

REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI

ATLETICA LEGGERA

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Maschili	Femminili
Esordienti	Esordienti
Ragazzi	Ragazze
Cadetti	Cadette
Allievi	Allieve
Juniores	Juniores
Seniores	Seniores
Amatori A	Amatori A
Amatori B	Amatori B
Veterani	Veterane

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo

SPECIALITÀ E MANIFESTAZIONE PREVISTE

- Galà Nazionale di Corsa Campestre
- Galà di atletica leggera su pista
- Corsa su strada
- Corsa in montagna

GALÀ NAZIONALE DI CORSA CAMPESTRE

CATEGORIE E DISTANZE

• Gare individuali

<i>Cat. maschili</i>	<i>Min.</i>	<i>Max</i>	<i>Cat. femminili</i>	<i>Min.</i>	<i>Max</i>
Esordienti	1.000	1.200	Esordienti	800	1.000
Ragazzi	1.200	1.400	Ragazze	1.000	1.200
Cadetti	2.000	2.400	Cadette	1.400	1.600
Allievi	2.800	3.500	Allieve	2.000	3.000
Juniores	4.500	5.000	Juniores	2.000	3.000
Seniores	4.500	5.000	Seniores	2.000	3.000
Amatori A	4.500	5.000	Amatori A	2.000	3.000
Amatori B	4.500	5.000	Amatori B	2.000	3.000
Veterani	3.000	5.000	Veterane	2.000	3.000

• Staffette

Le gare di staffetta saranno disputate da squadre composte da 5 atleti/e con dei raggruppamenti (A-B) che comprenderanno ciascuno diverse categorie secondo il seguente prospetto:

<i>Staffette maschili</i>	<i>Dist. Fraz.</i>	<i>Staffette femminili</i>	<i>Dist. Fraz.</i>
A - Esordienti, Ragazzi, Cadetti	800	A - Esordienti, Ragazze, Cadette	800
B - Allievi, Juniores, Seniores, Amatori A e B, Veterani	1.000	B - Allieve, Juniores, Seniores, Amatori A e B, Veterane	1.000

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fase locale

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi Comitati vicini.

Nelle fasi locali dovranno essere disputate sempre le gare individuali di tutte le categorie, alcune delle quali, peraltro, potranno essere accorpate ferme restando le classifiche separate.

I Comitati organizzatori valuteranno l'opportunità di fare disputare delle prove a staffetta con squadre composte da atleti della stessa Società o con squadre miste.

• Fase regionale

La fase regionale è obbligatoria e potranno partecipare gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun coordinamento tecnico regionale. Lad-

dove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione; in tali casi la fase regionale dovrà essere disputata in almeno due prove.

Nelle fasi regionali sono obbligatorie le gare individuali di tutte le categorie, alcune delle quali, peraltro, potranno essere accorpate ferme restando le classifiche separate.

Le regioni valuteranno l'opportunità di fare disputare delle prove a staffetta con squadre composte da atleti della stessa Società o con rappresentative di Comitati.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti. Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/o regionale e saranno costituite con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato e garantendo comunque la partecipazione dei primi 2 classificati di ciascuna categoria nella fase regionale;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

GARE DELLA FASE NAZIONALE

La fase nazionale comprende:

- gara individuale per tutte le categorie;
- staffetta delle regioni con squadre formate da atleti della stessa regione scelti tra quelli ammessi già alla disputa delle gare individuali.

CLASSIFICHE

In tutte le prove - locali, regionali, nazionale - verranno compilate classifiche individuali, classifiche per Società per ogni categoria, classifiche generali per Società con le seguenti modalità:

• Classifica individuale

La classifica individuale di ogni gara viene compilata per ogni singola categoria in base all'ordine di arrivo; qualora due o più categorie disputassero insieme una gara verranno comunque stilate classifiche separate per ciascuna categoria

• Classifica di Società per categoria

Per compilare la classifica per società di ogni singola categoria al vincitore della gara sarà assegnato un punteggio pari al numero degli atleti classificati e così via a tutti gli altri, scalando di 1 punto, sino all'ultimo classificato che prenderà 1 punto.

La classifica sarà compilata sommando per ogni Società i migliori 3 pun-

REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI

teggi conseguiti dai propri atleti partecipanti alla gara. Verranno inserite nella classifica anche le Società con 2 e con 1 atleti.

- **Classifica generale**

Verranno stilate due classifiche una maschile e una femminile. Per la compilazione delle due classifiche verranno considerate le classifiche di Società per categoria. Alle Società classificate delle singole categorie verranno attribuiti punteggi a scalare, assegnando 30 punti alla 1^a classificata, 29 alla 2^a e così via fino all'ultima che prenderà comunque 1 punto.

Per formare le classifiche generali maschile e femminile verranno sommate per ogni Società i migliori punteggi conseguiti in 5 categorie. Verranno classificate, di seguito, anche le Società che abbiano punteggi anche in meno di 5 categorie.

- **Classifica finale**

La classifica finale sarà compilata sommando, per ogni Società, i punteggi ottenuti nelle classifiche generali maschile e femminile.

GALÀ NAZIONALE DI ATLETICA LEGGERA SU PISTA

GARE PREVISTE

- **Gare individuali**

Categoria	Corse	Salti	Lanci
Esordienti f.*	60-600	Lungo-lto	Peso-Vortex
Esordienti m.*	60-600	Lungo-Alto	Peso-Vortex
Ragazzi	60-600-1.000	Lungo-Alto	Peso-Vortex
Ragazze	60-600-1.000	Lungo-Alto	Peso-Vortex
Cadette	80-300-1.000-2.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Cadetti	80-300-1.000-2.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Allieve	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Allievi	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Juniores f.	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Juniores m.	100-200-400-800-1.500-5.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Seniores f.	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Seniores m.	100-200-400-800-1.500-5.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Amatori A f.	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Amatori A m.	100-200-400-800-1.500-5.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Amatori B f.	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Amatori A m.	100-200-400-800-1.500-5.000	Lungo-Alto	Peso-Disco-Giavell.
Veterane	100-200-400-800-1.500-3.000	Lungo	Peso
Veterani	100-200-400-800-1.500-5.000	Lungo	Peso

* *categorie previste solo a livello locale e regionale.*

- **Staffette**

4x100, svedese 100-200-300-400, svedese 200-400-600-800.

Le staffette verranno formate da atleti/e appartenenti a diverse categorie secondo le indicazioni che verranno comunicate all'inizio di ogni anno.

CRITERI DI SVOLGIMENTO

- **Fase locale**

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi comitati vicini.

Per ogni manifestazione verrà approntato un programma-gare scegliendo le stesse, volta per volta, tra quelle indicate nel punto precedente e curando che nel corso delle varie manifestazioni possa essere svolto il programma nella sua interezza.

- **Fase regionale**

Alla fase regionale potranno partecipare gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun Coordinamento tecnico regionale. Laddove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione; in tali casi la fase regionale dovrà essere disputata in almeno due prove.

Nel corso della fase regionale deve essere svolto tutto il programma-gare previsto, suddividendolo se opportuno in più prove.

- **Fase nazionale**

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti.

Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/o regionale e saranno costituite con le con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato e garantendo comunque la partecipazione dei primi 2 classificati in ogni gara di ciascuna categoria nella fase regionale;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

Fermi restando questi criteri deve essere assicurata alle Società che intendono concorrere per la classifica a squadre la possibilità di schierare, per ciascuna delle classifiche, i 7 atleti previsti.

CLASSIFICHE A SQUADRE

Le gare, per ogni manifestazione, saranno valide, oltre che per la clas-

REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI

sifica individuale anche per la prova a squadre per la quale saranno compilate le seguenti classifiche:

- Giovanile femminile (Ragazze/Cadette)
- Giovanile maschile (Ragazzi/Cadetti)
- Assoluta femminile (comprese Allieve)
- Assoluta maschile (compresi Allievi)

Ogni squadra deve essere composta da 7 atleti appartenenti: i raggruppamenti di categorie per formare le squadre (giovanile e assolute) saranno comunicati all'inizio di ogni anno.

Le squadre possono essere composte secondo una delle seguenti tipologie:

- a) Società sportiva;
- b) Selezione di Comitato;
- c) Rappresentativa regionale.

La gara a squadre copre tutto il programma-gare previsto, pertanto si articolerà nei giorni e/o nella varie manifestazioni in cui il programma stesso viene svolto e completato.

All'inizio della manifestazione o della prima prova della manifestazione devono essere notificate al Comitato organizzatore le squadre che concorrono per le relative classifiche, indicando nel contempo i 7 atleti/e che le compongono.

Nelle singole gare agli atleti che partecipano anche alla prova a squadre, verranno assegnati i punteggi relativi alla prestazione ottenuta secondo le Tabelle di punteggio indicate più avanti.

Per la compilazione della classifica, per ogni squadra saranno presi in considerazione i 12 migliori risultati individuali conseguiti da almeno 6 differenti atleti e il risultato di una staffetta. Ogni atleta non potrà contribuire con più di 3 risultati.

Nella classifica saranno inserite prima le squadre che abbiano conseguito 13 risultati (12 individuali + 1 staffetta), col punteggio complessivo ottenuto, quindi quelle con 12 risultati (11+1) e così di seguito.

Le classifiche previste sono le seguenti:

- Giovanile maschile;
- Giovanile femminile;
- Generale giovanile (sommando i risultati delle due classifiche giovanili);
- Assoluta maschile;
- Assoluta femminile;
- Generale assoluta (sommando i risultati delle due classifiche assolute);
- Classifica finale (sommando le 4 classifiche: 2 Giovanili + 2 Assoluti).

Sarà assegnata, inoltre, la *Targa delle Società*, con una classifica speciale nella quale verranno inserite solo le squadre composte da atleti della stessa Società.

TIPOLOGIA E PESO DEGLI ATTREZZI

<i>Categoria</i>	<i>Vortex</i>	<i>Peso</i>	<i>Disco</i>	<i>Giavelotto</i>
Ragazze	normale	g 125 in gomma	-	-
Ragazzi	normale	g 125 in gomma	-	-
Cadette	-	kg. 3	kg. 1	gr. 400
Cadetti	-	kg. 4	kg. 1,5	gr. 600
Allieve	-	kg. 4	kg. 1	gr. 600
Allievi	-	kg. 5	kg. 1,5	gr. 800
Juniores f.	-	kg. 4	kg. 1	gr. 600
Juniores m.	-	kg. 6	kg. 1,750	gr. 800
Seniores f.	-	kg. 4	kg. 1	gr. 600
Seniores m.	-	kg. 7,260	kg. 1,750	gr. 800
Amatori A f.	-	kg. 4	kg. 1	gr. 600
Amatori A m.	-	kg. 7,260	kg. 1,750	gr. 800
Amatori B f.	-	kg. 4	-	-
Amatori B m.	-	kg. 7,260	kg. 1,750	gr. 800
Veterani	-	kg. 5	kg. 1,5	gr. 800
Veterane	-	kg. 4	-	-

TABELLE PER I PUNTEGGI

Per la compilazione delle classifiche a squadre saranno utilizzate le seguenti tabelle:

<i>Categorie</i>	<i>Tabelle utilizzate</i>
Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e	le corrispondenti Tabelle FIDAL
Juniores m/f, Seniores m/f	distinte per categorie e specialità
Amatori A m/f	le Tabelle FIDAL Senior/Master m/f 40
Amatori B m/f	le Tabelle FIDAL Senior/Master m 50/60
Veterani m/f	le tabelle FIDAL Senior Master 55
Staffetta	le corrispondenti Tabella FIDAL

GRAN PREMIO NAZIONALE DI CICLISMO

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Allievi	Master 1	Donne A
Junior m.	Master 2	Donne B
Senior 1 m.	Master 3	
Senior 2 m.	Master 4	
	Master 5	
	Master 6	
	Master 7	
	Master 8	

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

- Gara in linea
- Cronoscalata

CRITERI PER LO SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITÀ

• Norme relative allo svolgimento delle gare

All'atto dell'iscrizione ad ogni gara ogni Società deve indicare il nominativo del Direttore Sportivo o, in mancanza, del Responsabile Tecnico del Comitato di appartenenza; soltanto costoro possono rappresentare la squadra nei confronti del Presidente di Giuria e degli Organizzatori.

I concorrenti devono attenersi a tutte le disposizioni impartite dalla Giuria e firmare il foglio di partenza e di arrivo;

Ogni corridore deve applicare in modo ben visibile i contrassegni col suo numero di gara, forniti dall'Organizzazione, sulla maglia e sul telaio della bicicletta.

La Direzione di corsa, d'intesa con la Giuria, potrà apportare, se necessario, modifiche al percorso, all'orario e al programma gare dandone tempestivo avviso ai partecipanti.

• Casco

In tutte le gare è obbligatorio indossare il casco rigido, con sottogola non elastico allacciato.

• Cambio delle ruote e/o delle biciclette

Durante le gare è consentito il cambio di ruota o di bicicletta dalle vetture autorizzate dall'Organizzazione.

È, altresì, consentito il cambio tra corridori della stessa Società.

• Rifornimenti

Il rifornimento delle bevande nel corso delle gare è libero.

• Reclami

Le modalità per i reclami sono quelli previsti dal Regolamento per la giustizia sportiva.

GARA IN LINEA

La gara in linea verrà disputata in un circuito da ripetersi più volte e con le seguenti distanze:

- Km. 60/80 circa per le categorie da Junior a Master 8;
- Km. 40/50 per le categorie Donne A-B, Allievi, Esordienti.

Tenuto conto del numero dei partecipanti potranno essere effettuate più partenze suddivise per categorie.

Agli atleti verrà fornito un contrassegno sul casco per contraddistinguere le varie categorie.

Il vincitore di ciascuna categoria si aggiudicherà, ai vari livelli, il titolo di:

- Campione Provinciale CSI di ciclismo su strada cat....
- Campione Regionale CSI di ciclismo su strada cat. ...
- Campione Nazionale CSI di ciclismo su strada cat. ...

A livello territoriale qualora le fasi locali e regionali comprendano atleti appartenenti a diversi Comitati o a più Regioni verranno assegnati i vari titoli tenendo conto della classifica finale.

CRONOSCALATA

La gara di cronoscalata verrà disputata in un percorso in salita di 8/15 km circa.

Le partenze verranno effettuate ad 1' di distanza tra un atleta e l'altro, secondo l'ordine determinato tramite sorteggio il giorno precedente la gara.

L'ordine e l'orario di partenza saranno resi noti con un Comunicato Ufficiale dell'Organizzazione che sarà affisso in luogo ben visibile.

L'atleta che al momento del suo turno di partenza non è presente potrà partire anche dopo presentandosi al Direttore di Corsa; tuttavia ai fini del calcolo del tempo lo stesso si intende partito all'orario ufficiale per lui segnato nell'ordine di partenza.

Le partenze si susseguiranno col seguente ordine:

- Donne, Esordienti, Allievi, Junior, Master 8 e a scalare sino al Senior 1.

Il vincitore di ciascuna categoria si aggiudicherà, ai vari livelli, il titolo di:

- Campione Provinciale CSI di cronoscalata cat....
- Campione Regionale CSI di cronoscalata cat. ...
- Campione Nazionale CSI di cronoscalata cat. ...

A livello territoriale qualora le fasi locali e regionali comprendano atleti appartenenti a diversi Comitati o a più Regioni verranno assegnati i vari titoli tenendo conto della classifica finale.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI DANZA SPORTIVA

PARTECIPANTI

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

SPECIALITÀ PREVISTE

- Balli di gruppo
- Ballo liscio

INDICAZIONI GENERALI BALLI DI GRUPPO

I gruppi di ballo devono essere formati da un minimo di 10 ballerini ad un massimo di 40, divisi per due distinte categorie:

- Baby Junior
- Adulti Senior

Le manifestazioni dei balli di gruppo mantengono un carattere sperimentale, e i singoli programmi prevederanno il loro raggruppamento per tipologia: *Moderna jazz; Hip-hop; Musical; Latino americano; Country line dance; Flamenco; Danze storiche.*

INDICAZIONI GENERALI BALLO LISCIO

• Categorie dei partecipanti

Juveniles 1°	Juniore 2°	Seniores
Juveniles 2°	Youth	
Juniore 1°	Amatori	

• Programma

Il programma prevede un massimo di 3 balli per ogni disciplina:

- Liscio: *Mazurca, Valzer viennese e Polka*
- Standard: *Valzer inglese, Tango e Quick Step*
- Latini: *Cha cha cha, Rumba e Jive*
- Ballo da sala: *Valzer lento, Tango e Fox Trot*
- Caraibiche: *Salsa, Merengue e Mango*

GRAN PREMIO NAZIONALE DI GINNASTICA AEROBICA

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

- Under 18 m/f
- Over 30 18 m/f

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

Esercizi di libera ideazione nelle diverse specialità. La rappresentativa (Squadra) è composta di un minimo di 3 a un massimo di 12 atleti, solo uomini, solo donne, oppure mista.

Le specialità sono tre: Aerobica, Step e Funk.

ATLETI TESSERATI ALLE FEDERAZIONI

Possono partecipare alle gare i tesserati alla FGI. È consentita la parte-

cipazione di atleti tesserati FIAeF purché lo siano della stessa Società affiliata al CSI e purché non siano classificati "professionisti". È considerato professionista l'atleta che ha partecipato ad una gara federale di aerobica a livello nazionale classificandosi ai primi tre posti.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI GINNASTICA ARTISTICA

PARTECIPANTI

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

SPECIALITÀ PREVISTE

- Ginnastica artistica maschile
- Ginnastica artistica femminile
- Ginnastica insieme

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fase locale

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi Comitati vicini.

• Fase regionale

Alla fase regionale potranno parteciparvi gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun coordinamento tecnico regionale.

Laddove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti.

Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/ o regionale e saranno costituite con le con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

PARTECIPAZIONE TESSERATI FGI

I/le ginnasti/e tesserati/e FGI per il settore agonistico possono partecipare esclusivamente al programma large.

INDICAZIONI REGOLAMENTARI

I partecipanti al programma ginnastica insieme non possono, nella stessa giornata, prendere parte a gare diverse, analogamente, i partecipanti al programma individuale, non possono, nella stessa giornata, prendere parte alle gare del programma ginnastica insieme.

I partecipanti possono presentare un esercizio appartenente ad una categoria inferiore e non viceversa.

INDICAZIONI PER LA GINNASTICA INSIEME

La ginnastica insieme è una proposta ludico-motoria che utilizza i movimenti fondamentali della ginnastica esaltando la libea espressione, la coreografia e la capacità di svolgere in gruppo un tema prestabilito. Si divide in tre categorie (piccoli, grandi e super).

GRAN PREMIO NAZIONALE DI KARATE

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Categorie maschili e femminili Indicazioni e Limitazioni

Bambini m.-f.	Jokarate
Esordienti m.-f.	Kumite e Kata
Cadetti m.-f.	Kumite e Kata
Juniores m.-f.	Kumite e Kata
Seniores m.-f.	Kumite e Kata
Master m.-f.	Kata
Silver/Golden m.-f.	Kata

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

• Gran premio nazionale di Karate

Il Gran premio comprende tornei individuali di:

- Kata
- Kumite

Tutti gli atleti possono partecipare ad entrambi i tornei, suddivisi nelle rispettive categorie di età, grado, sesso e (solo per il Kumite) peso.

Per ciascuno di questi tornei, oltre alle classifiche individuali, sarà compilata la classifica per Società.

- **Manifestazioni di Jokarate (Kata e Kumite)**
- solo per le categorie Bambini-e.
- **Gran Premio delle Regioni**
- Trofeo di Kata e Kumite a squadre per rappresentative regionali; gara prevista solo a livello nazionale.

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fase locale

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi Comitati vicini.

• Fase regionale

Alla fase regionale potranno partecipare gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun coordinamento tecnico regionale. Laddove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti.

Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/io regionale e saranno costituite con le con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

INDICAZIONI PER IL KATA

• Suddivisione dei gradi

<i>Classe</i>	<i>Sesso</i>	<i>Gradi</i>
Esordienti	M - F	G-A / V-B / M-N
Cadetti	M - F	G-A / V-B / M-N
Junior	M - F	G-A / V-B / M-N
Senior	M - F	G-A / V-B / M-N
Master	M - F	G-A / V-B / M-N
Silver/Golden/Over	M - F	G-A / V-B / M-N

REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI

- **Indicazioni regolamentari**

Ogni partecipante può scegliere, in base alla categoria di appartenenza, una lista di kata da eseguire. Le cinture verdi e blu possono eseguire un kata a scelta tra i shitei kata (kata di base). Le cinture marroni e nere potranno scegliere il kata da eseguire tra quelli elencati sul regolamento arbitrale del CSI pubblicato su "CSI Flash" n° 20 del 6.12.1999, pag. 29.

Nella finale deve essere eseguito un kata diverso da quello eseguito in semifinale.

Per i gradi verdi e blu sarà adottato il sistema di arbitraggio a bandierine, per i gradi superiori, invece, sarà mantenuto il sistema a punteggio.

- **Norme particolari per la fase nazionale**

Nella fase nazionale sarà utilizzato il sistema di valutazione a bandierine con il quale gli atleti chiamati dovranno presentare ogni volta un kata diverso da quelli precedentemente eseguiti, fatta eccezione per gli atleti delle categorie di Cintura Gia/Ara e Ver/Blu, i quali però non potranno eseguire lo stesso kata per più di 2 volte.

Gli atleti chiamati eseguiranno il kata simultaneamente; tale norma non si applica alle cinture Marr/Nera.

Il verdetto verrà dato alla fine della prova.

INDICAZIONI PER IL KUMITE

- **Suddivisione dei gradi**

<i>Classe</i>	<i>Sesso</i>	<i>Gradi</i>	<i>Peso (in kg)</i>
Esordienti	F	G-A / V-B / M-N	40, 50, 55, +55
Esordienti	M	G-A / V-B / M-N	45, 44, 65, + 65
Cadetti	F	G-A / V-B / M-N	45, 55, + 55
Cadetti	M	G-A / V-B / M-N	55, 65, 75, +75
Junior/Senior	F	G-A / V-B / M-N	50, 60, +60
Juniores/Senior	M	G-A / V-B / M-N	65, 75, +75

Nelle categorie di peso più basse, e cioè in quelle indicate al primo posto della colonna relativa al peso, la tolleranza di peso, rispetto a quelle indicata, non può essere inferiore a 5 kg.

- **Indicazioni regolamentari**

Ogni atleta dovrà partecipare alle diverse fasi della manifestazione (locale, regionale, nazionale) con lo stesso grado e categoria di peso con cui si è iscritto inizialmente, non è quindi previsto il salto di categoria.

Il regolamento arbitrale utilizzato sarà quello attualmente in vigore del CSI, pubblicato su "CSI Flash" n° 20 del 6.12.1999.

La durata dei combattimenti per la cat. Esordienti è di 2 minuti non effettivi, per tutte le altre classi di 2 minuti effettivi e 4 wazaari.

È assolutamente vietato il contatto al viso con le tecniche di pugno ed epidermico con quelle di gamba.

Sono obbligatorie le seguenti protezioni: guantini, conchiglia, paratibia-piede, paraseno, paradenti; corpetti protettivi (solo per per gli esordienti e i cadetti).

Ogni atleta, inoltre deve in possesso di:

- 1 cintura bianca;
- 1 cintura rossa.

• Promozioni di grado

Gli atleti delle cinture marroni che, nel corso delle finali nazionali, si classificheranno al 1° e al 2° posto saranno promossi al grado di cintura nera 1° dan.

INDICAZIONI PER IL JOAKARATE (KATA e KUMITE)

• Categorie

Al Joakarate possono partecipare soltanto le categorie Bambini e Bambine.

• Indicazioni regolamentari

Gli atleti di ambo i sessi gareggeranno insieme suddivisi soltanto in base al grado.

Ogni atleta, oltre ad eseguire una prova tecnica di kata, parteciperà ad un parallelo circuito di attività motorie.

• Gradi kata da eseguire

G/A	I° - II° - III°
V/B	III° - IV° - V°
M/N	IV° - V° e superiori

INDICAZIONI PER IL GRAN PREMIO DELLE REGIONI

Il *Gran Premio delle Regioni - Trofeo di Kata e Kumite a squadre per rappresentative regionali* si disputa soltanto a livello nazionale in occasione delle fase nazionale di Karate.

La manifestazione comprende un torneo di Kata e uno di Kumite.

Possano partecipare le regioni che prendono parte alla fase nazionali con le seguenti squadre:

- una squadra Cadetti maschile;
- una squadra Cadetti femminile;
- una squadra Junior/Senior maschile;
- una squadra Junior/Senior femminile.

La tipologia di composizione di ogni squadra è quella della seguente tabella:

Specialità	Classi	Numero elementi	Peso in kg
kata	Tutte	3	Tutti
Kumite	Cadetti f.	3 + 2 riserve	45, 55, + 55
Kumite	Cadetti m.	4 + 2 riserve	55, 65, 75, +75
Kumite	Cadetti f.	3 + 2 riserve	45, 55, + 55
Kumite	Junior/Senior f.	3 + 2 riserve	Open
Kumite	Junior/Senior m.	5 + 2 riserve	Open

GRAN PREMIO NAZIONALE DI JUDO

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Categoria	peso
- Esordienti M.	Kg. 38, 42, 46, 50, 55, 60, 66, 68, 73 oltre 73;
- Esordienti F.	Kg. 36, 40, 44, 48, 52, 57, 63, oltre 63;
- Cadetti M.	Kg. 50, 55, 60, 66, 73, 81, 90 oltre 90;
- Cadetti F.	Kg. 40, 44, 48, 52, 57, 63, 70, oltre 70;
- Juniores M.	Kg. 55, 60, 66, 73, 81, 90, 100, oltre 100;
- Juniores F.	Kg. 48, 52, 57, 63, 70, 78, oltre 78;
- Seniores M.	Kg. 60, 66, 73, 81, 90, 100, oltre 100;
- Seniores F.	Kg. 48, 52, 57, 63, 70, 78, oltre 78.

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

Il Gran premio nazionale di Judo comprende:

- Gare individuali
- GioJudo (attività non competitiva per i bambini e le bambine)

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fase locale

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi Comitati vicini.

• Fase regionale

Alla fase regionale potranno partecipare gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun Coordinamento tecnico regionale. Laddove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti. Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/regionale e saranno costituite con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato;

- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

INDICAZIONI REGOLAMENTARI

- Gli atleti gareggeranno sempre suddivisi nelle rispettive categorie di età, grado, sesso e peso.
- Ogni atleta deve presentarsi per la gara fornito di cintura rossa o bianca da indossare a secondo se gareggia per primo o per secondo.
- Ogni atleta deve partecipare alla varie fasi della manifestazione (locale, regionale, nazionale) con lo stesso grado e categoria di peso con i quali si è iscritto inizialmente e non è, pertanto, ammesso il salto di categoria.
- La durata dei combattimenti è stabilita nel modo seguente:

- Cat. Esordienti m.-f.	2 minuti effettivi
- Cat. Cadetti m.-f.	3 minuti effettivi
- Cat. Juniores m.-f.	4 minuti effettivi
- Cat. Seniores f.	4 minuti effettivi
- Cat. Seniores m.	5 minuti effettivi
- Nelle classi cadette, junior e senior, se al termine del combattimento gli atleti sono in parità verrà applicato il golden score: il punteggio sarà azzerato e si comincerà un nuovo combattimento che si concluderà alla prima valutazione (valutazione tecnica o sanzione). Se al termine del nuovo combattimento gli atleti sono ancora in parità, si procederà all'hantei.
- Nel corso delle gare per ogni Tatami sono previsti:
 - 4 arbitri
 - 3 P.Giuria

INDICAZIONI PER LO GIOJUDO

Si tratta di un'attività ludico-motoria che utilizza i fondamentali dello judo attraverso un "gioco organizzato" che prepara alle gare vere e proprie.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI MOUNTAIN BIKE

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Allievi	Master 1	Donne A
Junior m.	Master 2	Donne B
Senior 1 m.	Master 3	
Senior 2 m.	Master 4	
	Master 5	
	Master 6	
	Master 7	
	Master 8	

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

Il Gran Premio di Mountain Bike comprende due distinte prove:

- Gare individuali;
- Gara combinata (solo per la fase nazionale).

Alle gare possono essere ammessi gli aderenti alla Consulta nazionale del Ciclismo.

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fasi locale e regionale

Le fasi locali e regionali si svolgeranno con le modalità previste dai Comitati territoriali e da quelli regionali con la possibilità di svolgere le gare a livello regionale, aperte a tutti i Comitati della Regione.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dal punto precedente. Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/o regionale e saranno costituite con le con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

INDICAZIONI REGOLAMENTARI

- I percorsi di gara si svilupperanno lungo un tracciato prevalentemente sterrato di media difficoltà. Le distanze saranno: di 30/40 km circa per le

categorie da Junior a Master 8 e di 20/30 km circa per le categorie Donne A-B, Allievi ed Esordienti.

- È obbligatorio l'uso del casco per tutti i partecipanti.
- Ogni atleta dovrà firmare l'elenco di partenza prima della gara.
- Ogni Società può iscrivere più squadre.

INDICAZIONI PER IL GRAN PREMIO NAZIONALE

Il Gran Premio nazionale di Mountain Bike comprende la gara individuale e la "Combinata" per Società.

• Gara individuale

La gara individuale si svolgerà in un'unica giornata.

• Combinata per Società

Le Società che partecipano a questa speciale classifica devono iscrivere delle squadre composte da almeno 3 atleti di due diverse categorie.

La "combinata" comprende un prologo a cronometro individuale che si svilupperà lungo un tracciato urbano in salita di 2/8 km e la gara individuale del Gran Premio.

La classifica della "combinata" sarà stilata sommando i risultati conseguiti nelle due gare dai migliori 3 atleti delle Società iscritte.

Gli atleti non possono concorrere contemporaneamente per il titolo individuale e per quello a squadra e pertanto saranno inseriti soltanto in una delle due classifiche, secondo quanto comunicato all'atto dell'iscrizione.

• Tabella per l'assegnazione dei punteggi

Posizione	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Oltre il 10 posto
Punti	20	17	15	13	11	10	9	8	7	6	3

In caso di parità di punteggio tra due o più società verranno sommati per ogni Società i tempi ottenuti nel prologo dai suoi 3 migliori atleti classificati. Procederà in classifica la Società col tempo totale più basso.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI NUOTO

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

Esordienti B m/f	Allievi m/f	Seniores m/f
Esordienti A m/f	Juniore m/f	Master m/f
Ragazzi m/f		Cadetti m/f

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

Il Gran premio nazionale di Nuoto prevede:

• **Gare individuali**

Distanza	Esord. Esord. Ragazzi Juniores Cadetti Seniores					
	B	A				
25 stile lib.	•	•	•	•	•	•
50 stile lib.	•	•	•	•	•	•
100 stile lib.	•	•	•	•	•	•
25 dorso	•					
50 dorso	•	•	•	•	•	•
25 rana	•					
50 rana	•	•	•	•	•	•
100 rana		•	•	•	•	•
25 farfalla	•					
50 farfalla	•	•	•	•	•	•
100 farfalla		•	•	•	•	•
100 misti	•	•	•	•	•	•
200 misti		•	•	•	•	•

• **Staffette**

Distanza	Esord. Esord. Ragazzi Juniores Cadetti Seniores					
	B	A				
4x25 stile lib.	•					
4x50 stile lib.	•	•	•	•	•	•
4x25 mista	•					
4x50 mista	•	•	•	•	•	•

Per i master, vista l'esigua partecipazione, verrà studiato un programma a parte

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• **Fase locale**

La fase locale si svolgerà con le modalità previste da ciascun Comitato provinciale e circoscrizionale e potrà anche essere effettuata insieme da diversi Comitati vicini.

Per ogni manifestazione verrà approntato un programma-gare scegliendo le stesse, volta per volta, tra quelle indicate nel punto precedente e curando che nel corso delle varie manifestazioni possa essere svolto il programma nella sua interezza.

• **Fase regionale**

Alla fase regionale potranno partecipare gli atleti che si siano classificati in almeno 1 prova a livello locale.

La modalità di svolgimento della fase regionale nonché il numero delle prove previste sarà deciso da ciascun Coordinamento tecnico regionale. Laddove ritenuto necessario le fasi locali e regionale saranno accorpate ammettendo alle relative gare gli atleti di tutta la regione; in tali casi la

fase regionale dovrà essere disputata in almeno due prove. Nella fase regionale deve essere svolto tutto il programma previsto.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dai punti precedenti. Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/o regionale e saranno costituite con le con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

La fase nazionale potrà prevedere delle "serie di eccellenza" alle quali saranno ammessi atleti che abbiano conseguito un tempo "minimo" previsto, fermo restando il requisito della loro partecipazione alla fase regionale.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI SCI

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

<i>Categorie maschili</i>	<i>Categorie femminili</i>
Giovanissimi	Giovanissime
Ragazzi	Ragazze
Allievi	Allieve
Juniores	Junioresa
Criterion	Criterion
Seniores	Seniores
Adulti	Adulte
Veterani	Veterane

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

Il Gran premio nazionale di sci comprende le seguenti specialità:

- Sci alpino
- Sci nordico

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fasi locale e regionale

Le fasi locali e regionali si svolgeranno con le modalità previste dai Co-

REGOLAMENTI SPORT INDIVIDUALI

mitati territoriali e da quelli regionali con la possibilità di svolgere le gare a livello regionale, aperte a tutti i Comitati della Regione.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dal punto precedente.

Fermo restando il requisito della partecipazione alle fasi locali e regionali, saranno previste nel corso della finale nazionale delle "gare di eccellenza", distinte dalle altre, per gli atleti e le atlete in possesso di particolari requisiti di carattere tecnico.

SCI ALPINO

Saranno disputate le gare previste dal programma tecnico della FISL secondo quanto sarà previsto dai regolamenti delle singole manifestazioni.

Nella gare di ogni categoria devono essere iscritti almeno 7 atleti; in caso di un numero inferiore di iscritti, diverse categorie potranno essere accorpate.

Nel corso della finale nazionale saranno assegnati i seguenti Trofei, la cui disputa è suggerita pure per le fasi locali e regionali:

• Trofeo Runners

Concorrono all'aggiudicazione del Trofeo Runners gli atleti che hanno ottenuto la seguente classifica nello slalom di apertura:

- i primi 10 delle categorie Giovanissimi m-f, Ragazzi m-f;
- i primi 5 delle categorie Allievi m-f, Juniores m-f, Criterium m-f;
- i primi 5 delle categorie Seniores f. e Adulti f.;
- i primi 15 delle categorie Seniores m. e Adulti m.;
- i primi 5 delle categorie Veterani m-f.

I numeri degli ammessi al Trofeo potranno essere modificati per motivi di carattere tecnico; le categorie con meno di 5 atleti potranno essere accorpate.

Per la classifica del trofeo saranno prese in considerazione i punti ottenuti nelle seguenti tre prove:

- slalom gigante di apertura;
- slalom gigante;
- slalom speciale.

• Trofeo Sleepers

Concorrono all'aggiudicazione del Trofeo Sleepers gli atleti che dopo la disputa dello slalom d'apertura risultano esclusi dal Trofeo Runners.

Per la classifica del trofeo saranno prese in considerazione i punti ottenuti nelle seguenti tre prove:

- slalom gigante di apertura;
- slalom gigante;
- slalom speciale.

- **Trofeo Superteam di Sci alpino per Comitati**

Il Trofeo Superteam sarà assegnato ai Comitati attraverso una speciale classifica che sarà compilata sommando i punteggi dei Trofei Runners e Sleepers con le seguenti modalità:

- *Trofeo Runners*: somma dei punti ottenuti dai primi due atleti di ciascun Comitato classificati in ogni categoria sia maschile che femminile;
- *Trofeo Sleepers*: somma dei punti ottenuti dai primi due atleti di ciascun Comitato classificati in ogni categoria, sia maschile che femminile, ridotta del 50%.

SCI NORDICO

Sono previste le seguenti gare:

- **Challenge "superskating" individuale**

Gara di fondo individuale a tecnica libera.

- **Challenge "superskating" a squadre**

Staffetta a tecnica libera con squadre composte da 4 atleti.

Le squadre possono essere composte da atleti della stessa Società, sezioni di comitato, rappresentative regionali.

Ogni Società, Comitato e Regione potrà schierare più squadre e saranno ammesse anche squadre miste.

- **Trofeo Superteam di Sci nordico per Comitati**

Il Trofeo Superteam sarà assegnato ai Comitati attraverso una speciale classifica che sarà compilata sommando i punteggi ottenuti nello Challenge individuale dai primi due migliori atleti di ciascun Comitato di ogni categoria sia maschile che femminile.

- **Snow Board**

Comprende il Trofeo Border Cross, manifestazione sperimentale per tutte le categorie.

TABELLE DI PUNTEGGIO

Le classifiche di tutte le gare verranno redatte in base alla seguente Tabella:

Piazzam.	Punti	Piazzam.	Punti	Piazzam.	Punti	Piazzam.	Punti
1° class.	100	11° class.	75	21° class.	50	31° class.	25
2° class.	98	12° class.	73	22° class.	48	32° class.	23
3° class.	95	13° class.	70	23° class.	45	33° class.	20
4° class.	93	14° class.	68	24° class.	43	34° class.	18
5° class.	90	15° class.	65	25° class.	40	35° class.	15
6° class.	88	16° class.	63	26° class.	38	36° class.	13
7° class.	85	17° class.	60	27° class.	35	37° class.	10
8° class.	83	18° class.	58	28° class.	33	38° class.	8
9° class.	80	19° class.	55	29° class.	30	39° class.	5
10° class.	78	20° class.	53	30° class.	28	40° class.	3

Agli atleti classificati dal 41° posto in poi saranno assegnati comunque 3 punti.

GRAN PREMIO NAZIONALE DI TENNISTAVOLO

CATEGORIE DEI PARTECIPANTI

<i>Categorie maschili</i>	<i>Categorie femminili</i>
Giovanissimi	Giovanissime
Ragazzi	Ragazze
Allievi	Allieve
Juniore	Juniore
Seniores	Seniores
Adulti	Adulte
Veterani	Veterane
FITeT classificati dal 1° al 350° posto	FITeT classificate dal 1° al 150° posto

Le fasce di età di ciascuna categoria verranno comunicate all'inizio di ogni anno sportivo.

GARE PREVISTE

- Il Gran premio nazionale di Tennistavolo comprende:
- Gran premio nazionale di Tennistavolo (gara individuale)
 - Gare a squadre

TESSERATI FITeT

La partecipazione degli atleti tesserati alla FITeT è consentita con le seguenti modalità:

- Gli atleti tesserati alla FITeT con una Società iscritta anche al CSI devono prendere parte alle gare con questa Società.
- Gli atleti tesserati alla FITeT con una Società non iscritta al CSI, possono partecipare alle gare solo se si tesserano con una Società del CSI anche diversa da quella federale.
- Gli atleti tesserati alla FITeT e classificati dal 351° posto in poi gareggiano insieme a tutti gli altri iscritti; i classificati FITeT al 1° al 350° posto partecipano alla manifestazione nella speciale categoria FITeT.
- Le atlete tesserate alla FITeT e classificate dal 151° posto in poi gareggiano insieme a tutte le altre iscritte; le classificate FITeT al 1° al 150° posto partecipano alla manifestazione nella speciale categoria FITeT.

CRITERI DI SVOLGIMENTO

• Fasi locale e regionale

Le fasi locali e regionali si svolgeranno con le modalità previste dai Comitati territoriali e da quelli regionali con la possibilità di svolgere le gare a livello regionale, aperte a tutti i Comitati della Regione.

Nelle fasi locali la partecipazione degli atleti FITeT può essere regolata in maniera diversa tenendo conto delle esigenze locali.

• Fase nazionale

Alla fase nazionale saranno ammesse le rappresentative delle regioni che hanno svolto le fasi locali e regionali così come previsto dal punto precedente. Le rappresentative saranno composte da atleti che si siano classificati in almeno 2 prove a livello locale e/regionale e saranno costituite con le seguenti modalità:

- il 70% dei posti disponibili deve essere riservato agli atleti col risultato tecnico più qualificato;
- il 30% dei posti disponibili sarà distribuito tra tutti gli altri atleti, garantendo comunque la presenza di tutti i Comitati della Regione che abbiano preso parte alla fase regionale.

Per gli atleti e le atlete appartenenti alle Categorie FITeT è prevista una quota riservata per la partecipazione alla fase nazionale fermo restando il requisito dall'aver preso parte alle fasi locali e regionali.

INDICAZIONI PER L'ATTIVITÀ

- Gli incontri si svolgeranno al meglio dei 3 set su 5, con 11 punti per set.
- È opportuno che i tornei individuali si svolgano in due fasi: una prima fase con gironi all'italiane e una fase finale ad eliminazione diretta.
- Le gare a squadre si disputano con la formula della "Coppa Davis" (4 singoli e 1 doppio). Ogni squadra deve essere formata da un minimo di 2 ad un massimo di 6 atleti e per ogni incontro potrà essere schierato soltanto 1 giocatore (o 1 giocatrice) appartenente alla cat. FITeT.
- Ogni atleta può disputare al massimo 2 partite per ogni incontro. È possibile utilizzare anche la formula della "Coppa Davis ridotta" (2 singoli e 1 doppio). Ogni squadra può essere formata da un minimo di 2 ad un massimo di 4 atleti e per ogni incontro potrà essere schierato soltanto 1 giocatore (o 1 giocatrice) appartenente alla cat. FITeT; con la formula ridotta ogni atleta può disputare una gara di singolo e il doppio.
- Gli arbitraggi delle gare verranno effettuati dai giocatori, per sorteggio al primo incontro, o al primo turno nelle gare a squadre, e a turno nei successivi.

GARA A SQUADRE NELLA FINALE NAZIONALE

Nel corso della finale nazionale verranno disputate due gare a squadre, una maschile e una femminile, alle quali partecipano le rappresentative dei Comitati.

Ogni Comitato può iscrivere 1 sola squadra per ciascuna delle due categorie.