



FEDERAZIONE ITALI DI ATLETICA LEGG

**CDS su PISTA ALLIEVI/E & MASTER M/F
PROVA REGIONALE
+ gare extra assoluti no open
BOISSANO (SV)
13-14 maggio 2023**

DISPOSITIVO ORGANIZZATIVO

ORGANIZZAZIONE

CR Liguria

PARTECIPAZIONE E NORME TECNICHE

Possono partecipare tutti gli atleti in regola con il tesseramento 2023 appartenenti a Società affiliate alla Fidal. Per quanto non previsto si fa riferimento a quanto stabilito e pubblicato sul Vademecum Attività 2023 e al RTI 2021

Tutte le corse verranno disputate a "serie", con gli atleti accreditati dei tempi migliori che correranno nella prima serie. Gli atleti assoluti correranno in serie separate rispetto agli Allievi e ai Master e in coda alle stesse.

Le corsie e gli ordini di salto e lancio, verranno sempre attribuiti per sorteggio.

ISCRIZIONI - VARIAZIONI - CONFERME

Le iscrizioni On-line chiudono **alle ore 24,00 di mercoledì 10 maggio.**

L'iscrizione ad ogni gara deve essere confermata, da un Dirigente o Tecnico, entro 60' dall'inizio della stessa, alla Segreteria Tecnica.

Eventuali variazioni devono avvenire entro 60' dalla singola gara.

Non verranno accettate iscrizioni direttamente sul campo il giorno della manifestazione.

E' prevista una tassa di iscrizione pari a 2 Euro ad atleta/gara: gli importi saranno riscossi a cura del Comitato Regionale successivamente allo svolgimento della manifestazione

Per le staffette è applicata una tassa di iscrizione di 5 euro complessive a staffetta

Gare EXTRA 3€ AD ATLETA/GARA

INFORMAZIONI

FIDAL CR Liguria – 010511974 – cr.liguria@fidal.it

Delegato Tecnico:

Delegato Organizzativo Comitato Regionale: **Alessandro Basso**

PROGRAMMA TECNICO

Sabato 13 maggio

ALLIEVI: 100 – 400 – 1500 – 2000sp – 110hs – Asta – Triplo – Disco – Giavellotto – Marcia 5km – 4x100

ALLIEVE: 100 – 400 – 1500 – 2000sp – 100hs – Alto – Triplo – Peso – Martello – Marcia 5km – 4x100

MASTER SM35+: 100 – 400 – 1500 – Triplo – Disco – Giavellotto – Marcia 3km – 4x100

MASTER SF35+: 100 – 400 – 1500 – Alto – Triplo – Peso – Martello – Marcia 3km – 4x100

Domenica 14 maggio

ALLIEVI: 200 – 800 – 3000 – 400hs – Alto – Lungo – Peso – Martello – 4x400

ALLIEVE: 200 – 800 – 3000 – 400hs – Asta – Lungo – Disco – Giavellotto – 4x400

MASTER SM35+: 200 – 800 – 5000 – 200hs – Alto – Lungo – Peso – Martello – 4x400

MASTER SF35+: 200 – 800 – 3000 – 200hs – Lungo – Disco – Giavellotto – 4x400

Gare extra cadetti/ cadette: 80 hs– 100 hs - 80 piani – 300 hs

Gare aperte anche agli atleti assoluti LIGURI (altezze degli hs di categoria):

M: 100 – 200 – 400 – 800 – 1500 - 110hs – 400hs – Asta – Giavellotto – peso – disco – martello – 4x100 – 4x400

F: 100 – 200 – 400 – 800 – 1500 - 100hs – 400hs – Asta – Giavellotto – peso – disco – martello – 4x100 – 4x400

PROGRAMMA ORARIO

sabato 13 maggio 2023		
Maschile	Orario	Femminile
Ritrovo giurie e concorrenti	13.00	Ritrovo giurie e concorrenti
ASTA	14.00	MARTELLO
	14.30	80 HS (CADETTE)
	14.45	100HS
100 HS (CADETTI)	15.00	
110HS	15.15	ALTO
DISCO	15.30	80 (CADETTE)
80 (CADETTI)	15.45	
	16.00	100
TRIPLO		
100	16.15	
	16.30	400
400	16.45	
	17.00	1500
		PESO
1500	17.15	TRIPLO
GIAVELLOTTO	17.15	
	17.30	2000sp
2000sp	17.45	
MARCIA 5KM	18.00	MARCIA 5km
MARCIA 3KM (Master)	18.30	MARCIA 3km (Master)
	18.50	4x100
4x100	19.00	

domenica 14 maggio 2023		
Maschile	Orario	Femminile
Ritrovo giurie e concorrenti	12.30	Ritrovo giurie e concorrenti
MARTELLO	13.30	ASTA
	14.30	300HS (CADETTE)
	14.45	400HS
300HS (CADETTI)	15.00	
400HS	15.15	DISCO
ALTO	15.15	
	15.35	200hs (Master)
200hs (Mas)	15.45	
	15.55	200
200	16.05	LUNGO
PESO		
	16.30	800
800	16.45	
	17.00	3000 AF e SF
LUNGO	17.20	
3000	17.25	GIAVELLOTTO
5000 (Master)	17.40	
	18.00	4x400
4x400	18.15	

L'orario, da considerarsi provvisorio, verrà pubblicato in forma **DEFINITIVA** alla chiusura delle iscrizioni e potrà subire delle variazioni sulla base delle esigenze tecnico-organizzative del Delegato Tecnico.