

DOMENICA 8 GENNAIO – DONNAS (località Crestella)

**CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI CROSS
ASSOLUTO E DI CATEGORIA**

Valida come prova per l'assegnazione del Trofeo Mauro e Giuseppe FOGU

RITROVO ORE 9.00 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 9.30 - INIZIO GARE ORE 10.00

Organizzazione: Comitato Fidal Valle d'Aosta con la collaborazione tecnica dell'Atl. Pont Donnas

PROGRAMMA TECNIC O

GARE UOMINI

SENIORES /PROMESSE km 10
JUNIORES km 8
MASTER km 6
ALLIEVI km 5

GARE DONNE

SENIORES/PROMESSE km 8
JUNIORES km 6
MASTER km 4
ALLIEVE km 4

ORARIO GARE

Ore 10.00 – cross maschile assoluto km 10
Ore 10.50 – cross femminile assoluti e cross juniores maschile km 8
Ore 11.30 – cross juniores femminile e cross master maschile km 6
Ore 12.00 – cross allievi km 5
Ore 12.20 – cross allieve e master femminile km 4

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si ricevono direttamente sul campo.

Alla gara Seniores e Promesse possono partecipare gli atleti/e italiani/e appartenenti alle categorie Seniores, Promesse e Master (Gli atleti della categoria Master che scelgono di correre nella gara dei 10km concorrono solamente al titolo assoluto).
Alle gare Juniores MF possono partecipare atleti/e italiani/e della categoria juniores e concorrono al titolo di categoria Juniores MF.

Alle gare Allievi/e possono partecipare atleti italiani e stranieri della categoria allievi e concorrono al titolo di categoria Allievi/e.

Alle gare Master MF possono partecipare atleti italiani della categoria Master e concorrono al titolo di categoria Master M (suddivisi in 3 fasce d'età MM35-40 / MM45-50 / over MM55) e Master F (categoria unica).

tassa gara: 2 (due) euro.

1^a PROMOCROSS

RITROVO ORE 11.45 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 12.15 – INIZIO GARE ORE 12.45

Organizzazione: Comitato Fidal Valle d'Aosta con la collaborazione tecnica dell'Atl. Pont Donnas

PROGRAMMA TECNIC O

ESORDIENTI M/F A-B-C	km 0.5
RAGAZZE-RAGAZZI	km 1.0
CADETTE-CADETTI	km 2.0

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si ricevono direttamente sul campo.

Ad ogni concorrente regolarmente classificato vengono assegnati i seguenti punteggi: 30 al primo, 29 al secondo e così via fino all'ultimo arrivato. La somma dei punteggi ottenuti nelle 2 prove del Promocross determina la classifica finale. La classifica di società viene redatta sommando i punteggi di tutti i propri atleti.

tassa gara: 1 (un) euro.

ORARIO GARE

Ore 12.45 – cross Cadette/Cadetti	km 2.0
Ore 13.00 – cross Ragazze/Ragazzi	km 1.0
Ore 13.10 – cross Esordienti A/B/C MF	km 0.5

DOMENICA 12 FEBBRAIO – GRESSAN (Area verde – loc. les Iles)

**CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ
DI CORSA CAMPESTRE**

Valida come prova per l'assegnazione del Trofeo Mauro e Giuseppe FOGU

RITROVO ORE 9.30 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 10.00 - INIZIO GARE ORE 10.30

Organizzazione: Comitato Fidal Valle d'Aosta con la collaborazione tecnica dell'Atl. Cogne

PROGRAMMA TECNICO

GARE UOMINI

SENIORES /PROMESSE km 10 (cross lungo)
SENIORES /PROMESSE km 4 (cross corto)
JUNIORES km 6
ALLIEVI km 4

GARE DONNE

SENIORES/PROMESSE km 6 (cross lungo)
SENIORES/PROMESSE km 4 (cross corto)
JUNIORES km 4
ALLIEVE km 3

ORARIO GARE

Ore 10.30 – cross lungo maschile km 10
Ore 11.20 – cross lungo femminile e cross juniores maschile km 6
Ore 11.50 – cross corto maschile e femminile, cross juniores femminile e cross allievi km 4
Ore 12.10 – cross allieve km 3

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si ricevono direttamente sul campo.

Alla gara Seniores/Promesse possono partecipare gli atleti italiani e stranieri appartenenti alle categorie Seniores, Promesse e Master tenuto conto che ogni squadra deve essere composta per almeno il 70% da atleti di cittadinanza italiana.

Alla gara Juniores possono partecipare gli atleti italiani e stranieri appartenenti alla categoria Juniores tenuto conto che ogni squadra deve essere composta per almeno il 70% da atleti di cittadinanza italiana.

Alla gara Allievi/e possono partecipare gli atleti italiani e un numero illimitato di atleti stranieri appartenenti alla categoria Allievi/e.

In ogni gara del programma tecnico verrà stilata una classifica di Società che tiene conto della somma dei tre migliori punteggi realizzati dai propri atleti. Per ciascun atleta vengono attribuiti punti 1 al primo classificato, 2 al secondo, 3 al terzo e così via aumentando di un punto fino all'ultimo arrivato. Per classificarsi una Società deve avere almeno tre atleti classificati di cui almeno due di cittadinanza italiana. Nella categoria Allievi/e i tre atleti classificati possono essere anche tutti stranieri.
tassa gara: 2 (due) euro.

**CAMPIONATI REGIONALI PROMOZIONALI CORSA CAMPESTE
2ª PROMOCROSS**

RITROVO ORE 11.30 - CHIUSURA ISCRIZIONI ORE 12.00 – INIZIO GARE ORE 12.30

Organizzazione: Comitato Fidal Valle d'Aosta con la collaborazione tecnica dell'Atl. Cogne

PROGRAMMA TECNICO

ESORDIENTI M/F A-B-C	km 0.5
RAGAZZE-RAGAZZI	km 1.0
CADETTE-CADETTI	km 2.0

REGOLAMENTO

Le iscrizioni si ricevono direttamente sul campo.

I titoli di categoria ragazzi e cadetti MF saranno assegnati ai vincitori di ciascuna categoria.

Ad ogni concorrente regolarmente classificato vengono assegnati i seguenti punteggi: 30 al primo, 29 al secondo e così via fino all'ultimo arrivato. La somma dei punteggi ottenuti nelle 2 prove del Promocross determina la classifica finale. La classifica di società viene redatta sommando i punteggi di tutti i propri atleti.

tassa gara: 1 (un) euro.

ORARIO GARE

Ore 12.30 – cross Cadette/Cadetti	km 2.0
Ore 12.45 – cross Ragazze/Ragazzi	km 1.0
Ore 13.00 – cross Esordienti A/B/C MF	km 0.5