrica (anche in presenza di geodimeter), attrezzi personali e in dotazione del campo, scala, stracci, zerbino, riduttore martello, magnesio, cestino per rifiuti, coppia ferri sollevamento asse battuta, cono chiusura pedana, asticelle, supporto appoggia aste

LOCALI E POSTAZIONI

Magazzino attrezzi dotato di tavoli, calibri e bilancia

Spogliatoi

Infermeria

Camera d'appello posizionata possibilmente tra l'area di riscaldamento e l'ingresso in campo

Segreteria giurie

Segreteria tecnica

Segreteria generale

Direzione di gara e di Riunione

Giuria d'Appello

TIC

Postazione per l'annunciatore,

Zona premiazioni preferibilmente fronte tribuna

Rest room

Sala per riunione tecnica, altro