



**C.R.A.L.**  
**POLIGRAFICO DELLO STATO**

Numero FIDAL RM619

**WWW.ATLETICAIPZS.COM**



## **REGOLAMENTO STAGIONE 2010**

1. TESSERAMENTO SEZIONE ATLETICA
2. ORGANI SOCIALI
3. CONTRIBUTO GARE SOCIALI.
4. CERTIFICATO MEDICO
5. IL CAMPIONATO SOCIALE
6. CALENDARI GARE
7. ISCRIZIONE GARE
8. PREMIAZIONI
9. CENA SOCIALE
10. VARIE

- 1) **Tesserino sezione atletica:** La stagione 2010 inizia il 1° Gennaio e termina il 31 dicembre, l'iscrizione alla squadra, con tesserino FIDAL, e subordinata ad essere soci del CRAL del Poligrafico dello Stato.

Il costo complessivo per l'iscrizione alla squadra, sommando costo tessera CRAL più il costo del tesserino Fidal più il costo dell'iscrizione alla sezione atletica è il seguente:

- |  |         |
|--|---------|
| A) Dipendenti del Poligrafico dello Stato: | 45 euro |
| B) Pensionati del Poligrafico dello Stato: | 50 euro |
| C) Esterni al poligrafico dello Stato:     | 55 euro |

Tutti gli atleti provenienti da altre società si pagheranno la tassa di trasferimento.

Ai nuovi atleti verrà chiesto un contributo di 10 euro per il completino sociale, obbligatorio.

- 2) **Organi sociali:** Si procederà al rinnovo delle cariche sociali per il 2010 nel seguente modo:

**Presidente:** (ritiro pettorali e pacchi gara e loro distribuzione);

**Vice-presidente:** (Materiale sportivo, iscrizioni alle gare di campionato, trasferte);

**Segretario:** (Bilancio sociale);

**Consigliere:** (aiuta il vice-presidente nella stesura del campionato sociale);

**Consigliere:** (webmaster del sito, rapporti con la stampa e le altre società sportive);

**Consigliere:** (aiuta il presidente nel ritiro pettorali/pacchi gara, consegna agli atleti);

**Consigliere:** (Preparazione e presentazione del bilancio della società).

Per tutta una serie di attività, aggiornamento della classifica sociale, recupero delle ricevute di pagamento relative ad iscrizioni di atleti della squadra a manifestazioni sportive, l'organo direttivo si avvalerà della collaborazione di alcuni atleti della squadra.

- 3) **Contributo gare sociali:** E' previsto un contributo pari al 40% dell'importo della iscrizione alle gare per tutte le manifestazioni il cui costo sia superiore o uguale a 12 Euro e con un minimo di 7 partecipanti degli iscritti alla sezione Atletica. Il costo minimo (12 euro) e il numero minimo (7 persone) di partecipanti ad una gara potrà variare, in qualsiasi momento, a seconda di nuove esigenze della sezione atletica. Ad ogni gara sociale sarà presente un dirigente della squadra incaricato al ritiro dei pettorali e dei pacchi gara, della distribuzione e del pagamento da parte dei soci della quota di iscrizione, la presenza sarà retribuita.
- 4) **Certificato medico:** è' obbligo di tutti gli iscritti presentare il Certificato Medico Sportivo, non si effettueranno iscrizioni alle gare di atleti sprovvisti di certificato medico o con certificato scaduto. La sezione cercherà di stipulare una convenzione per agevolare gli iscritti, è comunque possibile rivolgersi ad un medico sportivo di propria fiducia.

5) **Il campionato sociale:** si disputerà dal 1° Gennaio al 31 Dicembre, le gare che comporranno il campionato saranno 25 e porteranno punteggio solo 15 di esse. Per il punteggio della classifica sociale verrà considerato il tempo ufficiale e non il “real time”, a parità di tempo farà fede l’ordine ufficiale di arrivo.

Le gare dell’intera stagione agonistica, incluse le gare di squadra e quelle valide solo per la classifica di quantità potranno essere massimo 30.

Durante l’anno verranno individuate 4 gare speciali, una per trimestre, a tutti i partecipanti alla gara verrà assegnato un bonus di 100 punti.

Verranno inserite nel campionato sociale 2010 una gara in pista, preferibilmente una 10 Km (oppure la 12X1 ora) e una gara trial di lunghezza massima pari ad una mezza maratona.

Ci saranno durante l’anno delle gare a squadra (per esempio: 12X1 ora – Maratona di Roma a Staffetta) in cui l’immagine della società è rilevante, si auspica una larga partecipazione a queste gare. E’ fatto obbligo, salvo deroghe concordate, di indossare il completino sociale nelle gare del campionato, la mancanza del completino comporterà l’esclusione dalle classifiche di qualità e di quantità.

**Classifica qualità:** faranno punteggio per la classifica sociale, i migliori risultati di 15 gare.

Il punteggio attribuito ad ogni atleta sarà dato partendo da 500 a scalare di 5 in 5 a seconda del piazzamento nella gara. A tale punteggio dovrà essere aggiunto un punto per ogni chilometro della gara sociale svolta, per la classifica finale varranno tutti i “punti chilometro” delle gare sociali a cui l’atleta ha partecipato.

Non verranno conteggiate quelle gare in cui l’atleta tesserato per il “Cral I.P.Z.S.” correrà per un’altra società o risulterà senza società di appartenenza.

**Classifica quantità:** la classifica di quantità non premia la competitività degli atleti ma la loro assiduità nella partecipazione alle gare. Ogni atleta guadagnerà 1 punto per ogni gara disputata (compresa nell’elenco del calendario) purché sia giunto al traguardo, indipendentemente dal piazzamento ottenuto e dal tempo realizzato.

**Classifica “Ultra-maratoneta 2010”** verranno assegnati 5 punti per ogni maratona corsa, 10 punti per ogni 50Km, 15 punti per ogni 6 ore e 20 punti per ogni 100Km, ci saranno da aggiungere i seguenti bonus:

Maratona:	sotto 3 ore:	punti 20
	sotto 3.15	punti 15
	sotto 3.30	punti 10
	sotto 4 ore	punti 5
50 Km	: sotto 3.45	punti 20
	sotto 4.10	punti 15
	sotto 4.35	punti 10
	sotto 5 ore	punti 5
6 ore	: sopra Km 71	punti 20
	sopra Km 67	punti 15
	sopra Km 63	punti 10
	sopra Km 59	punti 5
100 Km	: sotto 10 ore	punti 20
	sotto 11 ore	punti 15
	sotto 12 ore	punti 10
	sotto 13 ore	punti 5

Per le donne per raggiungere i bonus i tempi sono:

maratona: +15 minuti

50 Km: +20 minuti

6 ore: -5 Km

100 Km: +30 minuti

**“Somma le 10Km”:** la classifica verrà stilata in base alla somma dei quattro migliori tempi nelle gare di 10 chilometri del campionato sociale.

**“Somma le Mezze Maratone”:** la classifica verrà stilata in base alla somma dei quattro migliori tempi nelle mezze maratone inserite nel calendario sociale.

Per queste classifiche, essendo un impegno del singolo contro il tempo verrà considerato il real time.

Verranno inserite, nel corso dell'anno, nel calendario sociale minimo 7 gare di 10 Km e 7 mezze maratone.

- 6) **Calendario gare:** Il calendario delle gare sociali potrà subire modifiche a causa di forza maggiore (gare annullate, concomitanza di eventi a seguito di spostamenti di date). E' istituita una commissione che procederà, partendo dal calendario sociale proposto dalla direzione uscente, alla compilazione del calendario gare, tenendo conto di concomitanze e cancellazioni e di inserimenti di nuove manifestazioni, di sopravvenute esigenze della sezione atletica.

- 7) **Iscrizione alle gare:** gli atleti dovranno far pervenire la loro adesione entro il mercoledì che precede il giorno della competizione, o comunque almeno un giorno prima della chiusura delle iscrizioni, la modalità di iscrizione è attraverso il sito della squadra. (**www.atleticaipzs.com**).

Tale modalità d'iscrizione è valida per le sole gare del campionato sociale.

Per le gare non inserite nel campionato sociale l'atleta non potrà avvalersi del supporto organizzativo del CRAL e dovrà provvedere da solo a tutte le formalità compreso il ritiro del pettorale.

Il mancato ritiro del pettorale oppure la mancata partecipazione alla gara obbliga comunque l'atleta al pagamento dello stesso.

- 8) **Premiazioni:** Le premiazioni avverranno entro la fine dell'anno agonistico, esse prevedono premi per i primi 3 della classifica assoluta maschile under 50, i primi 3 della classifica over 50, le prime 3 della classifica assoluta femminile, i primi 3 della classifica "Ultra-maratoneta 2010" e i primi/e 3 della classifica di quantità.

Saranno anche premiati primi delle seguenti categorie, AMM, MM35, MM40, MM45, MM50, MM55, MM60 e MM65

I premi non sono cumulabili.

Saranno premiati con premio di tipo A gli atleti rientranti nelle classifiche 136 - 300.

Saranno premiati con premio di tipo B gli atleti rientranti nelle classifiche 156 - 320.

Saranno premiati con premio di tipo C gli atleti rientranti nelle classifiche 168 - 360.

Saranno premiati con premio di tipo D gli atleti rientranti nelle classifiche 182 - 404.

Per le ragazze i tempi sono:

10 chilometri: 156 – 168 – 180 - 208

Mezza - maratona: 320 – 360 – 400 - 440

Per gli "over 60" anni i tempi sono:

10 chilometri: 156 – 168 – 180 - 208

Mezza - maratona: 320 – 360 – 400 - 440

I premi di queste ultime classifiche sono cumulabili.

Per aver diritto ai premi di qualsiasi classifica bisogna aver partecipato minimo a 10 gare del campionato sociale.

La sezione si riserva di premiare alcuni atleti che si sono distinti, per vari motivi, durante l'anno agonistico.

Il direttivo si riserva di modificare il numero dei premiati durante l'anno sociale.

Le premiazioni saranno concordate con la Presidenza del CRAL.

- 9) **Cena sociale:** A fine anno verrà organizzata la cena sociale dove si svolgeranno le premiazioni del campionato, la cena sarà gratuita per tutti gli atleti che avranno partecipato ad almeno 10 gare del campionato sociale a tutti gli altri sarà richiesto un contributo di 10 euro.

- 10) **Varie:** Sarà consegnato ad ogni atleta, in regola con il pagamento delle quote sociali, con il certificato medico agonistico relativo all'anno 2010, e con il minimo di gare corse nella passata stagione il giaccone sociale, per gli atleti che nella passata stagione hanno corso meno di 7 gare sociali sarà richiesto un contributo di 15 euro.

IL RESPONSABILE