



INDICE

CALENDARIO ATTIVITA' 2010	Pag.	6
TITOLO I NORME GENERALI Classi di età	Pag.	8
Tutela sanitaria	"	8
Atleti di nazionalità straniera	"	9
Organizzazione delle gare	"	9
Obblighi – Divieti – Sanzioni – Reclami	"	10
Rimborsi spese partecipanti Finali Nazionali Iscrizioni alle gare:	"	11
Fasi Regionali/Interregionali e Finali Nazionali	"	11
Svolgimento delle gare e protocollo di cerimonia	"	11
Record	"	12
TITOLO II	TTO	
MANIFESTAZIONI AGONISTICHE FEDERALI CON DIRI ALL'ACQUISIZIONE DI VOTI PLURIMI	_	13
ALL ACQUISIZIONE DI VOTI PLURIIVII	Pag.	13
CAMPIONATI ITALIANI DI PESISTICA	"	13
NORME GENERALI	"	13
Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali Contributi e rimborsi Fasi di qualificazione	"	13
Regionali/Interregionali	"	14
Finali Nazionali	"	14
Operazioni di peso Finali Nazionali	"	14
Classifiche e premiazioni Finali Nazionali	"	14
Contributi e rimborsi Finali Nazionali	"	15
Campionati Italiani Assoluti	"	16
Campionati Italiani Seniores	"	17
Campionati Italiani Juniores	"	17
Campionati Italiani Under 17	"	17
Campionati Italiani Esordienti	"	17
Attrezzatura da utilizzare ai Campionati Italiani Esordienti	"	17
TITOLO III		
MANIFESTAZIONI AGONISTICHE FEDERALI CON DIRI ALL'ACQUISIZIONE DEL VOTO DI BASE	Pag.	18
Campionati Italiani Master di Pesistica	"	18
Orari	"	18
Usan Iscrizioni	"	18
Classifiche e premiazioni	"	19
Contributi e rimborsi	"	20

Criterium Nazionale Universitario di Pesistica Orari Iscrizioni Categorie di peso Classifiche e premiazioni Rimborsi	« « «	20 20 20 21 21 21
Coppa Italia Seniores e Juniores (Classifiche Nazionali d'Ufficio) Coppa Italia Under 17 e Esordienti (Classifiche Nazionali d'Ufficio) Norme generali	"	22 22 22
Criterium Nazionale di Sviluppo Muscolare Iscrizioni Categorie di peso/altezza Classifiche e premiazioni Contributi e rimborsi	 	23 24 24 24 25
Criterium Nazionale di Distensione su Panca e Criterium Nazionale di Biathlon Atletico (Panca e Corsa) Operazioni di peso Classifiche e premiazioni Contributi e rimborsi Norme particolari per il Criterium Nazionale	66 66 66	25 26 26 27
di Distensione su Panca Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali Contributi e rimborsi Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali Finale Nazionale	"	28 28 28 28
Norme particolari per il Criterium Nazionale di Biathlon Atletico (Panca e Corsa) Iscrizioni Convenzione FIPCF/CIP Condizioni speciali Operazioni di peso Regole generali	"	29 29 29 29 29 29
TITOLO IV ATTIVITA' PROMOZIONALE MANIFESTAZIONI FEDERALI SENZA PUNTEGGIO	Pag.	31
Giochi Sportivi Studenteschi Regolamento Finale Nazionale Copertura assicurativa Finale Nazionale Norme tecniche per tutte le Fasi Classifiche e premiazioni Contributi e rimborsi Finale Nazionale	" " " "	31 31 31 31 32 33 33

Criterium Nazionale Giovanissimi di Pesistica	Pag.	33
Norme generali	"	34
Regolamento tecnico	"	34
Attrezzatura da utilizzare	"	34
Categorie di peso	"	34
Sede, orari e programma gara Finale Nazionale	"	34
Classifiche e premiazioni Finale Nazionale	"	34
Rimborsi Finale Nazionale	"	35
TITOLO V		
ATTIVITA' FEDERALE REGIONALE	Pag.	36
Orari, date e sedi di gara	"	36
Contributi per le Società Sportive organizzatrici	"	37
ALLEGATI		
Tabella per le classi d'età	Pag.	38
Tabella Sinclair maschile	"	39
Tabella Sinclair femminile	"	44
Tabella Sinclair Master	"	47
Tabella comparativa della corsa (Biathlon Atletico)	66	48

CALENDARIO ATTIVITA' 2010

	EEDDD 410	
0.4	FEBBRAIO	
21	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	0 " 0 " "
	Interregionali Campionati Italiani Seniores m/f	Sedi Regionali
	MARZO	
13	Campionato Italiano Seniores (maschile)	Sede da definire
14	Campionato Italiano Seniores (femminile)	Sede da definire
21	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	
	Interregionali Criterium Nazionale Giovanissimi	
	e Giochi Sportivi Studenteschi m/f	Sedi Regionali
28	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	
	Interregionali Campionati Italiani Under 17 m/f	Sedi Regionali
	APRILE	
1-30	Campus Regionali "Progetto CE.FAS." m/f	Sedi Regionali
1-12	Campionati Europei Seniores m/f	MINSK (BLR)
11	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	- ()
	Interregionali Campionati Italiani Juniores m/f	Sedi Regionali
17	Campionato Italiano Under 17 (maschile)	Sede da definire
18	Campionato Italiano Under 17 (femminile)	Sede da definire
25	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	
	Interregionali Campionati Italiani Esordienti m/f	Sedi Regionali
	MAGGIO	
8	Campionato Italiano Juniores (maschile)	Sede da definire
9	Campionato Italiano Juniores (femminile)	Sede da definire
16-23	Campionati Europei Under 17 m/f	VALENCIA (ESP)
28	Finale Nazionale Giochi Sportivi Studenteschi m/f	Sede da definire
29	Finale Nazionale Criterium Nazionale Giovanissimi m/f	Sede da definire
29-30	Criterium Nazionale Sviluppo Muscolare m/f	Sede da definire
	GIUGNO	
5	Campionato Italiano Esordienti (maschile)	Sede da definire
6	Campionato Italiano Esordienti (maschile) Campionato Italiano Esordienti (femminile)	Sede da definire
Data da definire	Campionati Mondiali Juniores m/f	PLOVDIV (BUL)
27	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali	LOVDIV (DOL)
<u></u>	Interregionali Criterium Nazionale Distensione	
	su Panca m/f	Sedi Regionali
	ou i unou myi	Coar regionali

	LUGLIO			
1-31	Campus Regionali "Progetto CE.FAS." m/f	Sedi Regionali		
11	Coppa Italia Seniores m/f e Coppa Italia Juniores m/f			
	(Classifiche d'Ufficio separate)	Sedi Regionali		
	AGOSTO			
14-26	Giochi Olimpici Giovanili m/f	SINGAPORE (SIN)		
	SETTEMBRE			
18-30	Campionati Mondiali Seniores m/f (Qualif.Olimpica)	ANTALYA (TUR)		
	OTTOBRE			
2	Finale Nazionale Criterium Distensione su Panca m/f			
	e Criterium Nazionale Biathlon Atletico m/f	Lignano Sabbiadoro (UD)		
9	Campionato Italiano Master m/f e Criterium Nazionale			
	Universitario m/f	Sede da definire		
17-23	Campionati Europei Juniores e Under 23 m/f	CIPRO (CYP)		
	NOVEMBRE			
14	Coppa Italia Esordienti m/f e Coppa Italia Under 17 m/f			
	(Classifiche d'Ufficio separate)	Sedi Regionali		
21	Termine ultimo Fasi di Qualificazione Regionali			
	Interregionali Campionati Italiani Assoluti m/f	Sedi Regionali		
DICEMBRE				
1-31	Campus Regionali "Progetto CE.FAS." m/f	Sedi Regionali		
18	Campionato Italiano Assoluto (maschile)	Sede da definire		
19	Campionato Italiano Assoluto (femminile)	Sede da definire		

TITOLO I

NORME GENERALI

- CLASSI DI ETÀ

1. Gli Atleti sono suddivisi nelle seguenti classi di età (maschili e femminili):

Pre-Agonisti

dal 6° al 13° anno nati/e negli anni dal 1997 al 2004.

Giovanissimi

solo 13° anno nati/e nel 1997.

Agonisti

Esordienti	solo 14° anno nati/e nel 1996;
Under 17	dal 15° al 17° anno nati/e negli anni dal 1993 al 1995;
Juniores	dal 18° al 20° anno nati/e negli anni dal 1990 al 1992;
Seniores	dal 21° al 40° anno nati/e negli anni dal 1970 al 1989;
Master "45"	dal 41° al 45° anno nati/e negli anni dal 1965 al 1969;
Master "55"	dal 46° al 55° anno nati/e negli anni dal 1955 al 1964;
Master "65"	dal 56° al 65° anno nati/e negli anni dal 1945 al 1954;
Master "+65"	oltre il 65° anno nati/e negli anni dal 1944 e precedenti.

Non Agonisti

dal 14° anno nati/e negli anni dal 1996 e precedenti.

Tutti coloro che non intendono o non possono svolgere attività agonistica.

- TUTELA SANITARIA

- 1. Le Associazioni/Società Sportive (di seguito indicate come Società Sportive), sono obbligate a sottoporre i loro tesserati a visita medica annuale al fine di accertare la loro idoneità all'attività sportiva agonistica ai sensi delle vigenti leggi.
- 2. L'accertamento *dell'idoneità generica* è richiesta per gli Atleti/e Pre-Agonisti e Non-Agonisti.
- **3.** Tutti coloro che praticano attività agonistica devono sottoporsi a visita medica affinché sia accertata la loro *idoneità specifica* allo sport che praticano.
- **4.** I certificati medici di *idoneità generica* o *specifica* devono essere rilasciati ai sensi delle vigenti leggi; i certificati devono essere conservati presso la Segreteria della Società Sportiva di appartenenza.
- **5.** Gli Atleti/e delle classi Master devono integrare la normale visita medica di idoneità per l'attività agonistica con l'elettrocardiogramma sotto sforzo massimale effettuato al ciclo-ergometro o al nastro trasportatore.

- ATLETI DI NAZIONALITÀ STRANIERA

E' consentito il tesseramento di cittadini extracomunitari che diano dimostrazione di essere "regolarmente" presenti sul territorio Italiano, e per i quali il Legale Rappresentante della Società/Associazione Sportiva dovrà certificare (sul Modello S2 e/o sul Modello S3 del Tesseramento per il 2010) il sussistere di tale condizione.

ORGANIZZAZIONE DELLE GARE

- 1. Tutte le gare Nazionali ed Internazionali di Pesistica devono essere organizzate, salvo deroghe previste dal presente Regolamento, in conformità con il Regolamento Tecnico Internazionale IWF 2009/2012.
- 2. La Federazione nomina, per ciascuna gara Nazionale, il Direttore di Gara, che avrà il compito di sovraintendere a tutte le operazioni relative all'organizzazione delle gare. Resta di competenza del Segretario di Gara, sovraintendere alle norme tecniche di gara previste nel Regolamento Tecnico Internazionale IWF 2009/2012. Nelle gare Regionali la funzione di Direttore di Gara è svolta dal Presidente del Comitato Regionale nella cui Regione si svolge la manifestazione o da un suo Delegato.
- 3. In particolare gli organizzatori dovranno predisporre:

(sede di gara):

- parterre per una pedana di gara, (o 2 pedane in casi eccezionali e preventivamente accertati) con particolare attenzione al tipo di pavimentazione che deve essere sufficientemente rinforzata per sopportare i carichi di peso;
- area destinata al pubblico;
- area riservata alle autorità;
- servizi igienici per il pubblico;
- servizi igienici divisi per gli Atleti ed Ufficiali di Gara, maschili e femminili;
- spogliatoi divisi per gli Atleti ed Ufficiali di Gara, maschili e femminili;
- sala per il controllo Antidoping completa di doppio servizio igienico (maschile e femminile);
- adeguata sala riscaldamento;
- sala peso divisa per Atleti ed Atlete (in sede di gara);
- ambulanza con paramedici;
- medico di gara;
- sala infermeria;
- sala per la Segreteria di Gara;
- sala riservata per la Federazione.

(logistica):

 alberghi convenzionati per le Società e per gli Ufficiali di Gara (non distanti dalla sede di gara).

(attrezzatura):

- fondale scenico area di gara;
- 1 pedana di gara mt. 4 x 4 (o 2 pedane in casi eccezionali e preventivamente accertati);
- 2 bilance elettroniche per "peso ufficiale" ed 1 bilancia per "peso prova";
- 3 porta magnesio (1 in sala gara, 2 in sala riscaldamento);
- 3 bandierine bianche e 3 bandierine rosse (di riserva);
- 6 tavolini con sedie per Ufficiali di Gara e Segreteria di Gara;
- 6 o 8 pedane da riscaldamento;
- 2 bilancieri omologati IWF da gara (1 maschile, 1 femminile);
- 2 rastrelliere portadischi;
- 6/8 bilancieri completi da riscaldamento;
- 1 set dischi diametro 45 cm 5 kg;
- 1 podio;
- 1 tavolo con sedie per servizio Antidoping;
- fotocopiatrice per Segreteria di Gara.

- OBBLIGHI - DIVIETI - SANZIONI - RECLAMI

- **1.** Durante lo svolgimento delle gare tutti gli Atleti/e **devono indossare esclusivamente la tuta o il costume sociale**.
- **2.** In deroga al Regolamento Tecnico Internazionale, in tutte le gare Regionali e Nazionali si possono effettuare le operazioni di peso indossando un costume.
- **3.** L'Insegnante Tecnico (o un suo Delegato regolarmente tesserato alla FIPCF) è ammesso sul campo di gara per assistere il/la proprio Atleta.
- **4.** In caso di infrazione disciplinare commessa durante la gara da Dirigenti Sociali, Insegnanti Tecnici ed Atleti/e, il Direttore di Gara può prendere i seguenti provvedimenti:
- a) allontanare dal campo di gara il Dirigente Sociale e/o l'Insegnante Tecnico;
- **b)** sospendere l'Atleta e/o la Società Sportiva dalla manifestazione ed allontanarli dal campo di gara. Successivamente insieme agli altri Ufficiali di Gara, il Direttore di Gara deve inviare (tramite la Segreteria Federale) un dettagliato rapporto al Procuratore Federale.
- 5. Le Società Sportive che durante lo svolgimento di una gara ne ravvisino la necessità, possono presentare, al Segretario di Gara, "reclamo" firmato dal Dirigente Sociale accompagnatore, munito di tessera federale, ed inviare, successivamente, alla Segreteria Federale, la ricevuta della prevista tassa di € 25,00 (da versare sul conto corrente n° 65794034, intestato a Federazione Italiana Pesistica e Cultura Fisica –Servizio Tesoreria Viale Tiziano 70 00196 Roma –, causale: tassa reclamo).
- **6.** Il "reclamo" deve essere immediatamente annunciato al Segretario di Gara e presentato entro **15 minuti**. Il reclamo annunciato sospende la gara relativamente alla categoria di peso interessata. In ottemperanza al Regolamento Tecnico Internazionale non sono ammessi reclami di ordine tecnico avverso le decisioni arbitrali.

- RIMBORSI SPESE PARTECIPANTI FINALI NAZIONALI

Nelle manifestazioni per le quali è previsto il rimborso ai partecipanti, potranno essere presenti direttamente in sede di gara, qualora le condizioni organizzative contingenti lo consentano, Funzionari della Segreteria Federale che adempiranno alle procedure di rimborso nelle modalità illustrate in dettaglio per ciascuna gara. Qualora ciò non fosse possibile, la Segreteria Federale provvederà ai rimborsi d'ufficio.

Ai fini delle corrette procedure di rimborso, all'atto delle operazioni di peso, gli accompagnatori degli Atleti (Tecnici, Dirigenti, ecc.), regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, devono sottoscrivere l'apposito modello di "presenza".

Qualora - per qualunque motivo - i Funzionari Federali preposti al rimborso non siano presenti in sede di gara o qualora la Società Sportiva non abbia ritirato l'assegno del rimborso spettante, sarà cura della Segreteria Federale provvedere ai rimborsi d'ufficio: per gli Atleti/e (sulla base dei verbali di gara) e per gli Accompagnatori (solo in presenza dei suddetti moduli di riconoscimento).

Chi prende parte alla gara in qualità di Atleta non può, in alcun modo, percepire il rimborso come accompagnatore.

- ISCRIZIONI ALLE GARE

1. FASI REGIONALI/INTERREGIONALI DI QUALIFICAZIONE

Le Società Sportive devono far pervenire al Comitato Regionale competente le iscrizioni degli Atleti/e nel termine tassativo di **10** *giorni* precedenti la data di svolgimento della gara *a pena l'esclusione* dalla gara stessa.

2. FINALI NAZIONALI

La Segreteria Federale provvederà a pubblicare sul sito federale (dandone contemporaneamente comunicazione alle Società Sportive interessate) l'elenco degli Atleti/e qualificati alle Finali Nazionali con un preavviso di almeno **15** *giorni* sulla data di effettuazione delle stesse.

- SVOLGIMENTO DELLE GARE E PROTOCOLLO DI CERIMONIA

- Le fasi delle operazioni di peso di ciascuna categoria o gruppo di categorie, si svolgono di norma 2 (due) ore prima dell'inizio della competizione di quella categoria o gruppo di categorie ed hanno la durata massima di 1 (una) ora;
- **2.** La presentazione degli Atleti/e e degli Ufficiali di Gara avviene **15 minuti** prima dell'inizio di ogni sessione di gara;
- **3.** La cerimonia di premiazione avviene immediatamente alla fine di ogni sessione di gara.

- RECORD

I record possono essere migliorati solamente di 1 Kg. o suoi multipli, secondo quanto previsto dal Regolamento Tecnico Internazionale di Pesistica. Possono essere omologati solo i record migliorati in occasione dei Campionati Italiani di Pesistica e relative Fasi di qualificazione e nei Campionati Internazionali Ufficiali (Campionati Europei, Campionati Mondiali e Giochi Olimpici Giovanili "Singapore 2010").

TITOLO II

MANIFESTAZIONI AGONISTICHE FEDERALI CON DIRITTO ALL'ACQUISIZIONE DEI VOTI PLURIMI

- CAMPIONATI ITALIANI DI PESISTICA

Le manifestazioni agonistiche federali di Pesistica che danno diritto al punteggio per la classifica annuale e per quella quadriennale ai fini dell'attribuzione dei **voti plurimi**, sono le seguenti:

- a. Campionati Italiani Assoluti di Pesistica;
- b. Campionati Italiani Seniores di Pesistica;
- c. Campionati Italiani Juniores di Pesistica;
- d. Campionati Italiani Under 17 di Pesistica;
- e. Campionati Italiani Esordienti di Pesistica.

NORME GENERALI

Alle Finali Nazionali di tutti i Campionati Italiani di Pesistica, si accede partecipando alle Fasi Regionali/Interregionali di qualificazione secondo le modalità di seguito riportate.

- FASI DI QUALIFICAZIONE REGIONALI/INTERREGIONALI

I Comitati Regionali sono tenuti ad organizzare le Fasi di qualificazione Regionali e le Società Sportive della Regione a partecipare alle Fasi organizzate dai rispettivi Comitati, comunicando l'elenco degli Atleti iscritti agli stessi Comitati nel termine tassativo di 10 giorni precedenti la data di svolgimento della gara. Qualora i Comitati Regionali non possano organizzare le Fasi suddette ne devono dare motivata comunicazione alla Segreteria Federale; in tale circostanza le Società Sportive della Regione hanno facoltà di scegliere la sede ritenuta più idonea, avendo cura di darne comunicazione alla Segreteria Federale ed ai Comitati Regionali interessati, unitamente agli elenchi degli Atleti/e iscritti, nel termine massimo di 10 giorni precedenti la data prevista per lo svolgimento della gara.

I Comitati Regionali organizzatori devono comunicare alla Segreteria Federale, il luogo, il programma, gli orari di gara ed eventuali raggruppamenti con altre Regioni, *nel termine tassativo di 20 giorni precedenti le Fasi di qualificazione Regionali o Interregionali*. Gli orari delle operazioni di peso e gli orari di inizio gara devono essere stabiliti dai Comitati Regionali organizzatori in modo tale da favorire a tutti i partecipanti la possibilità di raggiungere la sede di gara e di fare ritorno alle proprie sedi nella stessa giornata.

Per particolari e comprovate esigenze potrà essere presentata alla Segreteria Federale formale richiesta di deroga per la partecipazione dell'Atleta in una Regione differente da quella dove ha sede la Società Sportiva dello stesso Atleta.

Gli Atleti/e impegnati con le Squadre Nazionali, in deroga alla obbligatorietà di effettuare la Fase di qualificazione nella propria Regione, possono qualificarsi nella

Regione di residenza temporanea.

I verbali di gara devono pervenire alla Segreteria Federale, *entro e non oltre le 24 ore successive*, a mezzo fax o posta elettronica a cura del Presidente o Delegato del Comitato Regionale, il quale provvederà contestualmente a spedire gli originali dei verbali di gara alla Segreteria Federale.

Contributi e Rimborsi Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali

Non sono previsti contributi federali per gli organizzatori delle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali. I Comitati Regionali che partecipano a Fasi organizzate presso altre Regioni possono, previo accordo tra le parti, contribuire agli oneri organizzativi. Inoltre, i Comitati Regionali che abbiano la disponibilità economica possono prevedere rimborsi per le Società Sportive partecipanti sulla base delle tabelle federali vigenti adottate per le Finali Nazionali.

- FINALI NAZIONALI

I primi **8** Atleti di ogni categoria, maschile e femminile, risultanti dalle Classifiche d'Ufficio, hanno diritto di disputare le Finali Nazionali unitamente agli eventuali ex aequo *(pari peso personale e pari kg. sollevati)*. Uno o più Atleti/e ex aequo risultanti dal **1**° al **8**° posto nella classifica della Finale Nazionale prenderanno lo stesso punteggio.

Gli Atleti/e classificati dal **9°** posto in poi nelle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali, prenderanno **1** punto. Agli Atleti/e qualificati, che per qualunque motivo non parteciperanno alla Finale Nazionale o che durante la gara vadano Fuori Gara, sarà comunque assegnato loro **1** punto (saranno considerati come ottavi classificati).

Operazioni di peso Finali Nazionali

Le fasi delle operazioni di peso di ciascuna categoria o gruppo di categorie, si svolgeranno, di norma **2** (*due*) *ore* prima dell'inizio della competizione di quella categoria o gruppo di categorie ed avrà la durata massima di **1** (*una*) *ora*.

Gli Atleti/e per l'accertamento dell'identità, devono esibire agli Ufficiali di Gara addetti alle operazioni di peso, la tessera federale (o, in sua sostituzione, il **Modello S3 -tesseramento Atleti/e Agonisti-** con la ricevuta del conto corrente attestante l'avvenuto pagamento) ed un documento di riconoscimento valido.

Inoltre ai fini delle corrette procedure di rimborso, all'atto delle operazioni di peso, gli accompagnatori degli Atleti (Tecnici, Dirigenti, ecc.), regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, devono sottoscrivere un apposito modello che ne attesti la loro effettiva "presenza" in sede di gara.

Classifiche e premiazioni Finali Nazionali

Le Classifiche per Società Sportive, valide esclusivamente per la *cerimonia di premiazione* delle Finali Nazionali, sia maschili che femminili, sono compilate

assegnando il seguente punteggio per gli Atleti/e utilmente classificati (esclusi i Fuori Gara ed i non presenti alla gara):

```
al 1° classificato
10 punti
 8 punti
            al 2° classificato
 6 punti
            al 3° classificato
 5 punti
           al 4° classificato
 4 punti
           al 5° classificato
 3 punti
           al 6° classificato
            al 7° classificato
 2 punti
 1 punto
            all'8° classificato
```

In caso di parità tra due o più Società Sportive devono essere tenuti presenti i seguenti criteri di spareggio:

- a. migliori piazzamenti;
- b. minor numero di Atleti/e;
- c. migliore totale Sinclair;
- d. sorteggio.

Per ciascuna categoria di peso, sia maschile che femminile, nel totale, nello strappo e nello slancio, vengono assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore e diploma;
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro tricolore;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro tricolore.

Alle Società Sportive 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sono assegnate le coppe obbligatoriamente messe in palio dalla Società/Comitato Regionale Organizzatore. <u>Ulteriori premiazioni</u> (medaglie, coppe, trofei e targhe messe in palio dagli organizzatori), <u>devono essere preventivamente concordate con il Direttore di Gara</u>. Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate immediatamente al termine di ciascuna categoria, o gruppi di categorie, dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Contributi e Rimborsi Finali Nazionali

Ad ogni Società Sportiva organizzatrice, o Comitato Regionale organizzatore, la Federazione assegna un contributo di €2.000,00.

Per tutti gli/le Atleti/e partecipanti viene corrisposto alle Società Sportive un rimborso - in base alle tabelle federali vigenti - dalla provincia dove ha sede la Società Sportiva alla provincia dove ha sede la gara, e viceversa; nel caso in cui la distanza tra la sede di provenienza e la sede di gara sia inferiore ai 100 km e, nel caso in cui la provincia di provenienza sia la stessa della sede di gara, si applica comunque un rimborso forfettario di €15,00 per ogni avente diritto.

Per gli accompagnatori (Tecnico, Dirigente, ecc.), purché regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, è previsto lo stesso tipo di rimborso degli Atleti/e secondo le seguenti modalità:

- -da 1 a 3 Atleti/e della stessa Società Sportiva, un rimborso per un accompagnatore, *purché effettivamente presente in gara* e regolarmente tesserato per la Società Sportiva.
- -da 4 Atleti/e in poi della stessa Società Sportiva, un rimborso per due accompagnatori, *purché entrambi effettivamente presenti in gara* e regolarmente tesserati per la Società Sportiva.

Gli accompagnatori che svolgono la stessa funzione nelle due giornate di gare - sia per quella maschile che per quella femminile - percepiscono un solo rimborso.

Chi prende parte alla gara in qualità di Atleta non può percepire anche il rimborso come accompagnatore.

a. CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI

Ai Campionati Italiani Assoluti di Pesistica possono partecipare gli Atleti/e appartenenti alle classi: Esordienti, Under 17, Juniores e Seniores.

Alla Finale Nazionale accedono i primi **8** Atleti di ogni categoria, maschile e femminile, risultanti dalla Classifica Generale d'Ufficio predisposta dalla Segreteria Federale sulla base dei risultati conseguiti nelle seguenti manifestazioni:

- Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali (Seniores, Juniores, Under 17, Esordienti);
- Campionati Italiani di Classe (Seniores, Juniores, Under 17, Esordienti);
- Campionati Europei e Campionati Mondiali (Seniores, Juniores, Under 23 e Under 17);
- Giochi Olimpici Giovanili "Singapore 2010".

Ai fini della compilazione della Classifica Generale d'Ufficio, verrà preso in considerazione il risultato migliore ottenuto nelle suddette gare. Nel caso gli Atleti/e acquisiscano la qualificazione in categorie differenti, le Società Sportive di appartenenza devono scegliere la categoria di partecipazione alla Finale Nazionale, dandone comunicazione scritta alla Segreteria Federale, entro e non oltre la data che sarà comunicata dalla Segreteria Federale.

Nel caso non pervenga comunicazione scritta, ai fini dell'eventuale partecipazione alla Finale Nazionale, sarà presa in considerazione d'ufficio la categoria in cui si è preso parte nell'ultima gara valida ai fini della qualificazione.

Agli Atleti/e non presenti alla Finale Nazionale, che abbiano però partecipato alle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali agli "Assoluti", sarà comunque assegnato 1 punto valido ai fini della compilazione della Classifica Nazionale annuale delle Società Sportive.

Per ciascuna categoria di peso, sia maschile che femminile, nel totale, nello strappo e nello slancio, vengono assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore:
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro tricolore;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro tricolore.

Inoltre, agli Atleti/e *primi classificati nel totale*, per ciascuna categoria di peso, sia maschile che femminile, viene assegnato il diploma di *Campione Italiano Assoluto*, ed un premio di € 500,00. Un premio di € 250,00 viene assegnato al Tecnico Sociale dello stesso Atleta. Il premio per i Tecnici Sociali degli Atleti/e Campioni Italiani Assoluti, aggregati nei Corpi Sportivi Militari, viene ripartito, solo per il primo anno di tesseramento, al 50% tra il Tecnico Sociale della Società Sportiva di provenienza e quello della Società Sportiva Militare di ultimo tesseramento.

Alla Società Sportiva o al Comitato Regionale organizzatore, viene corrisposto un contributo di €2.500,00.

- b. CAMPIONATI ITALIANI SENIORES DI PESISTICA Riservati esclusivamente agli Atleti/e nati/e dal 1970 al 1989.
- c. CAMPIONATI ITALIANI JUNIORES DI PESISTICA Riservati esclusivamente agli Atleti/e nati/e dal 1990 al 1992.
- d. CAMPIONATI ITALIANI UNDER 17 DI PESISTICA Riservati esclusivamente agli Atleti/ e nati/e dal 1993 al 1995.
- e. CAMPIONATI ITALIANI ESORDIENTI DI PESISTICA Riservati esclusivamente agli Atleti/e nati/e nel 1996.

Ai Campionati Italiani Esordienti, il peso da sollevare prevede un minimo di partenza di kg. 15 per i maschi ed un minimo di partenza di kg. 10 per le femmine.

Attrezzatura da utilizzare ai Campionati Italiani Esordienti:

- -minibilanciere per carichi da 10 a 21 kg;
- -bilanciere olimpico femminile per carichi superiori a 22 kg;
- -dischi da 5 kg di diametro cm 45.

TITOLO III

MANIFESTAZIONI AGONISTICHE FEDERALI CON DIRITTO ALL'ACQUISIZIONE DEL VOTO DI BASE

Le manifestazioni agonistiche federali che danno diritto <u>esclusivamente</u> all'attribuzione del <u>voto di base</u> (vedi Statuto Federale) sono le seguenti:

- a. Campionati Italiani Master di Pesistica;
- b. Criterium Nazionale Universitario di Pesistica;
- c. Coppa Italia Seniores Juniores Under 17 Esordienti di Pesistica;

(Classifiche Nazionali d'Ufficio);

- d. Criterium Nazionale di Sviluppo Muscolare;
- e. Criterium Nazionale di Biathlon Atletico (Panca e Corsa);
- f. Finale Nazionale Criterium di Distensione su Panca.

Le Società Sportive acquisiscono solo *un voto di base* anche se, nell'arco dell'anno, partecipano a più manifestazioni agonistiche.

a. CAMPIONATI ITALIANI MASTER DI PESISTICA

Ai Campionati Italiani Master di Pesistica possono partecipare esclusivamente gli Atleti/e nati/e dal 1969 e precedenti e precisamente:

Master "45": dal 41° al 45° anno (nati/e negli anni dal 1965 al 1969);

Master "55": dal 46° al 55° anno (nati/e negli anni dal 1955 al 1964);

Master "65": dal 56° al 65° anno (nati/e negli anni dal 1945 al 1954);

Master "+65": dal 66° anno in poi (nati/e negli anni dal 1944 e precedenti).

Gli Atleti/e delle classi MASTER devono integrare la normale visita medica di idoneità per l'attività agonistica con l'elettrocardiogramma sotto sforzo massimale effettuato al ciclo-ergometro o al nastro trasportatore.

<u>Orari</u>

Peso: Sabato: dalle ore 07.00 alle ore 09.00 per tutte le classi di peso maschili e femminili.

Gara: Sabato, con inizio dalle ore 10.00.

Per gravi e comprovati motivi il Direttore di Gara, sentito il parere del Presidente Federale o del Consigliere delegato, può autorizzare deroghe all'orario del peso, con partecipazione sub-judice alla gara; l'omologazione del risultato finale è subordinata alla ratifica da parte del Consiglio Federale.

Iscrizioni

Le Società Sportive devono far pervenire alla Segreteria Federale le iscrizioni degli/delle Atleti/e nel termine tassativo di **10 giorni** precedenti la data di svolgimento della gara, **pena l'esclusione dalla gara stessa.** Le iscrizioni devono essere compilate su apposito modello e firmate dal Presidente Sociale o da chi ne fa le veci. La Segreteria Federale provvederà a trasmettere al Comitato

organizzatore l'elenco degli aventi diritto a partecipare alla gara. Le iscrizioni sono gratuite.

Classifiche e premiazioni

Per ciascuna classe (Master "45", "55", "65" e "+65"), la classifica maschile e femminile, è stilata utilizzando la tabella comparativa Sinclair; il punteggio Sinclair ottenuto viene moltiplicato per un ulteriore coefficiente, assegnato a ciascuna specifica classe d'età, come riportato nella tabella a pag. 47.

Il punteggio assegnato in ciascuna classe, esclusivamente ai fini della classifica finale di gara, è il seguente:

```
10 punti al 1° classificato
8 punti al 2° classificato
6 punti al 3° classificato
5 punti al 4° classificato
4 punti al 5° classificato
3 punti al 6° classificato
2 punti al 7° classificato
```

1 punto dall'8° classificato in poi

In caso di parità tra due o più Società Sportive devono essere tenuti presenti i seguenti criteri di spareggio:

- a. migliori piazzamenti;
- b. minor numero di Atleti/e;
- c. migliore totale Sinclair;
- d. sorteggio.

Per ciascuna classe (Master "45", "55", "65" e "+65"), sia maschile che femminile, vengono assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore e diploma;
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro tricolore;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro tricolore.

Alle Società Sportive 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sono assegnate le coppe o le targhe messe in palio dalla Società Organizzatrice.

Ulteriori premiazioni (medaglie, coppe, trofei e targhe masse in palio dagli organizzatori), devono necessariamente essere concordate con il Direttore di Gara. Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Contributi e rimborsi

I Campionati Italiani Master m/f ed il Criterium Nazionale Universitario m/f, vengono organizzati contestualmente; agli organizzatori la Federazione assegna un contributo di €2.000,00.

-Per tutti gli Atleti/e partecipanti viene corrisposto alle Società Sportive un rimborso, in base alle tabelle federali vigenti, dalla provincia dove ha sede la Società Sportiva, alla provincia dove ha sede la gara e viceversa; nel caso in cui la distanza tra la sede di provenienza e la sede di gara sia inferiore ai 100 km e, nel caso in cui la Provincia di provenienza sia la stessa della sede di gara, si applica comunque un rimborso forfettario di € 15,00 per ogni avente diritto. Per gli accompagnatori (Tecnico, Dirigente, ecc.), purché regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, è previsto lo stesso tipo di rimborso degli Atleti/e secondo le seguenti modalità:

- -da 1 a 3 Atleti/e della stessa Società Sportiva, un rimborso per un accompagnatore, *purché effettivamente presente in gara* e regolarmente tesserato per la Società Sportiva.
- -da **4** Atleti/e in poi della stessa Società Sportiva, un rimborso per due accompagnatori, *purché entrambi effettivamente presenti in gara* e regolarmente tesserati per la Società Sportiva.

In caso di partecipazione a gare diverse svolte nella stessa giornata e nella stessa sede, verrà corrisposto un unico rimborso a chi ne abbia diritto.

b. CRITERIUM NAZIONALE UNIVERSITARIO DI PESISTICA

La gara è riservata ai tesserati FIPCF delle classi Juniores e Seniores regolarmente iscritti ad una Facoltà Universitaria.

<u>Orari</u>

Peso: Sabato: dalle ore 07.00 alle ore 09.00 per tutte le categorie di peso maschili e femminili.

Gara: Sabato, inizio ore 10.00.

Per gravi e comprovati motivi il Direttore di Gara, sentito il parere del Presidente Federale o del Consigliere delegato, può autorizzare deroghe all'orario del peso, con partecipazione sub-judice alla gara; l'omologazione del risultato finale è subordinata alla ratifica da parte del Consiglio Federale.

<u>Iscrizioni</u>

Le Società Sportive devono far pervenire alla Segreteria Federale le iscrizioni degli Atleti/e nel termine tassativo di **10 giorni** precedenti la data di svolgimento della gara, **pena l'esclusione dalla gara stessa.** Le iscrizioni devono essere compilate su apposito modello e firmate dal Presidente Sociale o da chi ne fa le veci. La Segreteria Federale provvederà a trasmettere al Comitato organizzatore l'elenco degli aventi diritto a partecipare alla gara. Le iscrizioni sono gratuite.

La Segreteria Federale provvederà a trasmettere al Comitato organizzatore l'elenco degli aventi diritto a partecipare alla gara. Le iscrizioni sono gratuite. Tutti

coloro che partecipano alla gara devono essere muniti della tessera federale dell'anno in corso, dell'originale del certificato d'iscrizione all'anno accademico 2009/2010 (oppure devono essere in possesso della ricevuta in originale delle tasse pagate) e di un documento di identificazione in corso di validità.

Categorie di peso

La gara si svolge con le categorie di peso della classe Seniores senza minimi di gara.

Classifiche e premiazioni

Il punteggio assegnato esclusivamente ai fini della compilazione della classifica finale per Società, sia maschile che femminile, è il seguente:

10 punti al 1° classificato
8 punti al 2° classificato
6 punti al 3° classificato
5 punti al 4° classificato
4 punti al 5° classificato
3 punti al 6° classificato
2 punti al 7° classificato
1 punto dall'8° classificato in poi

In caso di parità tra due o più Società devono essere tenuti presenti i seguenti criteri di spareggio:

- a. migliori piazzamenti;
- b. minor numero di Atleti/e;
- c. migliore totale Sinclair;
- d. sorteggio.

Per ciascuna categoria di peso, sia maschile che femminile, verranno assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore e diploma;
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro azzurro;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro azzurro.

Alle Società 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sono assegnate le coppe o le targhe messe in palio dalla Società Organizzatrice.

Ulteriori premiazioni (medaglie, coppe, trofei e targhe masse in palio dagli organizzatori), devono necessariamente essere concordate con il Direttore di Gara. Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Rimborsi

Per tutti gli Atleti/e partecipanti viene corrisposto alle Società Sportive un rimborso - in base alle tabelle federali vigenti - dalla provincia dove ha sede la Società Sportiva, alla provincia dove ha sede la gara e viceversa; nel caso in cui la distanza tra la sede di provenienza e la sede di gara sia inferiore ai 100 km e, nel caso in cui la Provincia di provenienza sia la stessa della sede di gara, si applica comunque un rimborso forfettario di € 15,00 per ogni avente diritto. Per gli accompagnatori (Tecnico, Dirigente, ecc.), purché regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, è previsto lo stesso tipo di rimborso degli Atleti/e secondo le seguenti modalità:

- -da 1 a 3 Atleti/e della stessa Società Sportiva, un rimborso per un accompagnatore, *purché effettivamente presente in gara* e regolarmente tesserato per la Società Sportiva.
- -da **4** Atleti/e in poi della stessa Società Sportiva, un rimborso per due accompagnatori, **purché entrambi effettivamente presenti in gara** e regolarmente tesserati per la Società Sportiva.

In caso di partecipazione a gare diverse svolte nella stessa giornata e nella stessa sede, verrà corrisposto un unico rimborso a chi ne abbia diritto.

c. COPPA ITALIA SENIORES – JUNIORES – UNDER 17 – ESORDIENTI (Classifiche Nazionali d'Ufficio separate per classi di età)

- 1. La Coppa Italia Seniores, maschile e femminile, (riservata esclusivamente agli Atleti/e nati/e dal 1970 al 1989) si svolge con Fasi Regionali/ Interregionali e Classifica Nazionale d'Ufficio e con le categorie della classe Seniores, senza minimi di gara.
- 2. La Coppa Italia Juniores, maschile e femminile, (riservata esclusivamente agli Atleti/e nati/e dal 1990 al 1992) si svolge con Fasi Regionali/ Interregionali e Classifica Nazionale d'Ufficio e con le categorie della classe Juniores, senza minimi di gara.
- 3. La Coppa Italia Under 17, maschile e femminile, (riservata esclusivamente agli Atleti/e nati/e dal 1993 al 1995) si svolge con Fasi Regionali/ Interregionali e Classifica Nazionale d'Ufficio e con le categorie della classe Under 17, senza minimi di gara.
- 4. La Coppa Italia Esordienti, maschile e femminile, (riservata esclusivamente agli Atleti/e nati/e nell'anno 1996) si svolge con Fasi Regionali/ Interregionali e Classifica Nazionale d'Ufficio e con <u>le</u> categorie della classe Esordienti, senza minimi di gara.

NORME GENERALI

I Comitati Regionali sono tenuti ad organizzare le gare regionali di Coppa Italia e le Società Sportive della Regione a partecipare alle fasi organizzate dai rispettivi Comitati, comunicando l'elenco degli Atleti iscritti agli stessi Comitati nel termine tassativo di **10 giorni** precedenti la data di svolgimento della gara. Qualora i

Comitati Regionali non possano organizzare le Fasi suddette ne devono dare motivata comunicazione alla Segreteria Federale; in tale circostanza le Società Sportive della Regione hanno facoltà di scegliere la sede ritenuta più idonea, avendo cura di darne comunicazione ai Comitati Regionali interessati, unitamente agli elenchi degli iscritti, nel termine massimo dei 10 giorni precedenti la data prevista per lo svolgimento della gara.

I Comitati Regionali organizzatori devono comunicare alla Segreteria Federale, il luogo, il programma, gli orari di gara ed eventuali raggruppamenti con altre Regioni, *nel termine tassativo di 20 giorni precedenti le Fasi di qualificazione Regionali o Interregionali*. Gli orari delle operazioni di peso e gli orari di inizio gara devono essere stabiliti dai Comitati Regionali organizzatori in modo tale da favorire a tutti i partecipanti la possibilità di raggiungere la sede di gara e di fare ritorno alle proprie sedi nella stessa giornata.

Per particolari e comprovate esigenze potrà essere presentata alla Segreteria Federale formale richiesta di deroga per la partecipazione dell'Atleta in una Regione differente da quella dove ha sede la Società Sportiva dello stesso Atleta.

Gli Atleti/e impegnati con le Squadre Nazionali, in deroga alla obbligatorietà di effettuare la Fase di qualificazione nella propria Regione, possono qualificarsi nella Regione di residenza temporanea.

I risultati delle manifestazioni di Coppa Italia di classi di età differenti programmate, come da Calendario dell'Attività 2010, nella stessa giornata, devono essere elaborate con classifiche di gara separate (sia per le classifiche individuali che per quelle delle Società).

I verbali di gara delle stesse Fasi, devono pervenire alla Segreteria FIPCF, *entro e non oltre le 24 ore successive*, a mezzo di fax o posta elettronica a cura del Presidente o del Delegato del Comitato Regionale, il quale provvederà contestualmente a spedire gli originali alla Segreteria Federale per consentire l'elaborazione e la pubblicazione della Classifica Nazionale d'Ufficio.

Le medaglie spettanti agli Atleti/e vincitori delle Coppe Italia, saranno inviate ai competenti Comitati Regionali da parte della Segreteria Federale.

Non sono previsti contributi federali per gli organizzatori delle gare di Coppa Italia. I Comitati Regionali che partecipano a Fasi organizzate presso altre Regioni possono, previo accordo tra le parti, contribuire agli oneri organizzativi. Inoltre I Comitati Regionali che abbiano la disponibilità economica possono prevedere rimborsi per le Società Sportive partecipanti sulla base delle tabelle federali vigenti adottate per le Finali Nazionali.

d. CRITERIUM NAZIONALE DI SVILUPPO MUSCOLARE

Al Criterium Nazionale di Sviluppo Muscolare, possono partecipare gli Atleti/e delle classi Under 17, Juniores, Seniores e Master.

Gli Atleti/e delle classi MASTER devono integrare la normale visita medica di idoneità per l'attività agonistica con l'elettrocardiogramma sotto sforzo massimale effettuato al ciclo-ergometro o al nastro trasportatore.

Iscrizioni

Le Società Sportive devono far pervenire alla Segreteria Federale le iscrizioni degli Atleti/e nel termine tassativo di **10 giorni** precedenti la data di svolgimento della gara, **pena l'esclusione dalla gara stessa.** Le iscrizioni devono essere compilate su apposito modello e firmate dal Presidente Sociale o da chi ne fa le veci. La Segreteria Federale provvederà a trasmettere al Comitato organizzatore l'elenco degli aventi diritto a partecipare alla gara. Le iscrizioni sono gratuite.

Gli Atleti/e per l'accertamento dell'identità, devono esibire agli Ufficiali di Gara addetti alle operazioni di peso, oltre alla tessera federale un documento di riconoscimento valido.

Categorie di peso/altezza

La gara si svolge con le categorie di peso/altezza previste nel Regolamento Tecnico di Sviluppo Muscolare della FIPCF (pubblicato sul sito federale www.fipcf.it).

Classifiche e premiazioni

Le classifiche per Società Sportive, valide esclusivamente per la **cerimonia di premiazione**, sia maschili che femminili, sono compilate assegnando il seguente punteggio:

al 1° classificato 10 punti al 2° classificato 8 punti 6 punti al 3° classificato 5 punti al 4° classificato 4 punti al 5° classificato 3 punti al 6° classificato al 7° classificato 2 punti 1 punto dall'8° classificato in poi

In caso di parità tra due o più Società Sportive devono essere tenuti presenti i seguenti criteri di spareggio:

- a. migliori piazzamenti;
- b. minor numero di Atleti/e;
- c. sorteggio.

Per ciascuna classifica, sia maschile che femminile, vengono assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore e diploma;
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro tricolore;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro tricolore.

Alle Società Sportive 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sono assegnate le coppe o le targhe messe in palio dalla Società Organizzatrice.

Ulteriori premiazioni (medaglie, coppe, trofei e targhe masse in palio dagli organizzatori), devono necessariamente essere concordate con il Direttore di Gara. Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Contributi e rimborsi

Alla Società organizzatrice o Comitato Regionale Organizzatore viene corrisposto un contributo di €2.000,00.

Non sono previsti rimborsi federali per gli Atleti/e e le Società partecipanti.

e. CRITERIUM NAZIONALE DI DISTENSIONE SU PANCA E CRITERIUM NAZIONALE DI BIATHLON ATLETICO (Panca e Corsa)

Al Criterium Nazionale di Distensione su Panca ed al Criterium Nazionale di Biathlon Atletico possono partecipare gli Atleti/e delle classi Under 17, Juniores. Seniores e Master.

Gli Atleti/e delle classi MASTER devono integrare la normale visita medica di idoneità per l'attività agonistica con l'elettrocardiogramma sotto sforzo massimale effettuato al ciclo-ergometro o al nastro trasportatore.

Le due gare si svolgono contestualmente nella stessa sede di gara.

Al Criterium Nazionale di Biathlon Atletico possono partecipare tutti gli Atleti/e delle classi sopraindicate, previa iscrizione da inviare agli organizzatori ed alla Segreteria Federale.

Alla Finale Nazionale del Criterium di Distensione su Panca possono partecipare solo gli Atleti qualificatisi alle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali della Distensione su Panca; i qualificati per la Finale Nazionale possono prendere parte anche al Criterium Nazionale di Biathlon Atletico; in questo caso sarà considerato utile, ai fini della Classifica generale della gara di Biathlon Atletico, il risultato già conseguito nella Finale Nazionale del Criterium di Distensione su Panca.

Entrambe le gare si svolgono, ai sensi dei Regolamenti Tecnici della FIPCF di Distensione su Panca e di Biathlon Atletico (*Panca e Corsa*) (pubblicati sul sito federale <u>www.fipcf.it</u>).

Sono raggruppati in un'unica categoria tutti gli Atleti/e della stessa classe d'età; gli Atleti/e della classe "Seniores", invece, vengono suddivisi nelle seguenti categorie di peso:

CATEGORIE SENIORES maschili					
CAT	PESO				
69	fino a kg 69.00				
85	da kg 69.01 a kg 85.00				
+85	da kg 85.01 in poi				

CATEGORIE SENIORES femminili					
CAT	PESO				
58	fino a kg 58.00				
69	da kg 58.01 a kg 69.00				
+69	da kg 69.01 in poi				

Operazioni di peso

Le fasi delle operazioni di peso si svolgeranno, di norma, in due distinte sessioni: dalle 19.00 alle 21.00 della sera antecedente la gara e dalle 8.00 alle 9.00 del giorno della gara.

Gli Atleti/e per l'accertamento dell'identità, devono esibire agli Ufficiali di Gara addetti alle operazioni di peso, la tessera federale (o, in sua sostituzione, il **Modello S3 -tesseramento Atleti/e Agonisti-** con la ricevuta del conto corrente attestante l'avvenuto pagamento) ed un documento di riconoscimento valido.

Inoltre ai fini delle corrette procedure di rimborso, all'atto delle operazioni di peso, gli accompagnatori degli Atleti (Tecnici, Dirigenti, ecc.), regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, devono sottoscrivere l'apposito modello di "presenza".

Classifiche e premiazioni

Le classifiche individuali e per Società Sportive, vengono stilate separatamente per ciascun Criterium Nazionale.

Le classifiche individuali m/f sono stilate utilizzando la tabella Sinclair (vedi Tabelle da pag.39) per la gara di panca e la tabella comparativa per la gara di corsa (vedi Tabella pag.48). Per gli Atleti/e delle classi "Master" (esclusivamente ai fini della compilazione delle classifiche all'interno delle rispettive classi "Master" del solo esercizio di Distensione su Panca), il punteggio Sinclair ottenuto, viene moltiplicato per un ulteriore coefficiente, assegnato a ciascuna specifica classe d'età, come riportato nella tabella a pag. 47. Nel Criterium Nazionale di Biathlon Atletico, ai fini della compilazione della classifica per Società Sportive, sono considerati utili i risultati degli Atleti/e che hanno portato a termine almeno uno dei due esercizi.

Le classifiche per Società Sportive, valide esclusivamente per la **cerimonia di premiazione**, sia maschili che femminili, di entrambi i Criterium Nazionali, sono compilate assegnando il sequente punteggio:

10 punti al 1° classificato 8 punti al 2° classificato 6 punti al 3° classificato 5 punti al 4° classificato al 5° classificato 4 punti 3 punti al 6° classificato 2 punti al 7° classificato 1 punto dall'8° classificato in poi

In caso di parità tra due o più Società Sportive devono essere tenuti presenti i seguenti criteri di spareggio:

- a. migliori piazzamenti;
- b. minor numero di Atleti/e;
- c. migliore punteggio Totale di tutti gli Atleti/e;

d. sorteggio.

Per ciascuna classifica delle varie classi d'età (comprese le tre categorie "Seniores"), sia maschile che femminile, vengono assegnati i seguenti premi federali:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro tricolore e diploma;
- 2° classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro tricolore;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro tricolore.

Alle Società Sportive 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sono assegnate le coppe messe in palio dalla Società Organizzatrice.

Ulteriori premiazioni (medaglie, coppe, trofei e targhe masse in palio dagli organizzatori), devono necessariamente essere concordate con il Direttore di Gara. Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Contributi e rimborsi

Alla Società Organizzatrice viene corrisposto un contributo federale di €2.000,00. Per i primi 3 Atleti/e classificati di ogni classe e categoria, sia maschile che femminile, per entrambi i Criterium viene corrisposto alle Società Sportive un rimborso, in base alle tabelle federali vigenti, dalla provincia dove ha sede la Società Sportiva, alla provincia dove ha sede la gara e viceversa; nel caso in cui la distanza tra la sede di provenienza e la sede di gara sia inferiore ai 100 km e, nel caso in cui la Provincia di provenienza sia la stessa della sede di gara, si applica comunque un rimborso forfettario di € 15,00 per ogni avente diritto. Per gli accompagnatori (Tecnico, Dirigente, ecc.), purché regolarmente tesserati per la Società Sportiva interessata, è previsto lo stesso tipo di rimborso degli Atleti/e secondo le seguenti modalità:

- -da 1 a 3 Atleti/e della stessa Società Sportiva, un rimborso per un accompagnatore, *purché effettivamente presente in gara* e regolarmente tesserato per la Società Sportiva.
- -da **4** Atleti/e in poi della stessa Società Sportiva, un rimborso per due accompagnatori, **purché entrambi effettivamente presenti in gara** e regolarmente tesserati per la Società Sportiva.

Chi prende parte alla gara in qualità di Atleta non può percepire il rimborso come accompagnatore.

Chi prende parte ad entrambi i Criterium Nazionali, può percepire un solo rimborso.

Norme particolari per il Criterium Nazionale di Distensione su Panca

Alla Finale Nazionale del Criterium Nazionale di Distensione su Panca, si accede partecipando alle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali secondo le modalità di seguito riportate.

1- Fasi di Qualificazione Regionali/Interregionali

I Comitati Regionali sono tenuti ad organizzare le Fasi regionali di qualificazione e le Società Sportive della Regione a partecipare alle fasi organizzate dai rispettivi Comitati, comunicando l'elenco degli Atleti iscritti agli stessi Comitati nel termine tassativo di 10 giorni precedenti la data di svolgimento della gara. Qualora i Comitati Regionali non possano organizzare le Fasi suddette ne devono dare motivata comunicazione alla Segreteria Federale; in tale circostanza le Società Sportive della Regione hanno facoltà di scegliere la sede ritenuta più idonea, avendo cura di darne comunicazione alla Segreteria Federale ed ai Comitati Regionali interessati, unitamente agli elenchi degli iscritti, nel termine massimo dei 10 giorni precedenti la data prevista per lo svolgimento della gara.

I Comitati Regionali organizzatori devono comunicare alla Segreteria Federale, il luogo, il programma, gli orari di gara ed eventuali raggruppamenti con altre Regioni, *nel termine tassativo di 20 giorni precedenti le Fasi di qualificazione Regionali o Interregionali*. Gli orari delle operazioni di peso e gli orari di inizio gara devono essere stabiliti dai Comitati Regionali organizzatori in modo tale da favorire a tutti i partecipanti la possibilità di raggiungere la sede di gara e di fare ritorno alle proprie sedi nella stessa giornata.

Per particolari e comprovate esigenze potrà essere presentata alla Segreteria Federale formale richiesta di deroga per la partecipazione dell'Atleta in una Regione differente da quella dove ha sede la Società Sportiva dello stesso Atleta.

I verbali di gara devono pervenire alla Segreteria Federale, **entro e non oltre le 24 ore successive**, a mezzo fax o posta elettronica a cura del Presidente o Delegato del Comitato Regionale, il quale provvederà contestualmente a spedire gli originali dei verbali di gara alla Segreteria Federale.

Contributi e Rimborsi Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali

Non sono previsti contributi federali per gli organizzatori delle Fasi di qualificazione Regionali/Interregionali. I Comitati Regionali che partecipano a Fasi organizzate presso altre Regioni possono, previo accordo tra la parti, contribuire agli oneri organizzativi. Inoltre, i Comitati Regionali che abbiano la disponibilità economica, possono prevedere rimborsi per le Società Sportive partecipanti sulla base delle tabelle federali vigenti adottate per le Finali Nazionali.

2- Finale Nazionale

I primi **10** Atleti di ogni categoria, maschile e femminile, risultanti dalle Classifiche d'Ufficio, hanno diritto di disputare la Finale Nazionale.

Norme particolari per il Criterium Nazionale di Biathlon Atletico (Panca e Corsa)

Iscrizioni

Le Società Sportive devono far pervenire alla Segreteria Federale le iscrizioni degli Atleti/e nel termine tassativo di **10 giorni** precedenti la data di svolgimento della gara, **pena l'esclusione dalla gara stessa.** Le iscrizioni devono essere compilate su apposito modello e firmate dal Presidente Sociale o da chi ne fa le veci. La Segreteria Federale provvederà a trasmettere al Comitato organizzatore l'elenco degli aventi diritto a partecipare alla gara. Le iscrizioni sono gratuite.

Gli Atleti/e per l'accertamento dell'identità, devono esibire agli Ufficiali di Gara addetti alle operazioni di peso, oltre alla tessera federale un documento di riconoscimento valido.

Gli Atleti/e qualificatisi per la Finale Nazionale del Criterium di Distensione su Panca, possono partecipare anche al Criterium Nazionale di Biathlon Atletico, secondo le norme pubblicate a pag. 25.

- CONVENZIONE FIPCF/CIP

In occasione della Finale Nazionale del Criterium di Distensione su Panca, può essere contestualmente organizzato il Criterium Nazionale di Distensione su Panca per Atleti/e disabili.

Anche in occasione dei Criterium Regionali validi ai fini della qualificazione alla Finale Nazionale possono prendere parte Atleti disabili con classifica separata.

La partecipazione alla Finale Nazionale degli Atleti disabili è comunque svincolata dalla eventuale partecipazione alle Fasi di qualificazione Regionali.

Tutte le Società Sportive e gli Atleti/e diversamente abili che intendono parteciparvi devono obbligatoriamente essere affiliati e tesserati anche con il C.I.P.

Sono ammessi alla competizione:

- gli Amputati dalla Classe A1 alla Classe A4;
- le altre Classi con Handicap minimo;
- gli appartenenti alla Classe Paralisi Cerebrale;
- gli appartenenti alla Classe Lesione al Midollo Spinale.

Condizioni speciali

I partecipanti devono essere in grado di estendere completamente le braccia senza piegare più di 20 gradi rispetto all'estensione massima ambedue i gomiti, per effettuare una prova valida secondo le regole.

Operazioni di peso

(Gli organizzatori devono dotarsi di opportuni macchinari per consentire le operazioni di peso per gli Atleti/e disabili).

Gli aumenti del peso corporeo per gli amputati sono calcolati come segue: per ogni amputazione fino alla caviglia:

• ½ kg, fino a 67.50 kg; 1 kg, da 67.50 fino a 100 kg per ogni amputazione sotto il ginocchio:

- 1 kg, fino a 67.50 kg; 1 ½ kg, da 67.50 kg fino a 100 kg per ogni amputazione sopra il ginocchio:
- 1 $\frac{1}{2}$ kg, fino a 67.50 kg; 2 kg, da 67.50 kg fino a 100 kg per ogni disarticolazione dell'anca:
 - 2 ½ kg, da 67.50 kg; 3 kg, da 67.50 kg fino a 100 kg

Regole generali

Lesioni al midollo spinale e altre categorie

L'Atleta deve assumere la seguente posizione sulla panca, che deve essere mantenuta durante il sollevamento: spalle (i capelli non devono impedire la visuale), natiche, gambe e piedi distesi sulla panca regolamentare. Sono ammesse eccezioni (devono essere concordate) per motivi medici.

Paralisi cerebrale

L'Atleta deve assumere la seguente posizione sulla panca, che deve essere mantenuta durante il sollevamento: spalle (i capelli non devono impedire la visuale), natiche, gambe e piedi distesi sulla panca regolamentare. Gambe flesse supportate da un cuneo possono essere ammesse (deve essere concordato).

Amputati

L'Atleta deve assumere la seguente posizione sulla panca, che deve essere mantenuta durante il sollevamento: spalle (i capelli non devono impedire la visuale), natiche sulla panca regolamentare. Per quanto possibile, dipendentemente dalle amputazioni, le gambe e i piedi o le protesi devono essere distesi sulla panca.

E' permesso il sollevamento con protesi ed è permesso l'uso di protesi per partecipanti con lesioni al midollo spinale e per le altre categorie. Il bilanciere va posto ortogonalmente al sollevatore, sugli appoggi e deve essere orizzontale.

Lo spazio tra le mani non deve eccedere 81 cm, misurati tra i 2 indici.

L'Atleta deve afferrare il bilanciere con i pollici intorno alla zigrinatura.

Ogni Atleta può essere assicurato alla panca con la cintura ufficiale oppure con la sua cintura personale. La misura massima per la cintura è 10 cm.

Per mantenere ferme le gambe ed equilibrarsi ed evitare movimenti involontari, all'Atleta è permesso di usare al massimo 2 cinture.

L'uso della cintura è permesso sulle gambe, dalle caviglie alle anche e, per gli amputati senza anche, è permesso il più in basso possibile.

Il posizionamento della cintura sulle gambe deve essere effettuato dall'Atleta stesso, dal suo allenatore o dagli assistenti/caricatori sotto la supervisione degli Ufficiali di Gara.

Solamente gli assistenti/caricatori ufficiali hanno il permesso di aiutare l'Atleta per rimuovere il bilanciere dai sostegni.

L'allenatore ha il permesso di aiutare l'Atleta durante l'accesso e l'abbandono della pedana. Durante il sollevamento, l'allenatore deve rimanere all'interno dell'area riservata agli allenatori, stabilita dalla Giuria o dal Controllore Tecnico incaricato.

Una volta completato il tentativo, l'Atleta deve abbandonare la pedana nel più breve tempo possibile.

TITOLO IV

ATTIVITA' PROMOZIONALE MANIFESTAZIONI FEDERALI SENZA PUNTEGGIO

Le manifestazioni federali promozionali organizzate dalla FIPCF che <u>non danno</u> <u>diritto all'attribuzione del voto di base</u> (vedi Statuto Federale), sono le seguenti:

- a. Giochi Sportivi Studenteschi;
- b. Criterium Nazionale Giovanissimi di Pesistica:

a. GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Ai Giochi Sportivi Studenteschi possono partecipare gli Alunni/e di 13 e 14 anni di età compiuta o da compiere nell'anno solare (nati/e negli anni 1996 e 1997).

I Giochi sono organizzati dai Comitati Regionali in collaborazione con gli "Uffici di Educazione Fisica" del Ministero dell'Istruzione (M.I.U.R.), dislocati nei vari territori delle Province Italiane, e con i Comitati Provinciali del CONI.

Regolamento

La gara è riservata agli/alle alunni/e della Scuola Media Inferiore e si svolge a squadre maschili e femminili composte ciascuna da un massimo di **5** Alunni/e, uno per ogni categoria di peso.

La gara si svolge con le seguenti categorie di peso, sia maschili che femminili:

La gara si articola nelle seguenti Fasi:

- 1) Fase scolastica e/o Provinciale;
- 2) Fase Regionale;
- 3) Finale Nazionale.

Le scuole partecipano alle prime due Fasi presentando il giorno della competizione una lista nominativa -sottoscritta dal Dirigente Scolastico- degli alunni/e componenti la squadra (ciascuna Scuola può presentare un massimo di 3 squadre, sia maschili che femminili).

Finale Nazionale

Alla Finale Nazionale accedono le squadre scolastiche maschili e femminili risultate vincenti nelle Fasi preliminari. La Finale Nazionale avrà luogo esclusivamente in caso di presenza accertata di squadre scolastiche in rappresentanza di almeno 8 Regioni.

Copertura assicurativa Finale Nazionale

La Federazione garantisce la copertura assicurativa di tutti gli alunni/e partecipanti alla Finale Nazionale. Sarà cura delle Scuole inviare ai Comitati Regionali FIPCF competenti gli elenchi completi di dati anagrafici dei partecipanti *almeno 30 giorni* precedenti la data di svolgimento della Finale Nazionale.

Norme Tecniche per tutte le Fasi

a) Impianti ed attrezzature:

Per le Fasi Scolastiche, Provinciali, Regionali e Nazionali vengono utilizzate le seguenti attrezzature:

- 1. Bilanciere giocattolo a carico fisso di Kg 10.
- 2. Palla zavorrata da Kg 3.
- **3.** Predisposizione di una corsia larga metri 1x14 con annessa cordella metrica, per l'effettuazione dell'esercizio di salto.
- **4.** Predisposizione di un settore per il lancio largo metri 4x15 e suddivisi in 21 zone punteggio, la prima di metri 5 e le altre di centimetri 50 l'una, come da schema di seguito illustrato.

b) Esercizi:

La gara si svolge sulle seguenti tre prove:

- **1.** Slancio con bilanciere giocattolo a carico fisso da Kg 10; vengono effettuate tre alzate: per ogni alzata ritenuta valida vengono assegnati 4 punti, per ogni alzata nulla zero punti.
- 2. Salto triplo da fermo con partenza ed arrivo a piedi pari, senza soluzione di continuità; possono essere effettuate due prove ed ai fini del punteggio viene presa in considerazione la migliore. La misura ottenuta viene moltiplicata per 2 e trasformata in punteggio (es.: metri 5,05x2 = punti 10,10). La misurazione viene effettuata dal punto più arretrato del corpo dell'Atleta che tocca la corsia dopo l'atterraggio (es.: un Atleta che si sbilancia e cade indietro: la misura viene presa dalla linea di partenza fino alla mano più arretrata che si è appoggiata alla corsia). Il salto è nullo se l'atleta esce dalla corsia durante l'esecuzione dei tre salti o dell'atterraggio, cioè se tocca la linea esterna con qualsiasi parte del corpo.
- 3. Lancio della palla zavorrata da Kg. 3 da avanti-basso in alto-dietro, con partenza da palla ferma a terra. Ai fini del punteggio viene considerata la migliore tra le due prove effettuate. Il settore lancio è suddiviso in fasce di punteggio come dal seguente schema:

Metri	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10
Punti	5	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10
Metri	10,5	11	11,5	12	12,5	13	13,5	14	14,5	15	15,5
Punti	10,5	11	11,5	12	12,5	13	13,5	14	14,5	15	15,5

Il punteggio da aggiudicare all'Atleta risulterà dalla fascia in cui cadrà la palla zavorrata. Se la palla medica cade sulla linea tra due fasce di punteggio, è da considerarsi valida la fascia più vicina alla linea di lancio.

Il lancio è nullo se:

1. L'Atleta compie il lancio con movimento non continuo. Il movimento della palla deve essere continuo verso l'alto, partendo dalla posizione iniziale di palla ferma,

appoggiata a terra. Non sono ammesse interruzioni dopo che la palla è stata afferrata e si è staccata da terra.

- **2.** L'Atleta supera la linea di partenza durante il lancio, cioè se calpesta o supera con i piedi, o qualsiasi altra parte del corpo, la linea di inizio del settore lanci.
- 3. La palla zavorrata tocca a terra lateralmente, fuori delle linee del settore lanci.

Classifiche e premiazioni

In ogni Fase le classifiche per squadre scolastiche, vengono stilate prendendo in considerazione esclusivamente il punteggio totale dei tre esercizi di ogni alunno. In caso di parità di punteggio prevale in classifica la squadra che ha effettuato il minor numero complessivo di prove nulle.

Alle squadre scolastiche 1[^], 2[^] e 3[^] classificate sia maschili che femminili sono assegnate le coppe e agli alunni/e componenti le suddette squadre medaglie (oro, argento e bronzo) messe in palio dal Comitato organizzatore.

Contributi e rimborsi Finale Nazionale

I Giochi Sportivi Studenteschi e il Criterium Nazionale Giovanissimi sono organizzati contestualmente.

Al Comitato organizzatore la Federazione assegna un contributo di €2.000,00.

Eventuali modalità di rimborso per i partecipanti verranno comunicate ai Comitati Regionali con Circolari successive della Segreteria Federale.

b. CRITERIUM NAZIONALE GIOVANISSIMI DI PESISTICA

Al Criterium Nazionale Giovanissimi di Pesistica, possono partecipare gli Atleti/e pre-agonisti nati/e nel 1997 (13° anno di età).

La manifestazione si articola in:

a. Fasi di Qualificazione Regionali (obbligatorie)

Alle Fasi Regionali partecipano gli Atleti/e tesserati alla FIPCF come Pre-Agonisti in rappresentanza delle Società Sportive di appartenenza.

b. Finale Nazionale

Alla Finale Nazionale si qualificano, in rappresentanza delle Regioni, un massimo di **10** Atleti *(5 maschi e 5 femmine)*, risultati migliori delle Fasi Regionali nelle rispettive categorie. In caso di una o più categorie vacanti, al fine di presentare squadre Regionali complete alla Finale Nazionale, la squadra sarà integrata con i migliori risultati Sinclair.

Norme Generali

Regolamento Tecnico

E' previsto il solo esercizio di slancio. Il peso da sollevare prevede un minimo di partenza di Kg. 10 per le femmine e di Kg. 15 per i maschi ed è incrementato di 1 kg. in ogni prova (anche nel caso di alzata precedente non valida).

Il peso di partenza deve essere dichiarato all'atto delle operazioni di peso e non è consentito modificarlo. Le alzate dichiarate nulle sono quelle previste dal Regolamento Tecnico Internazionale.

Attrezzatura da utilizzare:

- minibilanciere per carichi da 10 a 21 kg.
- bilanciere olimpico femminile per carichi superiori a 22 kg.
- dischi da 5 kg e di diametro cm 45.

Categorie di peso

La gara si svolge con le categorie di peso, sia maschili che femminili, di seguito indicate: 43 kg - 50 kg - 57 kg - 66 kg

Sede, orari e programma gara Finale Nazionale

Sede, orari e programma gara verranno comunicati ai Comitati Regionali con circolari successive della Segreteria Federale.

Classifiche e premiazioni Finale Nazionale

Le classifiche individuali sia maschili che femminili, verranno stilate, per categoria di peso, assegnando un punteggio pari ai chilogrammi validamente sollevati nelle tre prove.

In caso di parità di punteggio avrà priorità nella classifica:

- a. il concorrente di peso inferiore;
- **b.** a parità di punti e di peso personale, avrà priorità il concorrente di età inferiore.

La classifica per Comitato Regionale, valida esclusivamente ai fini della classifica di gara, stilata dal Segretario di Gara, è compilata assegnando il seguente punteggio per ogni partecipante:

10 punti	al 1° classificato
8 punti	al 2° classificato
6 punti	al 3° classificato
5 punti	al 4° classificato
4 punti	al 5° classificato
3 punti	al 6° classificato
2 punti	al 7° classificato
1 punto	dall'8° classificato in poi

Per ciascuna categoria di peso, sia maschile che femminile, verranno assegnati a cura della Società organizzatrice i seguenti premi:

- 1° classificato medaglia dorata di mm. 50 montata su nastro azzurro;
- 2º classificato medaglia argentata di mm. 50 montata su nastro azzurro;
- 3° classificato medaglia bronzata di mm. 50 montata su nastro azzurro.

A tutti i partecipanti (Atleti/e) sarà consegnata una medaglia di partecipazione a cura della Società organizzatrice.

Ai Comitati Regionali 1°, 2° e 3° classificati sono assegnate le coppe messe in palio dalla Società organizzatrice. Ulteriori premiazioni (medaglie, coppe, trofei e targhe masse in palio dagli organizzatori), devono necessariamente essere concordate con il Direttore di Gara.

Alle premiazioni gli Atleti/e devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara. Le premiazioni sono effettuate dal Rappresentante Ufficiale nominato dalla Federazione; possono, previo suo assenso, essere effettuate anche da altre Autorità.

Rimborsi Finale Nazionale

Eventuali modalità di rimborso per i partecipanti verranno comunicate ai Comitati Regionali con Circolari successive della Segreteria Federale.

TITOLO V

ATTIVITÀ FEDERALE REGIONALE

I Comitati Regionali sono tenuti all'organizzazione delle seguenti manifestazioni Regionali di Pesistica e di Cultura Fisica:

- a. Campionati Regionali Assoluti di Pesistica (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);
- b. Campionati Regionali Seniores di Pesistica (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);
- c. Campionati Regionali Juniores di Pesistica (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);
- d. Campionati Regionali Under 17 di Pesistica (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);
- e. Campionati Regionali Esordienti di Pesistica (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);
- f. Coppa Italia Seniores-Juniores-Under 17-Esordienti di Pesistica (Fasi Regionali/Interregionali con Classifiche Nazionali d'Ufficio separate);
- e. Criterium Regionali di Distensione su Panca (validi per la qualificazione alla Finale Nazionale);

È possibile organizzare le sopra citate gare, congiuntamente ad altri Comitati Regionali limitrofi, laddove vengano meno i presupposti numerici per organizzazioni autonome (vedi Titolo II "Norme Generali" pag. 13).

I Comitati Regionali, possono inoltre organizzare le seguenti gare di Pesistica e Cultura Fisica:

- a. Campionati Regionali Master e Universitari di Pesistica;
- b. Criterium Regionali di Sviluppo Muscolare;
- c. Criterium Regionali di Braccio di Ferro;
- d. Criterium Regionali di Biathlon Atletico.

L'Attività Promozionale Regionale, riservata ai Tesserati Pre-Agonisti e Non Agonisti, prevede l'organizzazione di:

- a. Giochi Sportivi Studenteschi (Fasi Scolastiche/ Provinciali e/o Regionali);
- **b.** Fasi Regionali di qualificazione al Criterium Nazionale Giovanissimi.

Ogni Comitato Regionale deve far pervenire a tutte le Società Sportive della propria Regione, e per conoscenza alla Segreteria Federale, almeno 4 settimane prima della gara, una comunicazione contenente la sede di gara, la Società Sportiva organizzatrice, gli orari di peso e di gara. I Presidenti o i Commissari Regionali dovranno inviare alla Segreteria Federale a stretto giro di posta i verbali di tutte le gare che, a qualunque titolo, si siano svolte nella Regione di loro competenza.

Orari, date e sedi gara

I Comitati Regionali, in autonomia definiscono le date, gli orari e le sedi di gara (salvo di quelle valevoli come qualificazioni Regionali).

Nella stesura del Calendario dell'Attività Regionale, si devono considerare come prioritari i Campionati Regionali di qualificazione ai Campionati Nazionali.

Nella programmazione degli orari delle operazioni di peso e di inizio gara i Comitati Regionali devono tenere presente le problematiche di trasferimento delle Società Sportive per consentire il minor dispendio di risorse.

Contributi per le Società Sportive organizzatrici

Eventuali modalità di contribuzione per gli organizzatori di gare Regionali, devono essere approvati dal Consiglio Federale.

TABELLA PER LE CLASSI D'ETA'

Controlla la data di nascita per stabilire la classe di appartenenza:

Anno	Cls	Anno	Cls	Anno	Cls	Anno	Cls	An	no	Cls
1997	PA	1983	SE	1969	M45	1955	M55	19	41	M+65
1996	ES	1982	SE	1968	M45	1954	M65	19	40	M+65
1995	U17	1981	SE	1967	M45	1953	M65	19	39	M+65
1994	U17	1980	SE	1966	M45	1952	M65	19	38	M+65
1993	U17	1979	SE	1965	M45	1951	M65	19	37	M+65
1992	JU	1978	SE	1964	M55	1950	M65	19	36	M+65
1991	JU	1977	SE	1963	M55	1949	M65	19	35	M+65
1990	JU	1976	SE	1962	M55	1948	M65	19	34	M+65
1989	SE	1975	SE	1961	M55	1947	M65	19	33	M+65
1988	SE	1974	SE	1960	M55	1946	M65	19	32	M+65
1987	SE	1973	SE	1959	M55	1945	M65	19	31	M+65
1986	SE	1972	SE	1958	M55	1944	M+65	19	30	M+65
1985	SE	1971	SE	1957	M55	1943	M+65	19	29	M+65
1984	SE	1970	SE	1956	M55	1942	M+65	19	28	

Legenda: PA= Pre-Agonista; ES= Esordienti; U17= Under 17;

JU= Juniores; SE= Seniores; M45= Master "45";

M55= Master "55"; M65= Master "65"; M+65 = Master "+65".

TABELLA SINCLAIR MASCHILE 2009-2012 (pag. 1)

Peso	Sin #										
32,0	2,656480	37,5	2,231177	43,0	1,945969	48,5	1,743732	54,0	1,594300	59,5	1,480377
32,1	2,646940	37,6	2,224976	43,1	1,941671	48,6	1,740610	54,1	1,591951	59,6	1,478561
32,2	2,637481	37,7	2,218819	43,2	1,937399	48,7	1,737505	54,2	1,589614	59,7	1,476754
32,3	2,628103	37,8	2,212706	43,3	1,933154	48,8	1,734417	54,3	1,587288	59,8	1,474955
32,4	2,618804	37,9	2,206637	43,4	1,928935	48,9	1,731346	54,4	1,584974	59,9	1,473163
32,5	2,609583	38,0	2,200610	43,5	1,924741	49,0	1,728292	54,5	1,582671	60,0	1,471380
32,6	2,600439	38,1	2,194626	43,6	1,920573	49,1	1,725254	54,6	1,580379	60,1	1,469604
32,7	2,591372	38,2	2,188684	43,7	1,916431	49,2	1,722232	54,7	1,578098	60,2	1,467837
32,8	2,582381	38,3	2,182784	43,8	1,912314	49,3	1,719227	54,8	1,575829	60,3	1,466077
32,9	2,573464	38,4	2,176926	43,9	1,908222	49,4	1,716237	54,9	1,573570	60,4	1,464325
33,0	2,564622	38,5	2,171108	44,0	1,904154	49,5	1,713264	55,0	1,571322	60,5	1,462581
33,1	2,555852	38,6	2,165331	44,1	1,900112	49,6	1,710307	55,1	1,569085	60,6	1,460844
33,2	2,547154	38,7	2,159594	44,2	1,896093	49,7	1,707365	55,2	1,566859	60,7	1,459115
33,3	2,538528	38,8	2,153896	44,3	1,892099	49,8	1,704439	55,3	1,564643	60,8	1,457393
33,4	2,529972	38,9	2,148238	44,4	1,888128	49,9	1,701529	55,4	1,562438	60,9	1,455680
33,5	2,521485	39,0	2,142619	44,5	1,884182	50,0	1,698634	55,5	1,560243	61,0	1,453973
33,6	2,513068	39,1	2,137039	44,6	1,880258	50,1	1,695754	55,6	1,558059	61,1	1,452274
33,7	2,504719	39,2	2,131497	44,7	1,876359	50,2	1,692890	55,7	1,555886	61,2	1,450583
33,8	2,496437	39,3	2,125992	44,8	1,872482	50,3	1,690040	55,8	1,553722	61,3	1,448898
33,9	2,488221	39,4	2,120525	44,9	1,868628	50,4	1,687206	55,9	1,551569	61,4	1,447222
34,0	2,480072	39,5	2,115096	45,0	1,864798	50,5	1,684386	56,0	1,549426	61,5	1,445552
34,1	2,471987	39,6	2,109703	45,1	1,860989	50,6	1,681582	56,1	1,547294	61,6	1,443890
34,2	2,463967	39,7	2,104346	45,2	1,857203	50,7	1,678792	56,2	1,545171	61,7	1,442234
34,3	2,456010	39,8	2,099026	45,3	1,853440	50,8	1,676016	56,3	1,543058	61,8	1,440586
34,4	2,448117	39,9	2,093741	45,4	1,849698	50,9	1,673255	56,4	1,540956	61,9	1,438946
34,5	2,440285	40,0	2,088492	45,5	1,845978	51,0	1,670508	56,5	1,538863	62,0	1,437312
34,6	2,432515	40,1	2,083278	45,6	1,842280	51,1	1,667776	56,6	1,536780	62,1	1,435685
34,7	2,424806	40,2	2,078098	45,7	1,838604	51,2	1,665057	56,7	1,534707	62,2	1,434065
34,8	2,417157	40,3	2,072953	45,8	1,834948	51,3	1,662353	56,8	1,532643	62,3	1,432452
34,9	2,409568	40,4	2,067843	45,9	1,831314	51,4	1,659663	56,9	1,530589	62,4	1,430846
35,0	2,402037	40,5	2,062766	46,0	1,827701	51,5	1,656986	57,0	1,528545	62,5	1,429247
35,1	2,394565	40,6	2,057722	46,1	1,824109	51,6	1,654323	57,1	1,526510	62,6	1,427655
35,2	2,387150	40,7	2,052712	46,2	1,820537	51,7	1,651674	57,2	1,524485	62,7	1,426069
35,3	2,379792	40,8	2,047734	46,3	1,816986	51,8	1,649039	57,3	1,522469	62,8	1,424491
35,4	2,372491	40,9	2,042789	46,4	1,813455	51,9	1,646416	57,4	1,520462	62,9	1,422919
35,5	2,365245	41,0	2,037876	46,5	1,809945	52,0	1,643808	57,5	1,518464	63,0	1,421353
35,6	2,358055	41,1	2,032996	46,6	1,806454	52,1	1,641212	57,6	1,516476	63,1	1,419794
35,7	2,350919	41,2	2,028146	46,7	1,802983	52,2	1,638630	57,7	1,514497	63,2	1,418242
35,8	2,343837	41,3	2,023329	46,8	1,799532	52,3	1,636061	57,8	1,512527	63,3	1,416697
35,9	2,336808	41,4	2,018542	46,9	1,796101	52,4	1,633504	57,9	1,510566	63,4	1,415158
36,0	2,329833	41,5	2,013786	47,0	1,792688	52,5	1,630961	58,0	1,508614	63,5	1,413625
36,1	2,322909	41,6	2,009061	47,1	1,789295	52,6	1,628430	58,1	1,506671	63,6	1,412099
36,2	2,316038	41,7	2,004366	47,2	1,785922	52,7	1,625913	58,2	1,504737	63,7	1,410579
36,3	2,309217	41,8	1,999702	47,3	1,782567	52,8	1,623407	58,3	1,502812	63,8	1,409066
36,4	2,302447	41,9	1,995066	47,4	1,779230	52,9	1,620915	58,4	1,500895	63,9	1,407559
36,5	2,295728	42,0	1,990461	47,5	1,775913	53,0	1,618435	58,5	1,498988	64,0	1,406059
36,6	2,289058	42,1	1,985884	47,6	1,772614	53,1	1,615967	58,6	1,497088	64,1	1,404564
36,7	2,282437	42,2	1,981337	47,7	1,769333	53,2	1,613511	58,7	1,495198	64,2	1,403076
36,8	2,275864	42,3	1,976818	47,8	1,766071	53,3	1,611068	58,8	1,493316	64,3	1,401594
36,9	2,269340	42,4	1,972327	47,9	1,762826	53,4	1,608637	58,9	1,491442	64,4	1,400119
37,0	2,262863	42,5	1,967865	48,0	1,759600	53,5	1,606218	59,0	1,489577	64,5	1,398649
37,1	2,256434	42,6	1,963431	48,1	1,756391	53,6	1,603810	59,1	1,487720	64,6	1,397185
37,2	2,250051	42,7	1,959025	48,2	1,753200	53,7	1,601415	59,2	1,485872	64,7	1,395728
37,3	2,243714	42,8	1,954645	48,3	1,750027	53,8	1,599032	59,3	1,484032	64,8	1,394277
37,4	2,237423	42,9	1,950294	48,4	1,746870	53,9	1,596660	59,4	1,482200	64,9	1,392831

TABELLA SINCLAIR MASCHILE 2009-2012 (pag. 2)

Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #
65,0	1,391392	70,5	1,320548	76,0	1,263291	81,5	1,216459	87,0	1,177796	92,5	1,145649
65,1	1,389958	70,6	1,319397	76,1	1,262354	81,6	1,215689	87,1	1,177158	92,6	1,145117
65,2	1,388531	70,7	1,318251	76,2	1,261421	81,7	1,214921	87,2	1,176521	92,7	1,144586
65,3	1,387109	70,8	1,317108	76,3	1,260491	81,8	1,214157	87,3	1,175887	92,8	1,144057
65,4	1,385693	70,9	1,315971	76,4	1,259565	81,9	1,213395	87,4	1,175255	92,9	1,143530
65,5	1,384283	71,0	1,314837	76,5	1,258642	82,0	1,212635	87,5	1,174625	93,0	1,143005
65,6	1,382879	71,1	1,313708	76,6	1,257722	82,1	1,211878	87,6	1,173998	93,1	1,142481
65,7	1,381480	71,2	1,312583	76,7	1,256806	82,2	1,211124	87,7	1,173372	93,2	1,141959
65,8	1,380087	71,3	1,311463	76,8	1,255893	82,3	1,210372	87 <i>,</i> 8	1,172748	93,3	1,141438
65,9	1,378700	71,4	1,310347	76,9	1,254983	82,4	1,209623	87,9	1,172127	93,4	1,140920
66,0	1,377319	71,5	1,309235	77,0	1,254076	82,5	1,208877	88,0	1,171507	93,5	1,140403
66,1	1,375943	71,6	1,308127	77,1	1,253173	82,6	1,208133	88,1	1,170890	93,6	1,139887
66,2	1,374573	71,7	1,307024	77,2	1,252273	82,7	1,207392	88,2	1,170275	93,7	1,139373
66,3	1,373208	71,8	1,305924	77,3	1,251377	82,8	1,206653	88,3	1,169661	93,8	1,138861
66,4	1,371849	71,9	1,304829	77,4	1,250483	82,9	1,205917	88,4	1,169050	93,9	1,138351
66,5	1,370495	72,0	1,303738	77 <i>,</i> 5	1,249593	83,0	1,205183	88,5	1,168441	94,0	1,137842
66,6	1,369147	72,1	1,302652	77,6	1,248706	83,1	1,204452	88,6	1,167834	94,1	1,137335
66,7	1,367804	72,2	1,301569	77,7	1,247822	83,2	1,203723	88,7	1,167228	94,2	1,136830
66,8	1,366467	72,3	1,300490	77 <i>,</i> 8	1,246941	83,3	1,202997	88,8	1,166625	94,3	1,136326
66,9	1,365135	72,4	1,299416	77,9	1,246064	83,4	1,202273	88,9	1,166024	94,4	1,135824
67,0	1,363809	72,5	1,298345	78,0	1,245189	83,5	1,201552	89,0	1,165425	94,5	1,135323
67,1	1,362487	72,6	1,297279	78,1	1,244318	83,6	1,200834	89,1	1,164828	94,6	1,134824
67,2	1,361171	72,7	1,296217	78,2	1,243450	83,7	1,200117	89,2	1,164232	94,7	1,134327
67,3	1,359861	72,8	1,295158	78,3	1,242585	83,8	1,199403	89,3	1,163639	94,8	1,133831
67,4	1,358555	72,9	1,294104	78,4	1,241723	83,9	1,198692	89,4	1,163048	94,9	1,133337
67,5	1,357255	73,0	1,293053	78,5	1,240864	84,0	1,197983	89,5	1,162458	95,0	1,132845
67,6	1,355960	73,1	1,292007	78,6	1,240008	84,1	1,197277	89,6	1,161871	95,1	1,132354
67,7	1,354670	73,2	1,290964	78,7	1,239155	84,2	1,196572	89,7	1,161285	95,2	1,131864
67,8	1,353386	73,3	1,289926	78,8	1,238305	84,3	1,195871	89,8	1,160702	95,3	1,131377
67,9	1,352106	73,4	1,288891	78,9	1,237458	84,4	1,195171	89,9	1,160120	95,4	1,130890
68,0	1,350832	73,5	1,287860	79,0	1,236615	84,5	1,194474	90,0	1,159541	95,5	1,130406
68,1	1,349562	73,6	1,286833	79,1	1,235774	84,6	1,193780	90,1	1,158963	95,6	1,129923
68,2	1,348298	73,7	1,285809	79,2	1,234936	84,7	1,193088	90,2	1,158387	95,7	1,129441
68,3	1,347038	73,8	1,284790	79,3	1,234101	84,8	1,192398	90,3	1,157813	95,8	1,128961
68,4	1,345784	73,9	1,283774	79,4	1,233269	84,9	1,191710	90,4	1,157241	95,9	1,128483
68,5	1,344535	74,0	1,282762	79,5	1,232440	85,0	1,191025	90,5	1,156670	96,0	1,128006
68,6	1,343290	74,1	1,281754	79,6	1,231614	85,1	1,190342	90,6	1,156102	96,1	1,127530
68,7	1,342050	74,2	1,280750	79,7	1,230791	85,2	1,189661	90,7	1,155536	96,2	1,127057
68,8	1,340816	74,3	1,279749	79,8	1,229971	85,3	1,188983	90,8	1,154971	96,3	1,126584
68,9	1,339586	74,4	1,278752	79,9	1,229154	85,4	1,188307	90,9	1,154408	96,4	1,126113
69,0	1,338361	74,5	1,277759	80,0	1,228339	85,5	1,187634	91,0	1,153847	96,5	1,125644
69,1	1,337141	74,6	1,276769	80,1	1,227528	85,6	1,186962	91,1	1,153288	96,6	1,125176
69,2	1,335925	74,7	1,275783	80,2	1,226719	85,7	1,186293	91,2	1,152731	96,7	1,124710
69,3	1,334714	74,8	1,274801	80,3	1,225913	85,8	1,185626	91,3	1,152175	96,8	1,124245
69,4	1,333508	74,9	1,273822	80,4	1,225110	85,9	1,184961	91,4	1,151621	96,9	1,123782
69,5	1,332307	75,0	1,272847	80,5	1,224310	86,0	1,184299	91,5	1,151070	97,0	1,123320
69,6	1,331111	75,1	1,271876	80,6	1,223512	86,1	1,183639	91,6	1,150520	97,1	1,122860
69,7	1,329919	75,2	1,270908	80,7	1,222717	86,2	1,182981	91,7	1,149971	97,2	1,122401
69,8	1,328731	75,3	1,269943	80,8	1,221926	86,3	1,182325	91,8	1,149425	97,3	1,121943
69,9	1,327549	75,4	1,268983	80,9	1,221136	86,4	1,181672	91,9	1,148880	97,4	1,121487
70,0	1,326371	75,5	1,268025	81,0	1,220350	86,5	1,181020	92,0	1,148337	97,5	1,121033
70,1	1,325197	75,6	1,267071	81,1	1,219566	86,6	1,180371	92,1	1,147796	97,6	1,120580
70,2	1,324028	75,7	1,266121	81,2	1,218785	86,7	1,179724	92,2	1,147257	97,7	1,120128
70,3	1,322864	75,8	1,265174	81,3	1,218007	86,8	1,179079	92,3	1,146719	97,8	1,119678
70,4	1,321704	75,9	1,264231	81,4	1,217232	86,9	1,178437	92,4	1,146183	97,9	1,119229

TABELLA SINCLAIR MASCHILE 2009-2012 (pag. 3)

		_		_		_		_		_	
Peso	Sin #										
98,0	1,118782	103,5	1,096252	109,0	1,077328	114,5	1,061437	120,0	1,048119	125,5	1,037007
98,1	1,118336	103,6	1,095878	109,1	1,077014	114,6	1,061173	120,1	1,047899	125,6	1,036823
98,2	1,117892	103,7	1,095505	109,2	1,076701	114,7	1,060910	120,2	1,047679	125,7	1,036640
98,3	1,117449	103,8	1,095133	109,3	1,076388	114,8	1,060648	120,3	1,047459	125,8	1,036458
98,4	1,117007	103,9	1,094762	109,4	1,076077	114,9	1,060386	120,4	1,047241	125,9	1,036276
98,5	1,116567	104,0	1,094392	109,5	1,075766	115,0	1,060126	120,5	1,047023	126,0	1,036095
98,6	1,116128	104,1	1,094024	109,6	1,075457	115,1	1,059866	120,6	1,046806	126,1	1,035915
98,7	1,115691	104,2	1,093657	109,7	1,075148	115,2	1,059607	120,7	1,046589	126,2	1,035735
98,8	1,115255	104,3	1,093290	109,8	1,074840	115,3	1,059349	120,8	1,046374	126,3	1,035555
98,9	1,114820	104,4	1,092925	109,9	1,074534	115,4	1,059092	120,9	1,046159	126,4	1,035377
99,0	1,114387	104,5	1,092562	110,0	1,074228	115,5	1,058836	121,0	1,045945	126,5	1,035199
99,1	1,113955	104,6	1,092199	110,1	1,073924	115,6	1,058580	121,1	1,045731	126,6	1,035021
99,2	1,113525	104,7	1,091838	110,2	1,073620	115,7	1,058326	121,2	1,045518	126,7	1,034845
99,3	1,113095	104,8	1,091477	110,3	1,073317	115,8	1,058072	121,3	1,045306	126,8	1,034668
99,4	1,112668	104,9	1,091118	110,4	1,073016	115,9	1,057819	121,4	1,045095	126,9	1,034493
99,5	1,112241	105,0	1,090760	110,5	1,072715	116,0	1,057566	121,5	1,044884	127,0	1,034318
99,6	1,111816	105,1	1,090403	110,6	1,072415	116,1	1,057315	121,6	1,044674	127,1	1,034143
99,7	1,111393	105,2	1,090047	110,7	1,072116	116,2	1,057064	121,7	1,044464	127,2	1,033970
99,8	1,110970	105,3	1,089693	110,8	1,071818	116,3	1,056815	121,8	1,044256	127,3	1,033796
99,9	1,110549	105,4	1,089339	110,9	1,071521	116,4	1,056566	121,9	1,044048	127,4	1,033624
100,0	1,110130	105,5	1,088986	111,0	1,071225	116,5	1,056317	122,0	1,043840	127,5	1,033452
100,1	1,109711	105,6	1,088635	111,1	1,070930	116,6	1,056070	122,1	1,043634	127,6	1,033281
100,2	1,109295	105,7	1,088285	111,2	1,070636	116,7	1,055823	122,2	1,043428	127,7	1,033110
100,3 100,4	1,108879	105,8 105,9	1,087936	111,3	1,070343 1,070050	116,8	1,055578 1,055333	122,3 122,4	1,043223 1,043018	127,8 127,9	1,032940 1,032770
100,4	1,108465 1,108052	105,9	1,087588 1,087241	111,4 111,5	1,069759	116,9 117,0	1,055088	122,4	1,043018	127,9	1,032770
100,5	1,108052	106,0	1,087241	111,5	1,069759	117,0	1,054845	122,5	1,042611	128,0	1,032433
100,0	1,107040	106,1	1,086550	111,7	1,069179	117,1	1,054602	122,7	1,042409	128,2	1,032433
100,8	1,106820	106,3	1,086207	111,8	1,068890	117.3	1,054360	122,8	1,042207	128,3	1,032203
100,9	1,106413	106,4	1,085864	111,9	1,068603	117,4	1,054119	122,9	1,042006	128,4	1,031931
101,0	1,106006	106,5	1,085523	112,0	1,068316	117,5	1,053879	123,0	1,041805	128,5	1,031765
101,1	1,105601	106,6	1,085182	112,1	1,068030	117,6	1,053640	123,1	1,041605	128,6	1,031599
101,2	1,105197	106,7	1,084843	112,2	1,067745	117,7	1,053401	123,2	1,041406	128,7	1,031434
101,3	1,104794	106,8	1,084505	112,3	1,067461	117,8	1,053163	123,3	1,041208	128,8	1,031270
101,4	1,104393	106,9	1,084168	112,4	1,067178	117,9	1,052926	123,4	1,041010	128,9	1,031106
101,5	1,103993	107,0	1,083832	112,5	1,066896	118,0	1,052689	123,5	1,040813	129,0	1,030943
101,6	1,103594	107,1	1,083496	112,6	1,066615	118,1	1,052454	123,6	1,040616	129,1	1,030780
101,7	1,103196	107,2	1,083163	112,7	1,066334	118,2	1,052219	123,7	1,040421	129,2	1,030618
101,8	1,102800	107,3	1,082830	112,8	1,066055	118,3	1,051985	123,8	1,040225	129,3	1,030457
101,9	1,102405	107,4	1,082498	112,9	1,065776	118,4	1,051751	123,9	1,040031	129,4	1,030296
102,0	1,102011	107,5	1,082167	113,0	1,065498	118,5	1,051519	124,0	1,039837	129,5	1,030136
102,1	1,101619	107,6	1,081837	113,1	1,065221	118,6	1,051287	124,1	1,039644	129,6	1,029976
102,2	1,101227	107,7	1,081508	113,2	1,064945	118,7	1,051056	124,2	1,039451	129,7	1,029817
102,3	1,100837	107,8	1,081181	113,3	1,064670	118,8	1,050825	124,3	1,039259	129,8	1,029658
102,4	1,100449	107,9	1,080854	113,4	1,064396	118,9	1,050596	124,4	1,039068	129,9	1,029500
102,5	1,100061	108,0	1,080528	113,5	1,064123	119,0	1,050367	124,5	1,038878	130,0	1,029343
102,6	1,099675	108,1	1,080204	113,6	1,063850	119,1	1,050139	124,6	1,038688	130,1	1,029186
102,7	1,099290	108,2	1,079880	113,7	1,063579	119,2	1,049912	124,7	1,038498	130,2	1,029029
102,8	1,098906	108,3	1,079558	113,8	1,063308	119,3	1,049685	124,8	1,038310	130,3	1,028873
102,9	1,098523	108,4	1,079236	113,9	1,063038	119,4	1,049459	124,9	1,038122	130,4	1,028718
103,0	1,098141	108,5	1,078916	114,0	1,062769	119,5	1,049234	125,0	1,037934	130,5	1,028563
103,1	1,097761	108,6	1,078596	114,1	1,062501	119,6	1,049010	125,1	1,037747	130,6	1,028409
103,2	1,097382	108,7	1,078278	114,2	1,062234	119,7	1,048786	125,2	1,037561	130,7	1,028256
103,3	1,097004	108,8	1,077960	114,3	1,061967	119,8	1,048563	125,3	1,037376	130,8	1,028103
103,4	1,096627	108,9	1,077644	114,4	1,061702	119,9	1,048341	125,4	1,037191	130,9	1,027950

TABELLA SINCLAIR MASCHILE 2009-2012 (pag. 4)

Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin#	Peso	Sin #	Peso	Sin #
	27798	136,5	1,020246	142,0	1,014145	147.5	1,009323	153,0	1,005634	158,5	1,002957
	27647	136,6	1,020123	142,1	1,014046	147,6	1,009246	153,1	1,005577	158,6	1,002917
	27496	136,7	1,020000	142,2	1,013948	147,7	1,009169	153,2	1,005520	158,7	1,002877
	27346	136,8	1,019877	142,3	1,013850	147,8	1,009093	153,3	1,005463	158,8	1,002838
	27196	136,9	1,019756	142,4	1,013753	147,9	1,009018	153,4	1,005407	158,9	1,002799
	27047	137,0	1,019634	142,5	1,013656	148,0	1,008942	153,5	1,005351	159,0	1,002760
	26898	137,1	1,019513	142,6	1,013559	148,1	1,008867	153,6	1,005295	159,1	1,002721
	26750	137,2	1,019393	142,7	1,013463	148,2	1,008793	153,7	1,005240	159,2	1,002683
	26602	137,3	1,019273	142,8	1,013368	148,3	1,008719	153,8	1,005185	159,3	1,002645
	26455	137,4	1,019153	142,9	1,013272	148,4	1,008645	153,9	1,005130	159,4	1,002608
	26308	137,5	1,019034	143,0	1,013177	148,5	1,008571	154,0	1,005076	159,5	1,002570
	26162	137,6	1,018916	143,1	1,013083	148,6	1,008498	154,1	1,005022	159,6	1,002533
132,2 1,02	26017	137,7	1,018797	143,2	1,012989	148,7	1,008426	154,2	1,004968	159,7	1,002497
132,3 1,02	25872	137,8	1,018680	143,3	1,012895	148,8	1,008353	154,3	1,004914	159,8	1,002460
132,4 1,02	25727	137,9	1,018563	143,4	1,012802	148,9	1,008281	154,4	1,004861	159,9	1,002424
132,5 1,02	25584	138,0	1,018446	143,5	1,012709	149,0	1,008210	154,5	1,004809	160,0	1,002388
132,6 1,02	25440	138,1	1,018330	143,6	1,012617	149,1	1,008138	154,6	1,004756	160,1	1,002353
132,7 1,02	25297	138,2	1,018214	143,7	1,012525	149,2	1,008068	154,7	1,004704	160,2	1,002317
132,8 1,02	25155	138,3	1,018098	143,8	1,012433	149,3	1,007997	154,8	1,004652	160,3	1,002282
132,9 1,02	25013	138,4	1,017984	143,9	1,012342	149,4	1,007927	154,9	1,004601	160,4	1,002248
133,0 1,02	24872	138,5	1,017869	144,0	1,012251	149,5	1,007857	155,0	1,004550	160,5	1,002213
133,1 1,02	24731	138,6	1,017755	144,1	1,012161	149,6	1,007788	155,1	1,004499	160,6	1,002179
133,2 1,02	24591	138,7	1,017642	144,2	1,012071	149,7	1,007718	155,2	1,004448	160,7	1,002145
133,3 1,02	24451	138,8	1,017529	144,3	1,011981	149,8	1,007650	155,3	1,004398	160,8	1,002112
133,4 1,02	24312	138,9	1,017416	144,4	1,011892	149,9	1,007581	155,4	1,004348	160,9	1,002078
133,5 1,02	24173	139,0	1,017304	144,5	1,011804	150,0	1,007513	155,5	1,004299	161,0	1,002045
133,6 1,02	24035	139,1	1,017192	144,6	1,011715	150,1	1,007446	155,6	1,004249	161,1	1,002013
133,7 1,02	23897	139,2	1,017081	144,7	1,011627	150,2	1,007378	155,7	1,004201	161,2	1,001980
133,8 1,02	23760	139,3	1,016970	144,8	1,011540	150,3	1,007311	155,8	1,004152	161,3	1,001948
133,9 1,02	23624	139,4	1,016860	144,9	1,011452	150,4	1,007245	155,9	1,004104	161,4	1,001916
134,0 1,02	23487	139,5	1,016750	145,0	1,011366	150,5	1,007178	156,0	1,004056	161,5	1,001885
	23352	139,6	1,016640	145,1	1,011279	150,6	1,007113	156,1	1,004008	161,6	1,001853
	23217	139,7	1,016531	145,2	1,011193	150,7	1,007047	156,2	1,003961	161,7	1,001822
	23082	139,8	1,016423	145,3	1,011108	150,8	1,006982	156,3	1,003914	161,8	1,001792
	22948	139,9	1,016315	145,4	1,011023	150,9	1,006917	156,4	1,003867	161,9	1,001761
	22814	140,0	1,016207	145,5	1,010938	151,0	1,006852	156,5	1,003821	162,0	1,001731
	22681	140,1	1,016100	145,6	1,010853	151,1	1,006788	156,6	1,003774	162,1	1,001701
	22549	140,2	1,015993	145,7	1,010769	151,2	1,006724	156,7	1,003729	162,2	1,001671
	22417	140,3	1,015887	145,8	1,010686	151,3	1,006661	156,8	1,003683	162,3	1,001642
	22285	140,4	1,015781	145,9	1,010602	151,4	1,006598	156,9	1,003638	162,4	1,001613
	22154	140,5	1,015675	146,0	1,010520	151,5	1,006535	157,0	1,003593	162,5	1,001584
	22023	140,6	1,015570	146,1	1,010437	151,6	1,006473	157,1	1,003549	162,6	1,001556
	21893	140,7	1,015466	146,2	1,010355	151,7	1,006411	157,2	1,003504	162,7	1,001528
	21763	140,8	1,015361	146,3	1,010273	151,8	1,006349	157,3	1,003460	162,8	1,001500
	21634	140,9	1,015258	146,4	1,010192	151,9	1,006287	157,4	1,003417	162,9	1,001472
	21506	141,0	1,015154	146,5	1,010111	152,0	1,006226	157,5	1,003374	163,0	1,001445
	21378	141,1 141,2	1,015051	146,6	1,010030	152,1	1,006166	157,6	1,003331	163,1	1,001418
	21250 21123	141,2	1,014949	146,7 146,8	1,009950 1,009870	152,2 152,3	1,006105 1,006045	157,7 157,8	1,003288	163,2 163,3	1,001391 1,001364
	20996	141,3	1,014847 1,014745	146,8	1,009870	152,3	1,005985	157,8	1,003243	163,4	1,001364
	20996	141,4	1,014745	146,9	1,009791	152,4	1,005985	157,9	1,003203		1,001338
	20870	141,5	1,014543	147,0	1,009/12	152,5	1,005926	158,0	1,003162	163,5 163,6	1,001312
	20744	141,6	1,014543	147,1	1,009555	152,7	1,005808	158,2	1,003120	163,7	1,001261
	20494	141,7	1,014443	147,2	1,009333	152,7	1,005808	158,3	1,003079	163,8	1,001281
	20370	141,8	1,014343	147,3	1,009477	152,8	1,005750	158,4	1,003038	163,9	1,001233
1,02	-5570	171,3	1,01+244	± + / , +	1,003400	132,3	1,003032	130,4	1,002331	103,3	1,001210

TABELLA SINCLAIR MASCHILE 2009-2012 (pag. 5)

Peso Sin # Pet 164,0 1,001186 164 164,1 1,001137 163 164,2 1,001137 163 164,4 1,001090 169 164,5 1,001066 17 164,6 1,001043 17 164,7 1,001021 17 164,8 1,000998 170 165,0 1,000954 170 165,1 1,000932 170 165,2 1,000910 170 165,2 1,000910 170	9,5 9,6 9,7 9,8 9,9 0,0	1,000230 1,000220 1,000210 1,000200 1,000190 1,000181 1,000172
164,1 1,001161 164,2 1,001137 164,3 1,001113 164,4 1,001090 164,5 1,001066 164,6 1,001043 164,7 1,001021 164,8 1,000998 170 164,9 1,000976 165,0 1,000954 165,1 1,000932 165,1 1,000910	9,7 9,8 9,9 0,0 0,1	1,000210 1,000200 1,000190 1,000181 1,000172
164,2 1,001137 164,3 1,001113 164,4 1,001090 164,5 1,001066 164,6 1,001043 164,7 1,001021 164,8 1,00098 164,9 1,000954 165,1 1,000932 165,2 1,000910 170	9,7 9,8 9,9 0,0 0,1	1,000200 1,000190 1,000181 1,000172
164,3 1,001113 169 164,4 1,001090 169 164,5 1,001066 170 164,6 1,001021 170 164,8 1,000998 170 165,0 1,000954 170 165,1 1,000932 170 165,1 1,000932 170	9,8 9,9 0,0 0,1	1,000200 1,000190 1,000181 1,000172
164,4 1,001090 169,5 1,001090 170,1001090 170,1001091	9,9 0,0 0,1	1,000190 1,000181 1,000172
164,5 1,001066 164,6 1,001043 164,7 1,001021 164,8 1,000998 164,9 1,000976 165,0 1,000954 165,1 1,000932 165,2 1,000910 170 </td <td>0,0 0,1</td> <td>1,000181 1,000172</td>	0,0 0,1	1,000181 1,000172
164,6 1,001043 17(164,7 1,001021 17(164,8 1,000998 17(165,0 1,000954 17(165,1 1,000932 17(165,2 1,000910 17(165,2 1,000910 17(165,2 1,000910 17(165,1 1,000910 17(165,2 1,0009	0,1	1,000172
164,7 1,001021 17(164,8 1,000998 17(164,9 1,000976 17(165,0 1,000954 17(165,1 1,000932 17(165,2 1,000910 17(
164,8 1,000998 170 164,9 1,000976 170 165,0 1,000954 170 165,1 1,000932 170 165,2 1,000910 170		1,000163
164,9 1,000976 170 165,0 1,000954 170 165,1 1,000932 170 165,2 1,000910 170		1,000154
165,0 1,000954 165,1 1,000932 165,2 1,000910		1,000146
165,1 1,000932 170 165,2 1,000910 170		1,000138
165,2 1,000910 170		1,000130
		1,000122
65,3 1,000889 170	0,8	1,000115
165,4 1,000868 170		1,000107
165,5 1,000848 173		1,000100
165,6 1,000827 173		1,000094
.65,7 1,000807 173		1,000087
.65,8 1,000787 17:		1,000081
.65,9 1,000768 173		1,000075
166,0 1,000748 173		1,000069
166,1 1,000729 173		1,000064
166,2 1,000710 173		1,000058
166,3 1,000692 171		1,000053
166,4 1,000673 171		1,000048
166,5 1,000655 172		1,000044
166,6 1,000637 172	2 1	1,000039
.66,7 1,000620 172		1,000035
66,8 1,000602 172		1,000031
66,9 1,000585 172		1,000031
67,0 1,000569 172		1,000024
67,1 1,000552 172		1,000021
167,2 1,000536 172		1,000018
167,3 1,000520 172		1,000015
167,4 1,000504 172		1,000013
67,5 1,000488 173	_	1,000010
67,6 1,000473 173		1,000008
.67,7 1,000478 173		1,000007
67,8 1,000433 173		1,000007
67,9 1,000429 173		1,000004
68,0 1,000414 173		1,000002
.68,1 1,000414 173		1,000001
68,2 1,000387 173		1,000001
173 168,4 1,000360 173		1,000000
168,5 1,000347	3,3	1,000000
168,6 1,000334		
168,7 1,000321 168,8 1,000309		
168,9 1,000309		
169,0 1,000285		
169,1 1,000274		
169,2 1,000262		
1,000251		
169,4 1,000241		

TABELLA SINCLAIR FEMMINILE 2009-2012 (pag. 1)

28.0 2.796079 33.6 2.21451 39.0 1.870774 44.5 1.637020 50.0 1.474420 55.5 1.358641 28.2 2.799078 33.6 2.217437 39.1 1.865550 44.6 1.633633 50.2 1.469470 55.7 1.55201 28.3 2.766070 33.9 2.193813 39.4 1.880505 44.8 1.626625 60.4 1.464573 55.9 1.359081 28.5 2.737639 34.0 2.186075 39.5 1.845531 45.0 1.618407 50.6 1.457405 55.9 1.36861 28.8 2.701032 34.1 2.178404 39.6 1.840594 45.2 1.616431 50.7 1.457345 56.2 1.346213 28.8 2.701032 34.3 2.163220 38.8 3.8810329 39.9 1.825600 45.4 1.606433 45.2 1.616431 45.2 1.616	Peso	Sin #										
22,1 27,9307 33,8 2,201618 39,3 1,865850 44,8 1,626625 62,4 2,752784 34,9 2,193813 39,4 1,850506 44,8 1,626625 60,2 1,464578 55,7 1,353201 62,5 2,726634 34,1 2,178404 39,6 1,845531 4,85531 4												
25.2 2,779409 33,7 2,090493 39,2 1,680564 44,7 1,630068 50,2 1,646578 55,8 1,351396 28,4 2,752784 33,9 2,193813 39,4 1,850505 44,9 1,623005 50,3 1,467017 55,8 1,3412,17840 39,6 1,865511 44,9 1,623005 50,3 1,467017 55,8 1,349600 3,1 2,178765 34,1 2,178404 39,6 1,865511 45,0 1,613907 50,4 1,464578 55,8 1,348020 3,1 2,17860 34,2 2,178600 39,7 1,835940 45,2 1,613077 50,0 1,454293 56,0 1,344290 56,2 1,344290 2,2 2,613413 34,2 2,1433788 40,0 1,812120 45,5 1,603143 51,1 1,444596 56,5 3,342140 56,5 1,335292 2,2 2,651413 34,7 2,133748 40,2 1,812420 45,7 1,596626 51,2 1,44470 3,447917 56,5			33.6	2.217437	39.1		44.6		50.1	1.471938		
28.3 2.766070 3.8 2.01618 9.3 1.855516 44.8 1.626625 50.3 1.467017 5.8 1.351396 28.4 2.725784 33.9 2.198813 39.4 1.865050 44.9 1.623205 50.4 1.466778 55.9 1.348021 28.6 2.726634 34.2 2.178000 39.7 1.835694 45.1 1.1616431 50.1 1.347814 56.1 1.347814 56.1 1.346037 50.7 1.473745 56.1 1.348037 50.7 1.473745 56.1 1.348037 50.7 1.478744 56.1 1.599874 50.7 1.4787345 56.1 1.348037 56.3 1.342511 3.3 1.632626 9.8 1.838294 45.2 1.630374 50.7 1.578345 56.1 1.348037 56.3 1.342511 3.3 2.142518 50.2 1.342511 3.3 2.1442519 56.2 1.3442511 3.3 2.1442519 56.2 1.3442511 3.3 2.6 2.1442519 <td< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>,</td><td></td><td>-</td></td<>										,		-
22, A. 2, 75, 2784 33, 9 2,138121 34, 0 2,138615 34, 1 2,178404 34, 1 2,178404 34, 1 2,178404 34, 1 2,178404 34, 1 2,178404 34, 1 2,178404 34, 2 2,170800 39, 7 1,835594 45, 2 1,616307 50, 5 1,459742 56, 0 1,344251 56, 2 1,3443251 56, 2 1,3										-		-
28.5 2.739639 34.0 2.186075 39.5 1.840531 45.0 1.619807 50.5 1.462153 56.1 1.346037 28.7 2.711765 34.2 2.170800 39.7 1.835694 45.2 1.616431 50.6 1.457945 56.1 1.346037 28.8 2.701032 34.3 2.155788 99.8 1.830829 45.3 1.609744 50.6 1.457945 56.3 1.342621 29.0 2.675964 34.4 2.155788 99.9 1.826000 45.5 1.603143 50.9 1.452599 56.5 1.339023 29.1 2.663625 34.7 2.133748 40.1 1.816447 45.7 1.599874 45.7 1.4440785 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.338003 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.338003 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.333003 56.6 1.33												
28.6 2.726634 34.1 2.178400 9.6 1.840594 45.1 1.616431 50.6 1.459742 56.2 1.344261 56.2 1.344261 56.2 1.344261 56.2 1.344261 56.2 1.344261 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344251 56.2 1.344037 56.2 1.346037 56.6 1.340037 56.6 1.340037 56.6 1.340037 56.6 1.334033 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 1.333023 56.6 <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>-</td> <td></td> <td></td>										-		
28.7 2,713765 24.2 2,170800 39.7 1,835694 45.2 1,613077 50.7 1,457345 56.2 1,344269 28.8 2,701032 34.4 2,155788 39.9 1,826000 45.3 1,609744 50.9 1,452593 56.4 1,340763 29.0 2,675964 34.5 2,148378 40.0 1,821206 45.5 1,603143 51.0 1,450237 56.5 1,339023 29.1 2,663625 34.6 2,141032 40.0 1,821206 45.6 1,598748 51.1 1,447895 56.5 1,339023 29.3 2,63328 34.8 2,126526 40.3 1,807034 45.9 1,590191 51.4 1,440948 56.7 1,335572 29.5 2,615527 35.0 2,112264 40.5 1,797754 46.0 1,587005 51.5 1,438699 70.0 1,333496 29.8 2,569358 35.4 2,091318 40.8 1,784085 46.2 1,580691 51.5 1,434869 70.0 1,333492 30.1 2,546965 35.5 2,076439 41.0 1,775133 46.5 1,571370 46.6 1,588005 51.8 1,431870 77.3 1,323273 77.5 1,318847 30.4 2,51420 35.9 2,057552 41.3 1,761943 46.6 1,586302 52.1 1,422595 52.2 1,422995 56.6 1,3339023 46.8 1,552222 23.3 1,420807 77.1 1,318847												
28.8 2, 2701022 24,3 2,163262 39.9 1,826000 45,4 1,606433 50,8 1,462943 56,3 1,342511 56,4 1,340763 56,4 1,340763 56,6 1,337293 50,9 1,452593 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,6 1,337293 56,7 1,333557 56,7 1,333557 56,7 1,333557 56,7 1,33557 56,7 1,										,		
28.9 0. 2,688422 29.0 2,675964 34,5 2,148378 34,6 2,141032 34,6 2,141032 34,6 2,141032 34,6 2,141032 34,6 2,141032 34,7 2,133748 40,2 1,811723 45,6 1,599874 51,1 1,447895 56,6 1,337293 56,4 1,340762 52,9 3,2639328 34,8 2,119365 40,4 1,802377 45,8 1,593938 53,5 0,2112264 40,5 1,797754 40,6 1,587003 51,5 1,438659 50,7 1,335424 52,9 2,559358 53,4 2,015233 40,7 1,788608 40,7 1,788608 40,7 1,788608 40,7 1,788608 40,7 1,788608 40,7 1,788608 40,8 1,784085 46,4 1,5744458 51,9 1,444516 50,2 2,558105 35,5 2,077643 41,0 1,775133 46,5 1,579370 46,6 1,588032 51,7 1,434120 57,2 1,322710 50,0 2,558105 35,5 2,007643 41,1 1,7770705 46,6 1,588032 35,7 2,064194 41,0 1,775133 46,5 1,571370 46,6 1,588032 35,7 2,064194 41,1 1,7770705 46,6 1,588032 36,0 2,044432 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77608 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709 41,1 1,77709	_											
29.0 2,675964 34,5 2,148378 40,0 1,821206 45,5 1,603143 51,0 1,450237 56,5 1,339023 56,5 1,339023 56,5 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,339023 56,6 1,3393572 56,6 1,3393572 56,6 1,3393572 56,6 1,3393572 56,6 1,3393572 56,6 1,3393572 56,8 1,331839 56,8 1,331839 56,9 1,3335572 56,8 1,331839 56,9 1,3331662 56,9 1,3331662 56,9 1,332156 56,9 1,332156 56,9 1,332156 56,9 1,332156 56,9 1,332156 56,9 1,332156 50,0 1,558169 35,5 2,091318 40,6 1,797313 46,1 1,578458 1,9 1,427407 57,1 1,328762 50,3 2,555015 <td< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>-</td><td></td><td></td></td<>										-		
29.1 2,663625 34,6 2,141032 40,1 1,816447 42,2 2,651413 34,7 2,133748 40,2 1,811723 40,2 1,811723 45,6 1,599874 51,1 1,447895 56,6 1,337293 29,2 2,632366 34,9 2,119365 40,6 1,797754 40,6 1,59165 51,2 1,4436566 56,7 1,330462 52,9 2,603808 35,1 2,105223 40,6 1,79165 46,1 1,583388 51,6 1,436833 57,1 1,328776 57,0 1,330462 57,0 1,331429 57,0 1,330462 57,0 1,330462 57,0 1,331429 57,0 1,331729 57,0 1,331420 57,2 1,321710 57,3 1,331662 57,0 1,331420 57,2 1,322710 57,3 1,322710 57,3 1,322112 57,4 1,323731 57,4 1,323731 57,4 1,323731 57,5 1,322112 57,6 1,322112 57,6 1,322112 57,6 1,322112												
29.2 2,651413 34,7 2,133748 40,2 1,811723 45,7 1,59626 51,2 1,445566 56,7 1,333859 29.3 2,639328 34,9 2,119365 40,4 1,803277 45,9 1,593398 51,2 1,445566 56,8 1,333859 29,5 2,615527 35,0 2,112264 40,5 1,797154 46,0 1,587005 29,6 2,569328 35,2 2,098242 40,6 1,793165 46,0 1,588091 51,5 1,436583 57,1 1,332876 29,9 2,569358 35,5 2,098442 40,9 1,7787593 46,6 1,578370 51,6 1,446583 57,1 1,322732 30,0 2,558105 35,5 2,076434 41,2 1,7766309 41,5 1,757458 46,5 1,57370 51,1 1,425963 57,6 1,3220480 30,2 2,55015 35,8 2,059365 41,3 1,761943 46,5 1,562302 51,2 1,4241863										-		-
29.3 2,639328 23,4 2,126526 40,3 1,807033 45,9 1,59365 40,4 1,802377 45,9 1,59365 34,9 2,119365 40,4 1,802377 45,9 1,590705 1,14 1,440948 56,9 1,3332156 56,9 1,3332156 2,9 2,563808 35,1 2,102223 40,6 1,793165 46,0 1,587005 51,5 1,438693 57,0 1,3334256 57,2 1,332156 2,032822 2,98242 40,6 1,793165 46,1 1,583838 51,6 1,436833 57,2 1,332156 2,075633 40,8 1,784805 46,3 1,577565 51,8 1,431870 57,3 1,3224730 57,2 1,332170 3,224510 3,2257505 35,6 2,076934 41,1 1,776639 46,6 1,568302 52,1 1,442595 57,6 1,332897 57,6 1,322430 40,4 1,442795 3,4 2,54211 4,443410 57,2 1,332897 57,6 1,322430 4,1 1,757608 <										_		
29.4 2,627366 34,9 2,119365 40,4 1,802377 45,9 1,590191 51,4 1,440948 56,9 1,332156 29,5 2,603808 35,1 2,105223 36,0 2,172264 40,6 1,797754 46,0 1,587005 51,5 1,434629 57,0 1,332675 57,0 1,332672 2,92 2,569383 35,2 2,084452 40,7 1,788608 46,2 1,587055 51,6 1,436383 57,1 1,322773 57,2 1,322773 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322713 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,322710 57,2 1,42410												
29.5 2,615527 35,0 2,112264 40,5 1,797754 46,0 1,587005 51,5 1,438659 57,0 1,330462 29,6 2,603808 35,1 2,105223 40,6 1,793165 46,1 1,588383 51,6 1,436383 57,2 1,322776 29,9 2,569358 35,3 2,091318 40,8 1,784085 46,3 1,577458 51,6 1,436383 57,2 1,322776 30,0 2,558105 35,5 2,077643 41,0 1,775133 46,6 1,574458 51,9 1,429632 57,2 1,322432 30,2 2,558105 35,6 2,070891 41,1 1,776039 46,6 1,568302 52,1 1,425195 57,6 1,332480 30,2 2,543049 36,2 2,034422 41,2 1,766309 46,7 1,556222 52,2 1,422805 57,6 1,3320480 57,6 1,332480 57,6 1,332480 57,6 1,3320480 57,7 1,31897 57,7 <td></td>												
29.6 2.603808 35.1 2.105222 40.6 1.793165 46.1 1.583838 51.6 1.436383 57.1 1.328776 29.7 2.59208 35.2 2.098242 40.7 1.788608 46.2 1.583838 51.7 1.434120 57.3 1.325432 29.9 2.569358 35.4 2.084452 40.9 1.775133 46.5 1.571370 52.0 1.422405 57.6 1.320480 30.1 2.546965 35.6 2.076439 41.1 1.770705 46.6 1.565252 22.1 1.422195 57.6 1.320480 30.4 2.514202 35.9 2.059552 41.3 1.761943 46.8 1.56252 22.2 1.422995 57.6 1.320480 30.7 2.482997 36.1 2.031524 41.6 1.749030 47.1 1.553244 41.8662 52.5 1.41669 58.0 1.311899 31.0 2.45112 36.5 2.012552 42.0 1.732224 47.1	_											
29,7 2,592208 35,2 2,98242 40,7 1,788608 46,2 1,580691 51,7 1,434120 57,2 1,327100 52,9 2,569358 35,3 2,091318 40,8 1,778133 46,6 1,574458 51,9 1,429632 57,4 1,3223773 52,0 1,427407 57,5 1,322112 57,2 1,327100 57,3 1,3223773 52,0 1,424407 57,5 3,1325432 57,2 1,327100 57,4 1,3223773 52,0 1,424407 57,5 1,3221122 57,4 1,3223773 52,0 1,424407 57,5 1,3221122 57,5 1,322122 57,5 1,322122 57,5 1,322122 57,5 1,322122 57,6 1,320480 57,6 1,320480 57,6 1,320480 57,6 1,320480 57,7 1,318647 57,7 1,318647 57,8 1,31229,41413 1,761943 46,8 1,552218 52,2 1,421908 57,6 1,320480 57,7 1,318690 58,0 1,313999 46,7	_									-		
29.8 2,580726 35,3 2,091318 40,8 1,784085 46,3 1,577565 51,8 1,431870 57,3 1,325432 29.9 2,569358 35,4 2,084452 40,9 1,779593 46,4 1,574458 51,9 1,429632 57,4 1,323773 30,1 2,569656 35,6 2,070891 41,1 1,777075 46,5 1,568302 52,1 1,425195 57,5 1,322122 57,6 1,32080 30,3 2,525015 35,8 2,057552 41,1 1,777075 46,6 1,568302 52,1 1,422995 57,7 1,318817 57,8 1,317222 57,9 1,318247 57,7 1,318817 57,7 1,318817 57,7 1,318817 52,2 1,422995 57,7 1,318817 57,8 1,317222 57,9 1,318247 41,8 1,761943 46,6 1,568302 52,1 1,422995 57,7 1,318817 57,7 1,318817 52,0 1,4141818 56,6 2,031524 41,7										-		
29,9 2,569358 35,4 2,084452 40,9 1,779593 46,4 1,574458 51,9 1,429632 57,4 1,323773 30,0 2,584965 35,5 2,0707643 41,0 1,7770705 66,0 1,5731370 52,0 1,427407 57,5 1,322122 57,5 1,322123 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322182 57,5 1,322183 57,5 1,322183 57,5 1,322183 57,5 1,322183 57,5 1,322183 57,5 1,322182 57,7 1,318847 52,2 1,422995 57,7 1,318847 57,8 1,317222 57,8 1,317222 57,8 1,317222 57,8 1,317223 57,8 1,317233 4,1 1,556218 6,7 1,556218 52,4 1,414183 6,5 2,041413 6,7 2,05211												
30,0 2,558105 35,5 2,077643 41,0 1,775133 46,5 1,571370 52,0 1,427407 57,5 1,322122 57,6 1,320480 57,2 1,425199 57,6 1,320480 57,7 1,318847 57,6 1,320480 57,7 1,318847 57,7 1,318847 57,8 1,3172229 57,8 1,317229 57,7 1,318847 57,7 1,318847 57,8 1,317229 57,8 1,317229 57,8 1,31897 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,8 1,313299 57,7 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318506 57,7 1,318847 57,9 1,315606 52,9 1,414318 58,0 1,3132997 41,6 1,744785 47,2 1,550288 52,7 1,412179 58,0 1,313997 41,1 1,742179 52,2 1,4141818 58,0<										-		
30.1 2,546965 35,6 2,070891 41,1 1,770705 46,6 1,568302 52,1 1,425195 57,6 1,320480 30.2 2,535935 35,7 2,064194 41,3 1,761943 46,8 1,562222 46,8 1,562222 52,3 1,420807 57,8 1,31722 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318847 57,9 1,318597 52,6 1,414318 57,9 1,318597 52,6 1,414318 58,2 1,320848 41,7 1,7556218 41,7 1,7556218 41,7 1,7556218 41,7 1,7478030 41,7 1,742705 52,6 1,414318 58,2 1,313997 52,7 1,414318 52,7 1,414318 52,7 1,412719 58,1 1,318997 52,4 1,414318 52,7 1,4142519 53,6 1,405834 </td <td></td>												
30,2 2,535935 35,7 2,064194 41,2 1,766309 46,7 1,565252 52,2 1,422995 57,7 1,318847 30,3 2,555015 35,8 2,057552 41,4 1,757608 46,9 1,559211 52,4 1,418632 57,9 1,31506 30,6 2,492895 36,0 2,044432 41,6 1,749030 47,1 1,556218 47,0 1,556218 52,6 1,414318 58,0 1,313997 30,7 2,482397 36,2 2,031524 41,6 1,749030 47,1 1,556218 52,6 1,414318 58,1 1,313997 30,8 2,461707 36,4 2,018825 41,8 1,740571 47,3 1,54431 52,7 1,412179 58,2 1,310806 31,1 2,441415 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,6 1,538646 53,1 1,407937 58,6 1,300792 31,2 2,431414 36,7 1,959294 42,6 1,7188101												
30,3 2,525015 35,8 2,057552 41,3 1,761943 46,8 1,562222 52,3 1,420807 57,8 1,317222 30,5 2,503496 36,0 2,044432 36,0 2,0492895 36,1 2,037952 41,6 1,757608 46,9 1,559211 52,4 1,418632 57,9 1,313997 30,6 2,492895 36,2 2,031524 41,6 1,749030 41,7 1,550288 52,7 1,412179 58,1 1,31298 30,7 2,482397 36,2 2,012552 41,8 1,740571 47,3 1,547351 52,8 1,410053 58,3 1,309223 31,0 2,461512 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,5 1,538646 53,1 1,405834 58,5 1,30680 31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,2 1,728001 47,8 1,532295 53,3 1,399594 58,8 1,30680 31,4 2,431699 37,0 1,981933												
30,4 2,514202 35,9 2,050965 41,4 1,757608 46,9 1,559211 52,4 1,418632 57,9 1,315606 30,5 2,503496 36,0 2,0444322 41,5 1,753304 47,0 1,5552148 52,5 1,416469 58,1 1,313997 30,6 2,492897 36,2 2,031524 41,7 1,744785 47,2 1,550218 52,6 1,414318 58,1 1,313997 30,8 2,472002 36,3 2,025149 41,8 1,740571 47,2 1,550288 2,7 1,412179 58,2 1,310806 58,3 1,309223 58,3 1,309223 58,3 1,309223 58,3 1,309223 58,3 1,309223 58,6 1,3045431 52,9 1,407937 58,4 1,30766080 58,3 1,309223 58,5 1,3006080 58,5 1,309594 42,0 1,732229 47,6 1,538646 53,1 1,409743 58,6 1,3045745 58,7 1,300608 58,7 1,300608												•
30,5 2,503496 36,0 2,044432 41,5 1,753304 47,0 1,556218 52,5 1,416469 58,0 1,313997 30,6 2,492895 36,1 2,037952 41,6 1,749030 47,1 1,5552248 52,6 1,414318 58,1 1,312398 30,7 2,482397 36,3 2,025149 41,8 1,740571 47,3 1,5573244 52,7 1,412179 58,3 1,302239 30,9 2,461707 36,4 2,018825 41,9 1,736385 47,4 1,544431 52,9 1,407937 58,4 1,307647 31,0 2,451512 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,5 1,544331 53,0 1,403743 58,5 1,30080 31,1 2,4411699 36,9 1,988795 42,4 1,715889 47,9 1,530100 53,4 1,397537 58,6 1,304521 31,2 2,441699 37,0 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,522489												
30,6 2,492895 36,1 2,037952 41,6 1,749030 47,1 1,553244 52,6 1,414318 58,1 1,312398 30,7 2,482397 36,2 2,031524 41,7 1,744785 47,2 1,550288 47,2 1,412179 58,2 1,310806 30,9 2,461707 36,5 2,012552 42,0 1,732294 47,4 1,544311 52,8 1,410053 58,4 1,300643 31,1 2,441415 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,6 1,538646 53,1 1,405834 58,5 1,3009223 31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,2 1,728101 47,6 1,538646 53,1 1,405834 58,6 1,300920 31,5 2,401982 37,0 1,981933 42,5 1,711874 42,7 1,753899 42,5 1,711874 42,6 1,707886 48,1 1,532932 47,7 1,532930 53,5 1,403733 58,6 1,300427 58,7 <td></td> <td></td> <td></td> <td>,</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>				,								
30,7 2,482397 36,2 2,031524 41,7 1,744785 47,2 1,550288 52,7 1,412179 58,2 1,310806 30,8 2,472002 36,5 2,018825 41,9 1,736385 47,4 1,544311 52,9 1,407937 58,4 1,3007647 31,1 2,441415 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,5 1,544530 53,0 1,407937 58,5 1,3009223 31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,2 1,728101 47,6 1,538646 53,1 1,405834 58,5 1,3009203 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,6 1,718749 47,9 1,530100 53,1 1,405834 58,6 1,304521 53,1 1,405834 58,7 1,300920 53,1 1,405834 58,8 1,301080 52,9 1,401662 53,1 1,405834 53,1 1,405834 53,1 1,405834 53,1 1,3092934 53,1 1,304929 53,2 1				,								-
30,8 2,472002 36,3 2,025149 41,8 1,740571 47,3 1,547351 52,8 1,410053 58,3 1,309223 30,9 2,461707 36,4 2,018825 41,9 1,736385 47,4 1,544431 52,9 1,407937 58,4 1,307647 31,1 2,441415 36,6 2,000330 42,1 1,728101 47,5 1,538646 53,0 1,405834 58,6 1,304521 31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,3 1,719392 47,6 1,538646 53,2 1,401662 58,7 1,302970 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,715889 47,9 1,530100 48,0 1,527286 53,5 1,399594 58,7 1,302970 88,9 1,298364 53,6 1,394591 59,0 1,298364 53,6 1,394595 42,1 1,71874 48,0 1,527286 48,1 1,524490 48,1 1,524490 48,2 1,531840 53,6 1,3934										-		
30,9 2,461707 36,4 2,018825 41,9 1,736385 47,4 1,544431 52,9 1,407937 58,4 1,307647 31,0 2,451512 36,5 2,012552 42,0 1,732229 47,5 1,541530 53,0 1,405834 58,5 1,306080 31,1 2,441413 36,7 2,000157 42,1 1,724002 47,7 1,535780 53,1 1,401743 58,6 1,304521 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,711889 47,9 1,530100 53,1 1,401743 58,6 1,304521 31,5 2,401982 37,0 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,527286 43,1 1,397537 58,9 1,298829 31,6 2,392357 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 48,3 1,391435 59,1 1,296845 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,5162490												
31,0 2,451512 36,5 2,012552 42,0 1,732229 47,5 1,541530 53,0 1,405834 58,5 1,306080 31,1 2,441415 36,6 2,000157 42,2 1,724002 47,6 1,538646 53,1 1,403743 58,6 1,304521 31,2 2,421510 36,8 1,994034 42,2 1,719932 47,7 1,535780 53,2 1,401662 58,7 1,302970 31,4 2,411699 36,9 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,527286 53,3 1,399594 58,8 1,301427 31,6 2,392357 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,522480 53,6 1,393457 59,0 1,296845 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,7 1,703926 48,2 1,521710 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,513470												
31,1 2,441415 36,6 2,006330 42,1 1,728101 47,6 1,538646 53,1 1,403743 58,6 1,304521 31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,2 1,724002 47,7 1,535780 53,2 1,401662 58,7 1,302970 31,3 2,421510 36,8 1,994034 42,3 1,719932 47,8 1,532932 53,3 1,399594 58,8 1,301427 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,715889 47,9 1,530100 53,4 1,397537 58,9 1,299892 31,5 2,401982 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,5 1,393457 59,1 1,296845 59,2 1,295333 31,8 2,373377 37,3 1,964138 42,8 1,699992 48,3 1,518946 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,9 2,364750 37,5 1,952506 43,0 1,692205												
31,2 2,431414 36,7 2,000157 42,2 1,724002 47,7 1,535780 53,2 1,401662 58,7 1,302970 31,3 2,421510 36,8 1,994034 42,3 1,719932 47,8 1,532932 53,3 1,399594 58,8 1,301427 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,715889 47,9 1,530100 53,4 1,397537 58,9 1,299892 31,5 2,401982 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,6 1,393457 59,0 1,298364 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,8 1,699992 48,3 1,518946 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,9 1,3874210 59,2 1,295332 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,0 1,688523 48,6 1,510757												-
31,3 2,421510 36,8 1,994034 42,3 1,719932 47,8 1,532932 53,3 1,399594 58,8 1,301427 31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,715889 47,9 1,530100 53,4 1,397537 58,9 1,298982 31,5 2,401982 37,0 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,527286 53,5 1,395491 59,0 1,298364 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,8 2,373377 37,3 1,964138 42,9 1,696086 48,3 1,518946 53,7 1,391433 59,2 1,295333 32,0 2,354750 37,5 1,952506 43,0 1,698945 48,6 1,510470 54,0 1,385430 59,5 1,290843 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,6 1,510757										-		
31,4 2,411699 36,9 1,987959 42,4 1,715889 47,9 1,530100 53,4 1,397537 58,9 1,298982 31,5 2,401982 37,0 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,527286 53,5 1,395491 59,0 1,298364 31,6 2,392357 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,7 1,703926 48,2 1,521710 53,7 1,391433 59,2 1,295333 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,8 1,389421 59,4 1,293333 32,1 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,5 1,513470 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059										-		
31,5 2,401982 37,0 1,981933 42,5 1,711874 48,0 1,527286 53,5 1,395491 59,0 1,298364 31,6 2,392357 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,7 1,703926 48,2 1,521710 53,7 1,391433 59,2 1,295333 31,8 2,373377 37,3 1,964018 42,9 1,666086 48,4 1,516200 53,9 1,387420 59,4 1,293338 32,1 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,513470 54,1 1,383451 59,5 1,290843 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,1 1,3834812 59,6 1,287868 32,2 2,3369671 38,0 1,924209 43,5 1,6673193 49,0 1,500064 <td></td>												
31,6 2,392357 37,1 1,975954 42,6 1,707886 48,1 1,524490 53,6 1,393457 59,1 1,296845 31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,7 1,703926 48,2 1,521710 53,7 1,391433 59,2 1,295333 31,8 2,373377 37,3 1,964138 42,8 1,699992 48,3 1,518946 53,8 1,389421 59,3 1,293828 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,9 1,387420 59,4 1,293828 32,1 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,510757 54,1 1,385430 59,5 1,299843 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,688351 48,8 1,505378 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,3318521 37,9 1,929781 43,4 1,676944 48,8 1,5052713										-		
31,7 2,382822 37,2 1,970022 42,7 1,703926 48,2 1,521710 53,7 1,391433 59,2 1,295333 31,8 2,373377 37,3 1,964138 42,8 1,699992 48,3 1,518946 53,8 1,389421 59,3 1,293828 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,9 1,387420 59,4 1,292332 32,0 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,510757 54,0 1,385430 59,6 1,289362 32,2 2,345566 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,2 1,381482 59,7 1,287888 32,3 2,327453 37,8 1,935396 43,3 1,669464 48,9 1,502713 54,4 1,377577 59,9 1,284962 32,5 2,309671 38,0 1,924209 43,5 1,669466 49,1 1,497431												
31,8 2,373377 37,3 1,964138 42,8 1,699992 48,3 1,518946 53,8 1,389421 59,3 1,293828 31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,9 1,387420 59,4 1,292332 32,0 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,510757 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,336568 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,336568 37,7 1,941055 43,3 1,680721 48,7 1,508059 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,4 2,318521 37,8 1,935396 43,3 1,66076944 48,9 1,500064 54,4 1,377577 59,9 1,284962 32,5 2,309671 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,497431												
31,9 2,364020 37,4 1,958299 42,9 1,696086 48,4 1,516200 53,9 1,387420 59,4 1,292332 32,0 2,354750 37,5 1,952506 43,0 1,692205 48,5 1,513470 54,0 1,385430 59,5 1,290843 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,2 1,381482 59,7 1,287888 32,3 2,327453 37,8 1,935396 43,3 1,680721 48,8 1,505378 54,3 1,379524 59,9 1,287888 32,5 2,309671 38,0 1,924209 43,6 1,669464 48,9 1,500064 54,4 1,377577 59,9 1,284962 32,6 2,300902 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,497431 54,6 1,373715 50,0 1,282066 32,8 2,283601 38,3 1,907748 43,8 1,662088 49,3 1,494813										-		
32,0 2,354750 37,5 1,952506 43,0 1,692205 48,5 1,513470 54,0 1,385430 59,5 1,298362 32,1 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,510757 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,2 1,381482 59,7 1,287888 32,3 2,318521 37,9 1,929781 43,4 1,676944 48,9 1,500064 54,5 1,375641 60,0 1,283511 32,6 2,300902 38,1 1,91869 43,7 1,665765 43,9 1,500064 49,1 1,497431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,2 1,913193 43,8 1,662088 49,3 1,494211 54,6 1,373715 60,1 1,280629 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658435										-		
32,1 2,345566 37,6 1,946758 43,1 1,688351 48,6 1,510757 54,1 1,383451 59,6 1,289362 32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,2 1,381482 59,7 1,287888 32,3 2,327453 37,8 1,935396 43,3 1,680721 48,8 1,505378 54,3 1,379524 59,8 1,284962 32,5 2,309671 38,0 1,924209 43,5 1,66944 48,9 1,500064 54,5 1,375641 60,0 1,283511 32,6 2,300902 38,1 1,918680 43,7 1,665768 49,1 1,497431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,3 1,907748 43,8 1,662088 49,3 1,492211 54,8 1,369894 60,2 1,280629 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658407 49,4 1,487052										-		
32,2 2,336468 37,7 1,941055 43,2 1,684523 48,7 1,508059 54,2 1,381482 59,7 1,287888 32,3 2,327453 37,8 1,935396 43,3 1,680721 48,8 1,505378 54,3 1,379524 59,8 1,284962 32,4 2,318521 37,9 1,924209 43,5 1,673193 49,0 1,500064 54,5 1,375641 60,0 1,283511 32,6 2,300902 38,1 1,918680 43,7 1,665768 43,9 1,494813 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,3 1,90748 43,9 1,665088 49,3 1,492211 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,8 2,283601 38,3 1,902345 43,9 1,658435 49,3 1,482211 54,9 1,367999 60,2 1,28062 33,0 2,266612 38,5 1,896983 44,0 1,658407 49,5 1,487052												
32,3 2,327453 37,8 1,935396 43,3 1,680721 48,8 1,505378 54,3 1,379524 59,8 1,286421 32,4 2,318521 37,9 1,929781 43,4 1,676944 48,9 1,502713 54,4 1,377577 59,9 1,284962 32,5 2,300902 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,4947431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,3 1,907748 43,8 1,666768 49,2 1,494813 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,8 2,283601 38,3 1,907748 43,9 1,658485 49,3 1,492211 54,6 1,373715 60,2 1,280629 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658487 49,4 1,487052 54,9 1,367999 60,4 1,277777 33,0 2,266612 38,5 1,896983 44,0 1,654807 49,5 1,487052										-		
32,4 2,318521 37,9 1,929781 43,4 1,676944 48,9 1,502713 54,4 1,377577 59,9 1,284962 32,5 2,300902 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,497431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,3 1,907748 43,9 1,665765 49,2 1,494813 54,6 1,3737199 60,2 1,280629 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658435 49,8 1,487052 54,6 1,3737199 60,2 1,280629 33,0 2,266612 38,5 1,896983 44,0 1,658407 49,4 1,487052 55,0 1,366114 60,5 1,276361 33,1 2,258232 38,6 1,891662 44,1 1,651203 49,6 1,484496 55,1 1,364239 60,6 1,274953 33,3 2,244997 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429										-		-
32,5 2,309671 38,0 1,924209 43,5 1,673193 49,0 1,500064 54,5 1,375641 60,0 1,283511 32,6 2,300902 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,497431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,2 1,913193 43,7 1,662088 49,2 1,494813 54,7 1,371799 60,2 1,280629 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658435 49,4 1,489624 49,4 1,369999 60,4 1,277777 33,0 2,2685232 38,6 1,891662 44,1 1,6551203 49,6 1,484965 55,1 1,364239 60,5 1,274953 33,2 2,249927 38,7 1,886380 44,2 1,647622 49,7 1,481955 55,3 1,360521 60,7 1,273551 33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429	32,3	2,327453		1,935396		1,680721	48,8	1,505378	54,3	1,379524		
32,6 2,300902 38,1 1,918680 43,6 1,669466 49,1 1,497431 54,6 1,373715 60,1 1,282066 32,7 2,292212 38,2 1,913193 43,7 1,665765 49,2 1,494813 54,7 1,371799 60,2 1,280629 32,8 2,283601 38,3 1,907748 43,8 1,662088 49,3 1,492211 54,8 1,369894 60,2 1,280629 33,0 2,266612 38,5 1,896983 44,0 1,6584807 49,5 1,487052 55,0 1,366114 60,5 1,277777 33,1 2,258232 38,6 1,891662 44,1 1,651203 49,6 1,484496 55,1 1,364239 60,6 1,274953 33,2 2,2449927 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,6 1,272157		2,318521	37,9		43,4	1,676944	48,9		54,4	1,377577	59,9	
32,7 2,292212 38,2 1,913193 43,7 1,665765 49,2 1,494813 54,7 1,371799 60,2 1,280629 32,8 2,283601 38,3 1,907748 43,8 1,662088 49,3 1,492211 54,8 1,369894 60,2 1,280629 60,3 1,279199 60,3 1,279199 60,4 1,277777 60,4 1,277777 7,273561 7,273561 7,273561 7,2748496 7,274579 7,274561												
32,8 2,283601 38,3 1,907748 43,8 1,662088 49,3 1,492211 54,8 1,369894 60,3 1,279199 32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658435 49,4 1,489624 54,9 1,367999 60,4 1,277777 33,1 2,258232 38,6 1,891662 44,1 1,651203 49,6 1,484496 55,1 1,364239 60,6 1,274953 33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,8 1,272157										-		-
32,9 2,275068 38,4 1,902345 43,9 1,658435 49,4 1,489624 54,9 1,367999 60,4 1,277777 33,0 2,266612 38,5 1,891662 44,1 1,651203 49,6 1,484496 55,1 1,364239 60,6 1,274953 33,2 2,249927 38,7 1,886380 44,2 1,647622 49,7 1,481955 55,2 1,362375 60,7 1,273551 33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,8 1,272157							- /					
33,0 2,266612 33,1 2,258232 33,2 2,249927 33,3 2,241695 38,6 1,881139 44,0 1,654807 49,5 1,487052 49,6 1,484496 49,7 1,481955 49,8 1,481955 49,8 1,479429	_			1,907748		1,662088		1,492211	54,8	1,369894	60,3	1,279199
33,1 2,258232 38,6 1,891662 44,1 1,651203 49,6 1,484496 55,1 1,364239 60,6 1,274953 33,2 2,249927 38,7 1,886380 44,2 1,647622 49,7 1,481955 55,2 1,362375 60,7 1,273551 33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,8 1,272157	32,9	2,275068	38,4	1,902345	43,9	1,658435	49,4	1,489624	54,9	1,367999	60,4	1,277777
33,2 2,249927 33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,7 1,481955 55,2 1,362375 55,3 1,360521 60,7 1,273551 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,8 1,272157	33,0	2,266612	38,5	1,896983	44,0	1,654807	49,5	1,487052	55,0	1,366114	60,5	1,276361
33,3 2,241695 38,8 1,881139 44,3 1,644065 49,8 1,479429 55,3 1,360521 60,8 1,272157	33,1	2,258232	38,6	1,891662	44,1	1,651203	49,6	1,484496	55,1	1,364239	60,6	1,274953
	33,2	2,249927	38,7	1,886380	44,2	1,647622	49,7	1,481955	55,2	1,362375	60,7	1,273551
B3,4 2,233537 B8,9 1,875937 44,4 1,640531 49,9 1,476917 55,4 1,358676 60,9 1,270770	33,3	2,241695	38,8	1,881139	44,3	1,644065	49,8	1,479429	55,3	1,360521	60,8	1,272157
	33,4	2,233537	38,9	1,875937	44,4	1,640531	49,9	1,476917	55,4	1,358676	60,9	1,270770

TABELLA SINCLAIR FEMMINILE 2009-2012 (pag. 2)

Peso	Sin #										
61,0	1,269389	66,5	1,203015	72,0	1,151934	77,5	1,112290	83,0	1,081419	88,5	1,057431
61,1	1,268016	66,6	1,201964	72,1	1,151121	77,6	1,111657	83,1	1,080926	88,6	1,057049
61,2	1,266649	66,7	1,200918	72,2	1,150311	77,7	1,111027	83,2	1,080436	88,7	1,056670
61,3	1,265289	66,8	1,199877	72,3	1,149506	77,8	1,110400	83,3	1,079948	88,8	1,056292
61,4	1,263936	66,9	1,198840	72,4	1,148703	77,9	1,109775	83,4	1,079462	88,9	1,055915
61,5	1,262589	67,0	1,197809	72,5	1,147905	78,0	1,109154	83,5	1,078978	89,0	1,055541
61,6	1,261250	67,1	1,196782	72,6	1,147110	78,1	1,108535	83,6	1,078496	89,1	1,055168
61,7	1,259916	67,2	1,195760	72,7	1,146319	78,2	1,107919	83,7	1,078017	89,2	1,054797
61,8	1,258590	67,3	1,194743	72,8	1,145531	78,3	1,107306	83,8	1,077540	89,3	1,054428
61,9	1,257270	67,4	1,193731	72,9	1,144747	78,4	1,106696	83,9	1,077065	89,4	1,054061
62,0	1,255956	67,5	1,192724	73,0	1,143967	78,5	1,106088	84,0	1,076592	89,5	1,053695
62,1	1,254649	67,6	1,191721	73,1	1,143190	78,6	1,105483	84,1	1,076121	89,6	1,053331
62,2	1,253349	67,7	1,190723	73,2	1,142416	78,7	1,104881	84,2	1,075653	89,7	1,052969
62,3	1,252055	67,8	1,189730	73,3	1,141647	78,8	1,104282	84,3	1,075186	89,8	1,052608
62,4	1,250767	67,9	1,188741	73,4	1,140880	78,9	1,103685	84,4	1,074722	89,9	1,052250
62,5	1,249485	68,0	1,187757	73,5	1,140117	79,0	1,103091	84,5	1,074260	90,0	1,051893
62,6	1,248210	68,1	1,186778	73,6	1,139358	79,1	1,102500	84,6	1,073800	90,1	1,051537
62,7	1,246941	68,2	1,185803	73,7	1,138602	79,2	1,101911	84,7	1,073342	90,2	1,051184
62,8	1,245679	68,3	1,184833	73,8	1,137850	79,3	1,101326	84,8	1,072887	90,3	1,050832
62,9	1,244422	68,4	1,183867	73,9	1,137101	79,4	1,100742	84,9	1,072433	90,4	1,050481
63,0	1,243172	68,5	1,182906	74,0	1,136355	79,5	1,100162	85,0	1,071982	90,5	1,050133
63,1	1,241927	68,6	1,181949	74,1	1,135613	79,6	1,099584	85,1	1,071532	90,6	1,049786
63,2	1,240689	68,7	1,180997	74,2	1,134874	79,7	1,099008	85,2	1,071085	90,7	1,049441
63,3	1,239457	68,8	1,180050	74,3	1,134139	79,8	1,098436	85,3	1,070639	90,8	1,049097
63,4	1,238231	68,9	1,179106	74,4	1,133407	79,9	1,097866	85,4	1,070196	90,9	1,048755
63,5	1,237011	69,0	1,178167	74,5	1,132678	80,0	1,097298	85,5	1,069755	91,0	1,048415
63,6	1,235796	69,1	1,177233	74,6	1,131953	80,1	1,096733	85,6	1,069316	91,1	1,048077
63,7	1,234588	69,2	1,176303	74,7	1,131231	80,2	1,096171	85,7	1,068879	91,2	1,047740
63,8	1,233386	69,3	1,175377	74,8	1,130512	80,3	1,095611	85,8	1,068444	91,3	1,047404
63,9	1,232189	69,4	1,174455	74,9	1,129796	80,4	1,095053	85,9	1,068010	91,4	1,047071
64,0	1,230998	69,5	1,173538	75,0	1,129084	80,5	1,094499	86,0	1,067579	91,5	1,046739
64,1	1,229813	69,6	1,172625	75,1	1,128375	80,6	1,093946	86,1	1,067150	91,6	1,046408
64,2	1,228633	69,7	1,171716	75,2	1,127669	80,7	1,093397	86,2	1,066723	91,7	1,046079
64,3	1,227460	69,8	1,170811	75,3	1,126966	80,8	1,092849	86,3	1,066298	91,8	1,045752
64,4	1,226292	69,9	1,169911	75,4	1,126267	80,9	1,092304	86,4	1,065875	91,9	1,045426
64,5	1,225129	70,0	1,169015	75,5	1,125571	81,0	1,091762	86,5	1,065454	92,0	1,045102
64,6	1,223972	70,1	1,168123	75,6	1,124878	81,1	1,091222	86,6	1,065034	92,1	1,044780
64,7	1,222821	70,2	1,167235	75,7	1,124188	81,2	1,090685	86,7	1,064617	92,2	1,044459
64,8	1,221675	70,3	1,166351	75,8	1,123501	81,3	1,090150	86,8	1,064202	92,3	1,044140
64,9	1,220535	70,4	1,165471	75,9	1,122817	81,4	1,089617	86,9	1,063788	92,4	1,043822
65,0	1,219400	70,5	1,164595	76,0	1,122136	81,5	1,089087	87,0	1,063377	92,5	1,043506
65,1	1,218271	70,6	1,163724	76,1	1,121459	81,6	1,088560	87,1	1,062967	92,6	1,043191
65,2	1,217147	70,7	1,162856	76,2	1,120784	81,7	1,088034	87,2	1,062560	92,7	1,042878
65,3	1,216029	70,8	1,161993	76,3	1,120113	81,8	1,087511	87,3	1,062154	92,8	1,042566
65,4	1,214916	70,9	1,161133	76,4	1,119445	81,9	1,086991	87,4	1,061750	92,9	1,042256
65,5	1,213808	71,0	1,160277	76,5	1,118779	82,0	1,086473	87,5	1,061348	93,0	1,041948
65,6	1,212705	71,1	1,159426	76,6	1,118117	82,1	1,085957	87,6	1,060948	93,1	1,041641
65,7	1,211608	71,2	1,158578	76,7	1,117458	82,2	1,085443	87,7	1,060550	93,2	1,041336
65,8	1,210516	71,3	1,157734	76,8	1,116801	82,3	1,084932	87,8	1,060154	93,3	1,041032
65,9	1,209429	71,4	1,156894	76,9	1,116148	82,4	1,084424	87,9	1,059759	93,4	1,040729
66,0	1,208347	71,5	1,156058	77,0	1,115498	82,5	1,083917	88,0	1,059367	93,5	1,040428
66,1	1,207271	71,6	1,155226	77,1	1,114850	82,6	1,083413	88,1	1,058976	93,6	1,040129
66,2	1,206199	71,7	1,154397	77,2	1,114206	82,7	1,082911	88,2	1,058587	93,7	1,039831
66,3	1,205133	71,8	1,153572	77,3	1,113564	82,8	1,082411	88,3	1,058200	93,8	1,039535
66,4	1,204072	71,9	1,152752	77,4	1,112925	82,9	1,081914	88,4	1,057815	93,9	1,039240

TABELLA SINCLAIR FEMMINILE 2009-2012 (pag. 3)

		_				_		_	
Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #	Peso	Sin #
94,0	1,038946	99,5	1,024938	105,0	1,014626	110,5	1,007408	116,0	1,002814
94,1	1,038654	99,6	1,024719	105,1	1,014468	110,6	1,007302	116,1	1,002752
94,2	1,038364	99,7	1,024502	105,2	1,014312	110,7	1,007198	116,2	1,002691
94,3	1,038075	99,8	1,024286	105,3	1,014157	110,8	1,007094	116,3	1,002631
94,4	1,037787	99,9	1,024071	105,4	1,014003	110,9	1,006991	116,4	1,002571
94,5	1,037501	100,0	1,023858	105,5	1,013850	111,0	1,006888	116,5	1,002512
94,6	1,037216	100,1	1,023645	105,6	1,013697	111,1	1,006787	116,6	1,002454
94,7	1,036933	100,2	1,023434	105,7	1,013546	111,2	1,006686	116,7	1,002397
94,8	1,036651	100,3	1,023224	105,8	1,013396	111,3	1,006587	116,8	1,002340
94,9	1,036371	100,4	1,023015	105,9	1,013247	111,4	1,006488	116,9	1,002285
95,0	1,036092	100,5	1,022808	106,0	1,013099	111,5	1,006390	117,0	1,002229
95,1	1,035815	100,6	1,022601	106,1	1,012951	111,6	1,006293	117,1	1,002175
95,2	1,035538	100,7	1,022396	106,2	1,012805	111,7	1,006196	117,2	1,002121
95,3	1,035264	100,8	1,022192	106,3	1,012660	111,8	1,006101	117,3	1,002068
95,4	1,034990	100,9	1,021989	106,4	1,012516	111,9	1,006006	117,4	1,002016
95,5	1,034719	101,0	1,021787	106,5	1,012372	112,0	1,005912	117,5	1,001965
95,6	1,034448	101,1	1,021586	106,6	1,012230	112,1	1,005819	117,6	1,001914
95,7	1,034179	101,2	1,021387	106,7	1,012089	112,2	1,005727	117,7	1,001864
95,8	1,033911	101,3	1,021188	106,8	1,011948	112,3	1,005636	117,8	1,001814
95,9	1,033645	101,4	1,020991	106,9	1,011809	112,4	1,005545	117,9	1,001766
96,0	1,033380	101,5	1,020795	107,0	1,011670	112,5	1,005455	118,0	1,001718
96,1	1,0333116	101,6	1,020600	107,1	1,011533	112,6	1,005366	118,1	1,001670
96,2	1,032854	101,7	1,020406	107,1	1,011396	112,7	1,005378	118,2	1,001674
96,3	1,032593	101,7	1,020400	107,2	1,011390	112,8	1,005278	118,3	1,001024
96,4	1,032334	101,8			1,011261	112,8	1,005191		1,001578
			1,020022	107,4				118,4	
96,5	1,032076	102,0	1,019832	107,5	1,010992	113,0	1,005019	118,5	1,001488
96,6	1,031819	102,1	1,019643	107,6	1,010860	113,1	1,004934	118,6	1,001444
96,7	1,031563	102,2	1,019455	107,7	1,010728	113,2	1,004850	118,7	1,001401
96,8	1,031309	102,3	1,019267	107,8	1,010597	113,3	1,004767	118,8	1,001359
96,9	1,031056	102,4	1,019082	107,9	1,010467	113,4	1,004684	118,9	1,001317
97,0	1,030805	102,5	1,018897	108,0	1,010338	113,5	1,004603	119,0	1,001276
97,1	1,030555	102,6	1,018713	108,1	1,010210	113,6	1,004522	119,1	1,001236
97,2	1,030306	102,7	1,018530	108,2	1,010083	113,7	1,004442	119,2	1,001196
97,3	1,030059	102,8	1,018349	108,3	1,009956	113,8	1,004362	119,3	1,001157
97,4	1,029812	102,9	1,018168	108,4	1,009831	113,9	1,004284	119,4	1,001119
97,5	1,029568	103,0	1,017989	108,5	1,009707	114,0	1,004206	119,5	1,001081
97,6	1,029324	103,1	1,017811	108,6	1,009583	114,1	1,004129	119,6	1,001044
97,7	1,029082	103,2	1,017634	108,7	1,009461	114,2	1,004053	119,7	1,001008
97,8	1,028841	103,3	1,017458	108,8	1,009339	114,3	1,003978	119,8	1,000972
97,9	1,028601	103,4	1,017283	108,9	1,009218	114,4	1,003903	119,9	1,000937
98,0	1,028363	103,5	1,017109	109,0	1,009099	114,5	1,003829	120,0	1,000903
98,1	1,028126	103,6	1,016936	109,1	1,008980	114,6	1,003756	120,1	1,000869
98,2	1,027890	103,7	1,016764	109,2	1,008862	114,7	1,003684	120,2	1,000836
98,3	1,027655	103,8	1,016593	109,3	1,008745	114,8	1,003613	120,3	1,000804
98,4	1,027422	103,9	1,016423	109,4	1,008628	114,9	1,003542	120,4	1,000772
98,5	1,027190	104,0	1,016255	109,5	1,008513	115,0	1,003472	120,5	1,000741
98,6	1,026959	104,1	1,016087	109,6	1,008399	115,1	1,003403	120,6	1,000711
98,7	1,026729	104,2	1,015921	109,7	1,008285	115,2	1,003334	120,7	1,000681
98,8	1,026501	104,3	1,015755	109,8	1,008172	115,3	1,003266	120,8	1,000652
98,9	1,026274	104,4	1,015591	109,9	1,008060	115,4	1,003199	120,9	1,000624
99,0	1,026048	104,5	1,015427	110,0	1,007950	115,5	1,003133	121,0	1,000596
99,1	1,025824	104,6	1,015265	110,1	1,007840	115,6	1,003068	121,1	1,000569
99,2	1,025600	104,7	1,015104	110,1	1,007340	115,7	1,003003	121,2	1,000543
99,3	1,025378	104,7	1,013104	110,2	1,007730	115,7	1,003003	121,2	1,000545
99,3	1,025157	104,8	1,014943	110,3	1,007622	115,8	1,002939	121,3	1,000317
25,4	1,023137	104,9	1,014/04	110,4	1,00/515	113,9	1,0028/6	121,4	1,000492

TABELLA SINCLAIR MASTER 2010

=	ANNO	ETA'	COEFFICIENTE
MASTER "45"	1965	45	1,19
= ~	1966	44	1,17
	1967	43	1,16
AS	1968	42	1,15
Ž	1969	41	1,13
	ANNO	ETA'	COEFFICIENTE
	1955	55	1,36
	1956	54	1,33
2"	1957	53	1,31
MASTER "55"	1958	52	1,29
ER	1959	51	1,27
ST	1960	50	1,26
₹	1961	49	1,24
_	1962	48	1,23
	1963	47	1,21
	1964	46	1,20
	ANNO	ETA'	COEFFICIENTE
	1945	65	1,65
_	1946	64	1,62
MASTER "65"	1947	63	1,59
-	1948	62	1,56
臣	1949	61	1,53
\S	1950	60	1,50
È	1951	59	1,47
	1952	58	1,44
	1953	57	1,41
	1954	56	1,38
	ANNO	ETA'	COEFFICIENTE
	1944	66	1,69
	1943	67	1,73
	1942 1941	68	1,77
_		69	1,82
92	1940	70	1,87
<u>+</u>	1939	71	1,92
ER .	1938	72	1,98
STI	1937	73	2,04
MASTER "+65"	1936 1935	74 75	2,11 2,18
2			
	1934	76	2,26
	1933	77	2,35
	1932	78	2,45
	1931	79	2,57
	1930	80	2,71

BIATHLON ATLETICO - TABELLA COMPARATIVA DELLA CORSA SUI 2000 METRI M/F (pag. 1)

Tempo	Punti	Tempo	Punti	Tempo	Punti	Tempo	Punti
5.30	200,00	6.19	180,40	7.08	160,80	7.57	141,20
5.31	199,60	6.20	180,00	7.09	160,40	7.58	140,80
5.32	199,20	6.21	179,60	7.10	160,00	7.59	140,40
5.33	198,80	6.22	179,20	7.11	159,60	8.00	140,00
5.34	198,40	6.23	178,80	7.12	159,20	8.01	139,60
5.35	198,00	6.24	178,40	7.13	158,80	8.02	139,20
5.36	197,60	6.25	178,00	7.14	158,40	8.03	138,80
5.37	197,20	6.26	177,60	7.15	158,00	8.04	138,40
5.38	196,80	6.27	177,20	7.16	157,60	8.05	138,00
5.39	196,40	6.28	176,80	7.17	157,20	8.06	137,60
5.40	196,00	6.29	176,40	7.18	156,80	8.07	137,20
5.41	195,60	6.30	176,00	7.19	156,40	8.08	136,80
5.42	195,20	6.31	175,60	7.20	156,00	8.09	136,40
5.43	194,80	6.32	175,20	7.21	155,60	8.10	136,00
5.44	194,40	6.33	174,80	7.22	155,20	8.11	135,60
5.45	194,00	6.34	174,40	7.23	154,80	8.12	135,20
5.46	193,60	6.35	174,00	7.24	154,40	8.13	134,80
5.47	193,20	6.36	173,60	7.25	154,00	8.14	134,40
5.48	192,80	6.37	173,20	7.26	153,60	8.15	134,00
5.49	192,40	6.38	172,80	7.27	153,20	8.16	133,60
5.50	192,00	6.39	172,40	7.28	152,80	8.17	133,20
5.51	191,60	6.40	172,00	7.29	152,40	8.18	132,80
5.52	191,20	6.41	171,60	7.30	152,00	8.19	132,40
5.53	190,80	6.42	171,20	7.31	151,60	8.20	132,00
5.54	190,40	6.43	170,80	7.32	151,20	8.21	131,60
5.55	190,00	6.44	170,40	7.33	150,80	8.22	131,20
5.56	189,60	6.45	170,00	7.34	150,40	8.23	130,80
5.57	189,20	6.46	169,60	7.35	150,00	8.24	130,40
5.58	188,80	6.47	169,20	7.36	149,60	8.25	130,00
5.59	188,40	6.48	168,80	7.37	149,20	8.26	129,60
6.00	188,00	6.49	168,40	7.38	148,80	8.27	129,20
6.01	187,60	6.50	168,00	7.39	148,40	8.28	128,80
6.02	187,20	6.51	167,60	7.40	148,00	8.29	128,40
6.03	186,80	6.52	167,20	7.41	147,60	8.30	128,00
6.04	186,40	6.53	166,80	7.42	147,20	8.31	127,60
6.05	186,00	6.54	166,40	7.43	146,80	8.32	127,20
6.06	185,60	6.55	166,00	7.44	146,40	8.33	126,80
6.07	185,20	6.56	165,60	7.45	146,00	8.34	126,40
6.08	184,80	6.57	165,20	7.46	145,60	8.35	126,00
6.09	184,40	6.58	164,80	7.47	145,20	8.36	125,60
6.10	184,00	6.59	164,40	7.48	144,80	8.37	125,20
6.11	183,60	7.00	164,00	7.49	144,40	8.38	124,80
6.12	183,20	7.01	163,60	7.50	144,00 143,60	8.39	124,40
6.13 6.14	182,80 182,40	7.02	163,20	7.51		8.40	124,00 123,60
		7.03	162,80 162,40	7.52	143,20 142,80	8.41	
6.15 6.16	182,00 181,60	7.04 7.05	162,40	7.53 7.54	142,40	8.42 8.43	123,20 122,80
6.17	181,20	7.05	161,60	7.55	142,40	8.44	122,40
6.17	180,80	7.07	161,80	7.56	142,00	8.45	122,40
0.10	100,00	7.07	101,20	7.50	141,00	0.43	122,00

BIATHLON ATLETICO - TABELLA COMPARATIVA DELLA CORSA SUI 2000 METRI M/F (pag. 2)

Tempo	Punti	Tempo	Punti	Tempo	Punti	Tempo	Punti
8.46	121,60	9.35	102,00	10.24	82,40	11.13	62,80
8.47	121,20	9.36	101,60	10.25	82,00	11.14	62,40
8.48	120,80	9.37	101,20	10.26	81,60	11.15	62,00
8.49	120,40	9.38	100,80	10.27	81,20	11.16	61,60
8.50	120,00	9.39	100,40	10.28	80,80	11.17	61,20
8.51	119,60	9.40	100,00	10.29	80,40	11.18	60,80
8.52	119,20	9.41	99,60	10.30	80,00	11.19	60,40
8.53	118,80	9.42	99,20	10.31	79,60	11.20	60,00
8.54	118,40	9.43	98,80	10.32	79,20	11.21	59,60
8.55	118,00	9.44	98,40	10.33	78,80	11.22	59,20
8.56	117,60	9.45	98,00	10.34	78,40	11.23	58,80
8.57	117,20	9.46	97,60	10.35	78,00	11.24	58,40
8.58	116,80	9.47	97,20	10.36	77,60	11.25	58,00
8.59	116,40	9.48	96,80	10.37	77,20	11.26	57,60
9.00	116,00	9.49	96,40	10.38	76,80	11.27	57,20
9.01	115,60	9.50	96,00	10.39	76,40	11.28	56,80
9.02	115,20	9.51	95,60	10.40	76,00	11.29	56,40
9.03	114,80	9.52	95,20	10.41	75,60	11.30	56,00
9.04	114,40	9.53	94,80	10.42	75,20	11.31	55,60
9.05	114,00	9.54	94,40	10.43	74,80	11.32	55,20
9.06	113,60	9.55	94,00	10.44	74,40	11.33	54,80
9.07	113,20	9.56	93,60	10.45	74,00	11.34	54,40
9.08	112,80	9.57	93,20	10.46	73,60	11.35	54,00
9.09	112,40	9.58	92,80	10.47	73,20	11.36	53,60
9.10	112,00	9.59	92,40	10.48	72,80	11.37	53,20
9.11	111,60	10.00	92,00	10.49	72,40	11.38	52,80
9.12	111,20	10.01	91,60	10.50	72,00	11.39	52,40
9.13	110,80	10.02	91,20	10.51	71,60	11.40	52,00
9.14	110,40	10.03	90,80	10.52	71,20	11.41	51,60
9.15	110,00	10.04	90,40	10.53	70,80	11.42	51,20
9.16	109,60	10.05	90,00	10.54	70,40	11.43	50,80
9.17	109,20	10.06	89,60	10.55	70,00	11.44	50,40
9.18	108,80	10.07	89,20	10.56	69,60	11.45	50,00
9.19	108,40	10.08	88,80	10.57	69,20	11.46	49,60
9.20	108,00	10.09	88,40	10.58	68,80	11.47	49,20
9.21	107,60	10.10	88,00	10.59	68,40	11.48	48,80
9.22	107,20	10.11	87,60	11.00	68,00	11.49	48,40
9.23 9.24	106,80 106,40	10.12 10.13	87,20 86,80	11.01 11.02	67,60	11.50 11.51	48,00 47,60
9.24	106,40	10.13	86,40	11.02	67,20 66,80	11.51	47,80
9.26	105,60	10.14	86,00	11.03	66,40	11.53	46,80
9.27	105,20	10.15	85,60	11.04	66,00	11.54	46,40
9.27	103,20	10.17	85,20	11.05	65,60	11.54	46,00
9.28	104,80	10.17	84,80	11.00	65,20	11.56	45,60
9.30	104,40	10.18	84,40	11.07	64,80	11.57	45,20
9.31	103,60	10.19	84,00	11.08	64,40	11.58	44,80
9.32	103,00	10.21	83,60	11.10	64,00	11.59	44,40
9.33	102,80	10.21	83,20	11.11	63,60	12.00	44,00
9.34	102,40	10.23	82,80	11.11	63,20	+12.00	30,00
5.54	102,40	10.23	02,00	11.12	03,20	+12.00	30,00