

REGOLAMENTO PODISTICO CANTONALE

(*versione 2026; in blu le sostanziali modifiche rispetto all'anno precedente*)

DISPOSIZIONI GENERALI

Art. 1 **Base legale**

Il presente Regolamento trova la sua base legale nello Statuto cantonale ASTi. Le competenze della Commissione tecnica podismo e staffette (in seguito CTPS) per l'elaborazione del "Regolamento podistico cantonale" sono stabilite [dagli art. 18 e 19](#) dello Statuto ASTi.

Art. 2 **Finalità**

L'ASTi, tramite la CTPS, promuove e coordina l'attività podistica nel Canton Ticino e nel Moesano.

Art. 3 **Applicabilità del regolamento**

Il Regolamento podistico cantonale è valido per le manifestazioni ufficiali ASTi organizzate in proprio o tramite altre società.

A. MANIFESTAZIONI UFFICIALI ASTi

Art. 4 **Organizzazione**

Sono considerate manifestazioni ufficiali dell'ASTi:

- le gare di Coppa ASTi o Campionato ASTi di podismo;
- le gare di Coppa ASTi o Campionato ASTi di montagna;
- le gare di Coppa ASTi trail o Campionato ASTi di trail;
- le gare del Trofeo ASTi staffette (TAS);
- le altre manifestazioni e le altre gare approvate dalla CTPS;

L'organizzazione di queste può essere assegnata, di regola, solamente a società affiliate all'ASTi.

Deroghe a questa disposizione possono essere concesse dalla CTPS.

Art. 5 **Regolamenti particolari**

In generale valgono i regolamenti delle singole gare, che però non devono essere in contrasto con il presente regolamento e con gli altri regolamenti ASTi.

Art. 6 **Calendario e disposizioni**

La CTPS allestisce ogni anno il calendario podistico cantonale e stabilisce i regolamenti delle manifestazioni ufficiali dell'ASTi.

Art. 7 **Partecipanti, partecipazione, dati e immagini**

La partecipazione alle gare podistiche è aperta a tutti e non è richiesta alcuna tessera.

Gli atleti possono partecipare come indipendenti o affiliati a una società. È pure tollerata la partecipazione come gruppi o ditte, ma non sono ammesse (nel campo "società")

REGOLAMENTO PODISTICO CANTONALE ASTI

diciture fantasiose che risultino offensive, discriminanti, volgari o a scopo di propaganda.

Durante le manifestazioni e gli eventi del calendario ASTi potranno essere effettuate delle riprese video e/o fotografiche. Le immagini o video saranno utilizzate liberamente dall'ASTi a fini pubblicitari o per pubblicazioni. Chi non desidera essere incluso in queste pubblicazioni e non vuole che la propria immagine (in cui sia chiaramente riconoscibile) venga divulgata, deve annunciarlo per iscritto all'ASTi prima dello svolgimento dell'evento.

Art. 8 Categorie di età

U10M	9 anni e meno	U10F	9 anni e meno
U12M	10-11 anni	U12F	10-11 anni
U14M	12-13 anni	U14F	12-13 anni
U16M	14-15 anni	U16F	14-15 anni
U18M	16-17 anni	U18F	16-17 anni
U20M	18-19 anni	U20F	18-19 anni
	o 19 anni e meno		o 19 anni e meno
M20	20-39 anni	F20	20-39 anni
	o 39 anni e meno*		o 39 anni e meno*
M40	40-49 anni	F40	40-49 anni
M50	50-59 anni	F50	50 anni e più
M60	60 anni e più	F60	60 anni e più
M70	70 anni e più		

**se include la categoria U18+U20 (quando non è prevista)*

L'assegnazione alla rispettiva categoria decorre dal 1° gennaio dell'anno del compimento dell'età determinante.

I regolamenti specifici delle manifestazioni ufficiali ASTi stabiliscono quali categorie d'età entrano in considerazione per le diverse Coppe e Campionati.

Art. 8 b Categoria facoltativa #Corro anch'io

- categoria unica senza distinzione di sesso o di età;
- nella medesima manifestazione, gli iscritti a questa categoria non possono essere iscritti contemporaneamente anche a una delle altre categorie ASTi del punto 8;
- non viene stilata una classifica di merito ma solo in ordine alfabetico;
- sono vietate forme di premiazione basate sul merito. È possibile una premiazione a sorteggio;
- i concorrenti devono percorrere lo stesso tracciato delle altre categorie ASTi;
- la categoria deve preferibilmente partire assieme agli altri partecipanti della gara principale, ma può avere anche una partenza differenziata. Resta comunque da osservare il punto precedente.
- può essere introdotto un tempo limite
- questa categoria è una categoria ASTi a tutti gli effetti e per quanto non concerne i punti precedenti sottostà ai regolamenti ASTi.

Art. 9 Titoli di Campione/Campionessa ASTi

Possono essere attribuiti i seguenti titoli di “Campione ASTi” o di “Campionessa ASTi”:

- podismo;
- montagna;
- per società;
- trail
- altri eventi stabiliti dalla CTPS.

I titoli potranno essere assegnati:

- ad atleti domiciliati o residenti in Ticino o Moesano dal 1° gennaio e facenti parte da inizio stagione di una società affiliata all’ASTi (stranieri solo con permesso di soggiorno B o C);
- a squadre affiliate all’ASTi costituite in Ticino o nel Moesano entro il 1° gennaio dell’anno in cui si assegna il titolo;
- ad atleti originari del Ticino, residenti fuori Cantone, facenti parte di una società affiliata all’ASTi, che ne fanno richiesta scritta alla Commissione tecnica podismo e staffette entro il 15 marzo dell’anno in cui si assegna il titolo.
(La richiesta, da rinnovare ogni anno, deve essere corredata dalla fotocopia di un documento di identità comprovante l’origine ticinese e da una dichiarazione della società di appartenenza).
- solo per i titoli di trail: gli/le atleti/e in possesso della tessera ASTi trail (vedi regolamento Coppa ASTi trail) che adempiono i requisiti sopraindicati

Art. 10 Programma manifestazioni

Il programma definitivo e completo di ogni manifestazione ASTi deve essere inoltrato al responsabile del sito www.asti-ticino.ch e al delegato ASTi (per posta o mail) almeno 14 giorni prima del suo svolgimento.

Art. 11 Tasse di iscrizione

La CTPS ha la facoltà di fissare un massimo per le tasse d’iscrizione alle gare ASTi. Per le iscrizioni sul posto è tollerato un sovrapprezzo che in linea di massima non deve superare CHF 5.00 e dev’essere introdotto al massimo a partire da 5 giorni prima dello svolgimento della gara. Fanno eccezione le gare giovanili (nessun sovrapprezzo) e le gare con più di 300 partecipanti.

Art. 12 Percorso gare

Il percorso delle gare ufficiali deve essere approvato dalla CTPS. Le corse su strada o con attraversamenti di strade pubbliche devono essere autorizzate dalla Sezione circolazione.

Art. 13 Demarcazione percorso e sicurezza

Il percorso deve essere chiaramente segnalato (per esempio con bandierine, transenne, corde o nastri) in modo da evitare deviazioni o scorciatoie. La demarcazione deve assicurare la massima sicurezza dei concorrenti e del pubblico.

Art. 14 Lunghezza gare

Non vi sono limitazioni alla lunghezza delle gare podistiche. Fanno eccezione le gare per le categorie U16 per le quali la lunghezza massima è di 5 chilometri.

Art. 15 Indicazione distanze

Nelle gare di podismo la progressione o la regressione della distanza deve essere indicata mediante tavole ben visibili ogni chilometro.

Nelle gare di montagna (salita) in alternativa si può indicare la progressione o regressione del dislivello.

Art. 16 Maschi/Femmine

Nelle gare podistiche è ammessa la partecipazione contemporanea di concorrenti maschili e femminili.

Art. 17 Abbigliamento

Durante le gare (incluso la premiazione) è proibito portare indumenti con indicazioni che reclamizzano prodotti alcolici e di tabacco. La contravvenzione comporta la squalifica.

Durante le gare (incluso la premiazione) i concorrenti devono indossare la maglia della società per cui gareggiano, oppure una neutra (non una maglia di un'altra [società, associazione o gruppo sportivo](#)).

[Eventuali reclami sono da inoltrare alla CTPS ASTi entro 5 giorni dalla pubblicazione delle classifiche ASTi.](#)

Art. 18 Condizioni meteorologiche e avvenimenti eccezionali

In caso di condizioni meteorologiche particolarmente avverse (maltempo o grande calura) o avvenimenti eccezionali, gli organizzatori possono modificare l'orario di partenza di una gara, annullarla o rinviarla ad altra data dandone tempestiva comunicazione al delegato ASTi designato e agli atleti.

Art. 19 Rifornimenti, assistenza sanitaria e servizi

Il rifornimento con acqua sul percorso e all'arrivo deve sempre essere garantito; il numero dei rifornimenti deve essere adeguato alla lunghezza del percorso e alle condizioni climatiche. Per le gare giovanili (U16), le staffette di paese (trofeo TAS) e le gare in pista fino ai 5'000 metri, è sufficiente un rifornimento all'arrivo.

All'arrivo dev'essere garantita l'assistenza sanitaria (servizio samaritani).

Sul percorso va garantita la sicurezza e l'assistenza.

Nella zona di ritrovo o nella zona di partenza devono essere a disposizione dei servizi igienici.

Art. 20 Fairplay e squalifiche

Un concorrente che spinga, si faccia strada a gomitate, tagli la strada oppure ostacoli un avversario impedendogli di avanzare può essere squalificato dall'organizzatore.

Anche il concorrente che non rispetta il percorso segnalato è punito con la squalifica (vedi art. 20b). In caso di recidiva la sanzione può essere estesa ad un determinato periodo di esclusione dalle competizioni ASTi a giudizio della CTPS in accordo con i singoli organizzatori.

Art. 20b Taglio volontario o errore di percorso

Il comportato taglio volontario o l'errore di percorso comportano la squalifica del concorrente, eccetto in caso di comprovato errore di segnalazione del percorso da

imputare all'organizzazione oppure se il concorrente in errore, nell'accorgersi dell'infrazione, torna sui suoi passi e riprende il percorso corretto e **riprende il percorso senza trarne vantaggio. Il comprovato taglio volontario comporta invece sia la squalifica dalla gara sia ulteriori sanzioni stabilite dalla CTPS.** Le contestazioni vanno comunicate agli organizzatori o al delegato ASTi tempestivamente, al massimo entro **30** minuti dopo l'arrivo dell'ultimo concorrente. Il verdetto finale è a carico degli organizzatori e del delegato ASTi che deve essere consultato e deve prendere parte alla discussione e alla risoluzione del caso. I concorrenti che utilizzano sistemi di rilevazione satellitare sono tenuti a fornire, in sede di eventuale contestazione, la traccia del percorso effettuato. Il rifiuto comporta la squalifica immediata.

Art. 21 Accompagnamento e mezzi ausiliari

Persone non in gara non possono accompagnare i concorrenti, facendo loro l'andatura, anche per brevi tratti. L'infrazione comporta per il concorrente sanzioni che possono arrivare fino alla squalifica.

Nelle gare ufficiali ASTi è fatto divieto dell'uso di mezzi non compatibili con la corsa che possono favorire l'atleta o creare pericoli d'intralcio o infortunio (una decisione in merito spetta comunque al singolo organizzatore).

Come da regolamento internazionale, durante le competizioni, è sconsigliato l'uso degli auricolari per ascoltare musica o qualsiasi altro strumento simile. L'ASTi invita gli organizzatori a vietare il loro utilizzo durante le manifestazioni ASTi.

Art. 22 Classifica

Dopo l'arrivo dei concorrenti l'organizzazione elaborerà il più presto possibile la classifica che dovrà essere inviata a ASTi entro 48 ore e dovrà comprendere:

- rango assoluto, rango di categoria secondo categorie ASTi, nome, cognome, anno di nascita, società, domicilio, tempo impiegato;
- dovranno essere indicati anche i concorrenti ritirati o squalificati;
- nelle gare a squadre o staffette devono essere indicati i nominativi dei concorrenti che compongono le squadre classificate.
- Reclami sull'ordine di arrivo delle singole gare devono essere trasmessi ai rispettivi organizzatori entro 24 ore dallo svolgimento della gara, salvo termini di reclami più brevi stabiliti dagli organizzatori stessi nei loro regolamenti.

Art. 23 Delegato ASTi

La CTPS designa un delegato ASTi a tutte le gare ASTi.

Il delegato ASTi è di supporto all'organizzatore in caso di reclami o ricorsi.

Il delegato ASTi fa parte della giuria in caso di reclami o ricorsi.

Il delegato ASTi redige il rapporto di gara in accordo con l'organizzazione.

B. SOCIETA'

Art. 24 Definizione

Sono considerate società quelle costituite ai sensi degli art. 60 e seguenti del CCS.

Non possono essere considerate società quelle costituite ad hoc per partecipare a singole manifestazioni (per esempio: classi scolastiche, scuole reclute, squadre composte da atleti di più società podistiche, ecc.)

Art. 25 **Responsabilità**

Ogni società organizzatrice di gare podistiche deve essere in possesso di un'assicurazione responsabilità civile.

Ogni società organizzatrice è responsabile della sicurezza e svolgimento della propria manifestazione, vedi anche articolo 28.

C. ATLETI

Art. 26 **Affiliazione**

Nel corso di un anno civile un atleta deve svolgere la propria attività podistica (podismo, montagna, trail e staffette) per una sola società **ASTi**. Fa eccezione il caso in cui vi sia un cambiamento di domicilio o di residenza, previa approvazione della CTPS (la richiesta deve essere inoltrata alla CTPS tramite il presidente prima di effettuare il mutamento).

Art. 27 **Doping**

Il doping è proibito. In materia fanno stato le disposizioni delle Federazioni nazionali ed internazionali.

Art. 28 **Responsabilità**

Ogni concorrente corre a proprio rischio e pericolo.

L'atleta deve presentarsi in buone condizioni fisiche.

È auspicabile un controllo medico regolare.

Art. 29 **Categorie**

29a Nel corso di una manifestazione è possibile partecipare solo nella categoria corrispondente alla propria classe d'età secondo l'articolo 8.

Non sono toccate da questa limitazione le camminate, le prove di walking, di nordic walking o altre attività non prettamente podistiche inserite nella manifestazione.

L'infrazione a questa regola comporta la squalifica dell'atleta (o della squadra in cui partecipa). All'atleta o alla squadra verranno pure tolti eventuali punti per le Coppe o Trofei ASTi. La squalifica dalla gara deve avvenire da parte dell'organizzatore, che può anche decidere di ritirare l'eventuale premio, se già assegnato.

29b I giovani fino alla categoria U16 compresa, nel corso della stessa manifestazione, nello stesso giorno possono partecipare a una sola gara.

Non sono toccate da questa limitazione le camminate, le prove di walking, di nordic walking o altre attività non prettamente podistiche inserite nella manifestazione, così come manifestazioni in cui viene esplicitamente concessa una deroga da parte della CTPS.

L'infrazione a questa regola comporta la squalifica dell'atleta (o della squadra in cui partecipa) nella seconda gara in cui viene classificato (in ordine di tempo), per la quale all'atleta o alla squadra verranno pure tolti eventuali punti per le Coppe o Trofei ASTi. In caso di recidiva o di parere negativo già comunicato dal delegato ASTi o dall'organizzatore prima della partenza della gara, l'atleta o la squadra verranno squalificati da entrambe le gare (e tolti eventuali punti ASTi). La squalifica dalla gara deve avvenire da parte dell'organizzatore, che può anche decidere di ritirare l'eventuale premio, se già assegnato.

- 29c Nel corso della stessa manifestazione non è possibile partecipare a due gare che partono contemporaneamente. L'infrazione a questa regola comporta la squalifica dell'atleta (o della squadra in cui partecipa) nella seconda gara in cui viene classificato (in ordine di tempo), per la quale all'atleta o alla squadra verranno pure tolti eventuali punti per le Coppe o Trofei ASTi. In caso di recidiva o di parere negativo già comunicato dal delegato ASTi o dall'organizzatore prima della partenza della gara, l'atleta o la squadra verranno squalificati da entrambe le gare (e tolti eventuali punti ASTi). La squalifica dalla gara deve avvenire da parte dell'organizzatore, che può anche decidere di ritirare l'eventuale premio, se già assegnato.
- 29d Nelle gare del Trofeo ASTi staffette è possibile partecipare nella categoria direttamente superiore.

D. INFRAZIONI e RECLAMI

Art. 30 **Infrazioni**

Infrazioni al presente o agli altri regolamenti ASTi possono essere sanzionate dalla CTPS con l'esclusione dalle classifiche ASTi.

Art. 31a **Reclami singole gare**

Reclami inerenti le manifestazioni sono da inoltrare all'organizzatore secondo i singoli regolamenti in vigore.

Art. 31b **Reclami classifiche ASTi**

Reclami inerenti alle classifiche ASTi sono da inoltrare all'ASTi come stabilito nei rispettivi regolamenti.

E. DISPOSIZIONI FINALI

Art. 32 **Entrata in vigore**

Il presente regolamento entra in vigore il **1° gennaio 2026** e sostituisce quelli precedenti.

Art.33 Per tutto quanto non è previsto dal presente regolamento fanno stato i regolamenti e le prassi in uso in campo nazionale e internazionale, in particolare quanto stabilito nei regolamenti di: Swiss athletics, World Athletics (IAAF) e Federazione internazionale di skyrunning, così come eventuali decisioni della CTPS o del Comitato ASTi cantonale,

REGOLAMENTO PODISTICO CANTONALE ASTI

prese dopo aver consultato i citati regolamenti.

L'ASTi e la CPTS sono competenti per eventuali ulteriori valutazioni e la loro decisione è inappellabile.

Commissione tecnica podismo e staffette, 14 dicembre 2025
(con rettifica refuso art. 1 il 19 maggio 2026)