

Capitolul 4

- Regulamentele competițiilor naționale de sală
- Regulamentele competițiilor naționale în aer liber

REGULAMENTUL

Campionatului Național Universitar de sală - 04.02–05.02.2017 Bacău

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

04.02–05.02.2017 Bacău ➤

ORGANIZARE

Campionatul Național Universitar de sală este organizat de Ministerul Educație Naționale prin Universitatea Bacău, Facultatea de Științe ale Mișcării Sportului și Sănătății, cu sprijinul Federației Române de Atletism, a Direcției pentru Sport a județului Bacău și AJA Bacău.

- **PROBELE** ○ Masculin: 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 5 km mars, 4 x 400 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate. ○ Feminin: 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 3 km mars, 4 x 400 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate.
- **PARTICIPAREA SI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**
La etapa finală participă studenții de la toate formele de învățământ (curs de zi, frecvență redusă, IDD) Concursul se desfășoară în conformitate cu regulamentele I.A.A.F. și F.R.A.
- **TERMEN DE ÎNSCRIERE SI VALIDAREA CONCURRENTILOR**
 - Înscrierile pentru etapa finală se fac la F.R.A. până la data de 30 ianuarie 2017, sau fax sau la telefon nr. 021/3002040, 3002041.
 - Înscrierea participanților se face pe bază de tabel, care va cuprinde: numele și prenumele, data nașterii, universitatea/facultatea, forma de învățământ, performanța realizată în 2016. Tabelele vor fi semnate (de Rector, Prorector sau Decan) și ștampilate.
 - Validarea participanților se face pe baza tabelului de înscriere și a carnetului de student/masterand, cu viza anuală la zi, vineri 03februarie 2017, până la ora 17,00.
 - Ședința tehnică va avea loc vineri, 03 februarie 2017, orele 18,00, la sediul Universității Bacău, Facultatea de Științe ale Mișcării Sportului și Sănătății.
 - Înălțimile succesive, la probele de înălțime și prajină, se stabilesc la ședința tehnică. □ Programul concursului va fi întocmit de organizatori și definitivat la ședința tehnică.
- **TITLURI SI PREMII**
Câștigătorii probelor vor fi declarați campioni naționali universitari.
Organizatorii vor oferi diplome, medalii și premii pentru primii 3 clasați la fiecare probă.
- **CONDITII ADMINISTRATIVE**
La etapa finală, cheltuielile de transport vor fi suportate de unitățile de învățământ superior participante, cheltuielile de cazare și masă revin M.E.N.

REGULAMENTUL

Campionatului Național probe combinate S, T, J1, J2-cadeți și J3

11-12.02.2017 – București

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII Campionatul National-S,T,J1,J2si J3** ➤ **28-29.01.2017 Bucuresti et.1**
Campionatul Național - S, T, J1, J2-cadeți și J3 13-14.02.2017 Finala - București
- **ÎNSCRIEREA CONCURRENTILOR**
Înscrierile pentru etapa Finala se vor face la F.R.A. până la data de 06.02.2017

➤ **VALIDAREA CONCURRENTILOR**

Validările se vor face la sala de atletism din incinta CSNB "Lia Manoliu" astfel: ➤

10 februarie - ora 10,30 - 14,30 **PROGRAMUL:**

Sâmbătă -11.02.2017 Reuniunea I				Duminică 12.02.2017 Reuniunea III a			
10:00	60 m g	F/5	S,T,J1	9:30	60 m g	M/7	J1
10:11	60 m g	F/5	J2	9:40	60 m g	M/7	J2
10:20	60 m g	F/5	J3	9:50	60 m g	M/6	J3
10:30	60 m	M/7	S,T	10:00	60 m g	M/7	S,T
10:35	60 m	M/7	J1	10:30	Prăjină	M/7	J1,J2
10:40	60 m	M/7	J2	10:30	Greutate	M/6	J3
10:45	60 m	M/6	J3	11:30	1000 m	M/6	J3
10:55	Lungime	M/7	S,T,J1	11:30	Prăjină	M/7	S,T
11:00	Înălțime	F/5	S,T,J1(saltea 1)	11:45	1000 m	M/7	J1,J2
11:11	Înălțime	F/5	J2,J3(saltea 2)	12:30	1000 m	M/7	S,T
11:25	Lungime	M/6	J2				
11:25	Greutate	M/7	J1				
11:55	Lungime	M/6	J3				
11:55	Greutate	M/7	J1+J2				
12:20	Înălțime	M/7	S,T,J1(saltea 1)				
12:25	Înălțime	M/6/7	J3,J2(saltea 2)				
12:40	Greutate	F/5	S,T,J1				
13:10	Greutate	F/5	J2+J3				
Reuniunea II a							
18:00	Lungime	F/5	S,T,J1				
18:30	Lungime	F/5	J2,J3				
19:00	800 m	F/5	S,T,J1				
19:30	800 m	F/5	J2,J3				

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național de sală - seniori, tineret și juniori mari cat. 1 și " CUPA DE CRISTAL" seniori și tineret 18—19.02.2017 București

➤ **SCOPUL**

Acordarea titlului de Campion Național.

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- Campionatul Național de sală etapa I – 28-29.01.2017 Bucuresti ○ Campionatul Național de sală etapa II –04.02-05.02.2017 Bacau
- Campionatul Național etapa finală și "CUPA DE CRISTAL" 18—19.02.2017 București

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 60 m, 400m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.
- **Feminin:** 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

La concurs pot participa atleții care au realizat standardurile de participare prevăzute la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

➤ **STANDARDURILE DE PARTICIPARE - sunt cele prevăzute la INSTRUCȚIUNI GENERALE**

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE** — sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se stabilesc după validări.

➤ **CLASAMENTE**

Se va întocmi un singur clasament individual pe probe. ➤

PROGRAMELE: sunt la paginile următoare.

Campionatul National de sala et. 1							
seniori, tineret, juniori mari cat. 1							
Sambata 28.01.2017 Reuniunea I				Duminica 29.01.2017 Reuniunea II			
17:00	60 m	F	Serii	16:00	60m g	F	Serii
17:00	Greutate	F		16:20	60 m g	M	Serii
17:00	Triplusalt	M		16:30	800 m	F	Serii CT
17:10	60 m	M	Serii	16:40	800 m	M	Serii CT
17:30	1500m	F	Serii CT	16:55	60m g	F	FINALA
17:40	1500 m	M	Serii CT	16:00	Lungime	M	
17:50	60 m	F	FINALA	17:15	60 m g	M	FINALA
17:55	60 m	M	FINALA	17:20	3000 m	F	Serii CT
18:00	Greutate	M		17:30	Prăjină	M	
18:10	Triplusalt	F		17:40	Înălțime	F	
18:10	400 m	F	Serii CT	17:35	3000 m	M	Serii CT
18:15	400 m	M	Serii CT	17:50	4X2 tururi	F	Serii CT
18:15	Prăjină	F		18:00	4X2 tururi	M	Serii CT
18:45	Înălțime	M		17:30	Lungime	F	
Ședința tehnică 27 ianuarie 2017 ora 18,00 -							

Campionatului Național de sală "CUPA DE CRISTAL" seniori și tineret							
Sâmbătă 18.02.2017 Reuniunea I				Duminică 19.02.2017 Reuniunea II			
15:30	Prăjină	F		13:30	Prăjină	M	
17:00	Triplusalt	F		16:00	60m garduri	F	Serii
17:15	60 m	F	Serii	16:00	Lungime	M	

17:15	Greutate	F		16:20	60 m garduri	M	Serii
17:25	60 m	M	Serii	16:30	800 m	F	Serii CT
17:40	1500m	F	Serii CT	16:40	800 m	M	Serii CT
17:50	1500 m	M	Serii CT	16:55	60m garduri	F	FINALA
18:10	60 m	F	FINALA 1-2	17:15	60 m garduri	M	FINALA
18:20	60 m	M	FINALA 1-2	17:20	3000 m	F	Serii CT
18:20	Greutate	M		17:30	Lungime	F	
18:30	400 m	F	Serii CT	17:40	Înălțime	F	
18:30	Triplusalt	M		17:40	3000 m	M	Serii CT
18:45	Înălțime	M		18:00	4 x 2 tururi	F	Serii CT
18:45	400 m	M	Serii CT	18:10	4 x 2 tururi	M	Serii CT
Ședința tehnică VINERI 17 Februarie 2017 ora 18:00 - sala de Atletism							

REGULAMENTUL

Campionatului Național de sala - juniori mari cat. 1 25.02 –26.02.2017 București

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- Campionatul Național de sala Național de sală – etapa 1 28-29.01.2017 Bucuresti
- Campionatul Național de sală – etapa 2 04.02-05.02.2017 Bacau
- Campionatul Național de sală – etapa finală 25.02 –26.02.2017 București

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 60 m, 400m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2t.
- **Feminin:** 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2t.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE. Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

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

➤ **PROGRAMUL**

□ Etapa I idem programul de la C.N. S+T din 28-29.01.2017 □ Etapa a II-a idem programul de la C.N.U din 04-05.02.2017 □ C.N.etapa finală:

Sambata-25.02.2017 Reuniunea I				Duminica-26.02.2017 Reuniunea II			
10:30	60 m	F	Serii	10:30	60m g	F	Serii
10:30	Greutate	F		10:30	Lungime	M	
10:30	Triplusalt	F		10:50	60 m g	M	Serii
10:40	60 m	M	Serii	11:00	800 m	F	Serii CT
11:00	1500m	F	Serii CT	11:15	800 m	M	Serii CT
11:15	1500 m	M	Serii CT	11:30	60m g	F	FINALA
11:30	60 m	F	FINALA	11:45	60 m g	M	FINALA
11:35	60 m	M	FINALA	11:50	3000 m	F	Serii CT
11:40	Greutate	M		11:50	Lungime	F	
11:55	Prăjină	F		12:00	3000 m	M	Serii CT
11:55	400 m	F	Serii CT	12:00	Prăjină	M	
11:55	Triplusalt	M		12:10	Înălțime	F	
12:15	Înălțime	M		12:20	4X2 tururi	F	Serii CT
12:25	400 m	M	Serii CT	12:30	4X2 tururi	M	Serii CT
Ședința tehnică vineri 24 februarie 2017 ora 18,00 - sala de Atletism							

REGULAMENTUL

Campionatului Național de sală juniori mici cat. 2 – cadeți

11-12.02.2017 Bacau

DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII

- Campionatul Național etapa I 06.02-07.02.2016 București ○ Campionatul Național etapa finală 11-12.02.2016 Bacau

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 60 m, 400m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.
- **Feminin:** 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI

GENERALE. Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

- **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE – sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se vor stabili după validări.** validări.

CLASAMENT

Se va întocmi un singur clasament individual pe probe.

➤ **PROGRAMELE:**

Campionatului National de sala							
juniori mici cat. 2 – cadeți, etapa I și Finală							
Sambata-Reuniunea I				Duminica-Reuniunea II			
10:00	60 m	F	Serii	10:30	60m g	F	Serii
10:00	Greutate	F		10:30	Lungime	F	
10:00	Triplusalt	F		10:50	60 m g	M	Serii
10:10	60 m	M	Serii	11:00	800 m	F	Serii CT
10:30	1500m	F	Serii CT	11:15	800 m	M	Serii CT
10:40	1500 m	M	Serii CT	11:30	60m g	F	FINALA
10:55	60 m	F	FINALA	11:45	60 m g	M	FINALA
11:00	60 m	M	FINALA	11:50	3000 m	F	Serii CT
11:00	Greutate	M		11:50	Lungime	M	

REGULAMENTUL

11:15	Prăjină	F		12:00	3000 m	M	Serii CT
11:15	400 m	F	Serii CT	12:00	Prăjină	M	
11:15	Triplusalt	M		12:10	Înălțime	F	
11:25	Înălțime	M		12:20	4X2 tururi	F	Serii CT
11:40	400 m	M	Serii CT	12:30	4X2 tururi	M	Serii CT
Ședința tehnică vineri 10.03.2017 ora 18,00 - sala de Atletism							

**Campionatului Național de Iarna - aruncări lungi seniori, tineret și juniori mari cat. 1, juniori mici cat. 2-Cadeți, juniori mici cat. 3, copii 1,2 și 3 -
FINALA – seniori, tineret, juniori mari cat. 1,
- juniori mici cat. 2-cadeti 28.02-02.03.2017 TBD
- juniori mici cat. 3, copii 1,2 și 3 - 25-26.03.2017 Onesti**

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

TBD - FINALĂ - seniori și tineret - 28.02.2017

- juniori mari cat. 1 - 01.03.2017

-juniori cat 2-02.03.2017

Onesti-FINALA – juniori mici cat. 3 - 25.03.2017

- copii 1, 2 și 3 - 26.03.2017

➤ **PROBELE**

- Disc, Ciocan, Suliță — masculin și feminin S,T,J1,J2,J3,C1și C2
- Oină 3 — masculin și feminin

➤ **III PARTICIPANȚI ȘI MODUL DE DESFĂȘURARE**

- La această competiție pot participa atleți de categoria: seniori, tineret, juniori 1, juniori 2-cadeti, juniori 3, copii 1, 2 și 3

➤ **PROGRAMUL:**

Marți 28.02.2017 Reuniunea I - S și T				Miercuri 01.03.2017 Reuniunea II - J1				Joi 02.03.2017 Reuniunea III - J2			
10,00	Ciocan	M		10,00	Ciocan	M1		10,30	Ciocan	M - J2	

REGULAMENTUL

11,00	Ciocan	F		11,00	Ciocan	F1		11,15	Ciocan	F - J2	
12,30	Disc	F		12,30	Disc	F1		12,30	Suliță	M-J 2	
13,30	Disc	M		13,30	Disc	M1		13,15	Suliță	F-J 2	
14,30	Suliță	F		14,30	Suliță	F1		14,00	Disc	M-J 2	
15,30	Suliță	M		15,30	Suliță	M1		14,45	Disc	F-J 2	
Sâmbătă 25-03.2017 Reuniunea I - J3				Duminică 26.03.2017 Reuniunea II -C1,2,3							
10,00	Ciocan	M		9,00	Ciocan	M-C1+C2					
11,00	Ciocan	F		10,00	Ciocan	F-C1+C2					
12,30	Disc	F		11,00	Suliță+Oină C3	M-C1+C2					
13,30	Disc	M		12,00	Disc	MC1+C2					
14,30	Suliță	F		12,45	Suliță+Oină C3	F-C1+C2					
15,30	Suliță	M		13,00	Disc	F-C1+C2					

Campionatul Național de sală – juniori mici cat. 3 18-19.03.2017 – Bucuresti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- Campionatul Național etapa I 04.02-04.03.2017 București ○ Campionatul Național etapa finală 18-19.03.2017 Bucuresti

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 60 m, 400m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.
- **Feminin:** 60 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime, triplusalt, greutate, 4X2 tururi.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

REGULAMENTUL

- La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI
- GENERALE. Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

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

➤ **CLASAMENT**

- Se va întocmi un singur clasament individual pe probe.

➤ **PROGRAMELE:**

Sâmbătă-Reuniunea I				Duminică-Reuniunea II			
10:00	60 m	F	Serii	10:00	60m garduri	F	Serii
10:20	60 m	M	Serii	10:20	60 m garduri	M	Serii
10:00	Greutate	M		10:30	Lungime	F	
10:00	Triplusalt	F		10:30	800 m	F	Serii CT
10:40	1500m	F	Serii CT	10:50	800 m	M	Serii CT
10:55	1500 m	M	Serii CT	11:15	60m garduri	F	FINALA
11:15	60 m	F	FINALA	11:30	Lungime	M	
11:20	60 m	M	FINALA	11:35	3000 m	F	Serii CT
11:30	Greutate	F		11:45	Înălțime	F	
11:45	Înălțime	M		12:00	3000 m	M	Serii CT
11:55	Prăjină	M+F		12:20	4X2 tururi	F	Serii CT
11:30	400m	F	Serii CT	12:30	4X2 tururi	M	Serii CT
11:50	400m	M	Serii CT				
11:30	Triplusalt	M					
Ședința tehnică vineri 17.03.2017							

R E G U L A M E N T U L
Campionatului Național de iarnă pentru probele de marș
seniori, tineret, juniori mari cat. 1, juniori mici cat. 2-cadeți,
juniori mici cat. 3 și copii 1
19.03.2017 TBD

➤ **DATA SI LOCUL DESFĂȘURĂRII** ○ 19 martie 2017 - TBD

➤ **SCOPUL**

- Această competiție reprezintă criteriul de selecție pentru definitivarea echipelor reprezentative în vederea participării la Campionatul Balcanic de marș din data de 8 aprilie 2017– Florina/GRE.

PROBELE

- 20 km Marș - M ȘI F seniori - M ȘI F tineret ○ 10 km Marș - M ȘI F junior mari cat. 1 - M juniori mici cat. 2-cadeti ○ 5 km Marș - F juniori mici cat. 2-cadeti j3– M ○ 3 km Marș - F juniori mici cat. 3 ○ **3Km Mars M copii 1, 2Km Mars F**

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Se face la F.R.A. până la data de 13 martie 2017.
- Validarea concurenților se face în preziua concursului până la ora 15,00

➤ **PROGRAMUL DE CONCURS**

➤ Se va stabili la ședința tehnică din data de 18 martie 2017

➤ **CLASAMENTE**

- Se acordă titlul de campion național la individual și pe echipe pentru fiecare categorie de vârstă în parte.
- Echipele vor fi alcatuite din 4 atleți din care vor puncta 3 atleți în ordinea sosirii.

Campionatului Național de cros - individual și pe echipe - Juniori
mici cat.2, cat. 3, copii 1, 2 și 3 – Botosani

REGULAMENTUL

➤ DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII

- etapa pe județ și Municipiul București: juniori mici cat.2și cat. 3, copii 1, 2 și 3 până la data 19.03.2017
- etapa FINALĂ : juniori mici cat 2și cat. 3, copii 1, 2 și 3 08.04.2017 – Botosani ➤ II.

ORGANIZAREA

- Etapa județeană și a municipiului București va fi organizată de AJA și AMA împreună cu D.J.S.T. și D.M.S.T.
- Etapa FINALĂ, va fi organizată de F.R.A., cu sprijinul D.J.S.T Botosani și Asociației Județene de Atletism Botosani

➤ III. PROBELE

- Distanțele de concurs pentru fiecare categorie de vârstă sunt următoarele:

Etapa județeană

Etapa finală

- | | |
|----------------------|----------------------|
| - copii 3 F 800m. | - copii 3 F 1000m. |
| - copii 3 M 1000m. | - copii 3 M 1200m . |
| - copii 2 F 1000 m | - copii 2 F 1200 m |
| - copii 2 M 1200 m | - copii 2 M 1500 m |
| - copii 1 F 1200 m | - copii 1 F 1500 m |
| - copii 1 M 1500 m | - copii 1 M 2000 m |
| - juniori 3 F 2000 m | - juniori 3 F 3000 m |
| - juniori 3 M 3000m | - juniori 3 M 4000 m |
| - juniori 2 F 3000m | - juniori 2 F 4000m |
| - juniori 2 M 5000m | - juniori 2 M 6000m |

➤ IV. PARTICIPANȚI ȘI DESFAȘURAREA CONCURSULUI

- La etapa pe județ și a municipiului București, participarea este individuală și pe echipe și pot participa atleți, cu condiția să fie legitimați la un club sau la o asociație sportivă.
- La etapa FINALĂ, participarea se face individual și pe echipe la, juniori 2,juniori 3, copii 1, 2 și 3.

REGULAMENTUL

- Pentru etapa FINALĂ de la toate categoriile de vârstă se califică din fiecare județ, primii 10 atleți clasati - individual la fiecare probă. La echipe, participarea este liberă.
- Participarea la etapa FINALA de cros se face cu avizul AJA, AMA sau DJST unde nu exista AJA
- Participarea la etapa județeană este obligatorie, excepție fac sportivii componenți ai Loturilor Naționale
- Echipele pot fi formate la toate categoriile de vârstă - la etapa județeană și finală, din maxim 6 atleți, dintre care vor puncta în clasament primii 4 atleți în ordinea sosirii.
- **Copiii nu pot participa la nici o categorie superioară la individual și pe echipe**

- **V. INSCRIEREA SI VALIDAREA CONCURENTILOR** se vor face conform prevederilor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
 - **Înscrierile la etapa finală se fac la F.R.A., până la data de 4 aprili 2017 pentru categoriile de juniori mici cat2 , cat. 3, copii 1, 2 și 3.**
 - Validarea concurenților are loc în ziua de 7 aprilie 2017 până la ora 16,00.
 - Sedinta tehnica va avea loc în ziua de 7aprilie 2017 ora 18,00.
- **VI. STABILIREA REZULTATELOR** va fi conformă cu prevederile de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
 - Se stabilește un clasament individual și pe echipe - masculin și feminin, la toate categoriile de vârstă.
- **VII. PROGRAMUL:** **Se va posta pe site-ul FRA în timp util.**

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național de sală et. Zona și etapa finală - copii 1, 2 și 3 Etapa de zonă 11-12.03.2017 București și 25-26.03 Bacău Etapa FINALĂ 01-02.04.2017 București

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**
 - etapa de zonă 11-12.03.2017 București – 25-26 03 .Bacău ○
 - etapa FINALĂ 01-02.04.2017 București
- **PROBELE**
 - **Copii 1 - Masculin:** 60 m, 200 m, 800 m, 1500m, 4 x 1 tur, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime (se măsoară de la locul bătaii, dar să nu depășească pragul de 1m hașurat cu cretă), greutate, triatlon (60 m, lungime, 800 m)
 - **Copii 1 - Feminin:** 60 m, 200 m, 800 m, 1500m, 4 x 1 tur, 60 m garduri, înălțime, prăjină, lungime (se măsoară de la locul bătaii, dar să nu se depășească pragul de 1m hașurat cu cretă), greutate, triatlon (60 m, lungime, 800 m)
 - **Copii 2 - Masculin:** 50 m, 200m, 600 m, 4 x 100 m (schimbul bățului fara spatiu de schimb), 50 m garduri, înălțime, greutate, lungime (se măsoară de la locul bătaii, dar să nu depășească pragul de 1m hașurat cu cretă), triatlon (50 m, lungime, 600 m)
 - **Copii 2 - Feminin:** 50 m, 200m, 600 m, 4 x 100 m (schimbul bățului fără spațiu de schimb), 50 m garduri, înălțime, greutate, lungime (se măsoară de la locul bătaii, dar să nu se depășească pragul de 1m hașurat cu cretă), triatlon (50 m, lungime, 600m)
 - **Copii 3 - Masculin:** 50m, 200m (start din picioare-american), 50 m garduri, greutate, lungime (se masoară de la locul de bataie, dar să nu se depășească pragul de 1m hașurat cu cretă), 4x50 m (transmiterea bățului fără spațiu de schimb), biatlon (50 m și lungime) sau (50 m și 200 m)
 - **Copii 3 - Feminin:** 50 m, 200 m (start din picioare-american), 50 m garduri, greutate, lungime (se măsoară de la locul de bătaie, dar să nu depașească pragul de 1m hașurat cu cretă), 4x50 m(transmiterea bățului fără spațiul de schimb), biatlon (50 m și lungime) sau (50 m și 200 m)
- **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

- La etapa finală participarea este liberă. Atletii înscriși în concurs pot participa numai la două probe (ștafeta este considerată una din probe). Dacă un atlet participă la triatlon sau biatlon NU mai poate participa la o altă probă **conform Instrucțiunilor Generale.**

➤ **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**

- Pentru etapa de zonă de la Bacău înscrierile se transmit până la data de 20 martie 2017 la D.J.S.T.Bacău, iar pentru etapa de zonă de la București până la 6 martie 2017, la F.R.A.și A.M.A. București.
- Pentru etapa finală înscrierile se transmit la F.R.A. până la data de 27 martie 2017. Validarea concurenților se va face în data de 31.03.2017 la sala de Atletism a CSNB Lia Manoliu până cel târziu la orele 14:00
- Pentru validare la etapa FINALĂ este obligatoriu ca toți participanții să aibă carnet de legitimare cu viză pe anul 2017 și viză medicală. Nu se admit participări pe bază tabele.
- Ședința tehnică pentru etapa FINALĂ are loc în data de 31martie 2017 la ora 18.00 la Sala de Atletism a CSN "Lia Manoliu" din București .

➤ **PREMII**

- Se acordă titlul de campion național, medalie, tricou de campion și diplomă pentru locul I, iar pentru locurile doi și trei se acordă medalii și diplome.

PROGRAMUL															
Campionatului Național de sală et. zona - copii 1, 2 și 3 și Campionatului național de sală - copii 1, copii 2 și copii 3															
C1 Reuniunea I 01.04.2017				C1 Reuniunea II 01.04.2017				C2 Reuniunea III-a - 02.04.2017				C3 Reuniunea IV 02.04.2017			
9:00	60 m	F	Triatlon	15:30	Lungime	M	2Sect.	9:00	50 m	F	Triatlon	15:00	50 m	F	Biatlon 1
9:10	60 m	M	Triatlon	15:30	60 m garduri	F	Serii	9:10	50 m	M	Triatlon	15:10	50 m	F	Biatlon 2
9:20	60 m	F	Serii	15:50	60 m garduri	M	Serii	9:20	50 m	F	Serii	15:20	50m	M	Biatlon1
9:30	Lungime	F	Triatlon 2Sect.	16:00	200 m	F	Serii CT	9:30	Lungime	F	Triatlon 2Sect.	15:30	50m	M	Biatlon2
9:40	60 m	M	Serii	16:00	Greutate	M		9:35	50 m	M	Serii	15:30	Lungime	F	B1doua sectoare
9:50	Greutate	F		16:15	200 m	M	Serii CT	9:50	600 m	F	Serii CT	15:40	50m	F	Serii
10:00	Lungime	M	Triatlon	16:30	60 m garduri	F	FINALA	10:00	Lungime	M	Triatlon 2Sect.	15:55	50m	M	Serii
10:10	1500 m	F	Serii CT	16:45	60 m garduri	M	FINALA	10:05	600 m	M	Serii CT	15:55	Lungime	M	B1doua sectoare
10:20	1500 m	M	Serii CT	16:55	4 x 1 tur	F	Serii CT	10:20	Greutate	M+F		16:05	200m	F	B2
10:30	800 m	F	Serii CT	17:05	4 x 1 tur	M	Serii CT	10:20	50 m garduri	F	Serii CT	16:15	200m	M	B2
10:40	800 m	M	Serii CT					10:35	50 m garduri	M	Serii CT	16:25	50m	F	Finala
10:30	Lungime	F	2Sect.					10:35	Lungime	F	2Sect.	16:30	50m	M	Finala
10:50	60 m	F	Finala					10:45	50 m	F	Finala	16:35	Lungime	F	doua sectoare
10:55	60 m	M	Finala					10:50	50 m	M	Finala	16:45	50mg	F	Serii CT

11:00	800 m	F	Triatlon					10:55	600 m	F	Triatlon	17:00	50mg	M	Serii CT
11:05	Înaltime	F+M	2Sect.					11:05	600 m	M	Triatlon	17:00	Greutate	M+F	
10:50	Prăjină	F+M						11:05	Înaltime	M+F		17:25	200m	F	SCT
11:10	800 m	M	Triatlon					11:20	200 m	F	Serii CT	17:35	200m	F	SCT
								11:25	Lungime	M	2Sect.	17:35	Lungime	M	doua sectoare
								11:35	200 m	M	Serii CT	17:45	4x50m	F	SCT
								11:50	4 x 100 m	F	Serii CT	17:55	4x50m	M	SCT
								12:00	4 x 100 m	M	Serii CT				

REGULAMENTUL

Campionatului Național Universitar - 20–21.05.2017

➤ **SCOPUL**

Dezvoltarea atletismului de performanță în mediul universitar. Depistarea și selecția celor mai valoroși sportivi-studenți pentru atletismul de performanță, cultivarea spiritului competițional și stimularea performanței studenților pe linia atletismului.

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII** ○ etapa pe Centre Universitare până la 01.05.2017 ○ etapa FINALĂ 20-21.05.2017 - Pitesti

➤ **ORGANIZAREA**

Campionatul Național Universitar se organizează de către Ministerul Educației Naționale. Campionatul Național Universitar se desfășoară în etape:

- etapa pe ani de studii; ○ etapa pe facultate; ○ etapa pe institut sau universitate; ○ etapa pe centru universitar; ○ etapa FINALĂ

Răspunderea pentru organizarea și buna desfășurare a Campionatului Național Universitar revine:

- cadrelor de educație fizică, împreună cu conducerea universităților, pentru etapa pe ani de studii, facultate și institut sau universitate.
- șefilor de catedră din centrul universitar pentru etapa pe centru universitar. ○ Ministerului Educației Naționalei.

- **PROBELE:** Probele si programul vor fi stabilite de organizatori in timp util.
- **PARTICIPAREA SI DESFASURAREA CONCURSULUI**
La Campionatul Național Universitar pot participa studenții de la cursurile de zi, frecvență redusă și ÎD. Concursul se desfășoară în conformitate cu regulamentele I.A.A.F. si F.R.A., în două zile
- **TERMEN DE ÎNSCRIERE SI VALIDAREA CONCURENTILOR**
Înscrierea participantilor se face pe bază de tabel care să cuprindă numele și prenumele, anul nasterii, proba, universitatea/facultatea, forma de învățământ. Tabelele vor fi semnate de rector sau prorector sau decan și stampilate.
- **Validarea participantilor se va face în data de 19.05.2017 până la ora 14:00.** ➤ **TITLURI SI PREMII**
Câștigătorii probelor vor fi declarați campioni naționali universitari.
Organizatorii vor oferi diplome, medalii și premii pentru primii 3 clasati la fiecare probă.
- **CONDITII ADMINISTRATIVE** La etapa FINALĂ, cheltuielile de transport vor fi suportate de universitățile de învățământ superior participante, cheltuielile de cazare și masă revenind Ministerului Educației Naționale.

REGULAMENTUL

și Concursul National Primavara juniori mari cat. 1 27.05 – 28.05- 2017 TBD

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

27.05. – 28.05 2017 TBD

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 5000 m, Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta 4 x 400 m, 10000 m Marș, 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, 3000 m, 5000 m, Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta 4 x 400 m, 10000 m Marș, 100 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță.

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

- **Materialele din concurs vor fi cele folosite la competițiile Juniorilor mari cat. 1.**

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE**– sunt prezentate la "INSTRUCȚIUNI GENERALE" și sunt stabilite după validări.

➤ **PROGRAMUL**

Sâmbătă 28.05-Reuniunea I				Reuniunea II				Duminică 29.05-Reuniunea III			
8:00	10000 m mars	M		17:00	100 m garduri	F	Serii	9:00	400 m garduri	F	SCT
9:00	10000 m mars	F		17:00	Triplusalt	M		9:00	Lungime	F	
9:30	Prăjină	F		17:00	Suliță	M		9:15	400 m garduri	M	SCT

9:30	Lungime	M	Calificari	17:20	110 m garduri	M	Serii	9:30	800 m	F	SCT
10:00	5000 m	F		17:30	100 m	F	Semifinale	9:40	800 m	M	SCT
10:25	5000 m	M		17:35	100 m	M	Semifinale	9:55	200 m	F	SCT
10:45	Lungime	F	Calificari	17:40	1500 m	F	SCT	10:05	200 m	M	SCT
10:45	100 m	F	Serii	17:50	Înălțime	M		10:05	Înălțime	F	
11:00	100 m	M	Serii	17:55	1500 m	M	SCT	10:05	Disc	M	
11:00	Prăjină	M		18:05	Disc	F		10:05	Greutate	F	
11:20	400 m	F	Serii	18:05	100 m garduri	F	FINALA	10:15	Lungime	M	
11:30	Ciocan	F		18:2	110 m garduri	M	FINALA	10:25	3000 m	F	SCT
11:35	400 m	M	Serii	18:30	Triplusalt	F		10:45	3000 m	M	SCT
12:30	Ciocan	M		18:30	Greutate	M					
				18:30	100 m	F	FINALA				
				18:35	100 m	M	FINALA				
				18:40	400 m	F	FINALA				
				18:45	400 m	M	FINALA				
				18:50	3000 m obs.	F	SCT				
				19:05	3000 m obs.	M	SCT				
				19:15	Suliță	F					

REGULAMENTUL

CAMPIONATELOR INTERNAȚIONALE ALE ROMÂNIEI IOLANDA BALAS SOTER 62 și Campionatul Național et.2 S,T și J1 03.06.2017 Cluj Napoca

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII:**
03.06.2017 Cluj Napoca
- **PROBELE:**

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

➤ **PARTICIPANȚI**

□ Înscriserile și stabilirea probelor de concurs, validările și ședința tehnică – vor fi anunțate în timp util.

➤ **CONDIȚII ADMINISTRATIVE**

- F.R.A. poate suporta cheltuielile pentru sportivii români din loturile olimpic și naționale, aflați la data desfășurării competiției în cantonamentele finanțate de F.R.A. sau C.O.S.R.
- Pentru atleții străini invitați la Campionatele Internaționale, F.R.A. poate suporta cheltuielile acestora în conformitate cu legislația financiară în vigoare.

➤ **PROGRAMUL ȘI PROBELE CAMPIONATELOR INTERNAȚIONALE:** Vor fi anunțate în timp util.

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național seniori, tineret și juniori mari cat. 1

Campionatul Național – juniori mari cat. 1 – 05-06.08.2017 Pitesti Campionatul Național – seniori-tineret - 08-09.07.2017 Pitesti

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII** o Etapa I – 20 -21.05.2017 Pitesti o Etapa a II-a 03– 04-06.2017 Cluj Napoca
- o **Campionatul Național – juniori mari cat. 1 Finala 05-06.08.2017 Pitesti** o **Campionatul Național – seniori-tineret Finala 08–09.07.2017 Pitesti**

➤ **PROBELE**

- **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, **3000 m(et.1)**, 5000 m, 10000 m, 110 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță, Ștafeta 4x100 m, Ștafeta 4x400 m
- **Feminin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, **3000 m(et.1)**, 5000 m, 10000 m, 100 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță, Ștafeta 4x100 m, Ștafeta 4x400 m

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE. Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

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

➤ **PROGRAMELE:**

Campionatul Național - etapa 2							
seniori, tineret și juniori mari cat. 1							
Reuniunea I				Reuniunea III			
09:00	10000 m	F		09:00	5000 m	F	SCT
09:45	10000 m	M		09:20	5000 m	M	SCT
10:00	Prăjină	F		09:45	400 m garduri	F	SCT

10:00	Ciocan	M		10:00	400 m garduri	M	SCT
10:25	100m	F	Serii	10:00	Înălțime	F	
10:35	100m	B	Serii	10:00	Lungime	M	
10:50	400m	F	Serii	10:00	Suliță	F	
11:00	400m	B	Serii	10:15	800 m	F	SCT
11:00	Prăjină	M		10:25	800 m	M	SCT
11:00	Ciocan	F		10:30	Greutate	F	
Reuniunea II				10:50	200 m	F	SCT
17:00	110 m garduri	M	Serii	11:05	200 m	M	SCT
17:00	Triplusalt	M		11:15	Greutate	M	
17:00	Suliță	M		11:15	Lungime	F	
17:20	100 m garduri	F	Serii				
17:35	100 m	F	Semifinale				
17:40	100 m	M	Semifinale				
17:45	1500 m	F	SCT				
17:55	1500 m	M	SCT				
18:00	Înălțime	M					
18:00	Disc	F					
18:10	110 m garduri	M	Finala				
18:25	100 m garduri	F	Finala				
18:30	Triplusalt	F					
18:35	400 m	F	Finala				
18:40	400 m	M	Finala				
18:45	Disc	M					
18:50	100 m	F	FINALA				
18:55	100 m	M	FINALA				
19:00	3000 m obstacole	F	SCT				

19:15	3000 m obstacole	M	SCT				
Ședința tehnică în preziua concursului - la ora 18:00							

PROGRAMUL
Campionatul Național-etapa 1 seniori
și juniori mari cat. 1

Reuniunea I				Reuniunea III			
08:55	5000 m	F		16:00	3000 m	F	SCT
09:25	5000 m	M		16:00	Suliță	M	
Reuniunea II				16:00	Greutate	F	
15:00	Prăjină	M		16:00	Lungime	M	
15:00	Ciocan	F		16:00	Înălțime	F	
16:00	Ciocan	M		16:15	3000 m	M	SCT
16:00	110 m garduri	M	Serii	16:30	400 m garduri	F	SCT
16:00	Triplusalt	M		16:45	400 m garduri	M	SCT
16:15	100 m garduri	F	Serii	16:55	800 m	F	SCT
16:35	100 m	F	Serii	17:05	800 m	M	SCT
16:45	100 m	M	Serii	17:15	200 m	F	SCT
17:05	1500 m	F	SCT	17:15	Suliță	F	
17:15	1500 m	M	SCT	17:15	Greutate	M	
17:00	Înălțime	M		17:15	Lungime	F	
17:00	Disc	F		17:25	200 m	M	SCT
17:25	110 m garduri	M	Finala				
17:40	100 m garduri	F	Finala				
17:30	Triplusalt	F					

17:50	400m	F	SCT				
17:55	400 m	M	SCT				
17:45	Disc	M					
18:10	100 m	F	FINALA				
18.15	100 m	M	FINALA				
18:25	3000 m obstacole	F	SCT				
18:35	3000 m obstacole	M	SCT				
Ședința tehnică în preția concursului ora 18:00							

Campionatul Național							
Seniori-Tineret FINALĂ							
Sâmbătă-08.07.2017 -Reuniunea I				Duminică-09.07.2017 Reuniunea III			
09:00	10000 m	F		17:00	5000 m	F	SCT
09:45	10000 m	M		17:20	5000 m	M	SCT
10:00	Prăjină	F		17.45	400 m garduri	F	SCT
10:00	Ciocan	M		18:00	400 m garduri	M	SCT
10:25	100m	F	Serii	18:00	Înălțime	F	
10:35	100m	B	Serii	18:00	Lungime	M	
10:50	400m	F	Serii	18:00	Suliță	F	
11:00	400m	B	Serii	18:15	800 m	F	SCT
11:00	Prăjină	M		18:25	800 m	M	SCT
11:00	Ciocan	F		18:30	Greutate	F	
Reuniunea II				18:50	200 m	F	SCT
17:00	110 m garduri	M	Serii	19:05	200 m	M	SCT

17:00	Triplusalt	M		19:15	Greutate	M	
17:00	Suliță	M		19:15	Lungime	F	
17:20	100 m garduri	F	Serii	19:15	4x400m	F	SCT
17:35	100 m	F	Semifinale	19:25	4x400m	M	SCT
17:40	100 m	M	Semifinale				
17:45	1500 m	F	SCT				
17:55	1500 m	M	SCT				
18:00	Înălțime	M					
18:00	Disc	F					
18:10	110 m garduri	M	Finala				
18:25	100 m garduri	F	Finala				
18:30	Triplusalt	F					
18:35	400 m	F	Finala				
18:40	400 m	M	Finala				
18:45	Disc	M					
18:50	100 m	F	FINALA				
18:55	100 m	M	FINALA				
19:00	3000 m obstacole	F	SCT				
19:15	3000 m obstacole	M	SCT				
19:30	4x100m	F	SCT				
19:35	4x100m	M	SCT				
Ședința tehnică 07.07.2017 ora 18:00							

REGULAMENTUL

Campionatului Național juniori mari cat. 1 - 08-09.07.2017 Pitesti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **Etapa I 20-21.05.2017 Pitesti**
- **Etapa II 04- 06.2016 Pitesti**



- **Etapa III 18-19.06.2016 Pitesti**
- **Campionatul Național-etapa finala 30-31.07.2016 Pitesti**
- **PROBELE**
 - **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, 10000 m, 10000 m marș Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta 4 x 400 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, 3000m (numai la C.N.J1), 5000 m, 10000 m marș , Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta 4 x 400 m, 100 m garduri, 400 m garduri, 3000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță,
- **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**
 - La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
 - Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.
- **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE:** sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se vor stabili după ședinț tehnică. ➤ **PROGRAMELE:** la C.N. etapa I si II sunt identice cu cele de la C.N. pentru seniori și tineret

PROGRAMUL Campionatului Național - juniori mari cat. 1											
Reuniunea I				Reuniunea II				Reuniunea III			
8:00	10000 m mars	M		17:00	100 m garduri	F	Serii	9:00	400 m garduri	F	SCT
9:00	Prăjină	F		17:00	Triplusalt	M		9:15	Lungime	F	
9:05	10000 m mars	F		17:00	Suliță	M		9:15	400 m garduri	M	SCT
9:30	Lungime	F	Calificari	17:20	110 m garduri	M	Serii	9:30	800 m	F	SCT
10:00	Prăjină	M		17:30	100 m	F	Semifinale	9:40	800 m	M	SCT
10:00	Ciocan	M		17:35	100 m	M	Semifinale	9:55	200 m	F	SCT
10:10	5000 m	F		17:45	1500 m	F	SCT	10:05	200 m	M	SCT
10:30	10000 m	M		17:50	Înălțime	M		10:05	Înălțime	F	
11:00	Ciocan	F		18:00	1500 m	M	SCT	10:05	Disc	M	
11:00	Lungime	B	Calificari	18.05	Disc	F		10:05	Greutate	F	
11:10	100m	F	Serii	18:15	100 m garduri	F	FINALA	10:15	Lungime	M	

11:25	100m	B	Serii		18:30	110 m garduri	M	FINALA		10:25	5000 m	M	SCT
11:40	400m	F	Serii		18:30	Triplusalt	F			10:45	3000 m	F	SCT
11:50	400m	B	Serii		18:30	Greutate	M			11:00	4 x 400m	F	SCT
					18:40	100 m	F	FINALA		11:10	4 x 400m	M	SCT
					18:45	100 m	M	FINALA					
					18:50	400 m	F	FINALA					
					18:55	400 m	M	FINALA					
					19:05	3000 m obstacole	F	SCT					
					19:15	Suliță	F						
					19:20	3000 m obstacole	M	SCT					
					19:35	4 x 100m	F	SCT					
					19:40	4x100m	M	SCT					

REGULAMENTUL Campionatului Național copii 1, 2 și 3 17-18.06.2017TBD

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII** ▪ Etapa de ZONA 20-21.05.2017 ○ București ○ Cluj Napoca ○ Iași ○ Rm. Valcea ○ Constanța
 - Etapa FINALĂ 17-18.06.2017TBD
- **PROBELE**
- **COPII 1**

- **Masculin:** 80 m, 200 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 4 x 100 m, 90 m garduri, 300 m garduri, 3000m mars, înălțime, prăjină, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă) greutate, sulită, disc, ciocan, triatlon (60 m, lungime, 800 m)
 - **Feminin:** 80 m, 200 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 4 x 100 m, 80 m garduri, 300 m garduri, 2000m mars, înălțime, prăjină, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu se depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă), greutate, sulită, disc, ciocan, triatlon (60 m, lungime, 800 m) ➤ **COPII 2**
 - **Masculin :** 60 m, 150 m, 500 m, 800 m, 5 x 80 m (transmiterea bățului fără spațiu de schimb), 60 m garduri, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă), înălțime, greutate, disc, ciocan, sulita, triatlon 1 (60 m, lungime, 600 m)
 - **Feminin:** 60 m, 150 m, 500 m, 800 m, 5 x 80 m (transmiterea bățului fără spațiu de schimb), 60 m garduri, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă), înălțime, greutate, disc, ciocan, sulita, triatlon 1 (60 m, lungime, 600 m). ➤ **COPII 3**
 - **Masculin :** 50 m, 300 m (start din picioare - american), 8 x 50 m (ștafeta mixtă 4 fete + 4 băieți cu transmiterea bățului fără spațiu de schimb), 50 m garduri, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă), oină, greutate, triatlon 1 (50 m, lungime, 300 m), triatlon 2 (50 m, lungime, oină)
 - **Feminin:** 50 m, 300 m (start din picioare - american), 8 x 50 m (ștafeta mixtă 4 fete + 4 băieți cu transmiterea bățului fără spațiu de schimb), 50 m garduri, lungime (se măsoară de la locul bății, dar să nu depășească pragul de 1 m hașurat cu cretă), oină, greutate, triatlon 1 (50 m, lungime, 300 m) triatlon 2 (50 m, lungime, oină)
- **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**
- La etapa pe județ și zonă participarea este deschisă.
- **Repartizarea județelor pe zone:**
- **În funcție de opțiunile fiecăruia, atleții pot participa la oricare dintre zone.**
 - Atleții pot participa la două probe într-o zi (ștafeta fiind considerată probă)
 - Atleții care participă la triatlon nu mai pot participa la o altă probă conform **instrucțiunilor generale.**
- **La etapa FINALĂ**
- Participarea este permisă tuturor atleților indiferent dacă au participat sau nu la etapa de zonă
 - Participantii la etapa de ZONĂ și FINALĂ vor prezenta obligatoriu, la validări, carnetul de legitimare cu viza anuală pe anul 2015 și viza medicală la zi.
- **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURRENTILOR**
- **Înscrierea** pentru etapa de ZONĂ înscrierile se transmit la A.J.A., respectiv, A.M.A. București, care organizează aceste etape până la data de 10 mai 2015
 - Pentru etapa FINALĂ înscrierile se transmit la F.R.A. cel târziu la 1 iunie 2016
 - **Validarea** concurenților pentru etapa de zonă se va face de către delegatul clubului la – A.J.A și A.M.A în preția concursului.

- La etapa FINALĂ validarea se va face de către delegatul clubului în data de 10.06.2016 în preziua concursului până la ora 15,00.
- **PREMII:** La etapa FINALĂ se acordă titlul de campion, medalii și diplome pentru locurile 1 – 3 și trofee.
- **PROGRAMELE:** sunt la pagina urmatoare.

PROGRAMUL

Campionatului Național copii 1 zone și finală

copii 1-Reuniunea I

copii 1-Reuniunea a II-a

8.30-3000m mars M	
8.45 -2000mF mars	16.00 - Lungime M 2 sectoare paralele
9.00 - Sulita F	16.00 - Disc F
9.00 - 60 m F Triatlon	16.00 - 80 mg F serii
9.10 - 60 m M Triatlon	16.20 - 90 mg M serii
9.20 - 80 m F serii	16.30 - 200 m F SCT
9.30 - Lungime F Triatlon	16.40 - 200 m M SCT
9.30 - Inaltime M	16.55 - 1500 m F SCT
9.30 - Greutate F	17.05 - 1500 m M SCT
	9.45 - 80 m M serii
	17.05 - Disc M
10.00 - Lungime M Triatlon	17.15 - 80 mg F Finala

10.15 -800 m F SCT	17.30 - 90 mg M Finala
10.30 - 800 m M SCT	17.40 - 4 x 100 m F SCT
10.30 - Greutate M	17.50 - 4 x 100 m M SCT
10.30 - Sulita M	
10.30 - Inaltime F	
10.40 - Lungime F 2 sectoare paralele	
10.45 - 80 m F Finala	10.50 - 80 m M
Finala	
11,00 – 300 m garduri F SCT	11,10 –
300 m garduri M SCT	
11.25 - 800 m M Triatlon	
11.30 – 300 m F SCT	
11.40 – 300 m M SCT	
11.40 - Prăjină F + M	
11.45 – Ciocan F + M	
11.50 - 800 m F Triatlon	

Ședința tehnică va avea loc în preziua desfășurării concursului, ora 17,00

PROGRAMUL

Campionatului Național copii 2 și 3 zone și finală 2013

copii 2 Reuniunea I

8.30 - 60 m F Triatlon1

8.40 - 60 m M Triatlon1 (ciocan F+M)

copii 3 Reuniunea a II-a

15.30 - 50 m F Triatlon 1

15.35 - 50 m F Triatlon 2

8.50 - 60 m F serii	15.40 - 50 m M Triatlon 1
9.00 - Lungime F Triatlon F 1	15.45 - 50 m M Triatlon 2
9.05 - 60 m M serii	15.50 - 50 m F serii
9.25 - 800 m F SCT	16.05 - 50 m M serii
9.35 - 800 m M SCT	16.05 - Lungime F Triatlon 1 si 2/2sect.
9.35 - sulita F	16.35 - Lungime M Triatlon 1 si 2/2sect.
9.35 - Lungime M Triatlon 1	16.35 - Oina F Triatlon 2
9.45 - 60 mg F serii	16.35 - 300m F Triatlon 1
10.00 - Inalțime F+M	16.45 - 50 mg F Serii
10.00 - 60 mg M serii	16.55 - 50 mg M Serii
10.15 - Lungime F 2 sectoare paralele	17.05 - Lungime F 2 sectoare paralele
10.15 -sulita M	17.05 - Greutate F+M
10.15 - 60 m F Finala	17.05 - 300m M Triatlon 1
10.20 - 60 m M Finala	17.05 - Oina M Triatlon 2
10.25 - 600 m F Triatlon	17.15 - 50 m F Finala
10.30 - Greutate F+M	17.20 - 50 m M Finala
10.35 - 600 m M Triatlon	17.25 - 300m F SCT
10.45 - disc F+ M	17.35 - 300m M SCT
10.45 - 60 mg F Finala	17.35 - Oina F
11.00 - 60 mg M Finala	17.05 - Lungime M 2 sectoare paralele
11.10 - 150 m F SCT	17.45 - 50 mg F Finala
11.20 - 150 m M SCT	17.55 - 50 mg M Finala

11.30 – Lungime M2 sectoare Paralele 18.00 - Oina M
11.30 - 500 m F SCT 18.00 - 8 x 50 m Mixt SCT
11.40 - 500 m M SCT
11.50 - 5 x 80 m F SCT
12.00 - 5 x 80 m M SCT

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național juniori mici cat. 3

15-16.07.2017 Pitesti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **Etapa I 13-14.05.2017 TBD**

▪

- **Campionatul Național –etapa finală 15-16.07.2017Pitesti ➤ P R O B E L E**

- **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, 110 m garduri, 400 m garduri, 2000 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, 100 m garduri, 400 m garduri, 2000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

- La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI
- GENERALE. Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE:** — sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se vor stabili după ședința tehnică.

➤ **PROGRAMUL**

PROGRAMUL							
Campionatului Național etapa 1 juniori mici cat. 3							
Sambătă-Reuniunea I				Duminică-Reuniunea II			
08:00	5000 m mars	M		09:30	400mg	F	SCT
08:35	3000 m mars	F		09:30	Lungime	M	
09:30	Ciocan	F		09:50	400mg	M	SCT
09:30	Prajina	M/F		09:50	Inaltime	F	
09:40	110mg	M	Serii	10.00	800m	F	SCT
09:40	Inaltime	M		09:50	Sulita	M	
10:00	Triplusalt	F		10:10	800m	M	SCT
10:00	100mg	F	Serii	10:25	200m	F	SCT
10:10	100m	F	Serii	10:35	200m	M	SCT
10:25	100m	M	Serii	10:45	Lungime	F	
10:30	Greutate	M		10:45	Disc	M	
10:30	Ciocan	M		10:45	Greutate	F	
10:40	400m	F	SCT	10:55	3000m	F	SCT
10:50	400m	M	SCT	11:10	3000m	M	SCT
11:10	1500m	F	SCT	11:25	100+200+300+400m	F	SCT

11:15	1500m	M	SCT		11:30	100+200+300+400m	M	SCT
11:15	Triplusalt	B						
11:30	110mg	M	FINALA					
11:35	Disc	F						
11:45	100mg	F	FINALA					
11:55	100m	F	FINALA					
12:00	100m	M	FINALA					
12:10	2000m obs.	F	SCT					
12:20	2000m obs.	M	SCT					
12:30	4 x 100m	F	SCT					
12:30	Sulita	F						
12:35	4 x 100m	M	SCT					
Ședința tehnică se va desfășura în preziua concursului: la ora 18:00								

PROGRAMUL								
Campionatului Național juniori mici cat. 3								
Etapa Finală								
15.07.2017-Reuniunea I				16.07.2017-Reuniunea II				
08:30	5000 m mars	M		08:30	400mg	F	SCT	
09:05	3000 m mars	F		08:30	Lungime	M		
09:30	Ciocan	F		08:50	400mg	M	SCT	
09:30	Prajina	M/F		09:00	800m	F	SCT	
10:30	Ciocan	M		09:10	800m	M	SCT	

Reuniunea a II-a				9,25	200m	F	SCT
17:30	110mg	M	Serii	09:35	200m	M	SCT
17:30	Sulita	M		09:45	Lungime	F	
17:30	Inaltime	M		09:45	Disc	M	
17:30	Triplusalt	F		09:45	Greutate	F	
17:45	100mg	F	Serii	09:55	3000m	F	SCT
18:00	100m	F	Serii	10:10	3000m	M	SCT
18:10	100m	M	Serii	10:25	100+200+300+400m	F	SCT
18:20	400m	F	SCT	10:30	100+200+300+400m	M	SCT
18:30	400m	M	SCT				
18:30	Greutate	M					
18:30	Triplusalt	B					
18:35	Disc	F					
18:45	1500m	F	SCT				
18:55	1500m	M	SCT				
18:45	Inaltime	F					
19:05	110mg	M	FINALA				
19:25	100mg	F	FINALA				
19:30	Sulita	F					
19:35	100m	F	FINALA				
19:40	100m	M	FINALA				
19:45	2000m obs.	F	SCT				
19:55	2000m obs.	M	SCT				
20:05	4 x 100m	F	SCT				
20,10	4 x 100m	M	SCT				
Ședința tehnică se va desfășura în preziua concursului, la ora 18,00							

REGULAMENTUL Campionatului Național de probe combinate seniori, tineret, juniori cat.1, juniori mici cat. 2-cadeți și juniori mici cat. 3 - 12- 13.08.2017 Pitesti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

▪ .Campionatul National S,T,J1,J2și J3 etapa 1 04-05-06.2017Cluj Napoca

□ **Campionatul National etapa finala – toate categoriile 12-13.08 2017 Pitesti**

➤ **INSCRIEREA SI VALIDAREA CONCURENTILOR**

▪ Inscrierile pentru etapa Finala se vor face la F.R.A. până în data de 16.07.2016 ➤ **Validarea** se va face astfel:

▪ 03 iunie 2017 ora 10,30- 14,30 ▪
11august 2017 ora 10,30-14,30

➤ **PROGRAMUL:**

Reuniunea I				Reuniunea a III-a			
10:00	100 m garduri	F/6	J3	10:00	110 m garduri	M/10	S+T
10:10	100 m garduri	F/7	J2	10:00	Lungime	F/7/6	J2+J3
10:25	100 m garduri	F/7	S+T+J1	10:10	110 m garduri	M/10	J1
10:35	100 m	M/10	S+T+J1	10:20	110m garduri	M/8	J2
10:35	Înălțime	F/7/6	J2+J3	10:30	Disc	M/10	S+T+J1
10:40	100 m	M/8	J2	10:30	110 m garduri	M/8	J3
10:45	100 m	M/8	J3	10:45	Greutate	F/6	J3
11:05	Lungime	M/10	S+T+J1	10:45	Înălțime	M/8	J2
11:30	Înălțime	F/7	S+T+J1	11:00	Disc	M/8	J3
11:45	Lungime	M/8	J2+J3	11:00	Lungime	F/7	S+T+J1
12:00	200m	F/6	J3	11:15	Prăjină	M/10	S+T+J1

12:00	Greutate	M/10	S+T(sector 1)		11:30	800 m	F/6	J3
12:00	Greutate	M/10	J1(sector 2)		11:30	Sulita	F/7	J2
12:30	Greutate	M/8	J2 (sector 1)		12:15	Sulita	F/7	S+T+J1
12:30	Greutate	M/6	J3 (sector 2)		12:15	800 m	F/7	J2
13:00	Greutate	F/7	S+T+J1		12:45	Sulita	M/8	J3
13:00	Greutate	F/7	J2		13:15	Sulita	M/8	J2
14:00	200m	F/7	J2		13:15	800 m	F/7	S+T+J1
14:05	200m	F/7	S+T+J1		13:45	Sulita	M10	S+T+J1
Reuniunea a II-a					13:45	1000 m	M/8	J3
17:00	Înălțime	M/10	S+T+J1		13:50	1000 m	M/8	J2
17:55	400m	M/8	J2		14:30	1500 m	M/10	S+T+J1
18:05	400m	M/10	S+T+J1					

REGULAMENTUL

Campionatului Național juniori mici cat. 2-cadeți 24-25.06.2017 Pitesti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **Etapa I 13-14.2017 TBD**
- **Etapa Finala 24-25.06.2017**
- **Campionatul Național etapa finala 24-25.06.2017 București**

➤ **P R O B E L E**

- **Masculin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 5000 m, ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta de 100 m + 200 m + 300 m + 400 m, 10000 m marș, 110 m garduri, 400 m garduri, 2000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță,
- **Feminin:** 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 3000 m, 5000 m, Ștafeta 4 x 100 m, Ștafeta de 100 m + 200 m + 300 m + 400m, 5000 m marș, 100 m garduri, 400 m garduri, 2000 m obstacole, Înălțime, Prăjină, Lungime, Triplusalt, Greutate, Disc, Ciocan, Suliță,

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

- La concurs pot participa atleții conform cerințelor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
- Numerele de concurs vor fi cele repartizate de F.R.A. cluburilor sportive.

➤ **ÎNĂLȚIMILE SUCCESIVE**: sunt prezentate la INSTRUCȚIUNI GENERALE și se vor stabili după ședința tehnică.

➤ **PROGRAMUL:**

Campionatului Național juniori mici cat. 2–cadeți							
24.06.2017 Reuniunea I				25.06.2017 Reuniunea III			
08:30	5000 m mars	F		08:50	3000m	F	SCT
09:05	10000 m mars	M		09:05	3000m	M	SCT
09:30	Lungime	F	Calificari	09:20	400mg	F	SCT
10:00	Prajina	M SI F		09:30	Lungime	F	FINALA
10:05	5000m	F	SCT	09:40	400mg	M	SCT
10:25	5000m	M	SCT	09:55	800m	F	SCT
10:45	100m	F	Serii	10:00	Greutate	F	
10:45	Ciocan	F		10:05	800m	M	SCT
11:00	100m	B	Serii	10:10	Inaltime	F	
11:00	Lungime	B	Calificari	10:20	200m	F	SCT
11:20	400m	F	Serii	10:30	200m	M	SCT
11:30	400m	B	Serii	10:30	Disc	M	
11:45	Ciocan	M		10:30	Lungime	M	
Reuniunea II				11:00	100+200+300+400m	F	SCT
17:30	100mg	F	Serii	11:10	100+200+300+400m	M	SCT
17:30	Inaltime	M					
17:30	Sulita	M					
17:50	110mg	M	Serii				
17:50	Triplusalt	M					
18:00	100m	F	Semifinale				
18:05	100m	M	Semifinale				
18:10	1500m	F	SCT				
18:25	1500m	M	SCT				
18:30	Disc	F					

REGULAMENTUL

18:30	Greutate	M						
18:40	100mg	F	FINALA					
18:45	110mg	M	FINALA					
18:50	Triplusalt	F						
18:55	100m	F	FINALA					
19:00	100m	M	FINALA					
19:05	400m	F	FINALA					
19:10	400m	M	FINALA					
19:20	2000m obs.	F	Serii					
19:25	Sulita	F						
19:30	2000m obs.	M	Serii					
19:40	4 x 100m	F	SCT					
19:45	4 x 100m	M	SCT					

Campionatului Național de alergare montană- individual și pe echipe seniori și juniori mari cat. 1 - 20.08.2017TBD

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII Concurs selecție juniori 2 29 04 2017 Slanic Prahova**
 - **Campionatul național etapa I a – seniori și juniori cat.1 06.05.2017TBD**
 - **Campionatul național – etapa finală seniori și juniori mari cat. 1 20.08.2017 TBD** ➤ **II. ORGANIZAREA**
 - Federația Română de Atletism și Subcomisia pentru alergare montană.
- **III. PROBELE**
 - Distanțele de concurs pentru fiecare categorie de vârstă sunt următoarele:
 - juniori mari cat. 1 feminin 5-6 km diferența nivel aproximativ 600 m
 - juniori mari cat. 1 masculin 5-6 km diferența nivel aproximativ 800 m
 - seniori feminin 10-12 km diferența nivel aproximativ 800 m
 - seniori masculin 10- 12 km diferența nivel aproximativ 1100 m
- **IV. PARTICIPANȚI**

- Participarea se face individual și pe echipe la categoria juniori 1 și seniori.
 - Echipele pot fi alcătuite astfel:
 - seniori F - pot alerga 4 atleți, vor puncta 3 în ordinea sosirii
 - seniori M - pot alerga 4 atleți, vor puncta 3 în ordinea sosirii
 - junior mari cat. 1 F - pot alerga 4 atleți, vor puncta 3 în ordinea sosirii ▪ juniori mari cat.1 M - pot alerga 4 atleți, vor puncta 3 în ordinea sosirii
- **OBSERVATII:**
- **Categoria de vârstă juniori mici cat. 2-cadeți pot fi înscriși și pot participa la individual și la echipă numai la categoria de juniori mari cat. 1, intrând în clasamentul general și pe echipe al acestei categorii.**
 - **Fiecare atlet participant la competițiile oficiale din calendarul competițional intern organizate de FRA în proba de alergare montană, cu ocazia validării, va lua la cunoștință sub semnătură de obligațiile ce îi revin, în vederea participării la acest gen de competiții. În caz contrar, atletul nu va fi acceptat în competiție.**
- **V. TAXA DE PARTICIPARE**
- Aceeași ca la Campionatul Național

Campionatului Național semimaraton –individual și pe echipe seniori, tineret și juniori mari cat. 1 - 03.09. 2017TBD

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **03septembrie 2017 - Bucuresti**

➤ **PARTICIPANȚII SI DEFAȘURAREA CONCURSULUI**

- Participarea se face individual și pe echipe, echipele pot fi alcătuite din 5 atleți și vor puncta primii 3 atleți clasati în clasamentul general.

➤ **ORGANIZAREA**

- Înscrierile se fac la F.R.A. până la data de 25 august 2017
- Validarea concurenților are loc în ziua de 02augusti 2017 până la ora 16,00.
- Sedința tehnica va avea loc în aceeași zi la ora 18,00 la...
- Stabilirea rezultatelor va fi conform cu prevederile de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.

R E G U L A M E N T U L

Campionatul Național marș 20 km seniori, tineret si juniori mari cat. 1 (M si F)- individual și echipe - 09.07.2017 Pitesti

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- 09iulie 2017 Pitestii

➤ **Distanța de concurs:** 20km M și F

➤ **INSCRIEREA SI VALIDAREA CONCURENȚILOR**

- Înscrierile se vor face la F.R.A. până la data de 04.07.2017.
- Validarea se face în ziua de 08.07.2017 între orele 10,30 – 16.00.

➤ **Participare :** Participarea se face individual și pe echipe la categoria: seniori, tineret și juniori mari cat. 1. ▪ Echipele pot fi alcătuite din 4 atleți din care vor puncta 3 în ordinea sosirii în clasamentul general.

Campionatului Național marș 50 km seniori și tineret, 10 Km F S-T individual și pe echipe - 29.10.2017 TBD

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**
 - 29.10.2017 TBD
- **II. Distanța de concurs:** 50km S-M, T M 10km S-F, T-F ➤ **III. ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURENȚILOR**
 - Înscrierile se vor face la F.R.A. până la data de 22.10.2017.
 - Validarea se face în ziua de 28.10.2017 între orele 10,30 – 16.00 .
- **IV. Participare :** Participarea se face individual și pe echipe la categoria: seniori, tineret și juniori 1.
 - Echipele pot fi alcătuite din 4 atleți din care vor puncta 3 în ordinea sosirii în clasamentul general.

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național de maraton seniori și tineret 08.10.2017 București

- **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII** ○ 08.10.2017 București
- **ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURENȚILOR**
 - Înscrierile se vor face la F.R.A. până la data de 01.10.2017
 - Validarea se face la F.R.A. în ziua de 07.10.2017 între orele 10,30 – 14,30 .
- **Participare :** Participarea se face individual și pe echipe la categoria: seniori, tineret.
 - Echipele pot fi alcătuite din 4 atleți din care vor puncta prin cumularea timpilor realizați de primii 3 sosiți din clasamentul general.
 - Timpul de închidere al cursei de maraton este de 3.30:00 la Masculin și 4.00.00 la Feminin

R E G U L A M E N T U L

Campionatului Național de cros - individual și pe echipe - seniori, tineret, juniori mari cat. 1

21.10.2017 Craiova

DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII

- **etapa pe județ și Municipiul București:**
seniori, tineret, juniori mari cat. 1, până la data 08.10.2017
- **etapa FINALĂ :**
seniori, tineret, juniori mari cat. 1, 21.10.2017 Craiova

➤ **II. ORGANIZAREA**

- Etapa județeană și a municipiului București va fi organizată de A.J.A. și A.M.A. împreună cu D.J.S.T. și D.M.S.T.
- Etapa FINALĂ, va fi organizată de F.R.A., cu sprijinul D.J.T.S, și Asociației Județene de Atletism

➤ **III. PROBELE**

- Distanțele de concurs pentru fiecare categorie de vârstă sunt următoarele:

Etapa județeană

- juniori mari cat. 1 F 3000 m
- juniori mari cat. 1 M 5000 m
- tineret - F 5000 m
- tineret - M 6000 m
- seniori - F 6000 m
- seniori - M 8000 m

Etapa finală

- juniori mari cat. 1 F 4000 m
- juniori mari cat. 1 M 6000 m
- tineret - F 6000 m
- tineret - Me 8000 m
- seniori - feninin 8000 m
- seniori - M 10000 m

➤ **IV. PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

➤ **IV. PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI**

- La etapa pe județ și a municipiului București, participarea este individuală și pe echipe și pot participa atleți, cu condiția sa fie legitimați la un club sau la o asociație sportivă.
- La etapa FINALĂ, participarea se face individual și pe echipe la, juniori 3, copii 1, 2 și 3.
- Pentru etapa FINALĂ de la toate categoriile de vârstă se califică din fiecare județ, primii 10 atleți clasați - individual la fiecare probă. La echipe, participarea este liberă.
- Participarea la etapa FINALA de cros se face cu avizul AJA, AMA sau DJST unde nu exista AJA
- Participarea la etapa județeană este obligatorie, excepție fac sportivii componenți ai Loturilor Naționale

- Echipele pot fi formate la toate categoriile de vârstă - la etapa județeană și finală, din maxim 6 atleți, dintre care vor puncta în clasament primii 4 atleți în ordinea sosirii, la categoria tineret și seniori echipele maxim 4 atleți și punctează 3 atleți în ordinea sosirii.
- **Copiii nu pot participa la nici o categorie superioară la individual și pe echipe**
 - Echipele pot fi formate la toate categoriile de vârstă - la etapa județeană și finală, din maxim 6 atleți, dintre care vor puncta în clasament primii 4 atleți în ordinea sosirii.
 - **Juniorii mici cat. 2-Cadeți pot fi înscriși și în echipa juniorilor mari cat. 1, ei intrând în clasamentul general individual și pe echipe al acestei categorii (juniori mari cat. 1).**
 - **Copiii nu pot participa la nici o categorie superioară la individual și pe echipe, Juniorii cat.3 pot participa numai la categoria 2.**
- **V. INSCRIEREA SI VALIDAREA CONCURRENTILOR**
 - se vor face conform prevederilor de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
- **Înscrierile la etapa finală se fac la F.R.A., până la data de 16.10.2017 pentru categoriile de seniori, tineret, juniori mari cat. 1.**
 - Validarea concurenților are loc în ziua de 20.10.2017 până la ora 16,00.
 - Sedința tehnică va avea loc în ziua de 20.10.2017 ora 18,00.
- **VI. STABILIREA REZULTATELOR**
 - va fi conformă cu prevederile de la INSTRUCȚIUNI GENERALE.
 - Se stabilește un clasament individual și pe echipe - masculin și feminin, la toate categoriile de vârstă.
- **VII. PROGRAMUL**
 - **Se va posta pe site-ul FRA în timp util.**