



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Sardo

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI – CADETTE**

**MENNEA DAY – 12 Settembre 2020**

**Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera - Sabato 12 – Domenica 13 settembre 2020**

La Fidal, Comitato Regionale Sardo indice e organizza i Campionati Regionali Individuali Cadetti Cadette su Pista e gare di contorno per la categoria assoluta.

Nell'ambito dei Campionati sabato 12 Settembre si svolgerà il "MENNEA DAY".

La manifestazione si svolgerà a Cagliari, Stadio Comunale di Atletica Leggera nei giorni Sabato 12 Settembre 2020 e Domenica 13 Settembre 2020.

**Le iscrizioni si effettueranno on-line attraverso il sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) – servizio on-line entro le ore 24,00 del 7 settembre 2020.**

La categoria Cadetti/e potrà partecipare ad una sola gara più staffetta per giornata.

**Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.**

La manifestazione è da intendersi a **PORTE CHIUSE** e si svolgerà con le modalità prevista dal protocollo per la ripresa competizioni dal 5.04.2020 e successive modificazioni ed integrazioni e dalle disposizioni Ministeriali. L'accesso sarà consentito esclusivamente agli atleti, tecnici, dirigenti e giudici di gara regolarmente tesserati per l'anno in corso. Le società dovranno comunicare obbligatoriamente la presenza dei propri tecnici e dirigenti tramite mail alla segreteria regionale [federalalai@fidalsardegna.it](mailto:federalalai@fidalsardegna.it) entro le ore 24 del 7 Settembre 2020.

**N.B.: giudici, dirigenti, tecnici e atleti, al controllo temperatura, dovranno presentare obbligatoriamente l'autocertificazione (modulo in allegato, da consegnare già compilato e firmato in ogni sua parte).**

L'accesso all'impianto sarà controllato da addetti alla vigilanza sulla base delle iscrizioni e dell'elenco dei giudici, tecnici e dirigenti e previo il controllo della temperatura corporea con apposito termometro senza contatto diretto. In caso di temperatura uguale o superiore a 37,5 non sarà consentito l'ingresso nel luogo di allenamento e la persona sarà invitata a far rientro nella propria abitazione e a contattare il medico di famiglia.

Ogni persona dovrà necessariamente essere munita di mascherina.

Per evidenti ragioni sanitarie sarà interdetto l'utilizzo degli spogliatoi, mentre sarà garantito l'accesso dei servizi igienici con la costante presenza di un addetto alle pulizie per tutta la durata della manifestazione.

Non sarà possibile consumare pasti all'interno dello stadio.

**PROGRAMMA GARA EXTRA**

<b>A/J/P/S/S Master</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>800</b>	<b>1500</b>
-------------------------	------------	------------	------------	-------------

- Mt 800 numero massimo di serie: 3 maschili – 2 femminili
- Mt 1500 numero massimo di serie: 2 maschili – 1 femminili

**PROGRAMMA ORARIO 12 SETTEMBRE 2020 (modificato il 9 Settembre 2020)**

<i>Ritrovo Giurie e Concorrenti</i>				
<b>Ora</b>	<b>Cadetti/Uomini</b>	<b>Cadette/Donne</b>	<b>Esathlon CM</b>	<b>Pentathlon CF</b>
16:00				
17:00		Martello (kg 3) Tripla (battuta 7/9)		80 hs (h 0,76)
17:05		80 hs (h 0,76)		
17:15			100 hs (h 0,84)	
17:20	100 hs (h 0,84)			
17:30		80		
17:50	80 Tripla (battuta 9/11)		Alto	Alto
18:00	Disco (kg 1,5)			
18:10		1000		
18:20	1000			
18:25	Asta			
18:30		200 Donne MENNEA DAY		
18:50	200 Uomini MENNEA DAY Giavellotto (gr 600)	Peso (kg 3)	Giavellotto (gr 600)	Giavellotto (gr 400)
19:00		Alto		
19:10		1200 siepi		
19:20				
19:25	1200 siepi			
19:30				
19:40		4x100		
19:50	4x100			
20:00		1500 Donne		
20:10	1500 Uomini			

**PROGRAMMA ORARIO 13 SETTEMBRE 2020 (modificato il 9 Settembre 2020)**

<i>Ritrovo Giurie e Concorrenti</i>				
<b>Ora</b>	<b>Cadetti</b>	<b>Cadette</b>	<b>Esathlon CM</b>	<b>Pentathlon CF</b>
15:30				
16:30	Martello (kg 4) Lungo		Lungo	
16:45		300 hs (h 0,76)		
16:50	300 hs (h 0,76)			
17:00		Marcia km 3		
17:10	Alto	Disco (kg 1)	Disco (kg 1,5)	
17:30		300		
17:40	300			
17:45		Lungo		Lungo
17:55		800 Donne		
18:05	800 Uomini			
18:10		Asta		
18:15		100 Donne		
18:25	100 Uomini	Giavellotto (gr 0,400)		
18:40				600
18:50			1000	
19:00	Peso (kg 4)			
19:20		2000		
19:30	2000			

Il presente orario è indicativo e potrà essere modificato per il buon andamento della manifestazione