

Maxima Truck Pull e King of Stones 2024

F.I.S.Man in collaborazione con il [Expo Motori](#) organizza l'Official Qualification 2024, il Pontedera Strong X.

Luogo Gara.

Manifestazione: **EXPO MOTORI PONTEDERA.**

Indirizzo: **Via dei Pratacci, 23, 56025 Pontedera PI.**

Specialità Gara.

Le due competizioni sono svolte in modo indipendente l'una dall'altra e conseguentemente anche i regolamenti e le classifiche espresse.

Orari Gara.

Orario Pesa Atleti (gli orari possono cambiare per motivi logistici e organizzativi), presso Expo Motori :

- 27/04/2024 Ore: 12.30 – 13.00.

- 28/04/2024 Ore: 11.30 – 12.00.

L'organizzazione non è tenuta ad effettuare il peso di nessun atleta al di fuori degli orari indicati.

Gli atleti che non effettueranno la pesa non avranno accesso alla competizione.

Le dinamiche di pesa saranno soggette al Regolamento Generale paragrafo: 2.02.A. Modalità di Pesa degli Atleti.

Orario Briefing:

- 28/04/2024 Ore: 12.00 – 12.30.

Orario Competizione Maxima Truck (gli orari possono cambiare per motivi logistici e organizzativi):

- 28/04/2024 . Inizio Ore: 13.00. Fine ore: 15.00.

Orario Competizione King of Stones (gli orari possono cambiare per motivi logistici e organizzativi):

- 28/04/2024 . Inizio Ore: 15.45.

Responsabilità Atleti.

Se taluni atleti incorreranno in danneggiamenti volontari o accidentali di: attrezzature, ambienti gara, strutture e servizi; verranno ritenuti responsabili e chiamati a risarcire il danno provocato.

Sia esso causato da semplice negligenza, sia da una sbagliata gestione delle suddette o intenzionalità.

Costi.

Atleti	1 Prova		2 Prove	
	Fino al 15/04	Fino al 20/03	Fino al 15/04	Fino al 20/04
Tesserati	30€	40€	55€	75€
Non Tesserati	45€	55€	80€	100€

L'ingresso alla Fiera è incluso nel prezzo di iscrizione e comprende anche l'accesso di 1 Accompagnatore per atleta.

Nota Bene: In caso di annullamento per pioggia nel giorno stesso della competizione (28/04/2024) sarà rimborsato il 50% della somma di iscrizione.

Diretta Youtube.

Diretta dalle ore **12.45** sul canale youtube: [StrongmanitaliaTV](#)

Regolamento Apollon Axle Lift e Barbell Deadlift Massimale.

Regolamento Maxima Truck Pull.

1.00. MODALITA' GARA

Le competizioni Maxima Truck Pull è un evento speciale che prevede 2 tentativi di tipologia "For Time".

Lo svolgimento della competizione quindi avrà caratteristiche differenti da quelle riscontrate negli eventi O.Q., C.S. e S.E.

Per poter gareggiare in questa tipologia di evento non è richiesto necessariamente il tesseramento annuale di campionato N.S.L., R.S.L. o P.S.L. (vedi il Regolamento Generale paragrafo 2.00.), ma l'iscrizione per i non tesserati seguirà delle dinamiche differenti (vedi la casella di iscrizione dedicata all'evento sul sito Strongmanitalia.com).

La partecipazione all'evento Maxima concerne il rispetto del Regolamento Generale 2024.

I mezzi da "trainare" sono decisi precedentemente dall'organizzazione (Vedi 2.00) e sono i medesimi per tutte le categorie in gara.

1.01. CATEGORIE DI PESO.

Gli atleti sono suddivisi esclusivamente in categorie di peso senza tenere conto dell'appartenenza a N.S.L. R.S.L. o P.S.L.; quali:

- Categorie di peso Femminili:
 - La Light Class (U64kg), di cui faranno parte le atlete di 64Kg di peso a scendere.
 - La Open Class (+64kg), di cui faranno parte le atlete da 64 Kg di peso a salire.
- Categorie di peso Maschili:
 - La Welter Class (U80kg), di cui faranno parte gli atleti di massimo 80 Kg di peso a scendere.
 - La Extra Class (U90kg), di cui faranno parte gli atleti da 90 Kg di peso a scendere.
 - Heavy Class (U105kg), di cui faranno parte gli atleti da 105kg di peso a scendere.
 - La Open Class (+105kg), di cui faranno parte gli atleti da 105 Kg di peso a salire.

1.02. PROCEDURA DI PESA.

In sede di pesa, gli Arbitri (o gli organizzatori che sono stati delegati a fare le veci dei suddetti) sono tenuti a prendere in considerazione l'ettogrammo come quantità minima rilevabile. E' concesso all'atleta un comporto di 0,5 kg oltre al valore massimo di categoria al momento della pesa.

Al momento della misura del peso, ogni partecipante è tenuto a presentarsi vestito almeno di slip (e reggiseno/top per le donne), boxer o pantaloncini a scelta e, se lo riterrà opportuno, potrà ripetere la pesa una seconda volta, purché questo non pregiudichi i regolari tempi indicati dei termini di pesa.

L'organizzatore della competizione ha facoltà di modificare i tempi massimi di pesa, se lo ritenesse opportuno per consentire il regolare svolgimento della competizione.

Se un atleta dovesse arrivare in ritardo alle procedure di pesa, ma comunque prima dell'inizio della competizione, gli arbitri possono decidere a loro discrezione se eseguire la procedura di pesa (nel caso ci siano i tempi tecnici necessari).

Un atleta che dovesse incorrere in questa dinamica di pesa (ovvero oltre il limite di tempo consentito), perderà qualsiasi confronto nel caso dovessero avvenire situazioni di pari merito.

1.03. CAMBIO CATEGORIA DI PESO.

Di seguito riportate le dinamiche da rispettare nel caso in cui un atleta Tesserato al Campionato (sia esso N.S.L.; R.S.L., P.S.L.) non dovesse rientrare nella categoria di peso indicata in sede di Tesseramento ed iscrizione Maxima (i quali devono combaciare):

- Se si vuole partecipare al Maxima da Tesserati al Campionato non sarà consentito partecipare ad una categoria di peso differente da quella dell'iscrizione al campionato, se non attraverso una nuova re-iscrizione al campionato nella nuova categoria di peso richiesta (Regolamento Generale 2.02.B).
- Gli atleti che non riusciranno a rientrare nella propria categoria di peso in riferimento all'iscrizione al campionato, nonostante il comportamento nei termini della validità della pesa (0,5kg), avranno la possibilità di re-isciversi al campionato, andando a compilare il modulo di iscrizione ed a pagare la somma richiesta. Modalità attuabile anche in sede di gara (Regolamento Generale 2.02.B).

Di seguito riportate le dinamiche da rispettare nel caso in cui un atleta Non Tesserato al Campionato (sia esso N.S.L.; R.S.L., P.S.L.) non dovesse rientrare nella categoria di peso indicata in sede di iscrizione Maxima:

- Se si vuole partecipare al Maxima da Non Tesserati al Campionato sarà consentito partecipare ad una categoria di peso differente da quella nell'iscrizione al Maxima, indicando la nuova al momento della pesa.

1.04. RECORD E CATEGORIE DI PESO

Per questa specialità è impossibile determinare dei Record oggettivamente replicabili nel tempo, dato che le dinamiche della competizione sono concatenate a fattori impossibili da prevedere in luoghi all'aperto (vento, coefficiente di attrito del suolo e inclinazione dello stesso) o l'impossibilità di reperire mezzi da "trainare" nelle medesime dinamiche (medesima pressione dei pneumatici, modello dell' mezzo, stato del mezzo ecc). Per questo non vengono registrati veri e propri record per questa specialità.

2.00. MODALITÀ PROVE GARA.

Ad ogni atleta sono concesse 2 prove di traina; prima quella con il "Camion" di peso minore e in seguito quella con il peso maggiore. I tempi eseguiti andranno a delineare la classifica della competizione (Vedi 3.00).

Nel caso della presenza di un solo mezzo a disposizione verranno eseguite comunque due prove di gara e verrà deciso dall'organizzazione se eseguire una delle due senza l'utilizzo della corda di traino in funzione della categoria di peso degli atleti.

Nota: questa decisione è concatenata all'esito del test sul campo gara da eseguire prima dell'inizio della competizione.

-Una volta eseguito il primo tentativo l'atleta si metterà nuovamente in coda alla lista di atleti partecipanti per eseguire il secondo tentativo.

Vi sarà una "coda di attesa" di 3-4 atleti rispetto all'atleta chiamato ad eseguire la prova.

- La lista di chiamata verrà esposta a disposizione di tutti gli atleti durante le procedure di pesa e il briefing antecedenti alla competizione (28/04/2024 Ore: 11.30 – 12.00.).

- L'atleta dovrà presentarsi per il posizionamento dell'imbracatura quando l'atleta antecedente a lui di 3 posizioni verrà chiamato ad eseguire la traina.

3.00. CLASSIFICA.

La classifica della competizione viene redatta in base alla somma dei due tempi di trina eseguita dagli atleti. Chi totalizza il tempo minore vince la competizione.

Vengono premiate le categorie della Specialità in singola prova in funzione delle categorie di peso.

Se anche in questo caso dovesse presentarsi la parità, saranno premiati ambedue gli atleti.

4.00. OPERAZIONI GARA DI ATLETI E ACCOMPAGNATORI.

Le procedure di gara che riguardano gli atleti, per il corretto e fluido svolgimento della competizione, si articolano nei seguenti punti:

- L'Atleta viene chiamato dal presentatore ad effettuare il tentativo.
- Dopo aver chiamato un Atleta in pedana, il presentatore dichiarerà gli atleti che si devono preparare per la chiamata successiva.
- L'atleta, una volta pronto per la prova, farà un cenno all'arbitro per far iniziare il contro alla rovescia.

Le procedure di gara che riguardano gli accompagnatori/allenatori, per il corretto e fluido svolgimento della competizione, si articolano nei seguenti punti:

- L'accompagnatore può seguire l'atleta solo fino all'entrata del campo gara;
- L'accompagnatore potrà interagire con l'arbitro solo per constatare e segnalare che l'atleta sia pronto per il conto alla rovescia, durante il tempo tecnico impiegato dallo stesso per la preparazione ed il posizionamento delle fasce nella prova dello stacco.
- L'accompagnatore, una volta che l'atleta avrà concluso il sollevamento, potrà andare per esso a dichiarare al referente-dati la chiamata successiva di sollevamento.

5.00. PENALITA'.

Oltre alle penalità espresse nel Regolamento Generale 2024. R.G. 1.0. e nel paragrafo 4.00, si hanno una serie di situazioni in cui, se un atleta e/o accompagnatore vi incorressero, sarebbero sottoposti a sanzioni. Qui di seguito le specifiche:

- Gli atleti sono tenuti a presentarsi sul campo gara entro 30 secondi dalla chiamata del presentatore o dell'arbitro. Nel caso in cui un atleta dovesse non rispettare il tempo massimo indicato, perderà la possibilità di effettuare il sollevamento, e sarà costretto a passare al turno successivo, non potendo ripetere il tentativo con il carico chiamato per l'alzata in questione.
- Non è permesso all'accompagnatore/allenatore dell'atleta entrare sul campo gara durante l'esecuzione della prova, pena l'annullamento del tentativo di sollevamento.
- Se taluni atleti incorressero in danneggiamenti volontari od accidentali di: attrezzature da gara e non, ambienti gara, pavimentazioni, strutture e servizi della location ospitante, saranno ritenuti responsabili e saranno chiamati a risarcire il danno provocato. Sia esso causato da semplice negligenza o da una sbagliata gestione delle suddette. Tale regolamentazione ha validità anche per l'area riservata al riscaldamento, per l'area degli spogliatoi e per quella di transito pedonale o con mezzi che sia all'interno della recinzione della struttura ospitante.

6.00. REGOLAMENTO PROVE.

6.01. PREMESSA.

Per garantire l'imparziale e sportivo svolgimento di tutti gli eventi, gli atleti sono tenuti a rispettare le seguenti regole, oltre alle norme presenti nel Regolamento Generale 2023. R.G. 1.0.

Tutti gli atleti sono tenuti a svolgere le prove nel rispetto della sportività più assoluta, in modo da non comprometterne le normali e corrette dinamiche sportive.

- Regole generali per gli eventi del campionato Strongman Italia:

- Una volta iniziata una prova, la gestione degli attrezzi da gara è a completa discrezione dell'atleta, il quale dovrà gestirli e controllarli nei termini specifici di ogni prova. Oppure come indicato dal regolamento della prova in questione.

- Come specificato nel regolamento generale, sarà obbligatorio indossare calzature e maglia da gara, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova.

- Non sarà possibile utilizzare collanti o similari su nessuna parte del corpo o della propria attrezzatura durante lo svolgimento degli eventi, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova.

- Non sarà possibile indossare guanti o fasciature di alcun tipo sulle mani, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova. Eccezione fatta per gli atleti i quali presentino ferite alle mani (lacerazioni e/o tagli evidenti).

- Prima del via dell'arbitro gli atleti potranno essere a contatto con le attrezzature, ma è severamente vietato sollevarle (o spostarle a seconda della tipologia di prova) in alcun modo prima di esso. In caso di infrazione, sarà assegnata falsa partenza.

- Prima dello svolgimento delle prove, è nell'interesse dell'atleta far prendere visione agli arbitri dei seguenti problemi:

- Impossibilità concreta ed oggettiva nel distendere una od ambedue le articolazioni dei gomiti a causa di problemi articolari, in modo da non essere discriminati nel conteggio delle ripetizioni valide, nelle prove di Press.

- Ferite o lacerazioni alle mani causate dalle prove durante la competizione, in modo da potervi applicare sopra fasciature e bendaggi, senza incorrere in penalizzazioni o squalifiche.

- Qualsiasi altra problematica che comprometta il classico e corretto svolgimento delle prove.

- Se per un qualsiasi malfunzionamento delle attrezzature o errore arbitrale, un atleta viene chiamato a ripetere la prova (dagli stessi arbitri di giornata se lo riterranno opportuno e necessario), potrà farlo quando tutti gli atleti della categoria di appartenenza avranno svolto nel regolare ordine di partenza la prova in questione. Se l'atleta in di cui sopra risultasse essere l'ultimo in ordine di partenza, avrà diritto a 3 minuti di pausa.

6.02. PROVE.

Le prove e gli orari di gara delle stesse sono sottoposti a modifiche per motivazioni logistiche a discrezione degli organizzatori, e per motivazioni logistiche non dipendenti da essi, al fine di completare in qualunque

caso lo svolgimento della competizione. Le modifiche saranno comunicate nel modo più tempestivo possibile da F.I.S.Man al fine di dare il minimo disagio agli atleti.

Le due prove seguono le seguenti modalità come da campionato F.I.S.Man:

6.02.A. Truck Pull.

Il "Truck Pull" consiste nella traina di un autocarro, un veicolo da trasporto, un camion, autobus o tram i quali vengono trascinati tramite una corda agganciata ad un'imbragatura speciale fornita da F.I.S.Man ed indossata dall'atleta all'altezza del busto. Il vincitore è colui il quale conclude il percorso prestabilito nel minor tempo possibile.

"For Time"

- Tempo massimo 60 secondi.
- Percorso di gara: 25 m (solo andata).
- E' permesso indossare solo la maglia del circuito Maxima.
- Dopo che l'atleta sarà in posizione e la corda di ancoraggio sarà messa in tensione, l'arbitro potrà fischiare il via ed il conducente rilascerà i freni del veicolo.

Penalità :

- L'atleta non può in alcun modo girarsi ed afferrare la corda che lo lega al mezzo che sta trainando, in seguito a questa azione scatta la completa squalifica dalla prova.
- Non è concesso l'utilizzo di alcun tipo di collante, resina o fasce adesive durante questa prova, né tantomeno fasce per la presa o guanti. Nel caso in cui l'atleta viene colto in flagrante nell'utilizzo dei componenti sopra descritti, sarà squalificato dalla prova.
- L'atleta ha a disposizione 1 falsa partenza, alla seconda scatta la squalifica dalla prova.
- La corda d'aiuto sarà facoltativa, questa dinamica viene scelta in sede di gara da Organizzazione e Arbitri a seconda della resistenza offerta dal veicolo.

Carichi utilizzati :

Il peso del veicolo da trainare sarà di circa 7500kg nel caso del primo tentativo e di 10000kg per il secondo (se disponibile).

Dopo i test sul posto l'organizzazione gara si riserva il diritto di far eseguire la traina ad alcune categorie di peso con il veicolo da 7500kg per due volte anche se disponibile.

-La prova sarà dichiarata conclusa dall'arbitro quando la parte centrale della ruota anteriore del camion avrà oltrepassato la linea finale, oppure allo scadere del tempo.

Regolamento King of Stone.

1.00. MODALITA' GARA

Il King of Stone è un modello di gara strutturato come un vero e proprio “torneo” a eliminazione diretta incentrato sulla prova “Atlas Stone Over The Bar”.

Lo svolgimento della competizione quindi avrà caratteristiche differenti da quelle riscontrate negli eventi O.Q., C.S., S.E e Maxima.

Per poter gareggiare in questa tipologia di evento non è richiesto necessariamente il tesseramento annuale di campionato N.S.L., R.S.L. o P.S.L. (vedi il Regolamento Generale paragrafo 2.00.), ma l'iscrizione per i non tesserati seguirà delle dinamiche differenti (vedi la casella di iscrizione dedicata all'evento sul sito Strongmanitalia.com).

La partecipazione all'evento Maxima concerne il rispetto del Regolamento Generale 2024.

1.01. CATEGORIE DI PESO.

Gli atleti sono suddivisi esclusivamente in categorie di peso senza tenere conto dell'appartenenza a N.S.L. R.S.L. o P.S.L.; quali:

- Categorie di peso Femminili:

- La Light Class (U64kg), di cui faranno parte le atlete di 64Kg di peso a scendere.
- La Open Class (+64kg), di cui faranno parte le atlete da 64 Kg di peso a salire.

- Categorie di peso Maschili:

- La Welter Class (U80kg), di cui faranno parte gli atleti di massimo 80 Kg di peso a scendere.
- La Extra Class (U90kg), di cui faranno parte gli atleti da 90 Kg di peso a scendere.
- Heavy Class (U105kg), di cui faranno parte gli atleti da 105kg di peso a scendere.
- La Open Class (+105kg), di cui faranno parte gli atleti da 105 Kg di peso a salire.

1.02. PROCEDURA DI PESA.

In sede di pesa, gli Arbitri (o gli organizzatori che sono stati delegati a fare le veci dei suddetti) sono tenuti a prendere in considerazione l'ettogrammo come quantità minima rilevabile. E' concesso all'atleta un comporto di 0,5 kg oltre al valore massimo di categoria al momento della pesa.

Al momento della misura del peso, ogni partecipante è tenuto a presentarsi vestito almeno di slip (e reggiseno/top per le donne), boxer o pantaloncini a scelta e, se lo riterrà opportuno, potrà ripetere la pesa una seconda volta, purché questo non pregiudichi i regolari tempi indicati dei termini di pesa.

L'organizzatore della competizione ha facoltà di modificare i tempi massimi di pesa, se lo ritenesse opportuno per consentire il regolare svolgimento della competizione.

Se un atleta dovesse arrivare in ritardo alle procedure di pesa, ma comunque prima dell'inizio della competizione, gli arbitri possono decidere a loro discrezione se eseguire la procedura di pesa (nel caso ci siano i tempi tecnici necessari).

Un atleta che dovesse incorrere in questa dinamica di pesa (ovvero oltre il limite di tempo consentito), perderà qualsiasi confronto nel caso dovessero avvenire situazioni di pari merito.

1.03. CAMBIO CATEGORIA DI PESO.

Di seguito riportate le dinamiche da rispettare nel caso in cui un atleta Tesserato al Campionato (sia esso N.S.L.; R.S.L., P.S.L.) non dovesse rientrare nella categoria di peso indicata in sede di Tesseramento ed iscrizione Maxima (i quali devono combaciare):

- Se si vuole partecipare al Maxima da Tesserati al Campionato non sarà consentito partecipare ad una categoria di peso differente da quella dell'iscrizione al campionato, se non attraverso una nuova re-iscrizione al campionato nella nuova categoria di peso richiesta (Regolamento Generale 2.02.B).
- Gli atleti che non riusciranno a rientrare nella propria categoria di peso in riferimento all'iscrizione al campionato, nonostante il comporta nei termini della validità della pesa (0,5kg), avranno la possibilità di re-isciversi al campionato, andando a compilare il modulo di iscrizione ed a pagare la somma richiesta. Modalità attuabile anche in sede di gara (Regolamento Generale 2.02.B).

Di seguito riportate le dinamiche da rispettare nel caso in cui un atleta Non Tesserato al Campionato (sia esso N.S.L.; R.S.L., P.S.L.) non dovesse rientrare nella categoria di peso indicata in sede di iscrizione Maxima:

- Se si vuole partecipare al Maxima da Non Tesserati al Campionato sarà consentito partecipare ad una categoria di peso differente da quella nell'iscrizione al Maxima, indicando la nuova al momento della pesa.

2.00. MODALITÀ GARA.

Gli atleti divisi in categorie di peso (1.01.) saranno sorteggiati per gli scontri iniziali.

- Il sorteggio si svolge con ogni atleta che estrae un numero; partendo dall'ultimo iscritto e finendo con il primo iscritto di ogni categoria. Il numero di numeri estraibili è pari al numero di atleti in gara.

Una volta delineati gli accoppiamenti, le sfide si svolgeranno ad eliminazione diretta per arrivare fino allo scontro finale di ogni categoria di peso.

Il vincitore di ogni categoria sarà il King of Stone della stessa.

2.01. MODALITÀ SFIDA.

La prova per ogni coppia di atleti consiste nel far oltrepassare all'atlas la barra posta tra i due, con un tempo massimo a disposizione di 35s per poter replicare il sollevamento oltre l'asta in direzione dell'avversario.

Il tempo a disposizione inizia ogni volta che l'atlas tocca il terreno dalla parte dell'atleta "ricevente".

Perde chi non riesce più a far oltrepassare la barra all'atlas.

2.01. MODALITÀ SORTEGGIO/ACCOPIAMENTI GARA.

Gli accoppiamenti sono estratti a sorte partendo dall'ordine di iscrizione (dall'ultimo iscritto fino al primo) in tutte le casistiche.

L'ordine di entrata in gara (chi esegue il sollevamento per primo nelle varie coppie) è delineato dal numero estratto inizialmente per tutti i gironi della competizione.

Vengono spiegate di seguito le dinamiche gara che verranno attuate a seconda del numero di partecipanti.

- **1-2 Atleti:** Al termine delle iscrizioni gli atleti in questione saranno avvertiti e saranno chiamati a gareggiare nella categoria di peso superiore oppure potranno ricevere il rimborso della competizione.
- **3 Atleti:** Al termine delle iscrizioni gli atleti in questione dovranno effettuare un torneo con girone "all'Italiana"; che prevede una sfida diretta con tutti gli altri atleti.

In caso di vittoria si ottiene 1 punto; in caso di sconfitta 0.

Se dovesse presentarsi parità (1 Vittoria e 1 Sconfitta) per atleta, saranno presi in considerazione il numero totale di sollevamenti eseguiti all'interno del girone dai rispettivi atleti. Se anche questo dovesse risultare paritario si esamina il B.W.

- **4 Atleti:** Dinamica di torneo ad eliminazione diretta.

- **5 Atleti:** Girone ad eliminazione per le prime due coppie estratte, seguito dalla modalità a 3 atleti come descritta sopra.
- **6 Atleti:** Girone ad eliminazione per le tre coppie iniziali, seguito dalla modalità a 3 atleti come descritta sopra.
- **7 Atleti:** Girone ad eliminazione per le prime tre coppie estratte, da proseguire con gironi ad eliminazione diretta inserendo come quarto atleta il settimo estratto.
- **8 Atleti:** Dinamica di torneo ad eliminazione diretta.

Stessi dinamiche per tutti gli altri numeri di atleti partecipanti.

Esempio:

	Turno 1		Turno 2	Classifica
Atleta 1	(11 Repts)	Atleta A 88kg B.W.	1 Vinta	1°
Atleta 2	(10 Repts)		1 Persa	
Atleta 3	(7Repts)	Atleta D 89kg B.W.	1 Vinta	2°
Atleta 4	(8Repts)		1 Persa	
Atleta 5	Passa al Turno 2	Atleta E 89,9g B.W.	1 Vinta	3°
			1 Persa	

2.02. SCELTA CARICHI GARA

Ogni categoria ha a disposizione una scelta tra due carichi gara (5.02.A); nel caso gli atleti non dovessero essere concordi, viene scelto il carico gara più basso per favorire la spettacolarità della competizione.

3.00. OPERAZIONI GARA DI ATLETI E ACCOMPAGNATORI.

Le procedure di gara che riguardano gli atleti, per il corretto e fluido svolgimento della competizione, si articolano nei seguenti punti:

- L'Atleta viene chiamato dal presentatore.
- Dopo aver chiamato un Atleta in pedana, il presentatore dichiarerà gli atleti che si devono preparare per la chiamata successiva.
- L'atleta, una volta pronto per il sollevamento, farà un cenno all'arbitro per far iniziare il contro alla rovescia.

Le procedure di gara che riguardano gli accompagnatori/allenatori, per il corretto e fluido svolgimento della competizione, si articolano nei seguenti punti:

- L'accompagnatore può seguire l'atleta solo fino all'entrata del campo gara;
- L'accompagnatore potrà interagire con l'arbitro solo per constatare e segnalare che l'atleta sia pronto per il conto alla rovescia, durante il tempo tecnico impiegato dallo stesso per la preparazione ed il posizionamento delle fasce nella prova dello stacco.
- L'accompagnatore, una volta che l'atleta avrà concluso il sollevamento, potrà andare per esso a dichiarare al referente-dati la chiamata successiva di sollevamento.

4.00. PENALITA'.

Oltre alle penalità espresse nel Regolamento Generale 2024. R.G. 1.0. e nel paragrafo 4.00, si hanno una serie di situazioni in cui, se un atleta e/o accompagnatore vi incorressero, sarebbero sottoposti a sanzioni. Qui di seguito le specifiche:

- Gli atleti sono tenuti a presentarsi sul campo gara entro 30 secondi dalla chiamata del presentatore o dell'arbitro. Nel caso in cui un atleta dovesse non rispettare il tempo massimo indicato, perderà la possibilità di effettuare la sfida. Se trattasi di eliminazione diretta perde la possibilità di gareggiare nuovamente.
- Non è permesso all'accompagnatore/allenatore dell'atleta entrare sul campo gara durante l'esecuzione della prova, pena l'annullamento del tentativo di sollevamento.
- Se taluni atleti incorressero in danneggiamenti volontari od accidentali di: attrezzature da gara e non, ambienti gara, pavimentazioni, strutture e servizi della location ospitante, saranno ritenuti responsabili e saranno chiamati a risarcire il danno provocato. Sia esso causato da semplice negligenza o da una sbagliata gestione delle suddette. Tale regolamentazione ha validità anche per l'area riservata al riscaldamento, per l'area degli spogliatoi e per quella di transito pedonale o con mezzi che sia all'interno della recinzione della struttura ospitante.

5.00. REGOLAMENTO PROVE.

5.01. PREMESSA.

Per garantire l'imparziale e sportivo svolgimento di tutti gli eventi, gli atleti sono tenuti a rispettare le seguenti regole, oltre alle norme presenti nel Regolamento Generale 2023. R.G. 1.0.

Tutti gli atleti sono tenuti a svolgere le prove nel rispetto della sportività più assoluta, in modo da non comprometterne le normali e corrette dinamiche sportive.

- Regole generali per gli eventi del campionato Strongman Italia:
 - Una volta iniziata una prova, la gestione degli attrezzi da gara è a completa discrezione dell'atleta, il quale dovrà gestirli e controllarli nei termini specifici di ogni prova. Oppure come indicato dal regolamento della prova in questione.
 - Come specificato nel regolamento generale, sarà obbligatorio indossare calzature e maglia da gara, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova.
 - Non sarà possibile utilizzare collanti o similari su nessuna parte del corpo o della propria attrezzatura durante lo svolgimento degli eventi, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova.
 - Non sarà possibile indossare guanti o fasciature di alcun tipo sulle mani, se non precisato diversamente nei regolamenti specifici di ogni prova. Eccezione fatta per gli atleti i quali presentino ferite alle mani (lacerazioni e/o tagli evidenti).
 - Prima del via dell'arbitro gli atleti potranno essere a contatto con le attrezzature, ma è severamente vietato sollevarle (o spostarle a seconda della tipologia di prova) in alcun modo prima di esso. In caso di infrazione, sarà assegnata falsa partenza.
- Prima dello svolgimento delle prove, è nell'interesse dell'atleta far prendere visione agli arbitri dei seguenti problemi:

- Impossibilità concreta ed oggettiva nel distendere una od ambedue le articolazioni dei gomiti a causa di problemi articolari, in modo da non essere discriminati nel conteggio delle ripetizioni valide, nelle prove di Press.
- Ferite o lacerazioni alle mani causate dalle prove durante la competizione, in modo da potervi applicare sopra fasciature e bendaggi, senza incorrere in penalizzazioni o squalifiche.
- Qualsiasi altra problematica che comprometta il classico e corretto svolgimento delle prove.
- Se per un qualsiasi malfunzionamento delle attrezzature o errore arbitrario, un atleta viene chiamato a ripetere la prova (dagli stessi arbitri di giornata se lo riterranno opportuno e necessario), potrà farlo quando tutti gli atleti della categoria di appartenenza avranno svolto nel regolare ordine di partenza la prova in questione. Se l'atleta in di cui sopra risultasse essere l'ultimo in ordine di partenza, avrà diritto a 3 minuti di pausa.

5.02. PROVE.

Le prove e gli orari di gara delle stesse sono sottoposti a modifiche per motivazioni logistiche a discrezione degli organizzatori, e per motivazioni logistiche non dipendenti da essi, al fine di completare in qualunque caso lo svolgimento della competizione. Le modifiche saranno comunicate nel modo più tempestivo possibile da F.I.S.Man al fine di dare il minimo disagio agli atleti.

Le due prove seguono le seguenti modalità come da campionato F.I.S.Man:

5.02.A. Atlas Stone Over The Bar 1vs1.

L' "Atlas Over the Bar" consiste nel sollevare una pietra di forma sferica sopra ed oltre una barra posizionata orizzontalmente .

Vince colui il quale riesce ad effettuare più sollevamenti rispetto all'avversario, e a non sfiorare mai il tempo limite per sollevamento (35s).

Altezza supporto Atlas 1300mm.

Diametro Atlas 80kg: 40cm.

Diametro Atlas 100kg: 17 Pollici.

Diametro Atlas 115kg: 18 Pollici.

Diametro Atlas 136kg: 19 Pollici.

Diametro Atlas 160 e 180kg: 50cm.

"For Reps 1vs1"

- Al fischio dell'arbitro, l'atleta potrà sollevare la pietra ed iniziare la prova. Prima del fischio le mani dell'atleta dovranno essere appoggiate al supporto orizzontale.
- Per considerare valido il sollevamento, l'atleta dovrà gettare l'Atlas Stone oltre e sopra la barra, il sollevamento sarà conteggiato come valido solo quando la pietra toccherà il suolo.
- Ogni sollevamento dovrà essere effettuato in un tempo limite di 35s.
- La pietra una volta toccata terra sarà a completa gestione dell'atleta opposto a chi ha effettuato l'ultimo sollevamento.
- Vi è la possibilità di eseguire questa prova senza indossare la maglia ufficiale.

-E' permesso indossare o la maglia del circuito "Maxima" o una qualsiasi maglia che però non presenti loghi e/o scritte di alcun genere in cotone; ma devono essere precedentemente concordate con l'organizzazione prima dell'inizio della prova.

-La prova finisce quando l'atleta esaurisce il tempo, oppure se alzando un braccio, dichiara l'intento di fermarsi.

Penalità:

- Non è consentito usare un qualsiasi ripiegamento della cintura esterno ad essa come supporto durante la fase di girata. L'atleta dopo il richiamo dovrà riportare a terra l'attrezzo per poter ripetere il sollevamento e continuare la prova. Al secondo richiamo scatta la squalifica dalla prova.
- L'atleta avversario non può in nessun caso toccare l'Atlas prima che quest'ultima tocchi terra sul proprio lato del campo.
- Il contenitore con la colla deve essere consegnato all'addetto gara prima dell'inizio della stessa, che lo porgerà all'atleta se richiesto. (Ogni atleta con il suo contenitore).
- L'applicazione e la rimozione dei collanti sulle braccia è consentita solo nell'apposita area di riscaldamento, che verrà indicata prima dell'inizio della Prova Atlas Stone.
- L'atleta ha a disposizione 1 falsa partenza, alla seconda sarà squalificato dalla prova.
- Non è consentito l'utilizzo di colle a base oleosa ma solo resinosa. Per evitare problematiche di qualsiasi tipo agli atleti le marche di colla consigliate sono la Spider Tack e la Elite Tacky e similari.

Carichi Gara:

W.U64	W. Open	M.U80	M.R.U90	M.P.U105	M.P.Open
80kg	80kg	100kg*	100kg*	115kg	136kg
100kg*	100kg*	115kg	115kg	136kg	160kg

*Da confermare la presenza di questo carico.