



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CAMPIONATO ITALIANO DI SOCIETA' SU PISTA MASTER e gare extra

FASE REGIONALE

Latina, Stadio CPO, via Botticelli, Sabato e Domenica 18 e 19 Giugno 2016

ORGANIZZAZIONE: COMITATO PROVINCIALE FIDAL LATINA e LT260 ASD ASI INTESA ATLETICA
Email: atleticalatina@gmail.com

IMPIANTO LUOGO GARA: Stadio CONI – Via Botticelli - Latina

GARA ONLINE: CDS MASTER – FASE REGIONALE. Riferimento per le iscrizioni online **ID 610975** – 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. **Le iscrizioni termineranno Giovedì 16 Giugno 2016 alle ore 24:00.**

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI: l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 17 Giugno 2016 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

CONFERMA ISCRIZIONI: entro 60' prima dell'inizio della gara.

PROGRAMMA TECNICO:

UOMINI **1^giornata** = 100mt – 400mt – 1500mt
alto – triplo – disco – giavellotto – Staff. 4x100
2^giornata = 200mt – 800mt – 5000mt - 200 hs (cm 76,2 – 10 ostacoli)
lungo – peso – martello - Staff. 4x400

DONNE **1^giornata** = 100mt – 400mt – 1500mt
lungo - peso - martello - Staff. 4x100
2^giornata = 200mt – 800mt – 3000mt - 200 hs (cm 76,2–10 ostacoli)
alto - triplo - disco - giavellotto - Staff. 4x400

REFERENTI: **Ref. Organizzativo e Tecnico:** Giampiero Trivellato – cell. 338.2485356
Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – email: botticelli@fidallazio.it

Regolamento Campionato Italiano di Società MASTER su Pista: vedere *Regolamenti Attività Estiva* sul sito www.fidallazio.org alla pagina: 47/48

NORME TECNICHE

Progressione Salto in Alto Fascia di età:

MASCHILE: 35-44 = 1.42-1.48-1.51 - e poi di 3cm in 3cm
 45-54 = 1.30-1.36-1.39 - e poi di 3cm in 3cm
 55-64 = 1.15-1.21-1.24 - e poi di 3cm in 3cm
 65 ed oltre = 0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15 - e poi di 3cm in 3cm

Progressione Salto in Alto Fascia di età:

FEMMINILE: 35-44 = 1.20-1.26-1.32 - e poi di 3cm in 3cm
 45-54 = 1.11-1.17-1.20 - e poi di 3cm in 3cm
 55 ed oltre = 0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05 - e poi di 3cm in 3cm

Nota bene: ogni atleta può chiedere una sola misura di entrata inferiore a quella prevista, legata alla possibilità tecnica dell'attrezzatura utilizzata.

PROGRAMMA ORARIO – 1^giornata

| RITROVO ORE 14:30 | | | |
|--------------------------|---------------|--------------|--------------------------|
| ORARIO | UOMINI | DONNE | Gare extra |
| 15:30 | | Martello | |
| 16:00 | | | 100mt Ass. F e M |
| 16:20 | Triplo | 100mt | |
| 16:45 | Disco | | |
| 16:45 | 100mt | | |
| 17:15 | | Lungo | 400mt Ass. F e M |
| 17:30 | Alto | 400mt | |
| 17:50 | 400mt | Peso | |
| 18:20 | Giavellotto | 1500mt | Lungo Ass. F e M |
| 18:35 | 1500mt | | |
| 19:20 | | 4x100mt | |
| 19:40 | 4x100mt | | |
| 20:00 | | | 1500mt Ass. F e M |

PROGRAMMA ORARIO – 2^giornata

| RITROVO ORE 14:00 | | | |
|--------------------------|---------------|--------------|--------------------------|
| ORARIO | UOMINI | DONNE | Gara extra |
| 15:00 | Martello | | |
| 15:45 | | 200Hs | |
| 16:00 | 200Hs | Triplo | |
| 16:15 | Peso | 200mt | |
| 16:15 | | Giavellotto | |
| 16:35 | 200mt | Alto | |
| 17:05 | Lungo | 800mt | |
| 17:25 | 800mt | Disco | |
| 18:00 | | 3000mt | Triplo Ass. F e M |
| 18:20 | 5000mt | | |
| 19:25 | | 4x400mt | |
| 19:40 | 4x400mt | | |

NOTA BENE: Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo.