



ASOCIAȚIA JUDEȚEANĂ DE ATLETISM DOLJ
REGULAMENTUL
CONCURSULUI NATIONAL „CUPA CRAIOVEI „
SEN, U23, U20, U18, U16 - aer liber -
Ediția I

DATA ȘI LOCUL DESFĂȘURĂRII:

09-10.05.2026 – Craiova, Stadionul de atletism

PROBELE:

SENIORI :

Masculin: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 400 m garduri, Înălțime, Prăjină, Disc

Feminin: 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 100 m garduri, 400 m garduri, Înălțime, Prăjină, Greutate, Disc

U20 :

Masculin 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, Lungime , Prăjină, 4x100m ,4x400m

Feminin 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, Lungime , Prăjină, Sulita, 4x100m ,4x400m.

U16+U18 (se va întocmi un singur clasament)

Masculin 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, Lungime , Prăjină

Feminin 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, Lungime, Prăjină ,Ciocan, Greutate , Disc.

Probele de stafeta la categoria U18 si U16 se vor desfășura la fiecare categorie cu clasament separat astfel:

U16 Masculin 4x100m, 100-200-300-400 .

U16 Feminin 4x100m, 100-200-300-400 .

U18 Masculin 4x100m, 100-200-300-400 .

U18 Feminin 4x100m, 100-200-300-400 .



ÎNSCRIEREA ȘI VALIDAREA CONCURENȚILOR:

Înscrierile Pentru Concursul National „Cupa Craiovei”, Sen, U23, U20, U18, U16 – Aer Liber -Ediția I, se fac pe Google Forms până la data de 04.05.2026, ora 10:00 accesând linkul de mai jos:

<https://forms.gle/6y4fWQRPCt3dLnvE7>

Reprezentantul delegat al fiecărui club, are opțiunea de a modifica participarea la probe a sportivilor înscriși, pe formularul de înscriere la care a fost înscris inițial, până la data de închidere a înscrierilor (04.05.2026, ora 10:00) conform regulamentului competiției

Validarea și plata taxei de participare se face în data de 08.05.2026 între orele 16-19 (pentru cei care nu sunt prezenți validarea se poate face și telefonic la nr de telefon 0722875075 Lozan Radu), sesiunea tehnică va avea loc vineri 08.05.2026 la ora 19 în tribuna Stadionului de atletism Craiova.

Taxa de participare este de 30 lei/sportiv

Confirmarea Finală a componenței ștafetelor trebuie predată la secretariatul de concurs până cel târziu la ora 18:00, în ziua premergătoare începerii competiției. Confirmarea ordinii de start trebuie făcută cu cel mult o oră înainte de ora exactă a startului pentru fiecare probă de ștafetă, conform programului oficial al concursului.

PARTICIPANȚI ȘI DESFĂȘURAREA CONCURSULUI:

La concurs vor participa atleții conform cerințelor din **REGULAMENTUL DE ORGANIZARE A ACTIVITĂȚII DE ATLETISM DIN ROMÂNIA 2026** capitolul 1 - 1.1.3 Reguli pentru participanți și desfășurarea competițiilor.

Obligatoriu se va concura cu numerele de concurs eliberate de către AJA DOLJ.

Verificarea legitimațiilor cu viza anuală și medicala valabile, este obligatorie și se vor prezenta la secretariatul de concurs, de către delegatul clubului;

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;

Programul proiect poate suferi modificări după finalizarea înscrierilor.

Sportivii care nu au proba la categoria lor de vârstă pot concura respectând regulamentul FRA, la alte categorii fără a intra în clasament sau premiere (HC).

Premiere

Se vor premia primele trei locuri la seniori cu premii în bani, medalie și diplomă.

Se vor premia primele trei locuri la juniori cu premii constând în tricou la locul întâi, medalie și



diplomă,primele trei locuri.

Se vor acorda 2 trofee Cupa Craiovei M si F constand in cupe si premii in bani pentru cele mai bune rezultate ale concursului (baieti si fete) conform tabelii de punctaj WA.

La probele unde nu sunt minim 3 participanti,nu se va face premiere, sportivii concurand HC.

Înălțimi inițiale Seniori, U23, U20 :

Înălțime M : 1.75m

Înălțime F : 1.50m

Prăjină M : 3.30m

Prăjină F : 2.40m

Înălțime U18, U16:

Masculin: 1.40 m;

Feminin: 1.20 m.

Prăjină U18, U16:

Masculin: 2.60 m;

Feminin: 2.00 m.

Pragurile la proba de triplusalt S, U23, U20: 13 m masculin; 11 m feminin;

Pragurile la proba de triplusalt U18: 11 m masculin; 9 m la feminin.

Pragurile la proba de triplusalt U16: 10 m la masculin; 8 m la feminin.



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 ȘI U20 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
SENIORI ȘI U20 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
U18 MASCULIN					
110 m garduri	0,914 m	13,72 m	9.14 m	14.02 m	10
400 m garduri	0,840 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m	10
U18 FEMININ					
100 m garduri	0,762 m	13.00 m	8,50 m	10.50m	10
400 m garduri	0,762 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m	10
U16 MASCULIN					
90 m garduri	0.914 m	13.20 m	8.65 m	16.25 m	8
300m garduri	0.840 m	45.00 m	35.00 m	45.00 m	7
U16 FEMININ					
80m gard.	0.762 m	12.50 m	8.00 m	11.50m	8
300m gard	0.762 m	45.00 m	35.00 m	45.00m	7

GREUTATEA MATERIALELOR ÎN PROBELE DE ARUNCĂRI				
Categoria	Greutate	Disc	Ciocan	Suliță
Juniori M U16	4,000kg	1,000kg	4,000kg	0,600kg
Juniori F U16	3,000kg	1,000kg	3,000kg	0,500kg
Juniori M U18	5,000kg	1,500kg	5,000kg	0,700kg
Juniori F U18	3,000kg	1,000kg	3,000kg	0,500kg
Juniori M U20	6,000kg	1,750kg	6,000kg	0,800kg
Juniori F U20	4,000kg	1,000kg	4,000kg	0,600kg
Seniori si U23 M	7,260kg	2,000kg	7,260kg	0,800kg
Seniori si U23 F	4,000kg	1,000kg	4,000kg	0,600kg



**CONCURS NAȚIONAL „CUPA CRAIOVEI,, S , U23, U20, U18, U16 - Editia I
PROGRAM – proiect**

Sambata 09.05.2026				Duminică 10.05.2026			
Reuniunea I				Reuniunea II			
16.30	100mg	F	SCT	09.00	400mg	F	OPEN-SCT
16.30	Ciocan	F	U18	09:15	400 mg	M	OPEN-SCT
16.40	100m	F	U16 Serii	09:30	800m	F	OPEN -SCT
16.45	100m	F	U18 Serii	09:30	Lungime	F	OPEN
16.50	100m	F	U20,SEN - Serii	09:30	Inaltime	F	Open
17.00	100m	M	U16 Serii	09:30	Sulita	F	U20
17.05	100m	M	U18 - Serii	09:45	800 m	M	OPEN-SCT
17.10	100m	M	U20,SEN - Serii	10:00	200 m	F	U16- SCT
17.20	1500m	F	OPEN-SCT	10:10	200 m	F	U18 - SCT
17.30	1500m	M	OPEN-SCT	10:20	200 m	F	U20,SEN - SCT
17.30	Prajina	M +F	OPEN	10:30	200m	M	U16-SCT
17.30	Disc	M	SEN	10:40	200m	M	U18-SCT
17.45	100m	F	U16 - FINALA	10:50	200m	M	U 20,SEN - SCT
17.50	100m	F	U18 - FINALA	10:50	Lungime	M	OPEN
17.55	100m	F	U20,SEN - FINALA	10:50	Inaltime	M	OPEN
18.05	100m	M	U16 - FINALA	10:50	Greutate	F	OPEN
18.10	100m	M	U18 - FINALA	11.10	100x200x300x400 m	F	U16,U18
18.15	100m	M	U20,SEN - FINALA	11:20	100x200x300x400 m	M	U16,U18
18.30	400m	F	U16-SCT	11:30	4X400 m	F	U20
18.35	400m	F	U18 - SCT	11:40	4X400m	M	U20
18.40	400m	F	U20,SEN - SCT				
18.50	400m	M	U16 - SCT				
18.55	400m	M	U18 - SCT				
19.05	400m	M	U20,SEN - SCT				
19.05	Disc	F	OPEN				
19.15	4X100m	F	U16 - SCT				
19.20	4X100m	F	U18 - SCT				
19.25	4X100m	F	U 20 - SCT				
19.30	4X100m	M	U16 - SCT				
19.35	4X100m	M	U18 - SCT				
19.40	4X100m	M	U20 - SCT				