

BENVENUTO 2016

Roma Stadio delle Terme di Caracalla 6 febbraio 2016

RITROVO ORE 10.00 – INIZIO GARE ORE 11.00

- ORGANIZZAZIONE:** COMITATO PROVINCIALE FIDAL ROMA – Via Flaminia Nuova, 830 – ROMA e-mail: fidalcroma@gmail.com
- IMPIANTO LUOGO GARA:** STADIO DELLE TERME DI CARACALLA-Nando Martellini – Viale Guido Baccelli, 4 – Roma
- GARAONLINE:** Benvenuto 2016. Riferimento per le iscrizioni online ID609995– primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.
- ISCRIZIONI:** Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. Iscrizioni sono aperte agli atleti fuori regione. Le iscrizioni termineranno Giovedì 4 febbraio alle ore 15:00.
- PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI:** L'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 5 febbraio sul sito Provinciale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.
- CONFERMA ISCRIZIONI:** Entro 60' prima dell'orario di gara.
Si chiede la collaborazione delle società, ove possibile confermare e pagare la tassa di iscrizione contemporaneamente per tutti gli atleti, almeno delle prime gare.
- TASSA ISCRIZIONI:** tassa di iscrizione pari a:
ESO/R/C: € 2,50/gara
A/J/P/S/M: € 3,50/gara
Staffette: € 4,00
- Ad insindacabile giudizio dell'Organizzazione le iscrizioni potranno essere effettuate sul posto ALMENO 1 ORA PRIMA DELLA GARA, pagando una tassa di € 5,00 per le categorie A/J/P/S, con successiva conferma.
- PROGRAMMA TECNICO:** **Eso C** = 50 mt, Vortex
Eso B = 50 mt, 300 mt, Vortex
ESO A = 50 mt, 500 mt, 3x200, Vortex
RM/RF = 60 mt, 500 mt, 1000 mt, Quadruplo, 3x200
CM/CF = 500 mt, 1000 mt, Triplo
A/J/P/S/M = 500 mt, 1000 mt, 3000 mt, 3000 mt marcia, Lungo
- REFERENTI:** Ref. Organizzativo: Mirko Falilò
Ref. Tecnico: Viola Serego - cell. 328 7970108
Ref. Iscrizioni : Giulia Botticelli - email: giulia.botticelli@fidallazio.it-cell. 392 4079748

BENVENUTO 2016

Roma Stadio delle Terme di Caracalla 6 febbraio 2016

- NORME** Gli ESO C , B, A faranno 2 lanci consecutivi di cui verrà misurato il più lungo.
- TECNICHE:** Per il Quadruplo RM/RF, previa conferma al momento della gara da parte del Delegato Tecnico, si faranno 2 salti non consecutivi. Nel Lungo A/J/P/S/M F/M si faranno tre salti di qualificazione e tre di finale per i primi 8 atleti a prescindere dalla categoria di appartenenza.
- Gli atleti Ragazzi/e ed ESO A potranno partecipare a due gare individuali più la staffetta, fanno eccezione le gare dei 1000 e 500 mutuamente esclusive.
- Per le altre categorie gli atleti possono partecipare a due gare individuali, nel rispetto dei regolamenti generali (chi partecipa a gare di corsa o marcia superiore od uguale ai m.1000 può prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia superiori ai m. 400).

Ritrovo 10:00		
Ora	Corse	Concorsi
11:00	50 m ESO C F/M	Quadruplo RM
11:20	50 m ESO B F/M	
11:20		Vortex ESOC F/M
11:40		Vortex ESO B F/M
11:50	50 m ESO A F/M	
12:20	60 m RF/RM	
11:45		Quadruplo RF
12:15		Vortex ESO A F/M
12:40		Triplo CF
13:00	300 ESO B F/M	
13:10		Triplo CM
13:15	500 ESO A F/M	
13:25	500 RF/RM	
13:40	500 CF/CM	
13:50	500 A/J/P/S F/M	
14: 10	3x200 ESO A F/M RF/RM	
14:20		Lungo A/J/P/S/M F
14:35	1000 RF/RM	
14:40	1000 CF/CM	
14:45	1000 A/J/P/S F/M	
15:10	3000 A/J/P/S F/M	Lungo A/J/P/S/M M
16:00	3000 marcia A/J/P/S F/M	

A partire dalle 11:20 le gare di corsa/marcia ed i concorsi potranno essere effettuati a seguire.
Spillette a cura dei concorrenti

N.B. Il programma orario potrà subire modifiche in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo.