

REGULAMENTUL CAMPIONATELOR INTERNAȚIONALE DE ATLETISM ALE ROMÂNIEI "Iolanda Balaș Soter" – ediția 69

➤ **DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII**

- **18-19.05.2024**
- **Craiova – Stadionul "Nicolae Mărășescu"**

➤ **PROBELE**

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

➤ **TAXE DE PARTICIPARE:**

- Campionatele Internaționale ale României - 100 lei/probă

➤ **ÎNSCRIEREA CONCURRENTILOR:**

- Înscrierile se vor face pe site-ul FRA, până la data de 13.05.2023, orele 23:59.

➤ **Caracteristicile gardurilor:**

| Probă | Înălțimea gardurilor | Distanța de la start la primul gard | Distanța între garduri | Distanța de la ultimul gard la sosire | Număr gardurilor |
|-------------------------|----------------------|-------------------------------------|------------------------|---------------------------------------|------------------|
| SENIORI MASCULIN | | | | | |
| 110 m garduri | 1,067 m | 13,72 m | 9,14 m | 14,02 m | 10 |
| 400 m garduri | 0,914 m | 45,00m | 35,00m | 40,00m | 10 |
| 3000 m obst. | 0,914 m | | | | |
| SENIORI FEMININ | | | | | |
| 100 m garduri | 0,840 m | 13,00m | 8,50 m | 10,50m | 10 |
| 400 m garduri | 0,762 m | 45,00 m | 35,00 m | 40,00 m | 10 |
| 3000 m obst. | 0,762 m | | | | |

| GREUTATEA MATERIALELOR ÎN PROBELE DE ARUNCĂRI | | | | |
|---|----------|---------|---------|---------|
| Categoria | Greutate | Disc | Ciocan | Suliță |
| Seniori - M | 7,260kg | 2,000kg | 7,260kg | 0,800kg |
| Seniori - F | 4,000kg | 1,000kg | 4,000kg | 0,600kg |

➤ **PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:**

- Seriele se vor alcătui în ordinea descrescătoare a performanțelor din sezonul de aer liber 2023.
- Verificarea legitimațiilor cu viza anuală și medicala valabile, este obligatorie și se vor prezenta la secretariatul de concurs de către delegatul clubului;

Apelul pentru fiecare probă se va face în „Camera de Apel”, în următoarele condiții:

- Se intră cu 20 min înainte de startul probelor de alergări;
- Se intră cu 25 min înainte de startul probelor de garduri;
- Se intră cu 30 minute înainte de startul probelor de sărituri (lungime, triplusalt, înălțime) și aruncări;
- Se intră cu 45 minute înainte de startul probei de săritura cu prăjina.
- Se va concura cu numerele de club;

➤ **Înălțimile succesive în probele de sărituri:**

Înălțime masculin: 1.70m, 1.75m, 1.80m, 1.85m, 1.90m, 1.94m, 1.98m, 2.01m, 2.04m, 2.07m, 2.10m, 2.13m,

Înălțime feminin: 1.55m, 1.60m, 1.65m, 1.70m, 1.74m, 1.78m, 1.81m, 1.84m, 1.87m, 1.90m....

Prăjină masculin: 3.60m, 3.70m, 3.80m, 3.90m, 4.00m, 4.10m, 4.20m, 4.30m, 4.40m, 4.50m, 4.60m, 4.70m, 4.80m...

Prăjină feminin: 2.60m, 2.70m, 2.80m, 2.90m, 3.00m, 3.10m, 3.20m, 3.30m, 3.40m, 3.50m, 3.60m, 3.70m...



CAMPIONATELE INTERNAȚIONALE DE ATLETISM ALE ROMÂNIEI
"Iolanda Balas Soter" – ediția 69

PROGRAM – FINAL

| Sâmbătă 18.05.2024 | | | | Duminică 19.05.2024 | | | |
|---------------------------|--|-----|--------|----------------------------|--|---|--------|
| 17:00 | Ciocan | M | FINALĂ | 17:00 | 3000 m | F | FINALĂ |
| 17:00 | Înălțime Memorial "Ioan Soter" | M | FINALĂ | 17:00 | Lungime | F | FINALĂ |
| 17:00 | Triplusalt | F | FINALĂ | 17:00 | Înălțime Memorial "Iolanda Balas Soter" | F | FINALĂ |
| 17:00 | 100 m garduri | F | Serii | 17:00 | Ciocan | F | FINALĂ |
| 17:00 | Disc | M | FINALĂ | 17:00 | Prăjină | M | FINALĂ |
| 17:15 | 110 m garduri | M | Serii | 17:15 | 3000 m | M | FINALĂ |
| 17:30 | 1500 m Memorial "Maria Cioncan" | F | FINALĂ | 17:30 | 400 m garduri | F | SCT |
| 17:40 | 1500 m | M | FINALĂ | 17:30 | Suliță | F | FINALĂ |
| 18:00 | 100 m garduri | F | FINALĂ | 17:45 | 400 m garduri | M | SCT |
| 18:00 | Prăjină | F | FINALĂ | 17:55 | 800 m | F | SCT |
| 18:10 | Disc Memorial "Lia Manoliu" | F | FINALĂ | 18:00 | 800 m | M | SCT |
| 18:15 | 110 m garduri | M | FINALĂ | 18:00 | Greutate | F | FINALĂ |
| 18:15 | Triplusalt | M | FINALĂ | 18:00 | Lungime | M | FINALĂ |
| 18:25 | 100 m | F | Serii | 18:10 | 200 m | F | SCT |
| 18:35 | 100 m | M | Serii | 18:15 | 200 m | M | SCT |
| 18:45 | Greutate | M | FINALĂ | | | | |
| 18:50 | 3000 m obst. | F | FINALĂ | | | | |
| 19:05 | 3000 m obst. Memorial "Ion Puica" | M | FINALĂ | | | | |
| 19:15 | Suliță | M | FINALĂ | | | | |
| 19:20 | 100 m | F | FINALĂ | | | | |
| 19:30 | 100 m | M | FINALĂ | | | | |
| 19:45 | 5000 m | F+M | FINALĂ | | | | |
| 20:05 | 400 m | F | SCT | | | | |
| 20:10 | 400 m | M | SCT | | | | |

