



Special Olympics

Switzerland



Special Olympics Switzerland  
**NATIONAL GAMES  
ST. GALLEN 2022**



# Coaches Manual: Atletica leggera

Versione maggio 2022

Il Coaches Manual è un documento ufficiale di Special Olympics Switzerland (SOSWI). Fornisce ai Coach che si preparano per i National Summer Games St. Gallen 2022 le informazioni più importanti sulla disciplina dell'atletica leggera.

La prima versione del Coaches Manual sarà pubblicata nel corso del mese di novembre 2021. Dopo di che, il documento sarà regolarmente aggiornato fino all'inizio dei Games. La versione aggiornata verrà pubblicata su questo [sito](#).

## 1. Organizzazione

<b>Data</b>	<b>Da giovedì 16 a domenica 19 giugno 2022</b>
<b>Sede</b>	Impianto di atletica leggera San Gallo, Neudorf
<b>Organizzatore</b>	<u>Organizzazione:</u> Associazione «NSG SG 2022», <a href="http://www.sq2022.ch">www.sq2022.ch</a>  <u>Direzione sportiva e accrediti:</u> Special Olympics Switzerland, Tel. 0800 222 666 <a href="http://www.specialolympics.ch">www.specialolympics.ch</a>
<b>Technical Delegate (Direzione Gara)</b>	Christoph Schmid Technical Delegate Atletica leggera, Special Olympics Switzerland Tel: +41 79 405 35 44, E-Mail: <a href="mailto:schmid@specialolympics.ch">schmid@specialolympics.ch</a>  Assistant TD: Da definire
<b>Partner locale</b>	TV St. Gallen Ost Fabian Beeler <a href="mailto:fabian.beeler@tvstgallen-ost.ch">fabian.beeler@tvstgallen-ost.ch</a>
<b>GMS Officials</b>	Il software GMS (Games Management System) di SOSWI è usato per creare le liste di partenza e i risultati.  Adrian Wietlisbach, GMS Official, Special Olympics Switzerland



## 2. Iscrizione

<b>Numero di partecipanti</b>	136 atleti
<b>Livelli &amp; Discipline</b>	<p><b>Livello 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50m<sup>(*)</sup>, salto in lungo senza rincorsa<sup>(*)</sup>, lancio della pallina<sup>(*)</sup></li> </ul> <p><b>Livello 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 100m, 200m, 400m, 1500m, 5000m, staffetta 4x100m</li> <li>• Salto in alto, salto in lungo con rincorsa</li> <li>• Getto del peso</li> <li>• Pentathlon (100m, salto in alto, salto in lungo, lancio del peso, 800m<sup>(**)</sup>)</li> </ul> <p><sup>(*)</sup> Queste discipline sono riservate agli atleti meno forti. Linee guida:                      - 50m corsa: non più veloce di 11" per gli uomini e 12" per le donne.                      - Lancio della pallina (200 g): massimo 24m per gli uomini e 20m per le donne                      - Salto in lungo senza rincorsa: massimo 1,40m per gli uomini e 1,20m per le donne.</p> <p><sup>(**)</sup> La distanza di 800m corrisponde alla nuova regola di SO International (SOI). Il regolamento attuale di SOSWI (versione 2018) sarà adattato durante il 2022, ma la regola SOI sarà adottata ai NSG 2022.</p>
<b>Informazioni sulle iscrizioni</b>	<p>Gli atleti possono competere solo in un livello e nelle discipline corrispondenti.</p> <p>Ogni partecipante può partecipare in un massimo di 2 discipline e nella staffetta (Le staffette sono previste solo nel livello 2). Il pentathlon è considerato come una disciplina.</p> <p>Al momento dell'iscrizione, i Coach devono indicare le prestazioni massime degli atleti per ogni disciplina.</p>



### 3. Programma

<p><b>Programma</b></p>	<p><b>Mercoledì, 15 giugno 2022</b>                  16:00 – 20:00 Check In</p> <p><b>Giovedì, 16 giugno 2022</b>                  09:30 – 10:00 Coach Meeting, Ufficio gare                  10:00 – 16:00 Divisioning in tutte le discipline, tranne il pentathlon (Finale)                  15:45 – 16:00 Coach Meeting                  18:30 – 21:30 Cerimonia di apertura</p> <p><b>Venerdì, 17 giugno 2022</b>                  09:00 – 17:00 Divisioning &amp; finali                  14:30 – 17:30 Premiazione delle finali (in continuo dopo ogni finale)                  In seguito, dopo le ultime gare: Coach Meeting</p> <p><b>Sabato, 18 giugno 2022</b>                  09:00 – 17:00 Divisioning &amp; finali                  10:00 – 17:30 Premiazione delle finali (in continuo dopo ogni finale)                  In seguito, dopo le ultime gare: Coach Meeting</p> <p><b>Domenica, 19 giugno 2022</b>                  09:00 – 13:00 finali                  09:30 – 13:30 Premiazione delle finali (in continuo dopo ogni finale)                  11:30 – 13:45 Pranzo a Blumenwies                  14:30 – 15:30 Cerimonia di chiusura</p>
<p><b>Cerimonie di premiazione</b></p>	<p>Per tutte le discipline, le cerimonie di premiazione avranno luogo direttamente dopo le finali e dopo la scadenza del tempo di protesto.</p>
<p><b>Coach Meeting</b></p>	<p>Durante i Coach meeting, verranno trasmesse importanti informazioni specifiche alla disciplina sportiva.</p> <p>Ogni gruppo è responsabile di assicurarsi che l'Head Coach partecipi al Meeting. In caso di indisponibilità da parte dell'Head Coach, quest'ultimo può essere rappresentato solo da un altro Coach appartenente allo stesso gruppo. L'Head Coach non può essere rappresentato da un Delegation Liaison.</p> <p>I Coach Meeting di atletica leggera sono descritti nel programma (vedi sopra).</p>
<p><b>Athlete's Flow</b></p>	<p>Tra le competizioni, gli atleti sono seguiti dai loro allenatori e DL.</p> <p>Durante la competizione si applica il principio dell'«Athlete's Flow».</p> <p>Questo significa: assistenza da parte degli organizzatori dalla Call-Room fino al traguardo o, nel caso delle finali, fino a dopo la cerimonia di premiazione.</p>



## 4. Regolamento

<b>Regolamento</b>	<p>Le competizioni di tutti gli sport si svolgono secondo i regolamenti di SOSWI : <a href="https://specialolympics.ch/it/discipline-sportive/atletica-leggera/">https://specialolympics.ch/it/discipline-sportive/atletica-leggera/</a></p> <p>Il regolamento e il Coaches Manual sono i documenti tecnici ufficiali validi per le competizioni.</p>
<b>Divisioning</b>	<p>Il Divisioning sarà effettuato secondo il programma.</p> <p>I rispettivi risultati saranno pubblicati sulla bacheca informativa.</p> <p><b>Eccezione:</b> non ci sarà Divisioning nel pentathlon, 1500m e 5000m. La divisione sarà fatta secondo i tempi di registrazione indicati al momento dell'iscrizione.</p> <p>Se un atleta, a causa della prestazione nel Divisioning, viene assegnato ad una divisione con un livello troppo basso, il Coach ha la responsabilità di segnalarlo. A questo scopo, compila il modulo "Improved Performance" che gli permetterà di richiedere alla Giuria che l'atleta sia inserito in una divisione più forte.</p>
<b>Maximum Effort Rule</b>	<p>Tutti gli atleti sono tenuti a dare il meglio di sé nel Divisioning e durante le finali. La regola del Maximum Effort sarà applicata durante le competizioni, con i seguenti parametri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Categoria 1: Miglioramento massimo del 20% tra Divisioning e finale.</li> <li>- Categoria 2: Miglioramento massimo del 15% tra Divisioning e finale.</li> </ul> <p>Aumenti di prestazioni superiori a quelli definiti porteranno, secondo regolamento, alla squalifica dell'atleta.</p>
<b>Informazioni sulle competizioni</b>	<p>In base ai risultati del Divisioning, le atlete e gli atleti saranno divisi in serie finali basate sulle loro prestazioni con un massimo di 8 partecipanti. In queste serie gli atleti gareggeranno per le medaglie e i riconoscimenti.</p> <p><b>Eccezione:</b> 1500m, 5000m e pentathlon.</p> <p>In queste discipline la serie sarà organizzata secondo le prestazioni annunciate nel processo d'iscrizione.</p> <p>A seconda del numero di partecipanti, il Technical Delegate può rinunciare alla suddivisione tra i sessi e/o categorie d'età.</p>
<b>Giudici</b>	Giudici ufficiali
<b>Giuria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Christoph Schmid, Technical Delegate SOSWI</li> <li>• Un rappresentante di TV St. Gallen Ost</li> <li>• Ancora da definire</li> </ul>



<p><b>Protesto</b></p>	<p>Il formulario di protesta deve essere inoltrato in forma scritta da parte del coach e può essere <u>inoltrato alla giuria al massimo 15 minuti dopo la pubblicazione dei risultati</u>.</p> <p>La giuria prende la decisione sui protesti.          Contro la decisione della giuria è possibile inoltrare un protesta alla giuria d'appello (per email: <a href="mailto:sport@specialolympics.ch">sport@specialolympics.ch</a>).          La decisione della giuria d'appello è definitiva e inappellabile.</p> <p>Non è possibile effettuare ricorso contro la decisione del divisioning.</p>
<p><b>Coaching</b></p>	<p>Il Coach non può entrare nella "zona di gara".</p> <p>Il Coach non può assistere gli atleti durante la competizione.</p> <p>Questa regola si applica anche alle staffette.</p>
<p><b>Liste di partenza e risultati</b></p>	<p>I tempi saranno registrati con un sistema di cronometraggio ufficiale.</p> <p>Le liste di partenza e i risultati sono compilati da SOSWI utilizzando il GMS (Games Management System).</p> <p>Le liste di partenza saranno distribuite ai Coach durante i Coach Meeting e/o pubblicate sulla homepage.</p> <p>I risultati saranno pubblicati sul luogo della competizione e sulla homepage.</p>
<p><b>Squalifiche durante il Divisioning</b></p>	<p>Un atleta squalificato durante il Divisioning potrà comunque partecipare alla finale.</p> <p>In tal caso il tempo di riferimento sarà quello annunciato al momento dell'iscrizione o quello modificato da parte del coach mediante il formulario «Improved Performance Form». Questo modulo è disponibile presso l'Ufficio gara, direttamente sul luogo di competizione.</p> <p>In nessun caso il Coach potrà iscrivere un suo atleta in un'altra disciplina e distanza dopo la conclusione del processo di registrazione.</p>
<p><b>Call Room (Camera d'appello)</b></p>	<p>Non appena lo speaker fa un annuncio, i Coach devono portare i loro atleti il più rapidamente possibile nella Call Room.</p> <p>Un atleta che non si presenta in tempo alla Call Room non potrà prendere parte alla competizione.</p>



## 5. Diversi

<b>Impianto di atletica</b>	Impianto di atletica leggera Neudorf, San Gallo, 6 corsie, in dirittura d'arrivo 7 corsie
<b>Vitto</b>	Il pranzo può essere consumato sul posto tra le 11.30 e le 13.30.
<b>Cronometraggio</b>	elettronico
<b>Abbigliamento</b>	Secondo il regolamento dell'atletica Scarpe chiodate (6mm) sono ammesse
<b>Spogliatoi</b>	Gli spogliatoi sono disponibili nell'edificio scolastico direttamente sul posto

## 6. Programma sportivo generale

NSG 2022 - Sportprogramm

Endversion: 11.05.2022

Sportart	Mittwoch, 15.06.2022		Donnerstag, 16.06.2022			Freitag, 17.06.2022			Samstag, 18.06.2022			Sonntag, 19.06.2022			
	NM (16-20h)	Abend (18-21.30h)	VM (ab 10.00h)	NM (bis 16.00h)	Abend (ab 19.00h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18:30h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18.30h)	VM (09-13.45h)	NM (14h30h)		
AQ Schwimmen	Check-In	Pasta Party	D	D	Einmarsch & Eröffnungsfeier (Nachtessen ab 17.30h)	D + F	F	... Night event ...	F + D Staffel	F	... Night event ...	F & Staffel	Schlussfeier		
AT Leichtathletik	Check-In		D	D		D + F	D + F		D + F	D + F & D Staffel		F		F & Staffel	
BB Basketball	Check-In		D	D		Turnier	Turnier		Turnier	FREI		F			
BC Boccia	Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Doppel		F Doppel	
BO Bowling	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einz.&Dopp.	F Doppel		FREI		F 3-Team	
CY Radfahren	Check-In		D	D		F	F		F	F		FREI		F	
EQ Reiten	Check-In		T/D Horsematching	T/D Horsematching		FREI	F		F	F		F		F	
FB Fussball	Check-In		D	D		Turnier	FREI		Turnier	F		F		F	
GF Golf	T Check-In		T + D	D		D	D + F		D	D + F		F		FREI	F
JU Judo	Check-In		FREI	F Mix-mix		FREI	D		F	F Shiai		F Shiai		F Kata	
PE Petanque	Check-In		D	Turnier		Turnier	Turnier		Turnier	Turnier		FREI		F	
SA Segeln	T Check-In		T + D	D		F	F		F	F		F		F	
TN Tennis	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einzel	FREI Einzel		F Einz.+Dopp.		F Doppel	
TT Tischtennis	T Check-In		D	D + FREI		Turnier Einzel Open	Turnier Einzel Open		Turnier Einzel	Turnier Einzel		Turnier Einzel		Turnier Doppel	
Promotion Handball	Check-In		FREI	FREI		FREI	T + D		Turnier	Turnier		FREI			

Legende: T = Training / D = Divisioning / F = Finals

Version: 11.05.2022



## 7. Programma dettagliato atletica leggera

**Giovedì 16.06.2022:**

Zeit	Läufe	Hoch	Weit	Kugel	Ballwurf
10:00	100 m 1. Serie 5-K				
10:05	100 m 2. Serie 5-K				
10:10	100 m 3. Serie 5-K				
	Level 2 Divisioning				
10:20	100 m 1. Serie				
10:25	100 m 2. Serie				
10:30	100 m 3. Serie				
10:35	100 m 4. Serie				
10:40	100 m 5. Serie				
10:45	100 m 6. Serie				
10:50	100 m 7. Serie				
11:00			Weit mit Anlauf Anlage 1 1. Gruppe 5-K		
11:00			Weit mit Anlauf Anlage 2 2. Gruppe 5-K		
	Level 1 Divisioning				
11:00	50 m 1. Serie				
11:05	50 m 2. Serie				
11:10	50 m 3. Serie				
11:15	50 m 4. Serie		Level 2 Divisioning		
<b>MITTAGESSEN ZWISCHEN 12 &amp; 14 UHR</b>					
12:00			Weit mit Anlauf Anlage 1 Gruppe 1		
12:00			Weit mit Anlauf Anlage 2 Gruppe 2		
13:00			Weit mit Anlauf Anlage 1 Gruppe 3		
			Level 1 Divisioning		
13:00			Weit aus Stand Anlage 2 Gruppe 1		
				Level 2 Divisioning	
13:30				Kugel 4 kg Anlage 1 1. Gruppe 5-K	
13:30				Kugel 4 kg Anlage 2 2. Gruppe 5-K	
					Level 1 Divisioning
14:00				Kugel 3 kg Anlage 1 1. Gruppe 5-K	Gruppe 1
14:00				Kugel 4 kg Anlage 2 Gruppe 1	
14:30				Kugel 3 kg Anlage 1 Gruppe 1	Gruppe 2
14:30				Kugel 4 kg Anlage 2 Gruppe 2	
15:00				Kugel 3 kg Anlage 1 Gruppe 2	Gruppe 3
15:00				Kugel 4 kg Anlage 2 Gruppe 3	
15:30				Kugel 4 kg Anlage 1 Gruppe 4	Gruppe 4
Im DIVISIONING haben im Weitsprung, im Kugelstossen & im Ballwerfen ALLE 3 VERSUCHE					



**Venerdì 17.06.2022:**

Zeit	Läufe	Hoch	Weit	Kugel	Ballwurf
	<b>Level 2 Divisioning</b>				<b>Level 1 FINAL</b>
09:00		5-K Gruppe 1			Anlage 1 Division 1
09:30					Anlage 1 Division 2
10:00		5-K Gruppe 2			Anlage 1 Division 3
10:30					Anlage 1 Division 4
<b>MITTAGESSEN ZWISCHEN 11 &amp; 14 UHR</b>					
11:00	400 m 1. Serie				Anlage 1 Division 5
11:15	400 m 2. Serie				
11:30	400 m 3. Serie				Anlage 1 Division 6
11:45	400 m 4. Serie				
12:00	800 m 1. Serie 5-K				
12:15	800 m 2. Serie 5-K	Divisioning			
12:30	800 m 3. Serie 5-K	Gruppe 1			
			<b>Level 2 FINAL</b>		
14:00			Weit mit Anlauf Anlage 1 Division 1		
14:00			Weit mit Anlauf Anlage 2 Division 2		
14:45			Weit mit Anlauf Anlage 1 Division 3		
14:45			Weit mit Anlauf Anlage 2 Division 4		
15:30			Weit mit Anlauf Anlage 1 Division 5		
15:30			Weit mit Anlauf Anlage 2 Division 6		
	<b>Level 2 FINAL</b>		<b>Level 1 FINAL</b>		
16:15	1500 m Serie 1		Weit aus Stand Anlage 1 Division 1		
16:15			Weit aus Stand Anlage 2 Division 2		
16:30	1500 m Serie 2				
16:45	1500 m Serie 3				
Im FINAL haben im Weitsprung, im Kugelstossen & im Ballwerfen <b>ALLE 4 Versuche</b>					





**Sabato 18.06.2022:**

Zeit	Läufe	Hoch	Weit	Kugel	Ballwurf
	<b>Level 2 Divisioning</b>				
09:00	200 m 1. Serie				
09:15	200 m 2. Serie				
	<b>Level 2 Divisioning</b>				
10:00	4x100 m 1. Serie				
10:15	4x100 m 2. Serie				
10:30	4x100 m 3. Serie				
		<b>FINAL</b>			
10:45		Division 1			
<b>MITTAGESSEN ZWISCHEN 11 &amp; 14 UHR</b>					
	<b>Level 2 FINAL</b>			<b>Level 2 FINAL</b>	
11:30				Kugel 3 kg Anlage 1 Division 1	
11:30				Kugel 3 kg Anlage 2 Division 2	
12:15				Kugel 3 kg Anlage 1 Division 3	
12:15				Kugel 3 kg Anlage 2 Division 4	
13:00				Kugel 4 kg Anlage 1 Division 1	
13:00				Kugel 4 kg Anlage 2 Division 2	
13:35				Kugel 4 kg Anlage 1 Division 3	
13:45				Kugel 4 kg Anlage 2 Division 4	
14:30				Kugel 4 kg Anlage 1 Division 5	
15:00	400 m 1. Division				
15:15	400 m 2. Division				
15:30	400 m 3. Division				
15:45	400 m 4. Division				
16:00	400 m 5. Division				
16:30	5000 m				
Im <b>FINAL</b> haben im Weitsprung, im Kugelstossen & im Ballwerfen <b>ALLE 4 Versuche</b>					



Domenica 19.06.2022:

Zeit	Läufe	Hoch	Weit	Kugel	Ballwurf
	<b>Level 2 FINAL</b>				
09:00	100 m 1. Division				
09:10	100 m 2. Division				
09:20	100 m 3. Division				
09:30	100 m 4. Division				
09:40	100 m 5. Division				
09:50	100 m 6. Division				
10:00	100 m 7. Division				
10:10	100 m 8. Division				
	<b>Level 1 FINAL</b>				
10:30	50 m 1. Division				
10:40	50 m 2. Division				
10:50	50 m 3. Division				
11:00	50 m 4. Division				
<b>MITTAGESSEN ZWISCHEN 11 &amp; 14 UHR (OLMA)</b>					
	<b>Level 2 FINAL</b>				
11:15	200 m 1. Division				
11:30	200 m 2. Division				
12:00	4x100m 1. Division				
12:15	4x100m 2. Division				
12:30	4x100m 3. Division				
12:45	4x100m 4. Division				