



## REGOLAMENTO STAGE CNO CUP 2022



Nei giorni 23 e 30 Ottobre 2022 si svolgerà lo Stage del Circuito Nord Ovest, denominato “CNO CUP 2022”, presso il “**BIELLA FORUM**” di Biella, via Buscaglione,2.

### COMPOSIZIONE DELLE SQUADRE e CONVOCAZIONI

La partecipazione è riservata ai primi 24 atleti maschi e femmine delle categorie Giovanissimi, Esordienti, Ragazzi e ai primi 12 atleti maschi e femmine della categoria Ragazzi 12 e Allievi.

Sono convocati per il giorno 23/10/2022 gli atleti classificati nelle posizioni dalla 1 alla 12 delle categorie G/E/R e gli atleti classificati nelle posizioni dalla 1 alla 6 delle categorie R12/A.

Sono convocati per il giorno 30/10/2022 gli atleti classificati nelle posizioni dalla 13 alla 24 delle categorie G/E/R e gli atleti classificati nelle posizioni dalla 7 alla 12 delle categorie R12/A.

Qualora un atleta convocato sia impossibilitato alla partecipazione potrà essere sostituito da un atleta in ordine a scalare della classifica, fino a convocare il numero corretto di atleti. Se un atleta ha partecipato allo stage del giorno 23/10 non potrà prendere parte alle gare del giorno 30/10. Un atleta convocato per il giorno 23/10 e impossibilitato alla partecipazione, potrà essere convocato per il giorno 30/10.

Le squadre sono 3: verde, bianca, rossa. Per la loro composizione verranno scelti gli atleti in base al seguente criterio esemplificativo per i primi 12 / 6 posti (lo stesso criterio si applica alle posizioni dalla 13 alla 24 o dalla 7 alla 12 per R12/A).

| GIO F | GIO M | ESO F | ESO M | RAG F | RAG M |  | R12 F | R12 M | ALL F | ALL M |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|-------|-------|-------|-------|
| 1     | 1     | 1     | 1     | 1     | 1     |  | 1     | 1     | 1     | 1     |
| 2     | 2     | 2     | 2     | 2     | 2     |  | 2     | 2     | 2     | 2     |
| 3     | 3     | 3     | 3     | 3     | 3     |  | 3     | 3     | 3     | 3     |
| 4     | 4     | 4     | 4     | 4     | 4     |  | 4     | 4     | 4     | 4     |
| 5     | 5     | 5     | 5     | 5     | 5     |  | 5     | 5     | 5     | 5     |
| 6     | 6     | 6     | 6     | 6     | 6     |  | 6     | 6     | 6     | 6     |
| 7     | 7     | 7     | 7     | 7     | 7     |  |       |       |       |       |
| 8     | 8     | 8     | 8     | 8     | 8     |  |       |       |       |       |
| 9     | 9     | 9     | 9     | 9     | 9     |  |       |       |       |       |
| 10    | 10    | 10    | 10    | 10    | 10    |  |       |       |       |       |
| 11    | 11    | 11    | 11    | 11    | 11    |  |       |       |       |       |
| 12    | 12    | 12    | 12    | 12    | 12    |  |       |       |       |       |

### ASSENZE

Qualora un atleta convocato non possa partecipare, e/o si infortunasse durante la manifestazione potrà essere sostituito da un compagno di squadra che si trovi nel proprio ordinamento in posizione più arretrata in classifica.

### TIPOLOGIE DI GARA

La formula adottata prevede lo svolgimento di finali dirette senza ricorrere alle batterie. Ogni atleta disputerà lo stesso numero di gare (5), **ovvero due gare di destrezza, una gara sprint, una gara in linea una staffetta mista per le Cat. G/E/R12, ed una americana per le Cat. R/A;** in base al piazzamento ottenuto porterà punti alla propria squadra. Non verranno stilate classifiche individuali ma solamente una classifica di squadra.

## **PUNTEGGI**

In ogni gara, alle squadre, verrà attribuito un punteggio pari alla somma dei punti acquisiti da ogni singolo atleta componente la squadra, come indicato nella tabella gare.

I punteggi sono stati studiati in modo tale che nessuna gara di qualsiasi categoria e/o tipologia risulti più rilevante di altre per la classifica CNO CUP.

Al termine delle due giornate di gare risulterà vincitrice la squadra che avrà totalizzato più punti nella classifica generale.

## **PENALITA'**

Ad ogni ammonizione comminata ad un atleta (o squadra), verranno tolti alla squadra il 20% dei punti acquisiti dall'atleta stesso (o dalla squadra se gara a squadre) nella gara in oggetto. Agli atleti retrocessi ma non ammoniti verrà comunque inflitta una penalità pari ad una ammonizione. All'atleta (o squadra) squalificato verrà attribuito il punteggio previsto per l'ultimo classificato più un'ammonizione.

## **PRECISAZIONI**

**NUMERI DI GARA:** Ogni atleta dovrà portare il proprio numero di gara usato durante la stagione agonistica.

**PERCORSI DI DESTREZZA:** (vedi allegati): si svolgono su due/tre giri in funzione del tipo di percorso assegnato ad ogni categoria, con 1 atleta di ogni squadra. Fino alla prima curva, gli atleti hanno l'obbligo di procedere diritti senza invadere la "corsia" degli avversari (pena un'ammonizione). Agli atleti che sbagliano il percorso verrà attribuito il punteggio previsto per l'ultimo classificato.

**GARA IN LINEA:** si svolgono su 5 giri per la Cat. Giovanissimi - 8 giri per la cat. Esordienti come da norme F.I.S.R.

**GARA IN LINEA A COPPIE:** si svolgono su 10 giri per la Cat. Ragazzi 12 - 12 giri per la Cat. Ragazzi - 15 giri per la Cat. Allievi. Vince la squadra che taglia il traguardo per prima con tutti e due i concorrenti; indipendentemente da chi taglia per primo il traguardo.

**STAFFETTA:** ogni compagine formerà due squadre; la prima composta con gli atleti dal 1° al 6° posto dell'ordinamento, la seconda con gli atleti dal 7° al 12° posto dell'ordinamento (per la categoria R12 una sola squadra).

Il cambio viene effettuato ogni giro sulla riga dell'arrivo, ed ogni atleta percorrerà un giro 3 volte, per un totale di 12 giri. Ogni squadra, per il cambio, avrà a disposizione due caselle contigue: di queste due caselle, quella di sinistra è riservata all'atleta che aspetta il cambio mentre quella di destra è riservata all'atleta che deve dare il cambio. Il cambio si effettua toccando la mano DESTRA del compagno in attesa; solo a quel punto il compagno potrà partire per effettuare il proprio giro. E' ASSOLUTAMENTE VIETATO IL CAMBIO CON LA SPINTA. Se un atleta spinge il compagno in attesa del cambio o se quest'ultimo parte senza aver ricevuto il tocco la squadra viene classificata all'ultimo posto (senza penalità). Nel caso in cui un atleta passi senza toccare la mano del compagno (oppure sbaglia corsia), l'atleta in attesa potrà comunque partire a patto che parta palesemente dopo che è passato il compagno.

**AMERICANA:** nella gara americana a squadre ogni atleta della squadra deve effettuare lo stesso numero di giri con cambio ad ogni giro. Il cambio si effettua come nelle gare su pista piana ma SOLO sul rettilineo d'arrivo, pertanto, oltre che nei rettilinei, sarà concesso il rientro anche nella curva successiva alla riga d'arrivo. Il primo cambio si effettua dopo che il primo atleta ha percorso un giro (dalla linea di partenza); l'ultimo cambio deve essere effettuato quando il contagiri indica che manca 1 giro.

Sia per la STAFFETTA che per l'AMERICANA l'ordine iniziale dei cambi è a discrezione di ogni squadra.

## TABELLA GARE



### GARA 1

| <b>Categoria</b>                      | <b>Tipo di gara</b>                           | <b>Atleti</b>  | <b>Punti</b>        |
|---------------------------------------|---|--|---------------------|
| Giovanissimi<br>M / F<br>(4 + 4 gare) | DESTREZZA<br>percorso come<br>da allegato (1) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5           |
| Esordienti<br>M / F<br>(4 + 4 gare)   | DESTREZZA<br>percorso come<br>da allegato (1) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5           |
| Ragazzi 12<br>M / F<br>(1 + 1 gara)   | GARA SPRINT<br>2 Giri                         | Finale 1) dal 1° al 6° posto   | 15; 12; 10; 7; 5; 2 |
| Ragazzi<br>M / F<br>(2 + 2 gare)      | GARA SPRINT<br>3 Giri                         | Finale 1) dal 1° al 6° posto<br>Finale 2) dal 7° al 12° posto  | 15; 12; 10; 7; 5; 2 |
| Allievi<br>M / F<br>(1 + 1 gara)      | GARA SPRINT<br>3 Giri                         | Finale 1) dal 1° al 6° posto   | 15; 12; 10; 7; 5; 2 |



### GARA 2

| <b>Categoria</b>                      | <b>Tipo di gara</b>                     | <b>Atleti</b>   | <b>Punti</b> |
|---------------------------------------|---|---|--------------|
| Giovanissimi<br>M / F<br>(6 + 6 gare) | GARA SPRINT<br>Atl. Contrapp.<br>1 Giro | Finale 1) 2 atleti per finale (pos. 1-2)<br>Finale 2) 2 atleti per finale (pos. 3-4)<br>Finale 3) 2 atleti per finale (pos. 5-6)<br>Finale 4) 2 atleti per finale (pos. 7-8)<br>Finale 5) 2 atleti per finale (pos. 9-10)<br>Finale 6) 2 atleti per finale (pos. 11-12) | 10; 5        |
| Esordienti<br>M / F<br>(6 + 6 gare)   | GARA SPRINT<br>Atl. Contrapp.<br>2 Giri | Finale 1) 2 atleti per finale (pos. 1-2)<br>Finale 2) 2 atleti per finale (pos. 3-4)<br>Finale 3) 2 atleti per finale (pos. 5-6)<br>Finale 4) 2 atleti per finale (pos. 7-8)<br>Finale 5) 2 atleti per finale (pos. 9-10)<br>Finale 6) 2 atleti per finale (pos. 11-12) | 10; 5        |
| Ragazzi 12<br>M / F<br>(1 + 1 gara)   | GARA IN LINEA<br>IN COPPIA<br>10 giri   | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti dal 1° al 6° posto (2 atleti per squadra)   | 15; 10; 5    |
| Ragazzi<br>M / F<br>(2 + 2 gare)      | GARA IN LINEA<br>IN COPPIA<br>12 giri   | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti dal 1° al 6° posto (2 atleti per squadra)<br>Finale 2) 3 squadre ognuna con atleti dal 7° al 12° posto (2 atleti per squadra)   | 15; 10; 5    |
| Allievi<br>M / F<br>(1 + 1 gara)      | GARA IN LINEA<br>IN COPPIA<br>12 giri   | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti dal 1° al 6° posto (2 atleti per squadra)   | 15; 10; 5    |

**GARA 3**

| <b>Categoria</b>                      | <b>Tipo di gara</b>   | <b>Atleti</b>  | <b>Punti</b> |
|---------------------------------------|---|--|--------------|
| Giovanissimi<br>M / F<br>(4 + 4 gare) | DESTREZZA<br>SMILE 2 Giri<br>percorso come<br>da allegato (2) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5    |
| Esordienti<br>M / F<br>(4 + 4 gare)   | DESTREZZA<br>SMILE 2 Giri<br>percorso come<br>da allegato (2) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5    |
| Ragazzi 12<br>M / F<br>(2 + 2 gare)   | DESTREZZA<br>SMILE 2 Giri<br>percorso come<br>da allegato (2) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto   | 15; 10; 5    |
| Ragazzi<br>M / F<br>(4 + 4 gare)      | DESTREZZA<br>SMILE 2 Giri<br>percorso come<br>da allegato (2) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5    |
| Allievi<br>M / F<br>(2 + 2 gare)      | DESTREZZA<br>SMILE 2 Giri<br>percorso come<br>da allegato (2) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto   | 15; 10; 5    |

**GARA 4**

| <b>Categoria</b>                      | <b>Tipo di gara</b>   | <b>Atleti</b>  | <b>Punti</b>        |
|---------------------------------------|---|--|---------------------|
| Giovanissimi<br>M / F<br>(2 + 2 gare) | GARA IN LINEA<br>5 Giri                                     | Finale 1) dal 1° al 6° posto<br>Finale 2) dal 7° al 12° posto  | 15; 12; 10; 7; 5; 2 |
| Esordienti<br>M / F<br>(2 + 2 gare)   | GARA IN LINEA<br>8 Giri                                     | Finale 1) dal 1° al 6° posto<br>Finale 2) dal 7° al 12° posto  | 15; 12; 10; 7; 5; 2 |
| Ragazzi 12<br>M / F<br>(2 + 2 gare)   | DESTREZZA "k"<br>2 Giri percorso<br>come da<br>allegato (3) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto   | 15; 10; 5           |
| Ragazzi<br>M / F<br>(4 + 4 gare)      | DESTREZZA "k"<br>2 Giri percorso<br>come da<br>allegato (3) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto<br>Finale 3) dal 7° al 9° posto<br>Finale 4) dal 10° al 12° posto | 15; 10; 5           |
| Allievi<br>M / F<br>(2 + 2 gare)      | DESTREZZA "k"<br>2 Giri percorso<br>come da<br>allegato (3) | Finale 1) dal 1° al 3° posto<br>Finale 2) dal 4° al 6° posto   | 15; 10; 5           |

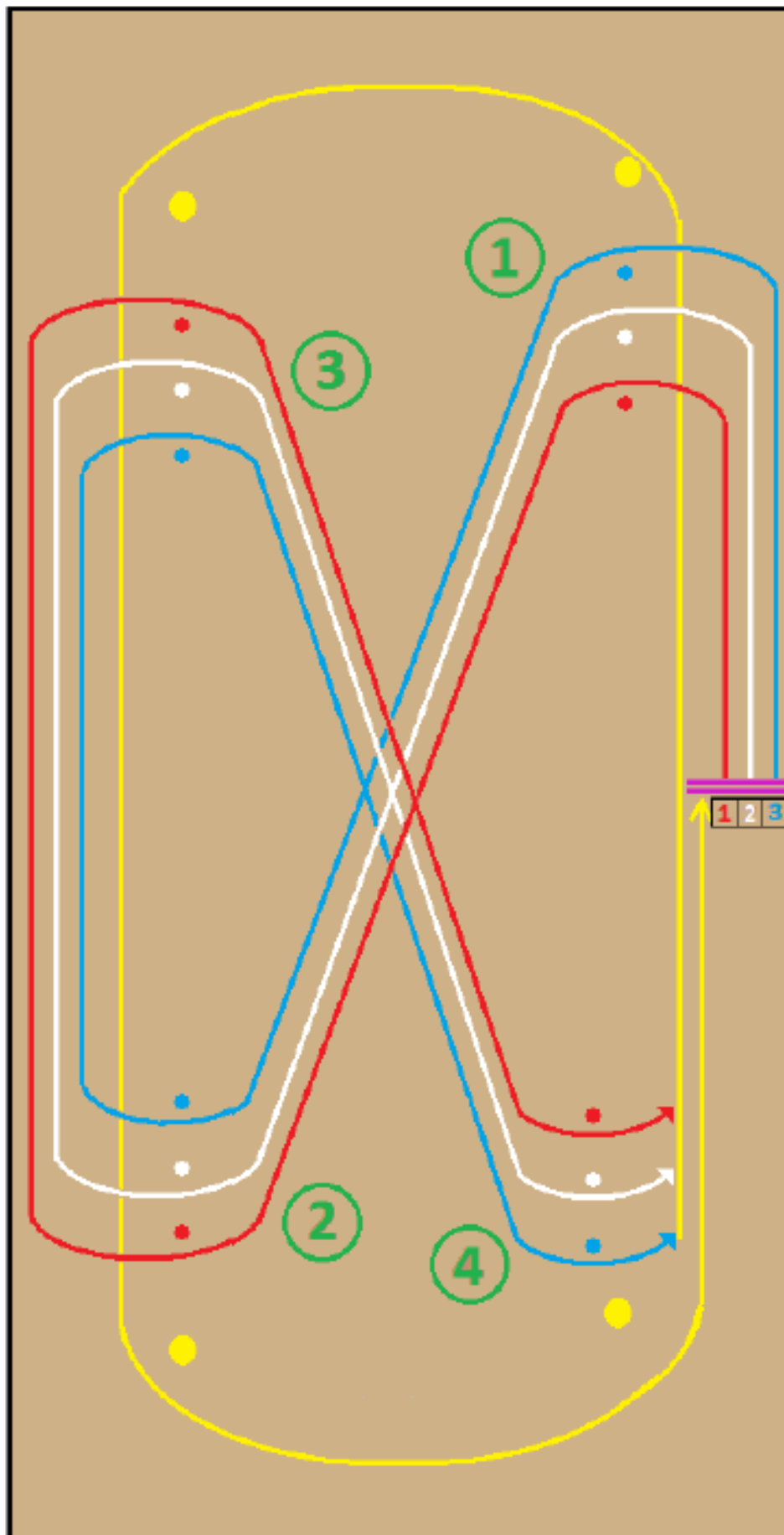
## GARA 5



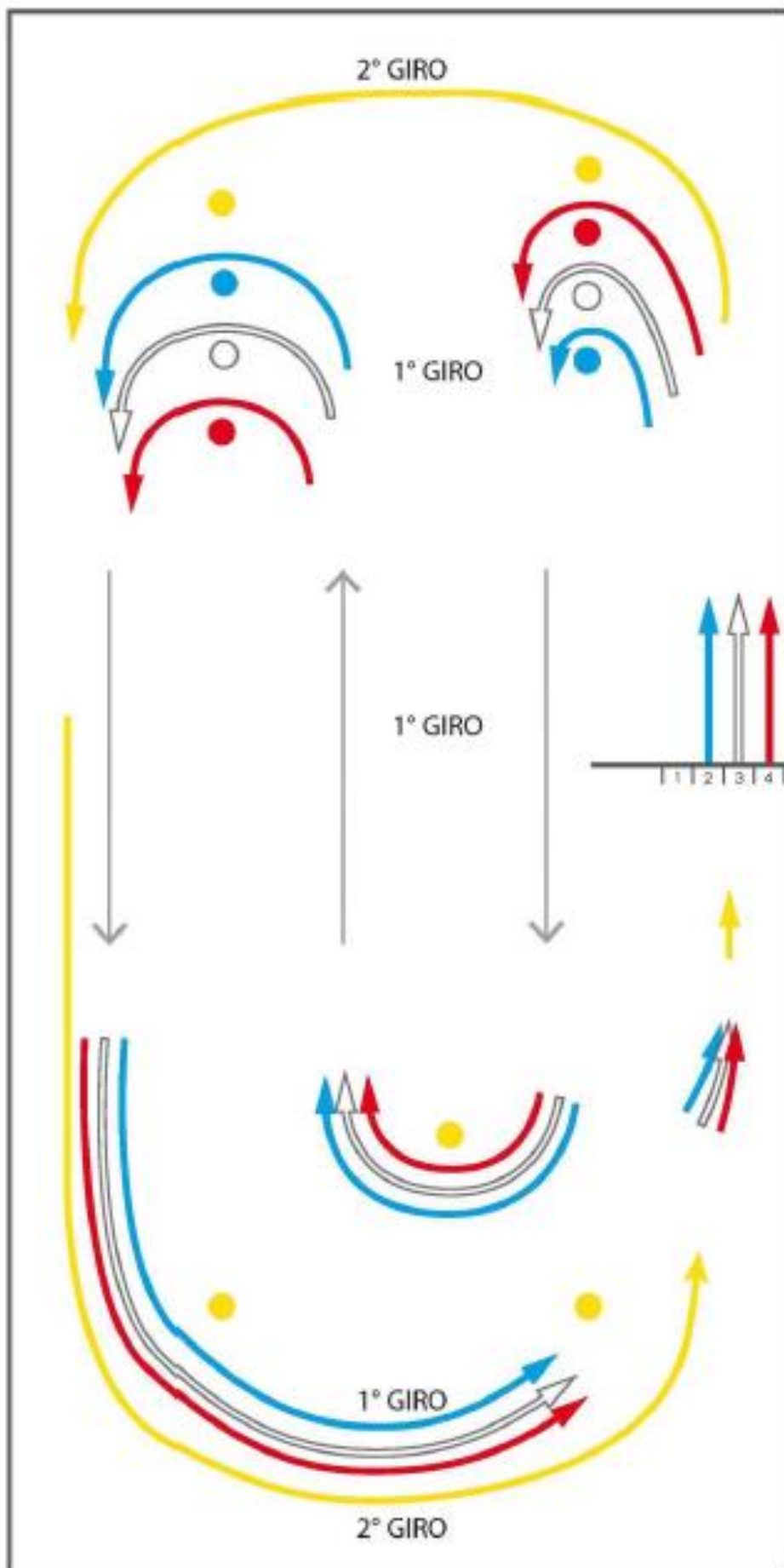
| Categoria                                | Tipo di gara   | Atleti  | Punti     |
|--|--|---|-----------|
| Giovanissimi<br>(2 gare)                 | STAFFETTA<br>MISTA<br>12 giri<br>3 cambi per<br>atleta | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti M e F<br>dal 1° al 6° posto (4 atleti per squadra)<br>Finale 2) 3 squadre ognuna con atleti M e F<br>dal 7° al 12° posto (4 atleti per squadra)   | 15; 10; 5 |
| Esordienti<br>(2 gare)                   | STAFFETTA<br>MISTA<br>12 giri<br>3 cambi per<br>atleta | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti M e F<br>dal 1° al 6° posto (4 atleti per squadra)<br>Finale 2) 3 squadre ognuna con atleti M e F<br>dal 7° al 12° posto (4 atleti per squadra)   | 15; 10; 5 |
| Ragazzi 12<br>(1 gara)                   | STAFFETTA<br>MISTA<br>16 giri<br>4 cambi per<br>atleta | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti M e F<br>dal 1° al 6° posto (4 atleti per squadra)  | 15; 10; 5 |
| Ragazzi/Allievi<br>M / F<br>(2 + 2 gare) | AMERICANA<br>18 giri<br>6 cambi per<br>atleta          | Finale 1) 3 squadre ognuna con atleti dal 1° al<br>6° posto per i Ragazzi e dal 1° al 3° posto<br>per gli Allievi (3 atleti per squadra)<br>Finale 2) 3 squadre ognuna con atleti dal 7° al<br>12° posto per i Ragazzi e dal 4° al 6° posto<br>per gli Allievi (3 atleti per squadra) | 15; 10; 5 |



ALLEGATO 1 – CORSO DESTREZZA



**ALLEGATO 2 – PERCORSO SMILE**



**ALLEGATO 3 – PERCORSO "K"**

