



ASOCIAȚIA JUDEȚEANĂ DE ATLETISM DOLJ
R E G U L A M E N T U L
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, Prajina, 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 intocmi 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 desfasura 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 SI VALIDAREA CONCURENȚILOR:

Înscrierile Pentru Concursul National ,, Cupa Craiovei ,, Sen, U23, U20, U18, U16 – Aer Liber -Ediția I, se fac pe Roster Athletics până la data de 06.05.2026, ora 10:00 accesând linkul de mai jos:

<https://meets.rosterathletics.com/public/competitions/details/schedule?id=28885>

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 (06.05.2026, ora 10:00) conform regulamentului competiției

Validarea si plata taxei de participare se face in data de 08 .05. 2026.intre orele 16 -19 (pentru cei care nu sunt prezenti validarea se poate face si telefonic la nr de telefon 0722875075 Lozan Radu),sedinta tehnica va avea loc vineri 08.05.2026 la ora 19 in 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 SI 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 catre 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 modificari dupa finalizarea inscrierilor.

Sportivii care nu au probă la categoria lor de vârstă, vor putea participa la altă categorie de vârstă, având posibilitatea, la probele de aruncări și sărituri, să participe conform normelor categoriei, dar nu vor intra în clasamentul general al categoriei la care s-a făcut înscrierea. Rezultatul va fi înregistrat H.C.



Premiere

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

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 și F constând în cupe și premii în bani pentru cele mai bune rezultate ale concursului (băieți și fete) conform tabelii de punctaj WA.

La probele unde nu sunt minim 3 participanți, nu se va face premiere, sportivii concurând 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 | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |