

SEZIONE VII - GARE DI MARCIA

REGOLA 230

La Marcia

Distanze

1. Le distanze ufficiali sono:
 - indoor: 3000m, 5000m;
 - outdoor: 5000m, 10km, 10.000m, 20km, 20.000m, 50km, 50.000m.

Definizione di Marcia

2. La Marcia è una progressione di passi eseguiti in modo tale che l'atleta mantenga il contatto con il terreno, senza che si verifichi una perdita di contatto visibile (all'occhio umano). La gamba avanzante deve essere tesa (cioè non piegata al ginocchio) dal momento del primo contatto con il terreno sino alla posizione verticale.

Il giudizio

3. (a) I Giudici di Marcia designati in servizio nomineranno un Giudice Capo, se nessuno è stato nominato preventivamente.
(b) Tutti i Giudici di Marcia operano secondo la capacità individuale ed i loro giudizi devono essere basati sull'osservazione fatta con l'occhio umano.
(c) Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a) tutti i Giudici di Marcia impiegati devono appartenere al Ruolo Internazionale dei Giudici di Marcia. Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(b), (c), (e), (f), (g) e (j) tutti i Giudici di Marcia impiegati devono appartenere al Ruolo di Area o Internazionale dei Giudici di Marcia.
(d) Per le gare su Strada dovrebbero essere normalmente impiegati da sei a nove Giudici di Marcia compreso il Giudice Capo.
(e) Per le gare su Pista dovrebbero essere normalmente impiegati sei Giudici di Marcia, compreso il Giudice Capo.
(f) Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a) non può operare più di un Giudice dello stesso Paese (escluso il Giudice Capo).

Giudice Capo

4. (a) Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c), (d) e (f) il Giudice Capo ha il potere di squalificare un atleta negli ultimi 100m di percorso, quando il suo modo di marciare manca chiaramente di rispettare la Regola 230.2, senza alcun riguardo al numero dei precedenti Cartellini Rossi che il Giudice Capo abbia ricevuto per quell'atleta. Ad un atleta, che viene squalificato dal Giudice Capo in queste circostanze, sarà concesso di portare a termine la gara. La squalifica sarà notificata dal Giudice Capo o da un'Assistente del Giudice Capo mostrando all'atleta una

Paletta Rossa non appena ciò sarà possibile dopo che l'atleta stesso abbia terminato la gara.

- (b) Il Giudice Capo opererà come il supervisore ufficiale della competizione e agirà come un Giudice solo nella particolare situazione specificata nel sopra citato paragrafo (a). Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) possono essere nominati due o più Assistenti del Giudice Capo. Gli Assistenti del Giudice Capo devono operare solamente per la notifica delle squalifiche e non devono operare come Giudici di Marcia.
- (c) Per tutte le competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) devono essere nominati un Giudice addetto al Tabellone delle Ammonizioni ed un Segretario del Giudice Capo.

Paletta Gialla

- 5. Quando un giudice non è completamente convinto che l'atleta osservi interamente la Regola 230.2 deve, quando possibile, mostrare all'atleta una Paletta Gialla con il simbolo dell'infrazione su ogni lato. Tuttavia, ad essi non può essere mostrata una seconda Paletta Gialla da parte dello stesso Giudice per la stessa infrazione. Dopo aver mostrato una Paletta Gialla ad un atleta, il Giudice informerà il Giudice Capo di questo suo provvedimento al termine della gara.

Cartellini Rossi

- 6. Quando un Giudice osserva che un atleta non rispetta la Regola 230.2 di cui sopra, ponendo in essere una visibile perdita di contatto e/o uno sbloccaggio del ginocchio durante una qualsiasi parte della gara, dovrà segnalarlo trasmettendo un Cartellino Rosso al Giudice Capo.

Squalifica

- 7. (a) Eccetto quanto previsto nella Regola 230.7(c), quando, relativamente allo stesso atleta, tre Cartellini Rossi vengono inviati al Giudice Capo da tre Giudici diversi, l'atleta è squalificato e gli sarà data notifica della sua squalifica dal Giudice Capo o dall'Assistente del Giudice Capo mostrandogli una Paletta Rossa. La mancanza della notifica della squalifica non può essere motivo di reinserimento dell'atleta squalificato.
- (b) Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) o (e), in nessuna circostanza i Cartellini Rossi di due Giudici della stessa nazionalità potranno essere ritenuti validi per sanzionare la squalifica di un atleta.
- (c) Una Zona di Attesa (*Pit Lane*) deve essere utilizzata per qualsiasi gara in cui è prevista dai Regolamenti di quella competizione e può essere utilizzata per altre gare in base a quanto stabilito dall'Organo competente o dal Comitato Organizzatore. In tali casi ad un atleta sarà richiesto di entrare nella Zona di Attesa e

rimanervi per il periodo previsto (come stabilito nei Regolamenti o dal Comitato Organizzatore), una volta che ha ricevuto tre Cartellini Rossi ed è stato avvisato dal Giudice Capo o da qualcuno da lui delegato. Se, dopo il rientro in gara alla scadenza del tempo previsto, l'atleta riceve un ulteriore Cartellino Rosso da un Giudice diverso dai tre che lo avevano precedentemente inviato, egli sarà squalificato. Un atleta che non entra nella Zona di Attesa quando richiesto, o non vi rimane per il periodo previsto, sarà squalificato dal Giudice Capo.

- (d) Nelle gare su Pista, un atleta squalificato dovrà immediatamente lasciare la pista e, nelle gare su Strada, dovrà, immediatamente dopo esser stato squalificato, togliersi i pettorali che indossa e lasciare il percorso. Ogni atleta squalificato che si astiene dal lasciare il percorso o la pista o dall'adeguarsi alle indicazioni fornite ai sensi della Regola 230.7(c) per l'ingresso e la permanenza per il periodo richiesto nella Zona di Attesa, può essere passibile di ulteriori provvedimenti disciplinari, in accordo con la Regola 145.2.
- (e) Uno o più Tabelloni delle Ammonizioni devono essere piazzati sul percorso e vicino alla linea di arrivo per tenere gli atleti informati circa il numero dei Cartellini Rossi che sono stati inviati al Giudice Capo per ciascun atleta. Il simbolo di ciascuna infrazione deve anche essere indicato sul Tabellone delle Ammonizioni.
- (f) Per tutte le competizioni indicate alla Regola 1.1(a) i Giudici devono usare dei sistemi portatili computerizzati, con capacità di trasmissione, allo scopo di comunicare tutti i Cartellini Rossi al Segretario ed ai Tabelloni delle Ammonizioni. In tutte le altre competizioni, nelle quali questo sistema non è usato, il Giudice Capo, immediatamente dopo la fine della gara, riporterà all'Arbitro l'elenco di tutti gli atleti squalificati secondo quanto previsto dalle Regole 230.4(a), 230.7(a) o 230.7(c), indicando l'identificativo del pettorale, l'ora della notifica ed i motivi dell'infrazione; lo stesso sarà fatto per tutti quegli atleti che avranno ricevuto anche un solo Cartellino Rosso.

Partenza

8. Le gare devono essere fatte partire con un colpo di pistola. Debbono essere usati i consueti comandi per le gare di distanza maggiore di 400m (Regola 162.2(b)). Nelle gare in cui vi è un grande numero di partecipanti deve essere dato un segnale cinque minuti, tre minuti e un minuto prima della partenza della gara.

Al comando "*Ai vostri posti*", gli atleti devono accedere alla linea di partenza secondo le modalità stabilite dagli organizzatori.

Il Giudice di Partenza si assicurerà che nessun atleta tocchi con il suo piede (o qualsiasi parte del proprio corpo) la linea di partenza o il terreno davanti ad essa, e quindi darà inizio alla corsa.

Sicurezza

9. Il Comitato Organizzatore delle gare di Marcia deve garantire la sicurezza di tutti i concorrenti e dei Giudici. Nelle competizioni indicate alla Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) il Comitato Organizzatore deve assicurare che le strade utilizzate per la gara siano chiuse al traffico motorizzato in tutte le direzioni.

Postazioni di distribuzione di acqua potabile/spugnaggio e di rifornimento nelle gare su Strada

10. (a) Acqua ed altre bevande saranno messe a disposizione alla partenza ed all'arrivo di tutte le gare.
- (b) In tutte le gare di 5km ed oltre e fino a 10km inclusi, devono essere predisposti punti di spugnaggio e di distribuzione di sola acqua potabile ad intervalli idonei, se le condizioni atmosferiche lo richiedono.
Nota: Punti di diffusione di acqua nebulizzata potranno anche essere predisposti, quando ritenuto appropriato in determinate condizioni organizzative e/o climatiche.
- (c) Per tutte le gare, più lunghe di 10km, devono essere predisposti punti di rifornimento ogni giro. In aggiunta, punti di spugnaggio e di distribuzione di sola acqua potabile devono essere predisposti approssimativamente a metà strada fra i punti di rifornimento e più frequentemente se le condizioni atmosferiche lo richiedono.
- (d) I rifornimenti, che possono essere preparati sia dal Comitato Organizzatore che direttamente dall'atleta stesso, devono essere posizionati nei punti predisposti, in modo da essere facilmente accessibili agli atleti, o consegnati agli stessi da personale autorizzato.
- (e) Queste persone autorizzate non potranno entrare nel percorso od ostacolare qualsiasi atleta. Essi potranno consegnare il ristoro all'atleta da dietro il tavolo o da una posizione che non sia a più di un metro ai lati dello stesso, ma non davanti.
- (f) Nelle competizioni tenute sotto la Regola 1.1(a), (b), (c) e (f) un massimo di due incaricati per Nazione può stazionare contemporaneamente dietro il tavolo. Per nessuna ragione un incaricato o personale autorizzato può muoversi al fianco dell'atleta mentre questi si sta rifornendo o sta prendendo acqua.
Nota: Nelle competizioni in cui una Nazione può essere rappresentata da più di tre atleti, i Regolamenti Tecnici possono consentire ulteriori incaricati ai tavoli di rifornimento.
- (g) Un atleta può, in qualsiasi momento, trasportare acqua o rifornimenti a mano o attaccati al suo corpo, la cui provvista è stata effettuata fin dall'inizio o raccolti o ricevuti in una postazione ufficiale.
- (h) Un atleta, che riceve o si rifornisce o prende acqua in un punto diverso da quelli ufficiali, salvo i casi previsti da ragioni mediche o

sotto il controllo degli Ufficiali di Gara, o prende il rifornimento di un altro atleta, dovrebbe essere normalmente ammonito dall'Arbitro, per questa prima infrazione, mostrandogli un cartellino giallo. Per la seconda infrazione, l'Arbitro deve squalificare l'atleta, di norma mostrandogli un cartellino rosso. L'atleta deve quindi lasciare immediatamente il percorso.

Percorsi su strada

11. (a) Il circuito non deve essere più lungo di 2km e non più corto di 1km.
Per le gare che iniziano e finiscono nello stadio, il circuito dovrebbe essere situato il più vicino possibile allo stadio.
- (b) I percorsi stradali devono essere misurati come previsto dalla Regola 240.3.

Condotta di gara

12. Nelle gare di 20 e più chilometri, un atleta può lasciare il percorso segnato con il permesso e sotto il controllo di un Giudice, a condizione che, in conseguenza di questo, non percorra una distanza inferiore a quella stabilita.
13. Se l'Arbitro si convince, per mezzo di un rapporto di un Giudice o di un Giudice ai Controlli o in qualsiasi altra maniera, che un atleta ha abbandonato il percorso segnalato ed in relazione a ciò ha percorso una distanza inferiore a quella stabilita, dovrà squalificarlo.