



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR
PALESTRA "CERAMICA" - IGLESIAS - 19 gennaio 2020

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI/E - ALLIEVI/E
E gare di contorno per la categoria junior m/f, promesse m/f, seniores m/f, senior master m/f.

La Fidal, Comitato Regionale Sardo, organizza il 19 Gennaio 2020, con la collaborazione tecnica della Atletica Iglesias, la manifestazione di Atletica Leggera Indoor riservata alle Categorie Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e, Juniores, Promesse, Senior e Master Uomini e Donne.

La manifestazione si svolgerà a Iglesias, Palestra in località "Ceramica", con ritrovo alle ore 10,00 e alle ore 13.00 - gare: salto in alto (M/F), salto triplo (M) e salto con l'asta (M/F - aperto anche alla categoria Ragazzi/e "Progetto Asta").

Cronometraggio Elettrico completamente automatico; verranno utilizzate **5 CORSIE**; saranno effettuate le **finali*/****, ove indicato, dei primi e dei secondi; nel salto in lungo verranno effettuate 3 prove di qualificazione e 3 prove di Finale.

Le conferme dovranno essere effettuate presso la segreteria GGG dagli atleti almeno 1 ora prima dell'orario fissato per la gara. * è prevista la finale unica allievi/e.

PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO (modificato il 17/01/2020)		
UOMINI	ORE	DONNE
RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI	10:00	RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI
	10:30	Metri 60 Ragazze - Serie
Triplo C/A/J/P/S/SM Over 35 - Battuta 11 metri a seguire Battuta 7 metri Metri 60 Ragazzi - Serie	10:45	Triplo C/A/J/P/S/SF Over 35 - Battuta 11 metri a seguire Battuta 7 metri
Metri 60 Fispes - Serie	10:50	
	11:00	Metri 60HS (H 0,76) Cadette - Serie Metri 60HS (H 0,76) Allieve - Serie
	11:10	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S/Over 35 - Serie
Metri 60 HS Cadetti (0,84) - Serie	11:15	
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - Serie	11:25	
Metri 60HS (H 106)P/S/over35 - Serie	11:35	
	11:45	Metri 60 A - Batterie
	12,00	Metri 60 J/P/S - Batterie Lungo C/A/J/P/S /SF Over35
Metri 60 A - Batterie	12,15	
Metri 60 J/P/S - Batterie	12:35	
Lungo C/A/J/P/S/SM over35	13:00	Metri 60 Cadette - Serie
Metri 60 Cadetti - Serie	13,15	
	13:30	Metri 60 Allieve - Finale
Metri 60 Allievi - Finale	13:35	
	13:40	Metri 60 J/P/S - Finale
Metri 60 J/P/S - Finale	13:45	

PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO POMERIGGIO (modificato il 17/01/2020)		
UOMINI	ORE	DONNE
RITROVO dei CONCORRENTI	13:00	RITROVO dei CONCORRENTI
Alto C/A/J/P/S/SM Over35	14:30	Alto C/A/J/P/S/SF Over 35
Asta C/A/J/P/S/SM Over 35	14:30	Asta C/A/J/P/S/SF Over 35

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione.

Cagliari, 17 Gennaio 2020

IL DELEGATO TECNICO